

# TARAQQIYOT TADQIQOTLARI: BARQAROR RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI

## ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ: ПЕРСПЕКТИВЫ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ

### DEVELOPMENT STUDIES: PERSPECTIVES ON SUSTAINABLE DEVELOPMENT

**KARAKULOVA Umida Abduvakilovna**

*O'zMU Jizzax filiali*

*“Oila psixologiyasi”*

*kafedrası assistenti*

**ESANOVA O'g'loy Jahongir qizi**

*O'zMU Jizzax filiali*

*“Oila psixologiyasi” yo'nalishi*

*3 kurs talabasi*

**XOJIQULOVA Go'zal G'ulomjon qizi**

*O'zMU Jizzax filiali*

*“Oila psixologiyasi” yo'nalishi*

*3 kurs talabasi*

## EMOTSIONAL INTELLEKTNING O'QUV JARAYONLARIGA TA'SIRI

### ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada emotsional intellekt tushunchasining mazmuni, uning o'quv jarayonidagi o'rni va ta'siri keng yoritilgan. O'quvchilarning hamda o'qituvchilarning emotsional intellekti ta'lim sifati va samaradorligiga qanday ta'sir ko'rsatishi tahlil qilingan. Shuningdek, Emotsional intellektni rivojlantirish usullari va ularni ta'lim tizimiga integratsiya qilish zarurati asoslab berilgan. Maqolada ilgari surilgan g'oyalar zamonaviy ta'limda shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirishga xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** emotsional intellekt, o'quv jarayoni, ta'lim sifati, o'qituvchi, o'quvchi, hissiy barqarorlik, ijtimoiy kompetensiya, empatiya, stressni boshqarish, zamonaviy ta'lim.

Bugungi kunda globalashuv, texnologik taraqqiyot va informatsion jarayonlarning tezlashuvi insonning nafaqat bilim darajasi, balki ruhiy-emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligini ham muhim omilga aylantirmoqda. Ta'lim sohasida o'quvchilarning faqat intellektual salohiyatini emas, balki ularning emotsional-psixologik holatini ham hisobga olish zarurati kuchaymoqda. Ayniqsa, o'quvchilarda stress, ijtimoiy bosim, o'z-o'ziga ishonchsizlik kabi muammolarning ortib borayotgani bu boradagi masalalarni yanada dolzarb qiladi.

Shu nuqtayi nazardan, emotsional intellektni rivojlantirish, uni ta'lim jarayoniga integratsiya qilish masalasi bugungi kunning eng muhim va dolzarb mavzularidan biri sanaladi. Chunki emotsional jihatdan yetuk shaxs – bu o'zini anglay oladigan, boshqalarni tushunadigan va sog'lom ijtimoiy munosabatlar qurishga qodir insondir. Ta'limda ana shunday shaxslarni shakllantirish esa nafaqat individual muvaffaqiyat, balki jamiyat barqarorligining ham garovidir.

Zamonaviy ta'lim tizimida faqat akademik bilimlar emas, balki shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalar ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, so'nggi yillarda emotsional intellekt (EI) tushunchasining ahamiyati ortib bormoqda. Emotsional intellekt - bu insonning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va ular bilan to'g'ri munosabatda bo'lish qobiliyatidir. Ushbu qobiliyat nafaqat hayotiy muvaffaqiyat, balki o'quv jarayonidagi samaradorlik uchun ham muhim omil hisoblanadi.

O'quvchilarning emotsional intellekti yuqori bo'lsa, ular o'z hissiyotlarini boshqara oladi, stressni yengib o'tishda muvaffaqiyatli bo'ladi va ijtimoiy muhitda moslashuvchanroq harakat qiladi. Bu esa, o'z navbatida, ularning o'quv faoliyatida faollik, ishtiyoq va ijobiy natijalarga erishishga yordam beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, emotsional jihatdan aqlli bo'lgan o'quvchilar darslarda faol ishtirok etadi, guruhli ishda samarali hamkorlik qiladi hamda muammolarni hal qilishda ijodiy yondashadi.

