BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISH.

Juraqulova Gulchehra Ilyos qizi
Navoiy innovatsiyalar universiteti Ijtimoiy gumanitar fanlar kafedrasi Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi talabasi
DOI:https://doi.org/10.5281/zenodo.24014761

Annotatsiya. Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari, uning bola shaxsining shakllanishi va ijtimoiy munosabatlaridagi ahamiyati yoritiladi. Shuningdek, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, boshqalarning hissiy holatini tushunish, hamdardlik bildirish hamda ijobiy muloqot ko'nikmalarini shakllantirish masalalari tahlil qilinadi. Ta'lim-tarbiya jarayonida interfaol metodlar, didaktik o'yinlar, muammoli vaziyatlar va ijodiy mashg'ulotlardan foydalanish orqali o'quvchilarning hissiy barqarorligini mustahkamlash imkoniyatlari ochib beriladi. Shu bilan birga, o'qituvchining emotsional qo'llab-quvvatlashi, sog'lom psixologik muhit va oila bilan hamkorlikning emotsional intellekt rivojidagi o'rni asoslab beriladi. Maqolada emotsional intellektni rivojlantirish orqali o'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish, nizoli vaziyatlarni to'g'ri hal etish, jamoada ishlash va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini takomillashtirishga oid pedagogik yondashuvlar bayon etiladi.

Kalit so'zlar: emotsional intellekt, boshlang'ich ta'lim, kichik maktab yoshi, hissiy rivojlanish, hissiy barqarorlik, o'zini o'zi boshqarish, empatiya, ijtimoiy-emotsional ko'nikmalar, psixologik muhit, pedagogik yondashuv, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy moslashuv.

Abstract. This article discusses the pedagogical and psychological foundations of developing emotional intelligence in primary school students and its importance in the formation of a child's personality and social relationships. It also analyzes the development of skills among primary school-aged children to recognize and manage their own emotions, understand the emotional states of others, demonstrate empathy, and establish positive communication. The article explores opportunities to strengthen students' emotional stability through the use of interactive methods, didactic games, problem-based situations, and creative activities in the educational process. Furthermore, it highlights the role of teachers' emotional support, a healthy psychological environment, and family cooperation in the development of emotional intelligence. The article presents pedagogical approaches aimed at improving students' self-confidence, resolving conflict situations appropriately, working collaboratively, and developing social adaptation skills through emotional intelligence development.

Keywords: emotional intelligence, primary education, primary school age, emotional development, emotional stability, self-regulation, empathy, social-emotional skills, psychological environment, pedagogical approach, personal development, social adaptation.

Аннотация. В данной статье рассматриваются педагогические и психологические основы развития эмоционального интеллекта у учащихся начальных классов, а также его значение в формировании личности ребёнка и развитии социальных взаимоотношений. Кроме того,

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

анализируются вопросы формирования у детей младшего школьного возраста навыков распознавания и управления собственными эмоциями, понимания эмоционального состояния окружающих, проявления эмпатии и установления позитивного общения. Раскрываются возможности укрепления эмоциональной устойчивости учащихся посредством использования интерактивных методов, дидактических игр, проблемных ситуаций и творческих занятий в образовательном процессе. Наряду с этим обосновывается роль эмоциональной поддержки учителя, благоприятной психологической среды и сотрудничества с семьёй в развитии эмоционального интеллекта. В статье представлены педагогические подходы, направленные на повышение уверенности учащихся в себе, правильное разрешение конфликтных ситуаций, развитие навыков коллективной работы и социальной адаптации посредством развития эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, начальное образование, младший школьный возраст, эмоциональное развитие, эмоциональная устойчивость, саморегуляция, эмпатия, социально-эмоциональные навыки, психологическая среда, педагогический подход, личностное развитие, социальная адаптация.

