

## TALABALAR EMOTSIONAL INTELLEKTINI RIVOJLANTIRISH VA GLOBALLASHUV SHAROITIDA YUQORI MALAKALI KADRLARNI TAYYORLASH JARAYONIDA PSIXIK SALOMATLIKNI TA’MINLASHNING INNOVATSION PSIXOLOGIK STRATEGIYALARI.

Kadirova Odina Djorabayevna  
Andijon davlat unversiteti  
Psixologiya kafedrasida dotsenti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19415348>

**Annotatsiya.** Mazkur tadqiqot globallashuv jarayonlari jadallashib borayotgan sharoitda talabalar emotsional intellektini rivojlantirish hamda yuqori malakali kadrlarni tayyorlash jarayonida psixik salomatlikni ta’minlashning innovatsion psixologik strategiyalarini o’rganishga bag’ishlangan. Zamonaviy ta’lim tizimida nafaqat kasbiy bilim va ko’nikmalarni shakllantirish, balki shaxsning emotsional barqarorligi, stressga chidamliligi va ijtimoiy moslashuvchanligini rivojlantirish ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shu nuqtai nazardan, talabalar emotsional intellekti shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyatni ta’minlovchi muhim psixologik omillardan biri sifatida qaraladi. Tadqiqotda emotsional intellektning tarkibiy komponentlari, uning talabalarning psixik salomatligi va kasbiy tayyorgarligiga ta’siri nazariy hamda amaliy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, globallashuv sharoitida yuzaga kelayotgan yangi ijtimoiy-psixologik talablar, akademik yuklama, raqobat muhiti va axborot oqimining ortib borishi talabalar psixik salomatligiga ta’sir etuvchi omillar sifatida o’rganiladi.

**Kalit so’zlar:** emotsional intellekt, talabalar, psixik salomatlik, globallashuv jarayoni, innovatsion psixologik strategiyalar, stressga chidamlilik, ijtimoiy moslashuvchanlik, oliy ta’lim tizimi, yuqori malakali kadrlar tayyorlash, psixologik barqarorlik.

**Аннотация.** Данное исследование посвящено изучению инновационных психологических стратегий развития эмоционального интеллекта студентов и обеспечения психического здоровья в процессе подготовки высококвалифицированных кадров в условиях стремительно усиливающихся процессов глобализации. В современной системе образования важное значение имеет не только формирование профессиональных знаний и навыков, но и развитие эмоциональной устойчивости личности, стрессоустойчивости и социальной адаптивности. В этом контексте эмоциональный интеллект студентов рассматривается как один из ключевых психологических факторов, обеспечивающих личностный и профессиональный успех.

В исследовании теоретически и практически анализируются структурные компоненты эмоционального интеллекта, а также его влияние на психическое здоровье и профессиональную подготовку студентов. Кроме того, в условиях глобализации изучаются новые социально-психологические требования, академическая нагрузка, конкурентная среда и возрастающий поток информации как факторы, влияющие на психическое здоровье студентов.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, студенты, психическое здоровье, процессы глобализации, инновационные психологические стратегии, стрессоустойчивость, социальная адаптивность, система высшего образования, подготовка высококвалифицированных кадров, психологическая устойчивость.

**Abstract.** This study is devoted to the examination of innovative psychological strategies for developing students’ emotional intelligence and ensuring mental health in the process of training

highly qualified specialists in the context of rapidly intensifying globalization processes. In the modern education system, it is important not only to develop professional knowledge and skills, but also to enhance an individual’s emotional stability, stress resilience, and social adaptability. From this perspective, students’ emotional intelligence is considered one of the key psychological factors that ensure personal and professional success.

The study analyzes the structural components of emotional intelligence and examines their influence on students’ mental health and professional training from both theoretical and practical perspectives. In addition, in the context of globalization, new socio-psychological demands, academic workload, competitive environments, and the increasing flow of information are explored as factors influencing students’ mental health.

**Keywords:** emotional intelligence, students, mental health, globalization processes, innovative psychological strategies, stress resilience, social adaptability, higher education system, training of highly qualified personnel, psychological stability.

**Kirish.** Hozirgi kunda globallashuv jarayonlarining jadallashuvi jamiyatning barcha sohalariga, xususan ta’lim tizimiga ham sezilarli ta’sir ko’rsatmoqda. Zamonaviy ta’lim muhitida raqobatning kuchayishi, axborot oqimining ortib borishi, ijtimoiy va kasbiy talablarning murakkablashuvi oliy ta’lim muassasalarida nafaqat yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashni, balki talabalarning psixologik barqarorligi va psixik salomatligini ta’minlashni ham dolzarb masalalardan biriga aylantirmoqda. Shu nuqtai nazardan, talabalar shaxsining har tomonlama rivojlanishida emotsional intellekt muhim psixologik omil sifatida alohida ahamiyat kasb etadi.

