

EMOTIONAL INTELLEKT BO`LAJAK MUTAXASSISLARNING MUHIM XUSUSIYATI SIFATIDA

Rahmatullayeva Zamira Olimjonovna

Namangan davlat pedagogika instituti Pedagogika va psixologiya kafedrasida katta o`qituvchisi

E-mail: rahmatullayevazamira17@gmail.com

Ushbu maqolada bo`lajak mutaxassislarda emotsional intellektning o`ziga xos xususiyatlari, shaxslararo munosabatlarda, kasbiy muvoffaqiyatlarida emotsional intellektning o`rni va ahamiyati hamda uni rivojlantirish usullari haqida fikr yuritilgan.

Kalit so`zlar: oliy ta`lim, talaba, mutaxassis, intellekt, emotsional intellekt, o`quv jarayoni, kasbiy faoliyat, kasbiy stress.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ВАЖНАЯ ЧЕРТА БУДУЩИХ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Рахматуллаева Замира Олимжонова

Старший преподаватель кафедры Педагогика и психологии Наманганского государственного педагогического института

E-mail: rahmatullayevazamira17@gmail.com

В этой статье рассматриваются особенности эмоционального интеллекта у будущих специалистов, роль и значение эмоционального интеллекта в межличностных отношениях, профессиональной координации, а также методы его развития

Ключевые слова: высшее образование, студент, специалист, интеллект, учебный процесс, эмоциональный интеллект, профессиональная активность, профессиональный стресс.

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS AN IMPORTANT CHARACTERISTIC OF FUTURE SPECIALISTS

Rahmatullayeva Zamira Olimjonovna

Senior teacher of the Department of Pedagogy and Psychology of the Namangan State Pedagogical Institute

E-mail: rahmatullayevazamira17@gmail.com

This article discusses the specific features of emotional intelligence in future professionals, the role and importance of emotional intelligence in interpersonal relationships, professional success, and methods of its development. Key words: higher education, student, specialist, intelligence, emotional intelligence, educational process, professional activity, professional stress.

Key words: *intellect, emotional intelligence, professional activity, method, seminar, training. student higher education, student, specialist, intellect, emotional intelligence, educational process, professional activity, professional stress*

Kirish. Bugungi zamonaviy o'zgarishlar sharoitida o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ularni tushunish qobiliyati, ya'ni emotsional intellekt shaxs faoliyatida alohida rol o'ynaydi. Emotsional intellekt munosabatlarni o'rnatishga, professional hamda shaxsiy maqsadlarni amalga oshirishga yordam beradi. Chunki, emotsional intellekt his-tuyg'ularni aniqlash, baholash, boshqarish va samarali ifoda etish qobiliyatidir. Bu odamlarga qaror qabul qilish, yaxshiroq muloqot qilish, tashvishlarni kamaytirish, nizolarni hal qilish va munosabatlarni yaxshilash uchun hissiy ongdan foydalanishga imkon beradigan mahorat to'plamlarini o'z ichiga oladi.

Emotsional intellekt intellekt turlari ichida eng navqironi bo'lishiga qaramay bu borada talaygina ishlar amalga oshirilgan. Masalan, P.Selovey va Djon Meyer uni «o'zining va o'zgalarning emotsiya va hissiyotlarini kuzatish, farqlash, tushunish hamda olingan axborotni tafakkur jarayoni va xatti-harakatlariga tatbiq eta olish qobiliyati» deb ta'riflaydilar [3].

I.N.Andreeva esa "emotsional intellekt hissiy ma'lumotni tahlil qilish, qayta ishlash va ulardan foydalanish qobiliyatlarining tizimli namoyon bo'lishi bo'lib, u individual his-tuyg'ularning ma'nolarini, ularning kombinatsiyasi va ketma-ketligini, shuningdek, ular aks ettiradigan munosabatlarni baholashni o'z ichiga oladi" deb baholadi. [1].

T.Goetz, A.Zirogibl, R.Pekrun o'z tadqiqotlarida hissiyotlar o'quv jarayonida muhim rol o'ynashini, chunki ular uning sifatiga, o'quv faoliyatiga ta'sir qilishini va o'quvchilarning psixologik farovonligi bilan bevosita bog'liq ekanligini o'rgandilar[4].

