

## EMOTIONAL MADANIYATNI SHAKILLANTIRISHGA PSIXOLOGIK YONDASHUV (kichik maktab yoshi bolalari misolida)

*To'uchiyeva Shoyista Jumaboyevna*

*University of business and science*

*Pedagogika va psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

*[shoyistatuychiyeva@mil.ru](mailto:shoyistatuychiyeva@mil.ru) (99-608-44-80)*

**Annotatsiya:** Kichik maktab yoshidagi bolani shaxs sifatida shakillanishi. Pivojlanishning ma'lum bosqichi sifatidagi ahamiyati. Kichik maktab yoshidagi bolalar emotsional sohasida oilaning o'ziga hosliklari. Ta'lim jarayonida emotsional madaniyatning(oilaning ) ahamiyati.

**Kalit so'zlar:** Emotsiya, emotsional barqarorlik, ta'lim samaradorligi,

**Annotation:** The formation of a child's a person of junior school age. Importance as a certain stage of development. Peculiarities of the emotional sphere of children of primery school age. The importance of emotionalstability in the educational process.

**Key word:** emotion, emotional stability, educational efficiency.

**Аннотация:** Личность маленького ребенка школьного возраста шаткая как личность. Важность на определенной стадии развития. Особенности эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста. Значение эмоциональной устойчивости в образовательном процессе.

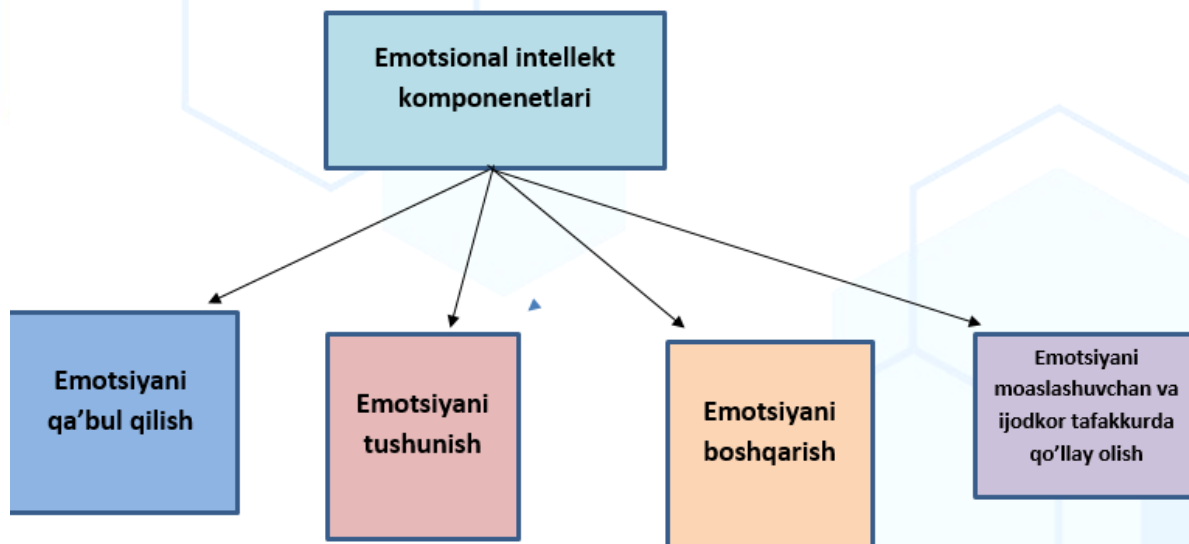
**Ключевые слова:**эмоциональность, эмоциональная стойчивость, образовательная эффективность.