Emotsional intellekt shaxsning o’z emotsiyalarini anglash, ularni boshqarish, boshqalarning emotsional holatini tushunish hamda samarali ijtimoiy munosabatlarni yo’lga qo’yish qobiliyatini ifodalaydi. Talabalarda emotsional intellektning rivojlanganligi ularning stressli vaziyatlarga moslashuvi, akademik faoliyatda muvaffaqiyatga erishishi, shuningdek kelajakdagi kasbiy faoliyatida samarali muloqot va hamkorlikni ta’minlashda muhim omil hisoblanadi. Shu sababli zamonaviy oliy ta’lim tizimida emotsional intellektni rivojlantirish masalasi pedagogika va psixologiya fanlarining muhim ilmiy yo’nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda.

Globallashuv sharoitida talabalar psixik salomatligini saqlash va mustahkamlash masalasi ham alohida ahamiyatga ega. Akademik yuklamaning ortishi, raqobat muhiti, tez o’zgaruvchan ijtimoiy sharoitlar hamda axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi talabalar psixologik holatiga turli darajada ta’sir ko’rsatmoqda. Bu esa oliy ta’lim jarayonida psixik salomatlikni qo’llab-quvvatlashga qaratilgan innovatsion psixologik strategiyalarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etishni taqozo etadi. Mazkur tadqiqotda talabalar emotsional intellektini rivojlantirishning psixologik asoslari, uning psixik salomatlik bilan o’zaro bog’liqligi hamda globallashuv sharoitida yuqori malakali kadrlarni tayyorlash jarayonida qo’llanilishi mumkin bo’lgan innovatsion psixologik yondashuvlar ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, talabalarning emotsional barqarorligini oshirish, stressga chidamliligini mustahkamlash hamda ijtimoiy moslashuvchanligini rivojlantirishga qaratilgan samarali psixologik strategiyalarni takomillashtirish masalalari yoritib beriladi. Globallashuv jarayonlarining jadallashuvi ta’lim tizimiga yangi talablarni qo’yimoqda. Zamonaviy jamiyatda raqobatbardosh, ijtimoiy faol va psixologik jihatdan barqaror mutaxassislarni tayyorlash oliy ta’lim muassasalarining ustuvor vazifalaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, talabalar emotsional intellektini rivojlantirish hamda ularning psixik salomatligini ta’minlash masalasi muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Emotsional intellekt shaxsning o’z emotsiyalarini anglash, boshqarish, boshqalarning emotsional holatini tushunish va samarali ijtimoiy munosabatlarni yo’lga qo’yish qobiliyatlari majmuasini ifodalaydi. Talabalarda emotsional intellektning rivojlanganligi ularning o’quv jarayonidagi muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi kasbiy faoliyatida muhim omil

hisoblanadi. Emotsional intellektning asosiy tarkibiy komponentlari sifatida o‘zini anglash, o‘z emotsiyalarini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalar alohida ahamiyatga ega. Ushbu komponentlarning rivojlanganligi talabalarga murakkab vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish, stressli holatlarni boshqarish hamda samarali kommunikatsiyani yo‘lga qo‘yish imkonini beradi.

Talabalar psixik salomatligini ta’minlashda emotsional intellekt muhim psixologik resurs sifatida namoyon bo‘ladi. Psixik salomatlik shaxsning ruhiy barqarorligi, ijtimoiy muhitga moslashuvchanligi va hayotiy qiyinchiliklarga qarshi tura olish qobiliyati bilan bog‘liqdir. Oliy ta’lim muassasalarida talabalar turli akademik yuklamalar, raqobat muhiti va ijtimoiy bosimlar ta’sirida stress holatlarini boshdan kechirishi mumkin. Shu sababli emotsional intellektni rivojlantirish orqali talabalarning stressga chidamliligini oshirish, psixologik barqarorligini mustahkamlash hamda psixik salomatligini qo‘llab-quvvatlash muhim hisoblanadi.

