

O'SMIRLARDA EMOTSIONAL INTELLEKT KO'RSATKICHLARINING RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI

Sharafitdinov Abdulla
O'zbekiston Milliy Universitetining Jizzax filiali
katta o'qituvchisi

Yusupov Umidjon Salim o'g'li
O'zbekiston Milliy Universitetining Jizzax filiali katta o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada emotsional intellekt ko'rsatkichlarining o'ziga xos psixologik xususiyatlari tahlil qilib berilgan. Emperik natijalar asosida korrelatsion xulosalar va tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Psixik rivojlanish, empatik xususiyat, o'z-o'zini anglash, ijtimoiy ko'nikmalar, o'z-o'zini nazorat qilish, bilish motivi, korrelatsiya.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ

Шарафитдинов Абдулла
старший преподаватель Джизакского филиала Национального университета Узбекистана

Юсупов Умиджон Салим угли
старший преподаватель Джизакского филиала Национального университета Узбекистана.

Аннотация: В данной статье анализируются специфические психологические особенности показателей эмоционального интеллекта. На основании эмпирических результатов разработаны соответствующие выводы и рекомендации.

Ключевые слова: Психическое развитие, эмпатическая черта, самосознание, социальные навыки, самоконтроль, познавательная мотивация, корреляция.

CHARACTERISTICS OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENTS

Sharafitdinov Abdulla
senior teacher of Jizzakh branch of the National University of Uzbekistan

Yusupov Umidjon Salim o'g'li
senior teacher of the Jizzakh branch of the National University of Uzbekistan.

Abstract: This article analyzes the specific psychological characteristics of indicators of emotional intelligence. Correlative conclusions and recommendations are developed based on the empirical results.

Key words: Mental development, empathic trait, self-awareness, social skills, self-control, cognitive motivation, correlation.

Insonda tug'ilgandan boshlab obyektiv va subyektiv omillar, shart-sharoit ta'siri doirasida jismoniy o'sish va psixik rivojlanish jarayoni kechadi. Ontogenetik rivojlanishning har bir bosqichida ijtimoiy muhit va munosabatlar ta'siri dinamik o'zgarishlar bilan bog'liqlikka ega. Individning dinamik xususiyatlari ijtimoiy muhit ta'siri natijasida yuzaga kelgan xulq-atvor sifatlarining shaxsiy o'zgaruvchanligi bilan belgilanadi. Inson atrof-muhit va jamiyatni o'rganar ekan bevosita va bilvosita obyektiv olam bilan butun umr munosabatda bo'ladi. Bu munosabat insonni hissiy-emotsional, intellektual rivojini, xatti-harakat ko'nikmalarini shakllantirib boradi.

Emotsional intellekt, o'z ichiga odamlarning o'zlarini tushunish, boshqalarining his-tuyg'ularini tushunish va boshqalar bilan eng yaxshi tarzda aloqada bo'lishni o'rganishni o'z ichiga oladi. Bu, o'z-o'zini boshqalarga qanday ifoda qilish, o'z his-tuyg'ularini qanday boshqalarga etkazish va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va qo'llab-quvvatlash qobiliyatini o'z ichiga oladi [1].

Bolalar tushunish va ifoda qilish qobiliyatlari bilan tugʻiladilar, ammo ularga oʻzlarini tushunish va boshqalarining his-tuygʻularini qanday tushunish kerakligini oʻrganishda yordam bermoq muhimdir. Oʻzlari yoqtirgan joy va narsalarga oid his-tuygʻularini tushunish va boshqalar bilan ularga oʻzaro aloqada boʻlishni oʻrganish yordam beradi. Bolalar boshqalarining his-tuygʻularini va umrini qanchalik tushunishga intilishni oʻrganishlari kerak [2]. Bu, ularni doʻstlari, oila aʼzolari va boshqalar bilan yaxshi aloqada boʻlishlariga yordam beradi. Emotsional intellekt oʻrganish orqali bolalar oʻrtasida roʻy beradigan konfliktlarni hal qilishni oʻrganishadi. Bu, savollar yuzaga kelganda yoki qoʻrqinchli holatlarda yaxshi tanlangan echimlarni topish va qoʻllab-quvvatlashga yordam beradi.

