

3-TOM, 3 - SON
**TALABALARDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING PSIXOLOGIK O'ZIGA
XOSLIGI**

Sayitova Umida Hikmatillo qizi

Alfraganus universiteti

“Pedagogika va psixologiya” kafedrası
dotsent v.b., psixologiya fanlari bo'yisha
falsafa doktori (PhD)

umidasayitova00@gmail.com

Yusupova Raxila Ne'matullayevna

Alfraganus universiteti

“Pedagogika va psixologiya” yo'nalishi magistranti

Jahon oliy ta'lim muassasalari va ilmiy tadqiqot markazlarida tibbiyot oliy o'quv yurti talabalarida emotsional intellektning psixologik xususiyatlarini yaxshilash, uning stressni samarali boshqarish, hayotdan qoniqishni oshirish, yuqori kasbiy tayyorgarlikka ta'sirini o'rganishga oid ilmiy izlanishlarga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Talabalik davri shaxsning emotsional va ijtimoiy rivojlanishi uchun muhim bir bosqichdir. Bu davrda shaxs o'zini anglash, ijtimoiy munosabatlarni shakllantirish va o'z his-tuyg'ularini boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Emotsional intellektning shakllanishi talabalarga o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqalar bilan munosabatlarni samarali tashkil etish va muammolarni hal qilishda yordam beradi. Emotsional intellekt, shuningdek, talabalarning stressga chidamlilik darajasini oshiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, emotsional intellektga ega bo'lgan talabalar stressli vaziyatlarga yaxshiroq moslashadilar va muammolarni samarali hal qilishadi. Bu esa, o'z navbatida, ularning akademik ko'rsatkichlarini yaxshilashga yordam beradi.

E.G.Arefyev va A.V.Pervyshinlarning tadqiqotlari, EI ning o'zini boshqarish qobiliyatini oshirishi orqali talabalar stress darajasini kamaytirishga yordam berishini ko'rsatadi [1]. Psixologik jihatdan, talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish, shuningdek, ijtimoiy ko'nikmalarni oshirishga olib keladi. Ijtimoiy ko'nikmalar, o'zaro aloqalarda muvaffaqiyatli bo'lish uchun zarurdir. Talabalarning ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatga erishishi, ularning emotsional intellekt darajasi bilan bevosita



3-TOM, 3 - SON

bog'liqdir. O'z his-tuyg'ularini anglay olish, boshqalar his-tuyg'ularini tushunish va ularni boshqarish qobiliyatlari, ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlashga yordam beradi. Ko'pincha EI deb nomlanuvchi hissiy intellekt hissiyotlarni tan olish, nazorat qilish va tartibga solish qobiliyatini anglatadi, bu moslashuvchan fikrlashni va his-tuyg'ularning ahamiyati va natijalarini tushunishni osonlashtiradi.

Emotsional intellekt talabalarni o'z-o'zini anglash va o'z his-tuyg'ularini boshqarish orqali psixologik barqarorlikni ta'minlaydi. Bu esa ularning hissiy salomatligi va ruhiy holatlarini yaxshilaydi [2]. Emotsional intellektning talabalik davrida shakllanishi nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki ijtimoiy muhitga moslashish va professional faoliyatga tayyorgarlik jarayonida ham muhim rol o'ynaydi. Talabalarning emotsional intellekti, kelajakdagi ish faoliyatida ham ularning muvaffaqiyatlarini belgilaydi. Borgan sari o'zaro bog'langan va globallashtirilgan ishchi kuchida samarali hamkorlik qilish va murakkab ijtimoiy dinamikani boshqarish qobiliyati juda muhimdir. Hissiy intellektni rivojlantirishga ustuvor ahamiyat berish talabalarga samarali muloqotchilar, muammolarni hal qiluvchilar va turli xil professional muhitlarda muvaffaqiyat qozona oladigan yetakchilar bo'lish imkoniyatini beradi [3].

Ko'p hollarda kasbiy rivojlanishning past darajasi muhim maxsus qobiliyatlar tegishli profildagi universitetda muvaffaqiyatli o'qishni imkonsiz qiladi. Aksincha, universitetda muvaffaqiyatli ta'lim aslida maxsus kasbiy qobiliyatlarni shakllantirish jarayoniga to'g'ri keladi.

Intellektual salohiyatni rivojlantirish manbalari xilma-xil bo'lib, u ham ommaviy axborot vositalari, ham turli jamoat birlashmalari bo'lishi mumkin. Ammo intellektual salohiyatni rivojlantirishda asosiy rol ta'lim tizimiga tegishli. Bu shaxsning intellektual salohiyatini shakllantirish va rivojlantirishga qodir bo'lgan eng kuchli ijtimoiy, ilmiy muassasadir.

Har bir talabalar faoliyatida atrofdagi insonlar bilan shaxslararo munosabatlarni to'g'ri yo'lga qo'yishda ularning emotsional intellekt va hissiy kechinmalarini oldindan bilish, boshqalarda sodir bo'layotgan hissiy-kechinmalarni tushunib yetish va ularga hamdardlik bildirish kabi sifatlarining rivojlanishini ko'rsatdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Андреева И.Н. «О синтетической теории эмоционального интеллекта» /И.Н. Андреева //Психология человека в современном мире. - 2009. - Т.2. - С. 289-298.



3-TOM, 3 - SON

2. Белоконь О.В. Эмоциональный интеллект и феномен лидерства: эксперимент «Строим вместе»/О.В. Белоконь // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2008. - Т. 5., № 3. - С. 137-144.

3. Mayer J.D., Salovey P. What is Emotional Intelligence? // Emotional Development and Emotional Intelligence; P. Salovey & D.J. Sluyter (Eds.). New York: Basic Books. 1997. P. 3-31. – Emotional Intelligence Information; John D. Mayer. – LA, 2008