O'qituvchining emotsional intellekti ham muhim rol o'ynaydi. O'qituvchi o'z hissiyotlarini anglab, boshqarib, o'quvchilar bilan empatiya asosida muloqot qila olsa, sinfda sog'lom psixologik muhit shakllanadi. Bu esa o'quvchilarni motivatsiyalashga, darsga bo'lgan qiziqishini oshirishga va stressli vaziyatlarda ham ijobiy muhitni saqlab qolishga yordam beradi.

Ta'lim jarayoniga quyidagi usullarni kiritish orqali o'quvchilar va o'qituvchilarning emotsional intellektini oshirish mumkin:

- Refleksiya mashg'ulotlari – o'quvchilarning o'z his-tuyg'ularini aniqlashi va ularni baholashga yordam beradi.
- Emotsional savodxonlik darslari – his-tuyg'ular haqida gapirish, ularni anglash va boshqarish ko'nikmalarini o'rgatadi.
- Guruhli muhokamalar va rolli o'yinlar – empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi.
- O'qituvchilar uchun treninglar – dars jarayonida emotsional yondashuvlarni qo'llashni o'rgatadi.

Emotsional intellekt – bu zamonaviy ta'limning ajralmas qismi. U nafaqat o'quvchilarning individual rivojlanishiga, balki umumiy ta'lim sifatiga ham sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan ta'lim muassasalarida EI rivojiga alohida e'tibor berish, bu boradagi metodikalar va treninglarni joriy qilish zamon talabi hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, emotsional intellekt ta'lim jarayonining ajralmas va zaruriy jihatlaridan biri sifatida e'tirof etilishi lozim. Faqatgina yuqori akademik bilim emas, balki emotsional barqarorlik, o'zini anglash, boshqalarni tushunish va sog'lom ijtimoiy munosabatlar qurish qobiliyati ham o'quvchilarning muvaffaqiyatli shaxs bo'lib shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Emotsional intellekti rivojlangan o'quvchilar stressli vaziyatlarda ijobiy yondasha oladi, jamoaviy ishda samarali ishtirok etadi va o'z bilimlarini ongli ravishda egallaydi.

Shuningdek, o'qituvchilarning ham emotsional savodxonligi yuqori bo'lsa, ular dars jarayonida o'quvchilarning hissiy holatlarini inobatga olib, yanada samarali pedagogik yondashuvlarni qo'llay oladilar. Shunday ekan, emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha tizimli yondashuv, maxsus trening va metodikalarning joriy etilishi zamonaviy ta'lim tizimining samaradorligini oshirishda muhim omil hisoblanadi.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
2. Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* Teachers College Press.
3. Bloodworth, M. R., & Walberg, H. J. (2007). Emotional intelligence and academic achievement: A meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, 19(2), 119-135.
4. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
5. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-31). Basic Books.
6. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
7. Abduvakilovna, K. U. (2022). OLIY O'QUV YURTI TALABALARIDA KASBIY VA AXLOQIY SIFATLARI SHAKLLANISHINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK TAJRIBA ISHLARI NATIJALARI. *Journal of new century innovations*, 19, 95-98.
8. Rahmatullayeva, M., Qoraqulova, U., & Xaydarqulov, H. (2023). TALABALARDA QANDAY ISHLASH YOKI O'QITUVCHI-PSIXOLOG VA PSIXOLOGLAR HAQIDA TADQIQOT. *Zamonaviy ta'limda pedagogika va psixologiya jurnali* , 3 (1).
9. Abduvakilovna, K. U., Qizi, G. U. S. M., & Qizi, A. G. A. (2023). OQUV JARAYONIDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK TOMONLARI. *Ta'limning zamonaviy transformatsiyasi*, 1(1), 766-769.
10. Umida, K., & Qizi, R. A. Z. (2023). TALABA-YOSHLARNI IJTIMOY OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHNING PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.