Bugungi kunda ta'lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar nafaqat o‘quvchilarga bilim berish, balki ularning har tomonlama rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, ijtimoiy faol va ma'naviy yetuk shaxs bo‘lib shakllanishini ta'minlashga qaratilmoqda. Ayniqsa, boshlang‘ich ta'lim bosqichi bolaning shaxs sifatida shakllanishida muhim davr hisoblanadi. Chunki aynan shu yoshda bolalarda dunyoqarash, o‘ziga bo‘lgan munosabat, atrofdagilar bilan muloqot qilish, his-tuyg‘ularni anglash va boshqarish kabi muhim sifatlar shakllana boshlaydi. Shu sababli boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining nafaqat intellektual salohiyatini, balki emotsional rivojlanishini ham qo‘llab-quvvatlash zamonaviy ta'limning muhim vazifalaridan biri sanaladi. Emotsional intellekt insonning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, ularni boshqarish, boshqalarning hissiy holatini tushunish va turli ijtimoiy vaziyatlarda to‘g‘ri munosabat bildira olish qobiliyatidir. Ushbu tushuncha shaxsning ruhiy barqarorligi, muloqot madaniyati, o‘zaro hurmat va hamkorlik munosabatlarini shakllantirishda alohida ahamiyat kasb etadi. Emotsional intellekti rivojlangan bola o‘z hissiyotlarini to‘g‘ri ifodalay oladi, muvaffaqiyatsizlikka nisbatan bardoshli bo‘ladi, tengdoshlari bilan sog‘lom munosabat o‘rnatadi hamda yuzaga keladigan nizoli vaziyatlarni tinch yo‘l bilan hal qilishga intiladi. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirish masalasi pedagogika va psixologiya fanlarining o‘zaro uzviy bog‘liqligini talab etadi. Chunki bolaning hissiy holati uning bilimlarni o‘zlashtirishi, darsdagi faolligi, mustaqil fikrlashi va ijtimoiy muhitga moslashishiga bevosita ta'sir ko‘rsatadi. Agar o‘quvchi o‘zini sinf jamoasida erkin va xavfsiz his qilsa, o‘z fikrini qo‘rqmasdan bayon etadi, savollar beradi, topshiriqlarni bajarishga faol kirishadi. Aksincha, doimiy qo‘rquv, tushkunlik, o‘ziga ishonchsizlik va salbiy munosabat bolaning ta'lim faoliyatiga bo‘lgan qiziqishini pasaytirishi mumkin.

Emotsional intellekt zamonaviy psixologiya va pedagogika fanlarida muhim o‘rin egallaydigan tushunchalardan biridir. U insonning nafaqat o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarishi, balki boshqa insonlarning hissiy kechinmalarini tushunishi, ularga nisbatan hamdardlik bildirishi va munosabatlarni to‘g‘ri tashkil eta olishini ifodalaydi. Emotsional intellekt tushunchasi ilmiy adabiyotlarda Piter Salovey va Jon Mayer tadqiqotlari orqali nazariy jihatdan asoslangan. Keyinchalik Daniel Goleman tomonidan ushbu tushuncha keng ommalashtirilib, inson faoliyati va shaxsiy rivojlanishidagi ahamiyati keng

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

yoritilgan. Daniel Goleman emotsional intellektni inson muvaffaqiyatiga ta'sir ko'rsatuvchi muhim omillardan biri sifatida izohlaydi. Uning yondashuvida o'zini anglash, o'zini boshqarish, ichki motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalar asosiy tarkibiy qismlar sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu jihatlar boshlang'ich sinf o'quvchilarining yosh xususiyatlariga mos ravishda shakllantirilsa, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Emotsional intellektning asosiy tarkibiy qismlarini quyidagicha izohlash mumkin:

- O'zini anglash – bolaning o'z kayfiyati, his-tuyg'ulari va kechinmalarini tushunishi.
- O'zini boshqarish – g'azab, xafagarchilik, qo'rquv va hayajon kabi hissiyotlarni nazorat qila olish.
- Ichki motivatsiya – qiyinchiliklarga qaramasdan maqsad sari intilish va o'z faoliyatiga ijobiy munosabatda bo'lish.
- Empatiya – boshqa insonlarning his-tuyg'ularini tushunish, ularning holatiga befarq bo'lmaslik.
- Ijtimoiy ko'nikmalar – tengdoshlar va kattalar bilan samarali muloqot qilish, hamkorlikda ishlash va nizolarni hal etish.

Mazkur tarkibiy qismlar bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lib, bolaning yaxlit shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Shu sababli ularni ta'lim jarayonida alohida emas, balki o'zaro uyg'unlikda rivojlantirish maqsadga muvofiqdir.