Emotsional intellektga ega bolalar doʻstlari bilan yaxshi aloqada boʻlish, guruh ishlari qilish va jamiyatga kirishda yordam beruvchi koʻnikmalarga ega boʻlishadi. Bu koʻnikmalar, ularning oila, doʻstlar va oʻqish oʻquv jarayonida ishtirok etishga yordam beradi [3]. Bolalar oʻz-oʻzini boshqarish, oʻz qarorlarini qabul qilish va ularga amal qilishni oʻrganishlari kerak. Emotsional intellekt ularni oʻz-oʻzini nazorat qilish va kelajakdagi maqsadlarni oʻrniga qoʻymoqda yordam beradi. Bolalar tashvish va baxtli holatlarni tushunish va boshqalarning his-tuygʻulariga javob bermoqni oʻrganishlari lozim. Ular empatiya koʻnikmasini oʻrganish orqali boshqalar bilan ularga yordam bera olishadi va ularning yordam soʻraganida yaxshi his-tuygʻu tuzadi. Emotsional intellekt, stress, qoʻrqinch va noqulay holatlar bilan boshqarishni oʻrganishda yordam beradi. Bolalar oʻzlarini qanday rahatlantirish va qoʻrqinchlarini qanday boshqarish kerakligini oʻrganishlari muhim [4].

Emotsional intellektning bu xususiyatlari bolalar oʻrtasida oʻzaro aloqalarni yaxshi qilish, oʻz-oʻzlarini boshqarish va jamiyatda muvaffaqiyat qozonishga yordam beradi. Ota-onalar va oʻqituvchilar, bolalarga emotsional intellektni oshirish uchun ularga oʻzaro aloqalarni tushunish va boshqalar bilan muloqot qilishni oʻrganishda yordam bera olishadi.

Hissiy intellekt bir vaqtning oʻzida kognitiv va individual taʼlim doirasida talqin etiladi. Hissiy intellekt soʻrovnomalari hissiy nazorat bilan bir qatorda ijtimoiy koʻnikmalarni ham, shaxsiy moslashuvchanlikni va yagona ruhiy holatni oʻlchaydi [5-6].

Hissiy intellektning asosini - oʻz-oʻzini anglash tashkil etadi. Oʻzingizning his-tuygʻularingizni qanchalik aniqroq aniqlay olsangiz, shuningdek, biznesingiz yoki karyerangizni boshlash yoki tugatish, oilaviy masalalar, yoki shaxsiy maqsadlarni modellashtirish nuqtayi-nazaridan his-tuygʻularingiz qanday taʼsir qilishini yaxshiroq anglay olsangiz, shunchalik samarali hayot kechirishingiz mumkin. Shubhasiz, his-tuygʻularingizni tushunish etarli emas, ularni oʻz manfaatlaringizga aylantira olish juda muhimdir [7].

Hissiy intellektni (EI)ni tushuntiruvchi 5 ta xususiyati mavjud:

- Oʻz-oʻzini bilish - oʻzini oʻzi, aqliy va jismoniy xususiyatlarini oʻrganish;
- Oʻz-oʻzini nazorat qilish - bu maqsadlarga erishish uchun his-tuygʻularingizni boshqarish qobiliyati;
- Ijtimoiy koʻnikmalar - bu boshqa odamlar bilan muvaffaqiyatli muloqot qilish qobiliyati;
- Empatiya - bu boshqalarning his-tuygʻularini aniqlash qobiliyati;
- Motivatsiya - insonni harakatga undaydigan turtkidir [8].

Oʻz-oʻzini anglash - bu oʻzini oʻzi bilish va oʻzini boshqa odamlar bilan taqqoslash natijasida oʻz ichki dunyosiga yoʻnaltirish jarayonidir. Ijtimoiy moyillik va munosabatlarni boshqarish sizning boshqa odamlar bilan qanday munosabatda boʻlishingiz bilan bogʻliq tomonlardan biri hisoblanadi. Oʻz-oʻzini anglashning yuqori darajasiga faqat his-tuygʻularingizni tushunish orqali erishish mumkin. Yuqori darajadagi idrok insonning xato qilishdan qoʻrqmasligini va kelajakda oʻzini boshqacha tuta olishini koʻrsatadi [9].

