Talabalarda emotsional intellektni rivojlantirishning psixologik omillari

Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti Tarix fakulteti “Milliy g‘oya, ma’naviyat asoslari va huquq ta’limi” yo‘nalishi 1-bosqich talabasi **Yusupbekova Gulbaxar**

Annotatsiya. Mazkur maqolada talabalarda emotsional intellektni rivojlantirishning psixologik omillari tahlil qilinadi. Emotsional intellektning shaxs rivojlanishi, ta’lim samaradorligi, kommunikativ kompetentlik va ijtimoiy moslashuvdagi o‘rni yoritilgan. Tadqiqot davomida emotsional intellektni shakllantiruvchi asosiy psixologik omillar: motivatsiya, emotsional barqarorlik, ijtimoiy muhit, o‘z-o‘zini anglash va kommunikativ ko‘nikmalar ilmiy jihatdan tahlil qilindi. Shuningdek, oliy ta’lim muassasalarida emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik strategiyalar ko‘rib chiqildi.

Kalit so‘zlar: emotsional intellekt, talaba shaxsi, motivatsiya, psixologik omillar, emotsional barqarorlik, kommunikativ kompetentlik, ijtimoiy moslashuv, psixologik rivojlanish, ta’lim psixologiyasi.

Zamonaviy jamiyatda insonning nafaqat intellektual salohiyati, balki emotsional boshqaruv qobiliyati ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, oliy ta’lim tizimida talabalarning emotsional intellekt darajasi ularning akademik muvaffaqiyati, kommunikativ faolligi va kelajakdagi kasbiy kompetentligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli emotsional intellekt muammosi psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri sifatida keng o‘rganilmoqda.

Emotsional intellekt tushunchasi ilk bor P. Salovey va J. Mayer tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo‘lib, keyinchalik D.Goleman tomonidan keng ommalashtirilgan. Olimlarning fikricha, emotsional intellekt insonning o‘z hissiyotlarini anglash, boshqarish, boshqalarning emotsional holatini tushunish hamda samarali ijtimoiy munosabatlarni yo‘lga qo‘yish qobiliyatidir.

Talabalik davri shaxsning psixologik va ijtimoiy jihatdan faol rivojlanish bosqichi hisoblanadi. Bu davrda yoshlar mustaqil qaror qabul qilish, yangi ijtimoiy muhitga moslashish, stressli vaziyatlarni boshqarish va samarali kommunikatsiya o‘rnatish kabi muhim hayotiy ko‘nikmalarni egallaydilar. Emotsional intellekt aynan mana shu jarayonlarning muvaffaqiyatli kechishini ta’minlovchi muhim omillardan biri hisoblanadi.

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari rivojlanayotgan davrda yoshlarning ruhiy salomatligi, emotsional barqarorligi va psixologik moslashuvchanligini ta’minlash dolzarb vazifaga aylanmoqda. Shuning uchun oliy ta’lim muassasalarida talabalarda emotsional intellektni rivojlantirishning psixologik mexanizmlarini ilmiy jihatdan o‘rganish muhim ahamiyatga ega.

Emotsional intellekt tushunchasining psixologik mohiyati. Emotsional intellekt insonning hissiy holatlarini anglash, nazorat qilish va boshqarish qobiliyatlarini ifodalaydi. Psixologik tadqiqotlarda emotsional intellekt shaxsning ijtimoiy muvaffaqiyati va ruhiy barqarorligini ta’minlovchi muhim omil sifatida talqin etiladi. Olimlar emotsional intellekt tarkibiga quyidagi asosiy komponentlarni kiritadilar:

- o‘z emotsiyalarini anglash;
- emotsiyalarni boshqarish;
- ichki motivatsiya;
- empatiya;
- kommunikativ va ijtimoiy ko‘nikmalar.