Kichik maktab yoshi bolaning hissiy va ijtimoiy rivojlanishida alohida ahamiyatga ega bo'lgan davrdir. Bu bosqichda o'quvchilar atrof-muhitni faol o'rganadi, yangi munosabatlarga kirishadi, o'z imkoniyatlarini namoyon etishga intiladi. Ularning hissiy kechinmalari ko'pincha tashqi ta'sirlarga bog'liq bo'ladi. Masalan, o'qituvchining maqtovi, tengdoshlarining munosabati, oiladagi muhit yoki darsdagi muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik bolaning kayfiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirishda, avvalo, ularning yosh va individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish zarur. Ayrim bolalar o'z his-tuyg'ularini ochiq ifodalasa, boshqalari xafagarchilik yoki qo'rquvni ichida saqlashi mumkin. Ba'zi o'quvchilar tanqidni og'ir qabul qiladi, boshqalari esa o'z xatti-harakatlarini nazorat qilishda qiynaladi. Shuning uchun barcha bolalarga bir xil yondashish emas, balki ularning ehtiyojlari va imkoniyatlariga mos pedagogik yordam ko'rsatish muhimdir.

Mazkur yosh davrida bolalarda o'z his-tuyg'ularini nomlash, ularning sabablarini aniqlash, boshqa insonlarning kayfiyatini tushunish va o'z xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni his qilish ko'nikmalarini shakllantirish mumkin. Masalan, o'qituvchi o'quvchilarga turli hissiy holatlar tasvirlangan rasmlarni ko'rsatib, ulardan qahramonning qanday kayfiyatda ekanligini aniqlashni so'rashi mumkin. Bunday topshiriqlar bolalarning kuzatuvchanligini, hissiy idrokini va empatiya qobiliyatini rivojlantiradi. Emotsional intellektning rivojlanishi bolaning faqat maktabdagi faoliyati uchun emas, balki kundalik hayotda ham muhim ahamiyatga ega. O'z hissiyotlarini boshqara oladigan bola tengdoshlari bilan kelishmovchiliklarni tinch yo'l bilan hal etishga, boshqalarning fikrini hurmat qilishga va jamoada o'z o'rnini topishga ko'proq moyil bo'ladi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirish maqsadida ta'lim jarayoniga turli interfaol metodlar, didaktik o'yinlar, ijodiy mashg'ulotlar va amaliy topshiriqlarni kiritish samarali hisoblanadi. Bunday faoliyatlar bolalarning darsga qiziqishini oshirish bilan birga, ularda hissiy savodxonlik, o'zaro hamkorlik va muloqot madaniyatini shakllantirishga yordam beradi.

Quyidagi metodlardan foydalanish maqsadga muvofiq:

"Kayfiyatim qanday?" metodi. Ushbu metod orqali o'quvchilar o'zlarining hozirgi hissiy holatini aniqlash va ifodalashni o'rganadilar. O'qituvchi bolalarga quvonch, xafalik, hayrat, qo'rquv, hayajon va

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

xotirjamlik kabi hissiyotlar aks ettirilgan rasmlarni taqdim etadi. Har bir o'quvchi o'z kayfiyatiga mos tasvirni tanlaydi va nima sababdan aynan shu holatda ekanligini tushuntiradi. Bu jarayon bolalarda o'zini anglash va his-tuyg'ularini so'z orqali ifodalash ko'nikmasini rivojlantiradi.

"Men sening o'rningda bo'lsam..." metodi. Ushbu metod empatiya qobiliyatini shakllantirishga xizmat qiladi. O'qituvchi o'quvchilarga turli hayotiy vaziyatlarni taqdim etadi. Masalan, sinfdoshingiz darsda xato javob berdi va boshqa bolalar uning ustidan kuldi. Siz bunday vaziyatda qanday yo'l tutardingiz? O'quvchilar o'z fikrlarini bayon etadilar va vaziyatga boshqa inson nuqtayi nazaridan qarashga harakat qiladilar. Natijada ularda hamdardlik, mehribonlik va o'zaro hurmat kabi fazilatlar rivojlanadi.

"Hissiyotlar kundaligi" metodi. Bu metod orqali o'quvchilar kun davomida boshdan kechirgan hissiy holatlarini yozib yoki rasmlar orqali ifodalab boradilar. Masalan, bugun meni nima xursand qildi, qaysi vaziyatda xafa bo'ldim, qanday holatda o'zimni dadil his qildim kabi savollar asosida o'z kechinmalarini tahlil qiladilar. Ushbu mashg'ulot o'quvchilarning o'zini anglash va hissiy holatini nazorat qilish qobiliyatini mustahkamlaydi.

