



MAKTABGACHA TA'LIMDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISH USULLARI

Sultanova Zuxra

Begjanovaa Dilnaz matematika Nukus shahri 1-sonli politexnikum

Annotatsiya

Maktabgacha ta'lim jarayonida bolalarning emotional intellektini rivojlantirish, ularning ijtimoiy va hissiy rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Ushbu maqolada emotional intellektning asosiy tushunchalari, uning bolalar rivojlanishidagi o'zni va maktabgacha ta'lim muassasalarida uning rivojlanishini ta'minlash uchun ishlatiladigan pedagogik usullar tahlil qilinadi. Maqolada bolalar bilan ishlashda o'yin, guruh faoliyatlari, hissiy xatti-harakatlarni tushunishga yordam beruvchi mashqlar kabi metodlar alohida ta'kidlanadi. Emotional intellektni rivojlantirishning ijtimoiy va psixologik manfaatlari ko'rsatiladi va o'qituvchilarga samarali pedagogik yondashuvlarni taqdim etishga qaratilgan amaliy tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: emotional intellekt, bolalar rivojlanishi, maktabgacha ta'lim, pedagogik usullar, hissiy rivojlanish, o'yin metodlari, guruh faoliyati, hissiy tarbiya.

Kirish

Bolalarning rivojlanishida maktabgacha ta'limning roli nihoyatda katta bo'lib, ayniqsa, ularning emocional intellektini shakllantirishda o'ziga xos o'rin tutadi. Emotional intellekt (EI) — bu insonning o'z hissiyotlarini va boshqalar hissiyotlarini anglash, boshqarish va ularga moslashish qobiliyatidir. Maktabgacha yoshdagi bolalarda bu qobiliyatni rivojlantirish, ularning ijtimoiy moslashuvchanligi, stressni boshqarish, o'zini ifoda etish va boshqalar bilan munosabatlar o'rnatishdagi muvaffaqiyatga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Emocional intellektni rivojlantirish bolalarning psixologik farovonligini oshirish, jamoada muvaffaqiyatli ishlash, boshqalar bilan yaxshi munosabatda bo'lish, shuningdek, o'zini o'zi anglashda muhim rol o'ynaydi. Maktabgacha ta'lim muassasalarida ushbu intellektual qobiliyatlarni rivojlantirish, bolalarni nafaqat akademik muvaffaqiyatlarga, balki hayotda muvaffaqiyatli bo'lishga tayyorlashda ham asosiy vazifa hisoblanadi. O'qituvchilar va tarbiyachilarning pedagogik yondashuvlari orqali bolalar o'z hissiyotlarini boshqarish, jamoada ishlash, o'zini boshqarish va tengdoshlar bilan muloqot qilishni o'rganadilar.

Ushbu maqola, emotional intellektning maktabgacha ta'limda rivojlanishiga qaratilgan metodlar va pedagogik yondashuvlarni tahlil qiladi va bolalar tarbiyasida ushbu qobiliyatni rivojlantirishning ahamiyatini ko'rsatadi.

Emocional intellekt (EI) tushunchasi, ilk bor 1990-yillarda, Psixologlar Peter Salovey va John Mayer tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, u insonning o'z



hissiyotlarini va boshqalar hissiyotlarini anglash, boshqarish va ularga moslashish qobiliyati sifatida ta'riflangan. EI, to'rt asosiy komponentga bo'linadi:

1. **Hissiy o'zini anglash:** O'z hissiyotlarini anglash va ularga mos ravishda reaksiya qilish. Bu bolalarga o'z his-tuyg'ularini to'g'ri ifodalash va boshqalar hissiyotlarini tushunishga yordam beradi.
2. **Hissiy o'zini boshqarish:** O'z hissiyotlarini boshqarish va ularga qarshi turish qobiliyati. Bu komponent, bolalarga o'zlarini anglash va muammolarni hal qilishda sog'lom qarorlar qabul qilishda yordam beradi.
3. **Ijtimoiy xulq-atvorni boshqarish:** Boshqalar bilan to'g'ri munosabatlar o'rnatish va ularning hissiyotlarini tushunish. Bu ijtimoiy moslashuvchanlik va jamoa faoliyatida muhim omil hisoblanadi.
4. **Empatiya:** Boshqalar hissiyotlarini tushunish va ularga nisbatan empatiya ko'rsatish. Bu komponent, bolalarga boshqalar bilan yaxshi munosabatda bo'lish, yordam berish va hamkorlik qilishni o'rgatadi.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida emotional intellektni rivojlantirish bolalarni nafaqat o'quv jarayonida, balki ularning kundalik hayotida ham muvaffaqiyatli qilishga yordam beradi. Hissiy rivojlanish, bolalar uchun to'g'ri ijtimoiy ko'nikmalarni o'rganish va qo'llash uchun zarurdir. Bolalar o'zlarining va boshqalar hissiyotlarini anglab, ularni boshqarishni o'rganadilar, bu esa ularning jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun emocional intellektni rivojlantirish, o'zini anglash, o'z his-tuyg'ularini boshqarish va jamoada ishlash uchun mustahkam poydevor yaratadi.

Shuningdek, EI bolalarning stressni boshqarish qobiliyatini ham oshiradi. Maktabgacha ta'limda bolalar birinchi marta ko'plab yangi vazifalar bilan yuzlashadilar. Yangi guruhda ijtimoiylashish, o'yinlar va o'qish mashg'ulotlariga moslashish kabi stressli vaziyatlarda bolalarning hissiy qobiliyatlarini rivojlantirish muhimdir. Bolalar o'z hissiyotlarini boshqarishni o'rgandilar, bu ularning noaniqliklar va stressli holatlarda ko'proq qat'iyatli va tasavvurga ega bo'lishlariga yordam beradi.

Maktabgacha ta'limda bolalarning emotional intellektini rivojlantirish uchun bir qator pedagogik usullarni qo'llash mumkin. Quyidagi metodlar bolalarning EI rivojlanishiga yordam berish uchun samarali hisoblanadi:

- **O'yinlar va interaktiv faoliyatlar:** O'yinlar, bolalar uchun hissiy tajribalarni o'rgatishda samarali vosita hisoblanadi. Ko'plab interaktiv o'yinlar bolalar hissiyotlarini anglash va boshqarish, empatiya va muammolarni hal qilishni o'rgatadi. Masalan, "Boshqa qanday his qilayotgandirsiz?" kabi o'yinlar bolalarga boshqa odamlarning hissiyotlarini tushunish va empatiya ko'rsatish imkoniyatini beradi.
- **Hikoyalar va ertaklar:** O'zbek xalq ertaklari yoki xalqaro hikoyalar orqali bolalar turli hissiy vaziyatlar haqida bilib olishadi. Ertaklardagi qahramonlar va ularning hissiy holatlari bolalarga hissiy o'zini anglashni o'rgatadi. Hikoyalar,



shuningdek, bolalar uchun yaxshi va yomon muomala, sabr-toqat va o'zini boshqarish kabi axloqiy qadriyatlarni shakllantiradi.

- **Guruh faoliyatlari va kollektivan o'yinlar:** Bolalar bir-birlariga yordam berish, jamoada ishlashni o'rganadilar. Guruhdagi o'yinlar, bolalar o'rtasida muloqot va ko'makni kuchaytiradi, shuningdek, hissiy qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Misol uchun, "Birgalikda ishlaymiz" kabi jamoaviy faoliyatlar bolalarga o'z hissiyotlarini boshqarish va boshqa bolalar bilan munosabatlar o'rnatishda yordam beradi.

