

**IJODIY FIKRLASHDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING ZARURATI****Siddiqov Baxtiyor Saidqulovich***Fargʻona davlat universiteti dotsenti***Otajonova Barnoxon Sobirjonovna***Fargʻona davlat universiteti magistranti*

Hozirgi vaqtda dinamik, raqobatbardosh yoʻnaltirilgan zamonaviy dunyo maktab bitiruvchisi shaxsiga maʼlum talablarni qoʻyadi. Zamonaviy taʼlimining vazifalaridan biri rivojlanishdir

Ijodiy fikrlaydigan, yangi hayot sharoitlariga moslasha oladigan, oʻz-oʻzini tarbiyalash, oʻzini oʻzi boshqarish va oʻz-oʻzini takomillashtirishga qodir shaxsni rivojlantirish. Ixtisoslashtirilgan sinflarda psixologning ish tizimi asosan oʻrta maktab oʻquvchisiga kasbiy oʻzini oʻzi belgilashda yordam berishga qaratilgan. Ammo, bundan tashqari, psixologik yordamning muhim vazifalaridan biri bu hissiy sohani, faoliyatning hissiy madaniyatini rivojlantirishdir. Akademik fanlar bu muammoni hal qilmaydi, ular koʻproq mantiqiy fikrlashni rivojlantirishga, imtihonlarga tayyorgarlik koʻrishga va universitetga kirishga qaratilgan.

Ammo, yaqinda, kasbiy faoliyat sohasidagi tadqiqotchilar, kasbdagi muvaffaqiyat nafaqat bilim darajasini, mantiqiy aqlni rivojlantirishni, balki shaxsning hissiy intellektini rivojlantirish. Olimlar hayotning ijtimoiy va shaxsiy sohalarida muvaffaqiyatning qariyb 80% hissiy intellektning rivojlanish darajasi bilan belgilanadi va faqat 20% - taniqli IQ - insonning aql-idrok darajasini oʻlchaydigan intellekt koefitsienti bilan belgilanadi. aqliy qobiliyatlar [3]. Olimlarning bunday xulosasi XX asrning 90-yillari oʻrtalarida shaxsiy muvaffaqiyatning tabiati va inson qobiliyatlarining rivojlanishi haqidagi qarashlarni oʻzgartirdi. Emotsional intellektning past darajasi oʻz his-tuygʻularini tushunish va aniqlashda qiyinchiliklarga, boshqalarning his-tuygʻularini notoʻgʻri tushunishga va muloqotda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

Ilmiy psixologik tushunchalarda hissiy intellekt hissiy holatlarni tushunish va boshqarish uchun intellektual qobiliyatlar yigʻindisi sifatida belgilanadi. Ab-dan farqli oʻlaroq tashqi dunyo qonuniyatlarini aks ettiruvchi kontrakt va konkret intellekt, hissiy intellekt ichki dunyoni, uning shaxsning xatti-harakati va voqelik bilan oʻzaro munosabatini aks ettiradi.

Shaxsning hissiy rivojlanishi - bu his-tuygʻularning asta-sekin farqlanishi, oʻz his-tuygʻulari va boshqa odamning his-tuygʻularini anglash, hissiy reaksiyaga sabab boʻlgan ob'ektlar va sub'ektlar doirasini kengaytirish;

tajribani boyitish va his-tuygʻularni tartibga solish va nazorat qilish koʻnikmalarini shakllantirish, adekvat hissiy reaksiyaga hissa qoʻshish [5].

Nima uchun hissiy intellektni rivojlantirish muhim? Olimlar tomonidan olib borilgan ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, hissiy intellektning past darajasi sifatlar majmuasini - aleksitimiyani birlashtirishga olib kelishi mumkin. Aleksitimiya bilan o'z his-tuyg'ularini tushunish va aniqlashda jiddiy qiyinchiliklar mavjud, bu esa psixosomatik kasalliklar xavfini oshiradi.

Hissiy intellektning xorijiy tadqiqotchilari ushbu sifatni rivojlantirishning yoshga bog'liq xususiyatlarini aniqladilar. Hissiy intellekt hayot tajribasi bilan ortadi, o'smirlik va etuklik davrida ortadi. Bu shuni anglatadiki, bolaning hissiy intellekt darajasi shubhasiz pastroq kattalarda va unga tenglasha olmaydi [4]. Yosh maktab o'quvchilari va o'smirlar uchun hissiy sohani rivojlantirish uchun ko'plab dasturlar yaratilgan. O'rta maktabda bunday dasturlar etarli emasligi aniq. Ammo maktab yoshidagi mantiqiy intellektning hissiy intellektga zarar etkazadigan har qanday kuchayishi (buni biz ixtisoslashtirilgan maktabda kuzatamiz) shaxsiy rivojlanishdagi qiyinchiliklarga va hatto deformatsiyalarga olib kelishi mumkin.