"Yaxshi so'zlar zanjiri" metodi. O'quvchilar navbat bilan bir-birlariga ijobiy fikrlar, samimiy tilaklar va rag'batlantiruvchi so'zlar aytadilar. Masalan, "Sen mehribonsan", "Sen bilan birga ishlash menga yoqadi", "Sen juda yaxshi fikr bildirding". Bu metod sinfda ijobiy psixologik muhitni yaratadi, o'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va o'zaro do'stona munosabatlarni mustahkamlaydi.

"Muammoli vaziyatdan chiqish" metodi. O'quvchilarga kundalik hayotda uchrashi mumkin bo'lgan muammoli vaziyatlar beriladi. Masalan, ikki o'quvchi bir xil o'yinchoqdan foydalanmoqchi yoki guruhdagi bolalar topshiriqni bajarish bo'yicha kelisha olmayapti. O'quvchilar vaziyatni tahlil qilib, uni hal etish yo'llarini taklif qiladilar. Bu orqali bolalarda o'zini boshqarish, sabr-toqat, murosaga kelish va qaror qabul qilish ko'nikmalari rivojlanadi.

Mazkur metodlarni ona tili, o'qish savodxonligi, tarbiya, matematika va boshqa fanlar bilan integratsiyalashgan holda qo'llash mumkin. Masalan, o'qish darslarida badiiy asar qahramonlarining xatti-harakatlari va hissiy kechinmalarini tahlil qilish, tarbiya darslarida esa do'stlik, mehr-oqibat, bag'rikenglik va o'zaro hurmat mavzularida suhbatlar tashkil etish yaxshi natija beradi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirishda o'qituvchining shaxsiy namunasi va pedagogik mahorati muhim o'rin tutadi. Chunki bolalar ko'pincha kattalarning xatti-harakatlarini kuzatish va ularga taqlid qilish orqali ijtimoiy munosabatlarni o'zlashtiradilar. O'qituvchining o'quvchilarga nisbatan samimiy munosabati, sabr-toqati, adolatli baholashi va ularning fikrlarini tinglashi sinfda sog'lom psixologik muhitni shakllantiradi. O'qituvchi o'quvchining xatosiga faqat salbiy holat sifatida qaramasligi, balki uni o'rganish va rivojlanish jarayonining tabiiy qismi sifatida qabul qilishi lozim. Masalan, o'quvchi topshiriqni noto'g'ri bajarganida uni koyish yoki boshqa bolalar bilan taqqoslash o'rniga, xatosini tushuntirib, to'g'ri yechimni topishga yo'naltirish maqsadga muvofiq. Bunday yondashuv bolada xatodan qo'rqmaslik, o'z imkoniyatlariga ishonish va qiyinchiliklarni yengib o'tishga intilish sifatlarini rivojlantiradi. Shuningdek, o'qituvchi har bir bolaning hissiy holatiga e'tibor qaratishi, uning kayfiyatidagi o'zgarishlarni kuzatishi va zarur hollarda individual suhbatlar tashkil etishi kerak. Ayniqsa, tortinchoq, o'ziga ishonchi past yoki tengdoshlari bilan muloqot qilishda qiynaladigan o'quvchilar bilan alohida ishlash muhimdir. Emotsional intellektni rivojlantirishda o'qituvchining o'zi ham yuqori darajadagi hissiy madaniyatga ega bo'lishi zarur. U o'z hissiyotlarini boshqara olishi, ziddiyatli vaziyatlarda xotirjamlikni saqlashi, o'quvchilarning fikrlarini hurmat qilishi va har bir bolaga