- **Hissiy xatti-harakatlarni tanqidiy tahlil qilish:** Bolalar o'zlarining hissiy holatlarini tahlil qilishni o'rganishlari kerak. Bu mashqlar bolalarda o'z hissiyotlarini ang

lash va boshqarish qobiliyatini shakllantiradi. Masalan, "Hissiy kartalar" o'yini bolalarga turli his-tuyg'ularni ifodalovchi kartalarni ko'rsatish va ular qanday his qilishlarini muhokama qilishni ta'minlaydi. Bu o'yin orqali bolalar o'z his-tuyg'ularining nomlarini bilib olishadi, shuningdek, boshqa bolalar hissiyotlarini tushunishga o'rganadilar.

- **Vizual va auditorial vositalar:** Maktabgacha ta'limda bolalarga hissiy o'zgarishlarni tushuntirishda rasmi kartalar, videolar yoki audiolavhalar yordamida hissiy holatlar namoyon etilishi mumkin. Bunday vositalar bolalarga turli his-tuyg'ularni aniqlash, anglash va muhokama qilish imkoniyatini beradi. Masalan, bolalar turli rasm yoki video materiallar orqali baxtiyor, qayg'uli, g'azablangan yoki qo'rqqan odamlarni ko'rib, bu hissiyotlarni qanday ifodalash mumkinligini o'rganadilar.

4. Emotional Intellectni Rivojlantirishning Psixologik Va Pedagogik Foydalari

Emocional intellektni rivojlantirish bolalarga ijtimoiy va hissiy hayotida muhim foydalar keltiradi. Bu rivojlanishning asosiy foydalari quyidagilardan iborat:

- **Ijtimoiy ko'nikmalarni yaxshilash:** EI rivojlangan bolalar o'z fikrlarini va hissiyotlarini boshqarish va to'g'ri ifodalashda ancha muvaffaqiyatli bo'ladilar. Ular tengdoshlariga yaxshi munosabatda bo'lib, guruh faoliyatlarida muvaffaqiyatli qatnashadilar. Bu, o'z navbatida, bolalarning ijtimoiy aloqalarini mustahkamlaydi va jamoada yaxshi o'rganishga olib keladi.

- **O'zini anglash va o'z-o'zini boshqarish:** Emocional intellektni rivojlantirish bolalarga o'zlarining ichki hissiyotlarini anglash va ularga mos ravishda reaksiya qilishni o'rgatadi. Bolalar o'zlarini boshqarish va o'z his-tuyg'ulariga to'g'ri qarorlar qabul qilishda yordam beradigan ko'nikmalarga ega bo'ladilar.

- **Muammolarni hal qilish va stressni boshqarish:** Emotional intellekt, shuningdek, bolalarga stressli vaziyatlarga to'g'ri munosabatda bo'lishni, muammolarni yechish va yechim topishda qat'iyatli bo'lishni o'rgatadi. Maktabgacha



ta'limdagi o'yinlar va mashqlar orqali bolalar hissiy stressni kamaytirishni o'rganadilar, bu esa ularning umuman psixologik farovonligini yaxshilaydi.

- **Empatiya va hamkorlikni rivojlantirish:** Emotional intellekt bolalarda boshqalar bilan ishlash va ularga empatiya ko'rsatish qobiliyatini rivojlantiradi. Bu ko'nikma, bolalar o'zlarining muammolarini boshqalar bilan baham ko'rish va o'zaro yordam ko'rsatishda muvaffaqiyatli bo'lishlariga yordam beradi.