Aynan shu holat ko'plab odamlarning, shu jumladan bolaligida aqliy rivojlanishi rivojlangan iqtidorli bolalar qatorida bo'lganlarning o'zini o'zi anglashdagi qiyinchiliklariga sabab bo'ladi.

V.Yurkevich o'z tadqiqotida iqtidorli bolalarning 95% emotsional intellekt faoliyatida qiyinchiliklarga duch kelishini ta'kidlaydi. Ayniqsa, iqtidorli bolalarning deyarli barcha rivojlanish muammolari hissiy intellektning rivojlanishidagi kamchiliklar bilan bog'liq [6]. O'rta maktab o'quvchilari uchun haqiqiy yordam ularning barcha ko'rinishlarida hissiy intellektni rivojlantirishni rag'batlantiradigan muhitni tashkil qilishdir. V.Yurkevich, shuningdek, ijodkorlikning ta'limga, umuman atrof-muhit sharoitlariga aniq bog'liqligi hissiy intellektning ijodiy faoliyatda o'ynaydigan muhim roli bilan aniq bog'liq deb hisoblaydi.

O'rta maktab o'quvchilarining hissiy intellektini rivojlantirishda o'smirlikning qaysi yosh xususiyatlariga tayanish mumkin? Ko'pgina tadqiqotchilar (L. I. Bojovich, T. V. Dragunova, V. A. Krutetskiy va boshqalar) o'z-o'zini anglashni o'smirlik davrining markaziy neoformatsiyasi deb hisoblashadi. Hissiy intellekt tarkibida o'z-o'zini anglash etakchi o'rinni egallaydi. Bundan tashqari, hissiy intellektning yana uchta komponenti mavjud: o'zini o'zi boshqarish, empatiya va munosabatlar qobiliyatlari. Hissiy intellektning shakllanishi hissiy o'zini o'zi anglash, o'zini to'g'ri baholash, o'ziga ishonch, empatik muloqot qobiliyatlari, ochiqlik, moslashuvchanlik, g'alaba qozonish irodasi, optimizm, o'zini o'zi anglash istagi kabi individual xususiyatlar bilan belgilanadi. nizolarni hal qilish qobiliyati. "Hissiy iqtidorli" maktab o'quvchilari jamoada oson til topishadi, ko'pincha yetakchi mavqeini egallaydi, yangi sharoitlarga yaxshi moslashadi, jamiyatning ijtimoiy-psixologik iqlimini yaxshilashga hissa qo'shadi.

Bunday hissiy tarbiya ma'lum bir rivojlanish muhitini yaratish orqali amalga oshirilishi mumkin. Bular o'rta maktab o'quvchilari uchun ijtimoiy psixologik trening shaklida o'tkaziladigan tanlov kurslari bo'lishi mumkin. Keng ma'noda "trening"

atamasi guruh ishining turli shakllariga nisbatan qo'llaniladi. Bu o'z-o'zini bilish va o'z-o'zini tartibga solish, muloqot va shaxslararo o'zaro munosabatlar, muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan turli xil rivojlantiruvchi va o'qitish usullarining kombinatsiyasi. Treningning maqsadlari katta yoshdagi o'quvchi shaxsini rivojlantirishning quyidagi vazifalarini hal qilishi mumkin:

shaxsiy o'sish va o'zini o'zi anglash; xulq-atvorni o'zgartirish va tuzatish uchun o'z-o'zini anglashni rivojlantirish;

psixologik muammolarni o'rganish va hal qilishda yordam berish, muloqot asoslarini o'rganish.

Shunday qilib, hissiy savodxonlikni rivojlantirish uchun ijtimoiy-psixologik trening mashg'ulotlarni o'tkazishning eng maqbul shakli hisoblanadi. Treningning ta'sir qilish mexanizmlari quyidagilardan iborat: javob, fikr-mulohaza, tushuncha, tuzatuvchi hissiy tajriba, xatti-harakatlarning yangi usullarini o'zlashtirish, kuzatish orqali o'rganish, altruizm, boshqani va o'zini qabul qilish, muammolarni tushunish. O'rta maktab o'quvchilarining hissiy sohasini rivojlantirish jarayoni dinamik bo'lib, faoliyat va muloqotning refleksi aks etishi asosida insonning hissiy reaksiyasining adekvatligini ta'minlaydigan vositalar tizimini amalga oshirishni o'z ichiga oladi.