### KIRISH

Bugungi kunda kichik maktab yoshidagi bolalar emotsional sohasini korreksiyalash ta'lim va tarbiya jarayonini samamarali tashkil etishda asosiy vosita rolini bajarmoqda. Bunda axborot ko'lamining kengligi, rivojlanish jarayonining tezlashuvi o'quvchi yoshlarda emotsional madaniyatni shakillantirish va rivojlantirishni davr talabi darajasiga ko'tarilishi sababdir. Ma'lumki, emotsional madaniyat va intellekt bilan qurollangan o'quvchi yoshlarimiz milliy o'zligimizni jahon miqyosida namayon eta oladigan kuchli kadrlar bo'lib yetishadi. Shu ma'noda emotsional buzulishlarni oldini olish, korreksiyalash psixologiya oldidagi dolzarb masalalardan biri xisoblanadi. Ayniqsa, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda emotsional madaniyatni, intellektni rivojlantirish o'z mohiyatiga ko'ra ma'lum tizim asosida yondashishni talab qiladi. Anashu talabdan kelib chqib, ushbu maqolamizda kichik maktab yoshi o'quvchilarida emotsional intellektni hosil qilish va emotsional

madaniyatni rivojlantirishda o‘yin terapiyasining o‘rni va ahamiyatini izohlashni lozim deb topdik.

Psixologiyada emotsional intellektni E. Torndayk, Golman kabi olimlar ham tadqiq etishgan. Dj. Mayer, P.Solovey, D.Krauzo qobiliyat sirasiga kiruvchi emotsional intellektning 4 komponentini tadqiq etuvchi testlarni ishlab chiqishdi. Bular quyidagilar:



Emotsional intellektni yuqoridagi komponentlariga nisbatan ko‘nikma asosan kichik maktab yoshi davrida shakillantirilariladi va rivojlantiriladi. Shu o‘rinda haqli bir savol tug‘uladi. Agar biz emotsional sog‘lomlikka ahamiyat qaratmasak uning oqibatlari nimadan iborat?

Agar shaxs yuqori intellekt ko‘yefitsentiga ega bo‘lsa, ammo bosh miyasining biror joyidan jarohat olsa unnig emotsional intellekti pasayib ketar ekan. Nevrolog Antonio Damasio o‘z tajribasida miya saratoni mavjud Elliot ismli bemorni misol qilib keltirgan. U o‘z bemoridagi o‘smanni jarrohlik yo‘li bilan olib tashlagan. U bemor sog‘aygandan keyin u bilan bo‘lgan soatlab suhbatda unnig yuzida emotsiyaning hech qanday ko‘rinishini payqashmagan. Elliotga turli xil vahshiona va turli tabiiy offtlar orqali insonlarda yuz bergan talofatlar aks etgan rasmlarni ko‘rsatishgan. Elliot o‘zida hech qanday his yo‘qligini bilgan va uni ifodalay olmagan. U endilikda hech nima his eta olmayotganini yaxshi bilgan. Natijada Elliot o‘z ishi va oilasini yo‘qotdi. Uning qayta turmishi ham o‘xshamagan. Elliot jamiyatda o‘z o‘rnini yo‘qotib muvaffaqiyatsizlikka erishdi. Ko‘rinib turibdiki, shaxsni emotsional qiyofasi uni o‘z imkoniyatlaridan foydalanishninig eshigi hamdir. Lekin ba’zi olimlarning fikricha, emotsional intellekt – intellektdan yiroq tushuncha. Lekin shuni ham aytib o‘tish kerakki, emotsional intellekt bizdagi bor hohish va qiziqishni faollashtiradi.

Muammoning ma'nosini kamroq o'ylashga majbur qiladi. Bu jarayon kreativlik uchun muhim hisoblanadi. Kichik mkatab yoshidagi o'quvchilarda emotsional intellektni, madaniyatni shakllantirishda emotsional ko'nikmalarni to'g'ri tarkib toptirish, emotsional buzilishlarni o'z vaqtida aniqlab korreksiyalab borish, qadamma-qadam emotsional qiyofani boyitishning usul va vositalaridan foydalanib shaxs imkoniyatlaridan foydalanishning darajasini oshirib borish jamiyat uchun kreyativ va faol shaxsni tarbiyalab yetishtirish demakdir. Bunda ularning asosiy faoliyati o'yin va o'qish faoliyati ekan bu ikki faoliyat turini integratsiya qilgan holada korreksion jarayonga aylantirish ayni muddaodir. Bunda o'quvchilar tashxislanadi, kamchiliklar faoliyatni o'zida koreksiyalab ketiladi. Bu jarayonni faoliyat mazmuni bo'yicha taxlil qilib chiqsak.