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

individual yondashishi lozim. Zero, pedagogning hissiy holati va munosabati sinfdagi umumiy psixologik muhitga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Bolaning emotsional rivojlanishi faqat maktab ta'limi bilan cheklanmaydi. Oila muhiti, ota-onalarning farzandiga munosabati, oiladagi o'zaro muloqot va tarbiya usullari ham ushbu jarayonda muhim ahamiyatga ega. Bola dastlabki hissiy tajribalarni oilada egallaydi. U ota-onasining quvonch, xafagarchilik, g'azab va boshqa hissiy holatlarga qanday munosabat bildirishini kuzatadi hamda asta-sekin o'z xatti-harakatlarida shu tajribalardan foydalanadi. Agar oilada farzandning fikri tinglansa, his-tuyg'ulariga hurmat bilan munosabatda bo'linsa, uning savollariga e'tibor qaratilsa, bolada o'zini qadrlash va boshqalarga ishonish hissi shakllanadi. Aksincha, bolaning hissiyotlarini mensimaslik, uni doimiy tanqid qilish yoki boshqa bolalar bilan taqqoslash o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirishi mumkin. Shu sababli ota-onalar va boshlang'ich sinf o'qituvchilari o'rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish zarur. Bu borada ota-onalar yig'ilishlari, psixologik treninglar, oilaviy suhbatlar va tarbiyaviy tadbirlarni tashkil etish samarali hisoblanadi. Ota-onalarga farzandining hissiy ehtiyojlarini tushunish, uni tinglash, his-tuyg'ularini erkin ifodalashiga imkon yaratish va muammolarini tinch yo'l bilan hal qilishga o'rgatish bo'yicha tavsiyalar berilishi lozim. Demak, oila va maktabning yagona pedagogik yondashuv asosida faoliyat yuritishi bolaning emotsional intellektini izchil rivojlantirishga xizmat qiladi.

Emotsional intellektning rivojlanishi boshlang'ich sinf o'quvchilarining ta'lim faoliyatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Chunki hissiy holat va bilish jarayonlari bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Bola o'zini xotirjam, xavfsiz va qo'llab-quvvatlangan muhitda his qilganda, uning diqqatini jamlashi, topshiriqlarni bajarishi va yangi bilimlarni o'zlashtirishi uchun qulay sharoit yaratiladi. Emotsional intellekti rivojlangan o'quvchilar odatda o'z fikrlarini erkinroq ifodalashga, tengdoshlari bilan hamkorlik qilishga va muammoli vaziyatlarda maqbul yechim topishga intiladilar. Ular muvaffaqiyatsizlikni shaxsiy qobiliyatsizlik sifatida emas, balki o'rganish jarayonining bir qismi sifatida qabul qilishni o'rganadilar. Bundan tashqari, emotsional intellektni rivojlantirish sinf jamoasida do'stona munosabatlarni mustahkamlashga, o'zaro nizolarni kamaytirishga va o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilashga yordam beradi. Bunday sharoitda har bir bola o'zini sinf jamoasining muhim a'zosi sifatida his qiladi va ta'lim jarayonida faol ishtirok etishga intiladi. Shu nuqtayi nazardan, emotsional intellektni rivojlantirishni boshlang'ich ta'limning qo'shimcha vazifasi sifatida emas, balki bolaning intellektual, ma'naviy va ijtimoiy kamolotini ta'minlovchi muhim pedagogik yo'nalish sifatida qarash lozim.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, boshlang'ich sinf o'quvchilarida emotsional intellektni rivojlantirish zamonaviy ta'lim-tarbiya jarayonining muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Chunki bolaning har tomonlama kamol topishi faqat bilim, ko'nikma va malakalarni egallashi bilan belgilanmaydi, balki uning o'z his-tuyg'ularini anglay olishi, boshqalarning kechinmalarini tushunishi, hissiy holatini boshqarishi va ijtimoiy munosabatlarda to'g'ri yo'l tuta bilishi bilan ham chambarchas bog'liqdir. Maqolada olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, emotsional intellekt o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, o'ziga bo'lgan ishonchi, muloqot madaniyati va jamoaga moslashishida muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, kichik maktab yoshida shakllantirilgan hissiy savodxonlik bolaning keyingi ta'lim bosqichlarida ham ijobiy munosabatlar o'rnatishi, mustaqil qaror qabul qilishi va turli hayotiy vaziyatlarga moslashishiga zamin yaratadi.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. – New York: Bantam Books, 1995.
2. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications // Psychological Inquiry. – 2004. – Vol. 15, No. 3. – P. 197–215.
3. Elias M. J., Zins J. E., Weissberg R. P. va boshqalar. Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators. – Alexandria: ASCD, 1997.
4. Vygotsky L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. – Cambridge: Harvard University Press, 1978.
5. Goleman D. Working with Emotional Intelligence. – New York: Bantam Books, 1998.
6. Выготский Л. С. Психология развития человека. – Москва: Смысл; Эксмо, 2005.
7. Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. – Москва: ИНТОР, 1996.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.