Vazifani amalga oshirishda muhim o'rin tutadigan mashg'ulotning tamoyillaridan biri o'z nomidan bayon etish va "Izoh menman"dir. Ishtirokchilarning asosiy e'tiborini o'z-o'zini bilish jarayonlariga, o'z-o'zini tahlil qilish va aks ettirishga qaratish kerak. Guruhning boshqa a'zosining xatti-harakatlarini baholash ularning paydo bo'lgan his-tuyg'ulari va tajribalarini ifodalash orqali amalga oshirilishi kerak. O'z nuqtai nazarini ifodalash, his-tuyg'ularini ochiq ifoda etish - mashg'ulotning asosiy o'rgatish va rivojlantiruvchi elementi.

O'quv mashg'ulotlarida muhim nuqta psixologik signallarni o'rganish, tushunish va ularga javob berish uchun shart-sharoitlarni yaratishdir: og'zaki - bayonotlarning ma'nosi, iboralarni tanlash, nutqning to'g'riligi va uning yo'nalishining turli xil turlari; paralingvistik - nutqning talaffuzi va nutqiy bo'lmagan tovushlarning xususiyatlari, ovoz sifati, intonatsiya, temp, ritm, nutq hajmi, pauzalar va boshqalar; og'zaki bo'lmagan - kosmosda o'zaro tartibga solish, durushlar, imo-ishoralar, yuz ifodalari, ko'z bilan aloqa qilish, tashqi ko'rinish dizayni, teginish, hidlar, kosmik dizayn.

Mashg'ulotlarni o'tkazish tajribasiga asoslanib, asosiy vaqt ishtirokchilar tomonidan maxsus ishlab chiqilgan mashqlar va texnikalarni bajarishga, shuningdek, ularda to'plangan tajribani tahlil qilishga bag'ishlangan. Treningning asosiy usullari muhokama va rolli o'yinlar, shuningdek, psixo-gimnastika mashqlari, aqliy hujum, vaziyatni tahlil qilish, video tahlil qilish, ishtirokchilar tajribasidan muammoli vaziyatlarni modellashtirish, "bu erda va hozir" tamoyili bo'yicha joriy tajribani tahlil qilishdir. ". Ish to'rt yo'nalishda qurilgan: o'z-o'zini anglash, o'zini o'zi boshqarish, ta'sir qilish ko'nikmalarini rivojlantirish, hamdardlik. "O'z-o'zini anglash" va "o'z-o'zini tartibga solish" yo'nalishlarida ishtirokchilar o'zlarining his-tuyg'ularini va his-

tuyg'ularini yaxshiroq tushunishni o'rganadilar, xatti-harakatlar motivlarini amalga oshiradilar, bu esa hissiyotlarni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

Empatiya qobiliyati maxsus mashqlarda qo'llaniladi, uning davomida ishtirokchilar boshqalarning his-tuyg'ularini, ehtiyojlari va motivlarini sezish va tushunish qobiliyatini rivojlantiradilar. Ta'sir qilish ko'nikmalari bahslash va ishontirish texnikasi bo'yicha mashqlarda rivojlantiriladi. Bu yerda konfliktda samarali xulq-atvor ko'nikmalari ham qo'llaniladi.

O'quv dasturi bir nechta modullarga bo'lingan.

Modul 1. Insonning hissiy hayoti.

Modulning mazmuni quyidagi tushunchalarni tahlil qilishni o'z ichiga oladi: hissiyotlarning roli va maqsadi, hissiyotlarning kasbiy va shaxsiy hayotdagi ta'siri, hissiy intellekt va muvaffaqiyatga erishishdagi roli, hissiy aqliy kompetentsiya va hissiy samaradorlik, hissiy intellektni rivojlantirish.

Modul 2. Hissiy anglash va his-tuyg'ularning ma'nosini tushunish.