Emotsional intellekt va kasbiy faoliyat muvaffaqiyati o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganishga ham bir qator tadqiqotlar bag'ishlandi.

Masalan, R. Magvayer, A.Egan, P. Xaylend, P. Magvayer o'z tadqiqotlarida emotsional intellekt talabalarning affektiv va kognitiv inklyuzivligini bashorat qiluvchi ekanligini ko'rsatadi [3].

A.M.Beloborodov va E.E.Simanyuk emotsional intellektning zonalari va tarkibiy qismlarini ajratib ko`rsatishdi, oliy ta'lim talabalarini tayyorlashda ularning rivojlanishiga e'tibor berish kerak ekanligini ta'kidlashdi. [2].

O.V.Kotomina yuqori darajadagi emotsional intellekt rivojlanishiga ega bo`lgan talabalar baholar haqida qayg`urishga unchalik moyil emasligini, o`quv va darsdan tashqari (bo`sh vaqt, oila, ish) faoliyati o`rtasida optimal muvozanatni o`rnatishga qodir ekanligini aniqladi [5].

Tadqiqotlar shuni ko`rsatadiki talabalik davri kasbiy rivojlanish uchun sezitiv davrdir. Ko`plab tadqiqotchilar bu davrni intellektning eng murakkab tuzilishi, insonning kelajakdagi "ijodkor" va professional sifatida intensiv va faol ijtimoiylashuvi davri deb ta'kidlashadi. Ushbu davrda kasbiy yo`nalish, kompetentsiya, kasbiy o`shish va rivojlanishga tayyorlik faol shakllanadi .

Kasbiy ko`nikmalarning namoyon bo`lishi ko`pincha professional o`zaro ta'sir va qaror qabul qilish jarayonlarining ajralmas qismi sifatida emotsional intellekt bilan bog`liq. Shuningdek bugungi kunda jamiyat bo`lajak mutaxassislardan nafaqat kasbiy bilim va ko`nikmalarni, balki moslashuvchan ko`nikmalarini rivojlantirishga ham talablarni qo`yadi. Shaxsni ijtimoiylashtirishning eng muhim vazifalaridan biri o`zini va boshqa odamni, uning his-tuyg`ularini, tajribalarini va maqsadlarini tushunishga qodir shaxsni shakllantirish va rivojlantirishdir.

Albatta talabalarga o`quv jarayonidagi yutuqlari shubhasiz muhim, lekin shuni ham unutmaslik kerakki, emotsional intellekt ularning kasbiy muvaffaqiyati va farovonligida hal qiluvchi rol o`ynaydi. Chunki emotsional itellekt:

<p>Birinchi an</p>	<p>Talabalarda emotsional intellektni rivojlanishi ularga o`z-o`zini anglashga yordam beradi. O`z-o`zini anglash - bu o`z his-tuyg`ularini, qadriyatlarini va fikrlarini hamda ularning harakatlarga qanday ta'sir qilishini aniqlash qobiliyati. Emotsional intellekt rivojlangan talabalar o`zlarining his-tuyg`ulari va motivlarini yaxshi tushunadilar. Bu ularga o`z-o`zini anglash hamda o`zlarining kuchli va zaif tomonlarini tan olishga imkon berib, real maqsadlar qo`yish va ongli qarorlar qabul qilishga yordam beradi. Natijada, talabalar o`zlarining his-tuyg`ularini samarali tartibga solishlari va ularning faoliyatlariga zarar etkazishi mumkin bo`lgan tartibsiz impulsiv xatti-harakatlardan qochishlari mumkin.</p>
------------------------	--