Ilmiy ishimizning eksperiment bosqichida biz Gerbachevskiyning intilish darajasini oʻlchash testidan, Xollning “Emotsionall intellekt” metodikasi va Ravenning “Aqliy intellektni oʻlchash testi” metodikalarini tanlab oldik. Tadqiqotimizda 73 nafar oʻsmir qizlar va yigitlar ishtirok etishgan. Sinaluvchilarimizdan olingan natijalarning miqdor va sifat tahlilini SPSS dasturidan foydalanib tahlil qildik.

Gerbachevskiyning intilish darajasini oʻlchash testi
Tavsiflovchi statistikasi

Ko'rsatkichlar	N	Minimal	Maksimal	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Assimetriya	Ekstsess
Bilish motivi	73	6,00	21,00	14,2740	2,79016	-,871	1,366
O'zini hurmat	73	6,00	21,00	17,6164	3,86807	-1,068	,333
O'z imkoniyatlarini baholash	73	3,00	21,00	14,2329	3,07553	-,473	1,931

Bilish motiv shkalasida sinalluvchilarimizning aksariyati o'zlarining minimal ball 6,00 ni, maksimal ball 21,00 ni, o'rtacha qiymat 14,2740 ni va standart og'ish 2,79016 qiymatni berdi. $14,2740 \pm 2,79016$. ($A = -,871$; $E = 1,366$). Asimetriya va ekstsess qiymatining oshganligini biz yuqori ballarning bir xil kuzatilganligini ko'rishimiz mumkin. Biz buni o'smir yoshidagi yigit va qizlarni qiziquvchanligi yuqoriligi munosabatlarni va xatti-harakatlarini anglash jarayonidagi faol intilish yuzaga chiqib borayotganligi bilan tahlil etishimiz mumkin.

O'zini hurmat shkalasida sinalluvchilarimizning aksariyati o'zlarining minimal ball 6,00ni, maksimal ball 21,00ni, o'rtacha qiymat 17,6164 ni va standart og'ish 3,86807 qiymatni berdi. $17,6164 \pm 3,86807$. ($A = -1,068$; $E = ,333$). Asimetriya va ekstsess qiymatining oshganligini biz yuqori ballarning bir xil oshish kuzatilganligini ko'rishimiz mumkin. Biz bu shkalada yuqori ball kuzatilganligini o'smir meni shakllanayotganligi, rivojlanish tuyg'usi ortib borayotganligi, o'zini anglash emotsional ongli xatti-harakatni orqali ishonchga erishish, o'z qadr-qimmatini anglatishga bo'lgan harakatlar deb baholashimiz mumkin.

O'z imkoniyat baholash shkalasida sinalluvchilarimizning aksariyati o'zlarining minimal ball 3,00ni, maksimal ball 21,00ni, o'rtacha qiymat 14,2329ni va standart og'ish 3,07553 qiymatni berdi. $14,2329 \pm 3,07553$. ($A = -,473$; $E = 1,931$). Asimetriya va ekstsess qiymatining oshganligini biz yuqori ballarning bir xil kuzatilgani bilan izohlashimiz mumkin.

N. Xollning Emotsional intellektni o'lchash testi bo'yicha assimetriya va ekstsess ko'rsatkichlari va Raven metodikasi bo'yicha assimetriya va ekstsess ko'rsatkichlari me'yorida ekanligini matematik statistik tahlil orqali bildik.

Tadqiqotimizdagi olingan metodikalar natijalari o'rtasidagi o'zaro aloqadorlikni biz korrelyatsiya mezonlari orqali tahlil etdik. Natijalar noparametrik mezonga mos kelganligi sababli biz tadqiqot metodikalari o'rtasidagi aloqadorlikni Spirmen mezoni orqali sharhlashga harakat qildik.

Spirmen korrelyatsiya mezon natijalari

Ko'rsatkichlar	Emotsional bilimdonlik	O'z emotsiyalarini boshqarish	O'zini rag'batlantirish	Empatiya	O'zga insonlarning ko'nikmalarini sezish
Ichki motiv	,279(*)	,281	,274(*)	,272(*)	,279
Erishilgan natija	1,000	,998(**)	,997	,991(**)	1,000(**)
O'z imkoniyatlarini baholash	,238	,246(*)	,226	,220	,238(*)

Korrelyatsiya natijalariga ko'ra Emotsional bilimdonlik shkalasida ($r_s=,279$; $p<0.05$). Bundan ko'rinib turibdiki, emotsional bilimdonlik oshgani sari ichki motiv ham yuqori bo'lib boradi.