Mazmun: o'z his-tuyg'ularini, his-tuyg'ularini va ularning tanadagi namoyon bo'lishini, impulsivlikning sabablarini va uni engish imkoniyatini, stressga qarshilikni, shaxsiy stressga chidamliligini baholashni, stressga moyil bo'lgan xarakter xususiyatlarini, salbiy tajribalar intensivligini kamaytirish imkoniyatini tushunish; murakkab va ziddiyatli his-tuyg'ular bilan kurashish.

3-modul: Boshqalarni tushunish va ularga ta'sir qilish.

Modul mazmuni: empatiya boshqa odamning ichki dunyosini, uning his-tuyg'ularini, ehtiyojlarini, motivlarini, qadriyatlarini tushunish imkoniyati sifatida, empatik tinglash, boshqa odamni tushunishga to'sqinlik qiladigan yoki yordam beradigan munosabatlarni tahlil qilish, tsivilizatsiyalashgan ta'sir qilish, argumentatsiya usullari, hissiy hissiyotlarni kamaytirish imkoniyati. suhbatdagi stress, tortishuv, nizo.

Modul 4. Modulning mazmuni: hissiy intellektga asoslangan munosabatlarni boshqarish, shaxs va guruhga shaxsiy ta'sir, hissiy etakchilikni rivojlantirish.

Trening natijasi faoliyatning turli sohalarida, biznes va biznesdan tashqari muloqotda va umuman shaxsiy hayotda namoyon bo'ladi. Darhaqiqat, treningda ishtirok etish shaxsiy samaradorlikni rivojlantirish va muloqot sifatini oshirish usulidir. Mavjud natijalarni tahlil qilish shuni ko'rsatdiki, ixtisoslashtirilgan sinflarda bunday dasturlar bo'yicha ishlash maktab o'quvchilarining aqliy rivojlanishiga foydali ta'sir ko'rsatadi, samarali shaxslararo o'zaro munosabatlarga yordam beradi, nizolarni kamaytiradi va hissiy etakchilikni rivojlantiradi.

**FOYDALANILGAN ADABIYOT:**

1. Soxib o'g'li, A. S. (2023). TALABALARDA IJTIMOIIY DAXLDORLIK FAZILATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI. SPAIN" PROBLEMS AND PROSPECTS FOR THE IMPLEMENTATION OF INTERDISCIPLINARY RESEARCH", 14(1).
2. ugli Abdullaev, S. S. (2021). Social Involvement in Students Results of Experimental Work on the Development of Virtues. European Journal of Research Development and Sustainability, 2(7), 42-47.
3. Abdullayev, X. J. (2023). THE PROBLEM AND IMPROVEMENT OF THE THEORETICAL FOUNDATIONS OF PHYSICAL EDUCATION IN SCHOOLS OF GENERAL SECONDARY EDUCATION. Conferencea, 132-142.
4. Abdullaev, S. S. (2021). SOCIO-POLITICAL FACTORS OF DEVELOPMENT OF SOCIAL RELATIONSHIPS IN STUDENTS IN THE PROCESS OF PEDAGOGICAL EDUCATION. In Euro-Asia Conferences (pp. 168-170).
5. Abdullaev, S. A. (2022). DISTRIBUTION OF THE NUMBER OF FAULTS AND TIME OF RESTORATION OF ELEMENTS OF SEWER NETWORKS. Educational Research in Universal Sciences, 1(7), 512-519.
6. Sobirjon, A. (2020). Socio-pedagogical factors of formation of activities of society and social involvement in students who have an active life position. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol, 8(12).
7. Nurkholis, A., Imas, S. S., Annisa, A., & Sobir, S. (2021). Spatial decision tree model for garlic land suitability evaluation. IAES International Journal of Artificial Intelligence, 10(3), 666.
8. Siddiqov, B. S., & Mexmonaliyev, S. N. (2022). PEDAGOGIK AMALIYOTNING BO 'LAJAK O 'QITUVCHINING KASBIY TAYYORGARLIK FAOLIYATIDA TUTGAN O 'RNI. Academic research in educational sciences, 3(1), 10-16.
9. Siddikov, B. S. (2023). MORAL VIEWS OF HUSSAIN VOIZ KOSHIFI. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 3(4-2), 39-42.
10. MAZMUNI, T. M. A. J. V. Sh. N. Mexmonaliyev–Farg 'ona davlat universiteti 2-bosqich magistranti SS Evatov–Farg 'ona davlat universiteti o 'qituvchisi OA Tursunov–Farg 'ona politexnika instituti akademik litsey o 'quvchisi. FARG 'ONA DAVLAT UNIVERSITETI, 275.