<p>Ikkinchidan</p>	<p>Emotsional intellekt talabalarda akademik samaradorlik yaxshilanishiga ta'sir ko'rsatadi. Yuqori emotsional intellektga ega bo'lgan talabalar ko'pincha akademik jihatdan boshqalardan ustunlik qiladilar. Ular o'zlarining his-tuyg'ularini tartibga solish qobiliyatiga ega, buning natijasida akademik bosimga xotirjam, diqqatli va chidamli yondashadi. Ularda o'z vaqtlarini samarali boshqarish, vazifalarni birinchi o'ringa qo'yish va erishish mumkin bo'lgan maqsadlarni belgilash kabi hususiyatlarni ko'rishimiz mumkin. Bundan tashqari, ularning rivojlangan ijtimoiy ko'nikmalari ularga samarali munozaralarda qatnashish, kerak bo'lganda yordam so'rash va tengdoshlari bilan hamkorlik qilish imkonini beradi, bu esa yanada tajribalarini boyishiga olib keladi.</p>
<p>Uchinchi dan</p>	<p>Emotsional intellekt yuqori darjada rivojlangan talabalar muloqotchan va shaxslararo munosabatlarga kirishuvchan bo'lishadi. Emotsional intellekt talabalarga o'zlarini his-tuyg'ularini mos ravishda ifoda etish imkonini beradi. Shuningdek, emotsional intellekt yuqori darajada rivojlangan talabalar o'z qarashlari va g'oyalarini hech ikkilanmasdan ifoda eta oladilar, bu esa ularda muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga va shaxslararo munosabatlarni yaxshilashga yordam beradi. Bu boshqalarning so'zlari ortidagi his-tuyg'ularni va maqsadlarni tushunishga yordam beradi.</p> <p>Shunday qilib, talabalar tengdoshlari, o'qituvchilari va hatto oila a'zolari bilan yaxshi munosabatlar o'rnatishlari mumkin.</p>
<p>To'rtinchidan</p>	<p>Muammolarni yechish qobiliyatlari yaxshilanadi. Chunki, emotsional intellekt talabalarga vaziyatlarni yaxshiroq tahlil qilishga yordam beradi. Bu ularda turli holatlarda emotsiyalarini boshqarish va qiyin vaziyatlarda tanqidiy fikrlash imkonini berib, muammolarni hal qilish ko'nikmalarini yaxshilaydi.</p> <p>Emotsional intellekt darajasi past bo'lgan talabalar odatda qiyinchiliklarga duch kelishdan qochadilar, emotsional signallarni e'tiborsiz qoldiradilar. Yuqori</p>

	<p>emotsional intellektga ega bo`lgan talabalar harakat qilishdan avval uning ijobiy va salbiy tomonlarini hisobga olishadi. Bunday talabalarda muammolar tufayli taslim bo`lish ehtimoli kamroq bo`ladi.</p>
Beshinchi dan	<p>Emotsional intellekt stressni boshqarishda ham katta ahamiyatga ega. O`quv faoliyatidagi qiyinchiliklar, ularga qo`yiladigan talablar, shuningdek tengdoshlari va o`qituvchilari bilan munosabatlar talabalarda stressni keltirib chiqaradi. Ushbu stress talabalarning sog`lig`iga, shaxslararo munosabatlariga va baholariga sezilarli ta'sir ko`rsatadi. Talabalar yangi murakkab bilimlarni o`rganayotganda va atrofdagi dunyoga nisbatan istiqbolni rivojlantirayotganda stress asosiy to`siqdir.</p> <p>Agar e'tibor berilmasa, stress talabaning akademik va shaxsiy hayotiga katta ta'sir ko`rsatadi. O`z his-tuyg`ularini yaxshi boshqara oladigan talaba, stress uning akademik faoliyatini boshqarishiga yo`l qo`ymaydi. Nazoratsiz stress ko`pincha jismoniy va ruhiy kasalliklarga sabab bo`ladi.</p>
Oltinchi dan	<p>Emotsional intellekt o`z-o`zini tartibga solishning asosi bo`lib, u talabalarda o`z tajribalari, fikrlari, ehtiyojlari va xatolari haqida fikr yuritishga va bu bilimlarni o`zlarining akademik va shaxsiy hayotida qo`llashga yordam beradi. Bu talabalarga vazifalarni bajarish, maqsadlarga erishish va sog`lom odatlarni rivojlantirish imkonini beradi.</p>

Zamonaviy talaba o`quv jarayoniga qo`yiladigan umumiy talablarga ham, tanlangan ta'lim dasturiga xos talablarga ham duch keladi. Shunday ekan oliy ta'limda faoliyat olib borayotgan pedagoglar talabalarda emotsional intellektni shakllantirishga katta ahamiyat qaratishlari zarur. Chunki bu ularning ijtimoiy va hissiy qobiliyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Ijtimoiy-emotsional ko`nikmalarni egallash orqali talabalar o`zlarining kimligini, nimani his qilishlarini va boshqalar bilan muloqot qilishda nimani kutish kerakligini tushunishni o`rganadilar.

