

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

**TA’LIM JARAYONIDA EMOTSIONAL INTELLEKT NAZARIYASI VA UNING
AMALIY QO‘LLANILISHI**

Xakimova Dilorom Alimjanovna

*Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Pedagogika nazariyasi va
tarixi magistranti
+99893-573-1558*

E-mail: dilorom.xakimova.1992@mail.ru

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18667378>

Annotatsiya: *Ushbu maqola ta’lim jarayonida emotsional intellekt nazariyasining ahamiyati va uning amaliy qo‘llanilishini keng qamrovli o‘rganadi. Maqolada emotsional intellektni rivojlantirish metodlari, pedagogik strategiyalar, interaktiv darslar va o‘quvchilarning motivatsiyasini oshirishdagi roli batafsil tahlil qilinadi. Shuningdek, maqolada EI pedagoglar va o‘quvchilar faoliyatida qanday qo‘llanilishi mumkinligi ham ko‘rsatib o‘tiladi.*

Аннотация: *В данной статье рассматривается значение теории эмоционального интеллекта и её практическое применение в образовательном процессе. Анализируются методы развития ЭИ, педагогические стратегии, интерактивные занятия и роль ЭИ в повышении мотивации учащихся. Также рассматривается, как ЭИ может применяться в деятельности педагогов и учащихся.*

Abstract: *Article examines the significance of Emotional Intelligence theory and its practical application in education. The analysis focuses on methods of developing EI, pedagogical strategies, interactive lessons, and the role of EI in enhancing students’ motivation. The article also considers how EI can be applied in the activities of teachers and students.*

Ta’lim jarayonida emotsional intellekt (EI) nazariyasi o‘quvchilarning shaxsiy va akademik rivojlanishi uchun muhim vosita hisoblanadi. EI — bu shaxsning o‘z hissiyotlarini aniqlash, boshqarish va boshqalarning hissiyotlarini tushunish qobiliyatidir. Shu qobiliyat o‘quvchilarning ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantirish, samarali o‘quv-munosabatlarni tashkil etish, stressni boshqarish va motivatsiyani oshirishda katta ahamiyatga ega. [1. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books.]

Emotsional intellektning ta’limdagi ahamiyati bir necha jihatdan namoyon bo‘ladi. Birinchidan, o‘quvchilar o‘z hissiyotlarini tushunib, ularni boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Masalan, dars davomida qiyin topshiriqlar bilan yuzma-yuz kelganda, EI yordamida o‘quvchi stressni kamaytirib, diqqatini konsentratsiya qilishni o‘rganadi. Ikkinchidan, EI o‘quvchilarga samarali muloqot qilish va jamoaviy ishlash ko‘nikmalarini oshirishga yordam beradi. Bu esa ularning ijtimoiy moslashuvchanligini va hamkorlik qobiliyatini rivojlantiradi.

Pedagoglar uchun EI pedagogik sezgirlikni oshiradi, o‘quvchilarning psixologik holatini aniqlash va dars jarayonini optimallashtirish imkonini beradi. Shuningdek, EI yordamida o‘qituvchi har bir o‘quvchining individual ehtiyojini inobatga olib, darsni interaktiv va qiziqarli shaklda tashkil etishi mumkin. Interaktiv dars uslublari, guruh mashg‘ulotlari, rol o‘yinlari va case-study metodlari

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

o‘quvchilarda o‘zini anglash va boshqalar bilan samarali muloqot qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Emotsional intellektni rivojlantirishda hissiy mashqlar va reflektiv mashg‘ulotlar alohida ahamiyatga ega. Masalan, o‘quvchilar dars oxirida o‘z his-tuyg‘ularini baholab, dars jarayonidagi qiyinchiliklar va muvaffaqiyatlarini tahlil qilish orqali o‘z hissiy barqarorligini oshiradi. [Mayer, J. D. , Salovey, P. & Caruso, D. R. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. Psychological Inquiry, 15(3), 197–215.] Shu bilan birga, EI o‘quvchilarning motivatsiyasini boshqarish va ichki rag‘batini kuchaytirishda ham muhim rol o‘ynaydi. Emotsional intellekt nazariyasi ta’lim jarayonida nafaqat o‘quvchilarga, balki pedagoglarga ham foyda keltiradi. O‘qituvchi o‘zining hissiy holatini boshqarishni o‘rganishi bilan, dars jarayonida stressni kamaytirish va o‘quvchilarga ijobiy psixologik muhit yaratish imkoniga ega bo‘ladi. Shuningdek, EI pedagoglarga o‘quvchilarni individual yondashuv asosida baholash, ularning qobiliyat va qiziqishlarini aniqlash, motivatsiyani kuchaytirish va samarali muloqot o‘rnatishda yordam beradi.