Mazkur komponentlarning rivojlanganligi talabaning ta’lim jarayonidagi faolligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Emotsional intellekti yuqori bo‘lgan talabalar odatda

\

stressli vaziyatlarda o‘zini boshqara oladi, jamoada samarali ishlaydi va nizoli holatlarni konstruktiv tarzda hal etishga intiladi.

Talabalarda emotsional intellekt rivojlanishiga ta’sir qiluvchi bir qancha psixologik omillar mavjud. Quyida ularni tahlil qilamiz:

1. Motivatsiya va o‘zini rivojlantirish ehtiyoji. Talabalarda emotsional intellektni rivojlantirishda ichki motivatsiya muhim o‘rin tutadi. O‘z oldiga maqsad qo‘ya oladigan, shaxsiy rivojlanishga intiladigan talabalar hissiy jihatdan ham faolroq bo‘ladilar. Motivatsiya insonning emotsional boshqaruviga ijobiy ta’sir etib, murakkab vaziyatlarda qat’iyatlilikni shakllantiradi.

2. Emotsional barqarorlik. Emotsional barqarorlik talabaning stress, xavotir va ruhiy bosimlarga bardosh bera olish qobiliyatini anglatadi. Oliy ta’lim jarayonida talabalar ko‘plab psixologik bosimlarga duch keladi: imtihonlar, ijtimoiy moslashuv, kasbiy tanlov va shaxsiy muammolar shular jumlasidandir.

3. Ijtimoiy muhit va oilaviy tarbiya. Shaxsning emotsional rivojlanishida ijtimoiy muhit hal qiluvchi ahamiyatga ega. Talabaning oiladagi tarbiyasi, do‘stlari, o‘qituvchilari va atrofdagi insonlar bilan munosabati uning emotsional intellekt darajasiga ta’sir ko‘rsatadi.

4. Kommunikativ kompetentlik. Kommunikativ ko‘nikmalar emotsional intellektning asosiy tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Samarali muloqot qila oladigan talabalar o‘z hissiyotlarini erkin ifoda etadi va boshqalarning emotsional holatini to‘g‘ri tushunadi.

Talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish uchun zamonaviy pedagogik va psixologik yondashuvlardan foydalanish zarur. Jumladan:

- Psixologik treninglar;
- Interfaol ta’lim metodlari;
- Psixologik maslahat xizmatlari;
- Raqamli texnologiyalar imkoniyatlari;
- Emotsional intellektning talaba shaxsiga ta’siri.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, emotsional intellekt talaba shaxsining har tomonlama rivojlanishida muhim psixologik omil hisoblanadi. U shaxsning ruhiy barqarorligi, kommunikativ kompetentligi, ijtimoiy moslashuvi va akademik muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Tadqiqot davomida motivatsiya, emotsional barqarorlik, ijtimoiy muhit va kommunikativ ko‘nikmalar emotsional intellekt rivojlanishining asosiy psixologik omillari ekanligi aniqlandi. Shuningdek, oliy ta’lim tizimida psixologik treninglar, interfaol metodlar va psixologik xizmatlar orqali talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish mumkinligi asoslab berildi. Zamonaviy ta’lim tizimida emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik yondashuvlarni keng joriy etish talabalarning nafaqat akademik, balki shaxsiy va kasbiy rivojlanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Хайруллаев, Х. З. (2012). Об иерархических отношениях между языковыми единицами. *Вестник Челябинского государственного университета*, (6 (260)), 134-137.
2. Турниёзов, Н., Турниёзова, К., & Хайруллаев, Х. (2009). Структур синтаксис асослари.
3. Yuldashevna, R. D. (2026). MASHG ‘ULOTLARINI TASHKIL ETISHDA PEDAGOGIK DASTURIY VOSITALARDAN FOYDALANISHNING SAMARADORLIGI. *OLIY TA’LIM TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH: DOLZARB TENDENSIYALAR VA STRATEGIYALAR*, *1*(1), 1070-1075.
4. Yuldashevna, R. D. (2026). MASHG ‘ULOTLARINI TASHKIL ETISHDA PEDAGOGIK DASTURIY VOSITALARDAN FOYDALANISHNING SAMARADORLIGI. *OLIY TA’LIM TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH: DOLZARB TENDENSIYALAR VA STRATEGIYALAR*, *1*(1), 1070-1075.