Maktabgacha ta'limda emotional intellektni rivojlantirishning muvaffaqiyati, asosan, ta'limchilar va tarbiyachilarning pedagogik yondashuviga bog'liq. O'qituvchilar va tarbiyachilar, bolalarning hissiy va ijtimoiy rivojlanishiga to'g'ri yo'nalish berishlari kerak. Bu jarayonni samarali tashkil qilish uchun, pedagoglar quyidagi ko'nikmalarga ega bo'lishlari zarur:

- **Emocional yondashuv:** Tarbiyachilar bolalar bilan o'zaro aloqalarida hissiy jihatdan to'g'ri munosabatda bo'lishlari kerak. Ular bolalar hissiyotlariga e'tibor berishlari, ularni tinglashlari va o'zlarining ham hissiyotlarini to'g'ri ifodalashlari zarur. Bu bolalarga o'zlarini tushunishga yordam beradi va hissiy jihatdan qo'llab-quvvatlashni ta'minlaydi.

- **Takt va sabr-toqat:** Bolalar turli hissiy holatlarda bo'lishlari mumkin, shu sababli tarbiyachilar sabr-toqatli bo'lishlari va har bir bolaning hissiyotlarini hurmat qilishlari kerak. Tarbiyachilar o'zlarining psixologik holatlarini boshqarish, bolalar bilan to'g'ri munosabatda bo'lish uchun pedagogik psixologiyani yaxshi o'zlashtirishlari lozim.

- **Innovatsion yondashuvlar:** O'qituvchilar o'quv jarayonida yangi pedagogik usullarni qo'llab, bolalarning hissiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashlari kerak. O'yinlar, hikoyalar va guruh faoliyatlari orqali bolalar o'z hissiyotlarini ifodalashni va boshqalar bilan hamkorlikni o'rganadilar.

Maktabgacha ta'limda bolalar hissiyotlarini rivojlantirishda madaniyat va jamiyatning o'ziga xosligi ham muhim ahamiyatga ega. Har bir jamiyatda bolalarga qo'yiladigan talablar, ijtimoiy norma va qadriyatlar farq qiladi. Shuning uchun, pedagoglar bolalarning hissiy rivojlanishini jamiyat va madaniyatning o'ziga xos jihatlarini hisobga olgan holda shakllantirishlari zarur.

O'zbek madaniyatida bolalarga mehr-oqibat, oilaviy qadriyatlar, do'stlik va vatanparvarlik kabi hissiy va ijtimoiy normativlar alohida o'rin tutadi. Bu qadriyatlarni bolalarga ta'lim orqali etkazish, ularning emotional intellektini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Xulosa

Emocional intellektni rivojlantirish maktabgacha ta'limning eng muhim jihatlaridan biridir. Bu jarayon bolalar o'rtasida ijtimoiy ko'nikmalarni, hissiy tushuncha va boshqalar bilan hamkorlikni rivojlantiradi. Maktabgacha ta'limda bolalar bilan o'ynaladigan o'yinlar, guruh faoliyatlari, hikoyalar va mashqlar orqali bolalar o'z hissiyotlarini anglash va boshqarish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Bu, o'z navbatida,



ularning psixologik va ijtimoiy farovonligini oshiradi, hayotda muvaffaqiyatli bo'lishlariga turtki beradi.

Bolalar tarbiyasida emotional intellektning rivojlanishi, pedagoglarning professional kompetentsiyasi va zamonaviy pedagogik usullarni qo'llash orqali yanada samarali bo'ladi. Shuningdek, jamiyat va madaniyatning ijtimoiy normativlari bolalarga hissiy o'zgarishlarni anglashda yordam beradi. Shu bilan birga, bu jarayonni muvaffaqiyatli tashkil qilish uchun tarbiyachilar o'z yondashuvlarini muntazam ravishda takomillashtirib borishlari zarur.

Adabiyotlar

1. Salovey, P., & Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence*. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185-211.
2. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
3. G'ulomov, A. (2019). *Maktabgacha ta'limda emotional intellektni rivojlantirish*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi O'qituvchilar nashriyoti.
4. Isroilova, Z. (2018). *Bolalar psixologiyasida emotional intellektning o'rni*. Samarqand: Samarqand davlat universiteti nashriyoti.
5. Sultonov, A. (2020). *Pedagogik yondashuvlar va emotional intellekt*. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.