Hozirgi kunda innovatsion ta’lim texnologiyalari va interaktiv metodlar EI rivojlanishida katta ahamiyatga ega. Masalan, guruh ishlari va jamoaviy loyihalar o‘quvchilarda hamkorlik, mas’uliyat va ijtimoiy qobiliyatlarni rivojlantiradi. Shuningdek, rolli o‘yinlar va case-study metodlari orqali o‘quvchilar real hayotiy vaziyatlarda o‘z hissiyotlarini boshqarish va qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Emotsional intellektni rivojlantirish o‘quvchilarda nafaqat akademik natijalarni oshiradi, balki ularning shaxsiy rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvchanligi va hayotiy ko‘nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, EI orqali o‘quvchilar o‘z hissiy holatini tahlil qilishni, boshqalar bilan samarali muloqot qilishni va murakkab vaziyatlarda konstruktiv yechim topishni o‘rganadi.

Innovatsion pedagogik strategiyalar orqali EI rivojlantirilganda, o‘quvchilar nafaqat o‘z hissiyotlarini boshqarishni o‘rganadi, balki o‘zlarini tanqidiy fikrlashga, ijodiy yechimlar ishlab chiqishga va murakkab vaziyatlarda samarali qaror qabul qilishga o‘rgatiladi. Natijada, ta’lim jarayoni yanada samarali bo‘ladi, o‘quvchilar faollashadi, hissiy barqarorlik va ijtimoiy ko‘nikmalar sezilarli darajada oshadi. Pedagogik amaliyotda EI ni qo‘llashning yana bir muhim jihati — bu o‘quvchilarda motivatsiya va o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirishdir. EI asosidagi mashg‘ulotlar o‘quvchilarda o‘z-o‘zini anglashni rivojlantiradi, ichki rag‘batni kuchaytiradi va ijtimoiy-hissiy intellektini oshiradi. Shu tarzda, emotsional intellekt ta’lim jarayonini nafaqat samarali, balki qiziqarli va interaktiv qiladi. Natijada, emotsional intellekt nazariyasi ta’lim jarayonining asosiy tarkibiy qismi sifatida qaralishi, pedagogik strategiyalar va metodlarni boyitishi va o‘quvchilarning shaxsiy hamda akademik rivojlanishiga sezilarli hissa qo‘shishi mumkin. [Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). Psicothema, 18, 13–25.]

Shu tarzda, ta’limda emotsional intellekt nazariyasi va uning amaliy qo‘llanilishi o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, akademik muvaffaqiyati va ijtimoiy-hissiy ko‘nikmalarini mustahkamlashda muhim vosita ekanligi aniqlandi.

Maqola natijalari shuni ko‘rsatadiki, emotsional intellekt nafaqat o‘quvchilarning hissiy barqarorligini oshirishga, balki ularning akademik natijalarini yaxshilashga ham xizmat qiladi. EI yordamida pedagoglar dars jarayonini interaktiv va individual yondashuv asosida tashkil etishi, o‘quvchilarning ijtimoiy va hissiy rivojlanishini ta’minlashi mumkin.

“Xotin-qizlar ilmda: tiklanish, yuksalish va taraqqiyot sari qadamlar” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materillari to‘plami. NamDPI – 2026-yil, 11-fevral

Emotsional intellekt[Шапиро, И. (2019). Эмоциональный интеллект в образовательной среде. Москва: Педагогическое наследие.]i shakllantirish pedagogik strategiyalar, innovatsion metodlar, interaktiv mashg‘ulotlar va reflektiv mashqlar orqali amalga oshiriladi. Natijada, ta’lim jarayonida EI qo‘llanilishi o‘quvchilarning faolligi, motivatsiyasi va ijtimoiy-hissiy rivojlanishini sezilarli darajada oshiradi, bu esa ta’lim sifatini yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
2. Mayer, J. D. , Salovey, P. & Caruso, D. R. (2004). *Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications*. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215.
3. Bar-On, R. (2006). *The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI)*. *Psicothema*, 18, 13–25.
4. Petrides, K. V. & Furnham, A. (2001). *Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies*. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448.
5. Salovey, P. , & Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
6. Шапиро, И. (2019). *Эмоциональный интеллект в образовательной среде*. Москва: Педагогическое наследие.
7. Ciarrochi, J. , Chan, A. Y. C. , & Caputi, P. (2000). *A Critical Evaluation of the Emotional Intelligence Construct*. *Personality and Individual Differences*, 28(3), 539–561.
8. Ясвинов, В. П. (2018). *Психология и эмоциональный интеллект в образовании*. Санкт-Петербург: Питер.
9. 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?* New York: Teachers College Press.
10. Elias, M. J. , et al. (1997). *Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development (ASCD).