\

5. Mamirova, D. (2026). SOCIOLINGUISTIC RESEARCH OF ADVERTISING TEXTS. *Asian journal of scientific research and innovations*, *1*(1), 155-157.
6. Shirinboyevna, M. D. (2024). NUTQIY AKTLARNING REKLAMA MATNLARIDA IFODALANISHI. *Innovation: The journal of Social Sciences and Researches*, *2*(2), 39-42.
7. Обруева, Г. Х. (2005). К ВОПРОСУ ОБ ИЗУЧЕНИИ ВО ФРАЗЕОЛОГИЧЕСКИХ ЕДИНИЦАХ ОНО-МАСТИЧЕСКИХ КОМПОНЕНТОВ (на материале современного английского языка). *MATN LINGVISTIKASI (ilmiy to 'plam)*.
8. Обруева, Г. О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ УПОТРЕБЛЕНИЯ ФРАЗЕОЛОГИЧЕСКИХ ЕДИНИЦ С ИМЕНАМИ СОБСТВЕННЫМИ. *ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР*, 327.
9. Abduraximova, F. K. (2022). Modern approaches and methods in teaching English language. *Экономика и социум*, (1-1 (92)), 10-13.
10. Bakhridinova, O. (2021). PROBLEM SOLVING IN TECHNOLOGY EDUCATION: PROBLEM SOLVING IN TECHNOLOGY EDUCATION. *Central Asian Journal of innovations and research*, (2), 4-6.
11. Musoeva, A. The importance of developing research competence of future foreign language teachers. *Journal of Science Sources*, *1*(1).
12. Musoeva, A. (2020). Teacher professional development and its link with the CEFR. *Digital technologies in modern education: current trends and development factors in philology and pedagogy. Tashkent*.
13. qizi Hasanova, G. T., qizi Raxmatova, S. B., & qizi Makhmudova, S. J. (2021). The peculiarities of using distance learning and independent work in teaching process.
14. Raxmatova, M., & Toirov, D. (2026). ENHANCING BUSINESS ENGLISH WRITING SKILLS THROUGH MOBILE APPLICATIONS: AN ESP-BASED EXPERIMENTAL STUDY IN NON-ENGLISH-SPEAKING COUNTRIES. *Asian journal of scientific research and innovations*, *1*(1), 291-293.
15. УМУРОВА, Г. Ҳ. (2019). The Concept of Motives in the Work by Zulfiya. *Иностранные языки в Узбекистане*, (2), 113-123.
16. Умурова, Г. Х. (2019). ОБРАЗ И ФИЛОСОФСКИЕ ВЗГЛЯДЫ В ТВОРЧЕСТВЕ ЗУЛЬФИИ. *Вестник Таджикского национального университета*, (9), 196-199.
17. Mamayunusovna, P. I. (2021). BOBURNOMA. *AS A HISTORICAL AND LITERARY SOURCE. Thematics Journal of Social Sciences*, *7*(5).
18. Pardaeva, I. M. (2014). ON THE EXAMPLE OF THE ARTISTIC AND HISTORICAL PROSE OF NAVOI IN TURKISH. *The Way of Science*, *73*.
19. Холова, М. (2015). МАСТЕРСТВО СОЗДАНИЯ ПОЭТИЧЕСКИХ СИМВОЛОВ В ЛИРИКЕ (НА ПРИМЕРЕ ПОЭЗИИ ФАХРИЁРА). In *Современная филология: теория и практика* (pp. 114-119).
20. Khalova, M. (2014). SKILL OF CREATING EPITHETS IN MODERN UZBEK POETRY. *The Way of Science*, *44*.

\