Ichki motiv shkalasida ($r_s=,274$; $p<0.05$) Bundan ko'rinib turibdiki ichki motiv yuqori bo'lgan o'smirlarda o'z-o'zini rag'batlantirish yuqori bo'lishini kuzatishimiz mumkin.

Empatiya shkalasida ($r_s=,272$; $p<0.05$). Empatiya shkalasi xulosalariga ko'ra empatiyasi yuqori bo'lgan o'smirlarning ichki motivi intilishi shunchalik yuqori bo'lishi 95 foizlik ishonch darajasi bilan izohlashimiz mumkin.

O'z emotsiyalarini boshqarish shkalasida ($r_s=,998$; $p<0.01$). O'z emotsiyalarini boshqarish qanchalik yuqori bo'lsa erishilgan natija ham shunchalik yuqori bo'lishi kutilishini ko'rishimiz mumkin.

Empatiya shkalasida ($r_s=,991$; $p<0.01$). O'smir qiz va yigitlarda empatiyalik qanchalik yuqori bo'lsa erishilgan natijaga intilish shunchalik yuqori bo'lishi mumkin.

O'zga insonlarning ko'nikmalarini sezish shkalasida ($r_s=1,000$; $p<0.01$). Bundan ko'rinib turibdiki O'zga insonlarning ko'nikmalarini sezish qanchalik yuqori bo'lsa erishilgan natija uchun kurashish shunchalik yuqori bo'lishini kuzatishimiz mumkin.

O'z imkoniyatlarini baholash shkalasida ($r_s=,246$; $p<0.05$). O'z emotsiyalarini boshqarish qanchalik yuqori bo'lsa, o'z imkoniyatlarini shunchalik to'g'ri baholash imkoniyatiga ega bo'ladi deb baholashimiz mumkin.

O'zga insonlarning ko'nikmalarini sezish shkalasida ($r_s=,238$; $p<0.05$). O'zga insonlarning ko'nikmalarini sezish qanchalik yuqori bo'lsa, o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholash shunchalik yuqori bo'ladi.

Spirmen korrelyatsiya natijalari

Ko'rsatkichlar	Raqobatchanlik motivi	O'zini hurmat qilish	Iroda kuchi
Ichki motiv	,262	,317(**)	,109(*)
Bilish motivi	,231(*)	,169	-,018
O'z kuchini baholash	,155	,268(*)	-,002
Tashabbuskorlik	-,022 (**)	,263	,111(*)

Spirmen korrelyatsiya xulosalariga ko'ra, o'zini hurmat shkalasida ($r_s=,317$; $p<0.01$). O'zini hurmat qilish qanchalik yuqori bo'lsa ichki motiv shunchalik yuqori bo'lishini kuzatishimiz mumkin.

Iroda kuchi shkalasida ($r_s=,109$; $p<0.05$). Ya'ni iroda kuchi qanchalik yuqori bo'lsa ichki motiv ham shunchalik yuqori bo'lishini ko'rishimiz mumkin.

Bilish motivi ko'rsatkichida ($r_s=,231$; $p<0.05$). Ushbu ko'rsatkich bo'yicha raqobatchanlik motivi oshgani sari o'smirlarda bilish motivi kuchayib boradi.

Iroda kuchi shkalasida ($r_s=,111$; $p<0.05$). Bundan ko'rishimiz mumkinki, iroda kuchi qanchalik yuqori bo'lsa tashabbuskorlik ham shunchalik yuqori bo'lishi kuzatilishi mumkin.

Tashabbuskorlik motivida ($r_s=-,022$; $p<0.01$). Tadqiqot natijasida ko'rishimiz mumkinki sinaluvchilarning asosiy qismida intellekt va intiluvchanlik darajalari emotsinallik va empatiyalikning yuqori ko'rsatkichlarini namoyon etishmoqda. Demakki o'smir qiz va yigitlarimizda emotsional bilimdonlikni oshirib borishimiz ularda kelajak faoliyati va hayotida muvaffaqiyatlarni ta'minlab berishi mumkin ekanligini ko'rishimiz mumkin.