Globalashuv sharoitida innovatsion psixologik strategiyalarni qo‘llash talabalarning emotsional intellektini rivojlantirishda samarali vosita bo‘lib xizmat qiladi. Bunday strategiyalar qatoriga psixologik treninglar, interaktiv ta’lim metodlari, reflektiv tahlil usullari, psixologik maslahat va psixoprofilaktik dasturlarni kiritish mumkin. Mazkur yondashuvlar talabalarning o‘z emotsiyalarini anglash, boshqarish hamda ijtimoiy munosabatlarda samarali muloqot qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, zamonaviy ta’lim jarayonida raqamli texnologiyalar va innovatsion pedagogik metodlardan foydalanish ham talabalarning psixologik rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Masalan, psixologik rivojlantiruvchi treninglar, guruhviy muhokamalar, rolli o‘yinlar va muammoli vaziyatlarni tahlil qilish metodlari talabalarda empatiya, ijtimoiy moslashuvchanlik hamda kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishga yordam beradi. Bunday metodlar talabalarning nafaqat bilim darajasini, balki ularning emotsional va ijtimoiy kompetensiyalarini ham rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, oliy ta’lim muassasalarida talabalar psixik salomatligini qo‘llab-quvvatlash uchun kompleks psixologik xizmat tizimini takomillashtirish zarur. Psixologik maslahat markazlari faoliyatini rivojlantirish, profilaktik treninglar tashkil etish hamda psixologik monitoring tizimini joriy etish orqali talabalar o‘rtasida psixologik barqarorlikni mustahkamlash mumkin. Bunday yondashuvlar talabalar shaxsining har tomonlama rivojlanishiga hamda ularning kelajakdagi kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli bo‘lishiga xizmat qiladi.

Umuman olganda, talabalar emotsional intellektini rivojlantirish va psixik salomatligini ta’minlash globalashuv sharoitida raqobatbardosh va yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashning muhim omillaridan biri hisoblanadi. Shu sababli ta’lim jarayonida innovatsion psixologik strategiyalarni keng joriy etish, talabalarning emotsional barqarorligini mustahkamlash hamda ularning psixologik salomatligini qo‘llab-quvvatlash zamonaviy ta’lim tizimining ustuvor vazifalaridan biri bo‘lib qolmoqda.

Xulosa qilib aytganda, globalashuv jarayonlari jadallashib borayotgan hozirgi davrda oliy ta’lim tizimi oldida nafaqat yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlash, balki talabalarning psixologik barqarorligini ta’minlash va ularning shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash vazifasi ham dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Zamonaviy jamiyatda muvaffaqiyatli faoliyat yuritish uchun faqatgina nazariy bilim va kasbiy ko‘nikmalar yetarli bo‘lmay, balki shaxsning emotsional intellekti, ijtimoiy moslashuvchanligi hamda stressli vaziyatlarga bardoshlilik ham muhim omil hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, talabalar emotsional intellektining rivojlanganligi ularning psixik salomatligini mustahkamlash, o‘quv jarayonidagi samaradorligini oshirish hamda kelajakdagi kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishishida muhim rol o‘ynaydi. Emotsional

intellektning asosiy komponentlari – o‘z emotsiyalarini anglash va boshqarish, empatiya, motivatsiya hamda samarali kommunikatsiya ko‘nikmalarining rivojlanishi talabalarning ijtimoiy va kasbiy muhitga muvaffaqiyatli moslashuvini ta’minlaydi. Shuningdek, globallashuv sharoitida talabalarning psixik salomatligini qo‘llab-quvvatlashda innovatsion psixologik strategiyalarni qo‘llash muhim ahamiyatga ega. Psixologik treninglar, interaktiv ta’lim metodlari, reflektiv yondashuvlar va psixoprofilaktik dasturlar talabalarning emotsional barqarorligini oshirish, stressga chidamliligini mustahkamlash hamda ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Demak, oliy ta’lim muassasalarida talabalar emotsional intellektini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy asoslangan psixologik yondashuvlarni joriy etish, ularning psixik salomatligini ta’minlash va qo‘llab-quvvatlash orqali globallashuv sharoitida raqobatbardosh, ijtimoiy faol va yuqori malakali kadrlarni tayyorlash imkoniyati kengayadi.

**Adabiyotlar ro‘yxati:**

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. (2008). Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits? *American Psychologist*, 63(6), 503–517.
3. 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.
4. Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
5. Cherniss, C., & Goleman, D. (2001). *The Emotionally Intelligent Workplace*. San Francisco: Jossey-Bass.
6. Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*, 18(Supl.), 13–25.
7. Vygotsky, L.S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
8. Шадрина, Е.А. (2017). *Психологическое здоровье студентов: современные подходы и технологии*. Москва: Академический проект.