Talabalarning kasbiy tayyorgarligi bilan bog`liq ishlar tahlili shuni ko`rsatadiki, bugungi kunda oliy o`quv yurtlari va boshqa ta'lim

muassasalarida nafaqat ta'lim tizimida ishlash bilan bog'liq bo'lgan, balki shaxslararo munosabatlar bilan bog'liq bo'lgan mutaxassisliklar bo'yicha tahsil olayotgan talabalar o'rtasida ham emotsional intellektni rivojlantirishga e'tibor qaratilmog'i zarur.

Shuning uchun ham oliy ta'limda faoliyat olib borayotgan pedagoglar emotsional intellekt rivojlanishi uchun talabalarda o'zlarining his-tuyg'ulari va ularni yuzaga keltiruvchi sabablar haqida fikr yuritishga undashlari lozim. Buni turli mashqlari, guruh muhokamalari orqali amalga oshirish mumkin.

D.Slater, D.Goleman, E.L.Nosenko, N.V.Kovriga, emotsional intellektni to'g'ri tashkil etilgan ta'lim muhitida rivojlanishi mumkin, deb hisoblashadi. Ularning fikricha, emotsional intellekt bolada ta'lim va tarbiya jarayonida, kattalarda maxsus tashkil etilgan treninglar davomida maqsadli shakllantirilishi mumkin.

Bundan tashqari talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish uchun turli tadbirlar, ijodiy kechalarda real hayotiy vaziyatlarni sahna ko'rinishlarida taqlid qilish, mojarolarni hal qilish senariylari yoki munozarali mavzular bo'yicha guruh muhokamalari kabi rolli o'yin mashqlari ham ularda emotsional intellektni shakllantirishi mumkin.

Ta'lim jarayonida talabalarning birgalikda ishlash, faol tinglash va o'z fikrlarini samarali yetkazishni talab qiladigan hamkorlikdagi faoliyatlari ham katta ahamiyatga ega. Bu ularga jamoaviy ish, yetakchilik va nizolarni hal qilish kabi ko'nikmalarni va shu bilan birga emotsional intellektni rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa. Emotsional intellekt talabalarning shaxsiy o'sishi, shaxslararo munosabatlarni to'g'ri yo'lga qo'yishi va kasbiy muvaffaqiyatlarga erishishlarida katta ahamiyatga ega. Talabalar o'zlarida emotsional intellektni rivojlantirish orqali o'z-o'zini anglash, hamdardlik va boshqalar bilan samarali muloqot qilish kabi ko'nikmalarga ega bol'dilar va hayotdagi qiyinchiliklarni yengishga va jamiyatga ijobiy hissa qo'shishga yaxshiroq tayyorlanadilar. Yuqori darajadagi hissiy barqarorlikka ega bo'lgan, o'zining va boshqalarning tajribasini adekvat idrok etish va ularni boshqarish qobiliyatiga ega bo'lgan talabalar professional kompetentsiyalarni o'zlashtirishda ko'proq muvaffaqiyatga erishadilar va yaxshi muloqot qiladilar. Keyinchalik bunday bitiruvchilar mehnat bozorida talabga ega mutaxassislarga aylanadi.

1. Андреева, И.Н. Интегративная модель эмоционального интеллекта. Журнал Белорусско-го государственного университета. Философия. Психология -2019.

2. Белобородов, А.М. Устойчивость развития эмоционального интеллекта будущих специалистов / А. М. Белобородов, Э.Э.Сыманюк // Образование и наука. – 2018
3. Бокуть, Е.Л. Изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта и толерантности в общении у студентов педагогического университета / Е.Л.Бокуть, Е.В.Губина // Системная психология и социология. – 2015.
4. Goetz, T., Zirogibl, A., Pekrun, R. et al. (2003) Emotions, learning and achievement from an educational-psychological perspective. In: P. Mayring, C.von Rhoeneck (eds.) Learning emotions: the influence of affective factors on classroom learning, Frankfurt am Main: Peter Lang
5. Котомина, О.В. Исследование взаимосвязи эмоционального интеллекта и академической успеваемости студентов университета / О.В.Котомина // Образование и наука. – 2017
6. Психология. Словарь / Под общей ред. Л.В.Петровского. М.Г.Ярошевского. – Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990