O'smir yigit va qizlarda o'z iqtidori va layoqatini yuzaga chiqarishda ijtimoiy muhit ta'siri va ularda tarkib topib borayotgan emotsional muhit tarzi ular uchun zarur bo'lgan hissiy va aqliy nazorat kombinatsiyasini tashkil etib borishini kuzatishimiz mumkin.

Tadqiqot ishimizdan olingan natijaviy xulosalarga ko'ra biz quyidagi tavsiyalarni ishlab chiqdik:
- O'smir iqtidorining shakllanishida emotsional intellekt bog'liqligini hisobga olgan holda, oila va ta'lim muhitida tabiiy, tizimli ravishda empatiyalik hamda hissiy barqarorlikni tartib topib borish

sharoitlariga alohida e'tibor qaratish kerak;

- O'smirlardagi ichki motiv xususiyatlari va raqobatchanlik motivining individual jihatlari ota-onaga va pedagoglar tomonidan adekvat baholanishi zarur;

- Iqdidor va qobiliyat namoyon bo'lishida o'smirlarga nisbatan ota-onalarning ham hissiy yaqinligini oshirish kerak;

- O'smirlarning shaxslararo munosabatlarida o'z emotsiyalarini boshqarish va o'z-o'zini anglash bosqichlaridagi shaxs sifatidagi "men"i qadrlanishi va hurmat qilinishi kerak;

- Oilada o'zaro qiziqish va maqsadga yo'naltirilgan motivlar bo'yicha dildan suhbatlar tashkil etilib borilishi lozim;

- Hamdardlik, o'zga insonlarning his tuyg'ularini tushunish hissiy ziyraklik o'smirlik davrigacha bo'lgan yosh davr bosqichlarida rivojlantirib borilishiga erishish zarur.

O'smirlik an'anaviy ravishda insonning aqliy rivojlanishidagi eng muhim davrlardan biri hisoblanadi va bu birinchi navbatda o'smirlarning motivatsion-ehhtiyojlari sohasida davom etayotgan chuqur o'zgarishlar bilan belgilanadi. Ish jarayonida biz hissiy intellekt, o'smirlarning motivatsiyasi va o'smir iqtidorining shakllanish jarayonini nazariy va uslubiy tahlil qildik. Hissiy intellekt va aqliy intellekt haqida hozirgi paytda qanday his-tuyg'uni boshdan kechirayotganini aniqlash, his-tuyg'ularning intensivligidagi o'zgarishlar va bir his-tuyg'udan ikkinchisiga o'tishdan xabardor bo'lish qobiliyati doimiy tarzda rivojlantirilib borilishi lozim.

Emotsional intellektning rivojlanishi asosan o'qituvchilar, ota-onalar va o'quvchilar o'rtasidagi amaliy ishbirligiga asoslangan. Bolalar o'zlarining his-tuyg'ularini tushunish, boshqalar bilan yaxshi aloqada bo'lish va o'z-o'zlarini boshqarishni o'rganish orqali o'z jamiyatlarida muvaffaqiyat qozonishadi

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Аверин, В.А. Психология детей и подростков: Учебное пособие / В.А. Аверин. – 2-е изд., перераб. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. – 379 с.

2. Андреева, И.Н. Взаимосвязь социальной компетентности и эмоционального интеллекта у подростков // Женщина. Образование. Демократия: Материалы 5-й Междунар. междисциплинарной научно-практ. конф. 6-7 ноября 2002 г., г. Минск. – Минск, 2003. – С. 194-196.

3. Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. – 2006. – №3 – С.78-86.

4. Brackett, M.A., Mayer, J. D., and Warner, R. M. Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*, 2004. – pp. 1387-1402.

5. Cartwright, S., and Cooper, C. 2005. Individually targeted interventions. In J. Barling, E. K. Kelloway, and M. R. Frone, eds., *Handbook of Work Stress*. Thousand Oaks, CA: Sage, pp. 607-22.

6. Goleman, Daniel. *The Emotionally Intelligent Workplace*. Jossey-Bass. 2001. P. 384.

7. Caruso, D.R., Bienn, B., and Kornacki, S.A. Emotional intelligence in the workplace. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas, and J. D. Mayer, eds., *Emotional intelligence in everyday life*, 2nd ed. Hove,