**O'yin-bola** bir yoshga to'lgandan boshlab unda faoliyatning sodda shakllarini egallash uchun shart-sharoitlar yuzaga kela boshlaydi. Bunday shart-sharoitlardan birinchisi o'yindir. Bolalarda o'yin ularning faoliyatlarini, faolliklarini amalga oshirish shaklidir. Sof holdagi o'yin faoliyatini yuzaga keltiradigan sabab ehtiyoj bo'lsa, uning manbai taqlid va tajribadir. Bolalar narsalar bilan rolli qoidali, harakatli, didaktik mazmunli o'yinlarni o'ynaydilar. O'yin narsa va hodisalarning mazmunini bolaning o'z tajribasida bilib olishga, mazkur mazmunlarni ishlata bilishga mashq qildiradi. Bolaning shaxsiy sifatleri boshqalar bilan munosabatlarda tarkib topib boradi. O'yin faoliyatida bola ijtimoiy voqelikni taqlid, rol orqali ijro etishga harakat qiladi va shu yo'sinda atrof-muhit to'g'risidagi, ijtimoiy turmushdagi shaxslararo munosabatlarni o'zlashtira boradi. Ijtimoiy turmushdagi u yoki bu hodisani rol orqali ijro qiladi. So'z bilan harakatning birikuvi natijasida o'yin faoliyati tusini oladi va muayyan ma'noda axborot berish, uzatish imkoniyatiga ega bo'ladi. Dastlabki o'yin aynan kattalar xatti-harakatini takrorlash, ularga taqlid qilish bilan tavsiflanadi. Syujetli o'yinlar borliqning goh anglangan, goho anglanmagan tarzda u yoki bu tomonlarini egallashga yordam beradi. O'yin dastavval bola uchun vaqt o'tkazish, uni mashg'ul qilish funksiyasini bajarsa, keyinchalik ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot namunalarini ifodalash darajasiga o'tadi. Rollar, ma'noli harakatlar, ibratli imo-ishoralar, tushunchalar bola shaxsini shakllantirishda faol ishtirok etadi. Bola tug'ilgandan to maktab ta'limigacha uning uchun o'yin faoliyati yetakchi faoliyat rolini bajaradi, shuningdek, o'yin didaktik tus kasb etishi ham mumkin, korreksiyalash vazifasini ham bajaradi.

Kichik mkatab yoshidagi bolalarda ta'lim faoliyati o'yin faoliyatining negizida yuzaga keladi. Bu faoliyatning maqsadi ma'lum axborotlarni, bilimlarni, harakatlar va amallarni o'zlashtirishdan iboratdir. Odamning o'z maqsadiga ko'ra batamom o'rganish va o'zlashtirishdan iborat bo'lgan mana shunday maxsus faoliyati ta'lim faoliyati deyiladi. Psixologik jihatdan olganda, ta'lim faoliyati o'z ichiga quyidagi jarayonlarni oladi: ma'lum bir nazariya va amaliy faoliyat turini muvaffaqiyatli amalga

oshirish uchun obyektiv olamning eng muhim xususiyatlariga doir axborotlarni o'zlashtirish. Bu jarayonning mahsuloti bilimlardir. Bilimlar ko'nikmalarni hosil qilgan holda, malakalarni yuzaga keltiradi. Mana shu faoliyatni, ya'ni bilimlarni o'zlashtirishda yuzaga keladigan usul va operasialarni egallash, bu jarayonlarning mahsuloti malaka va uquvlardan iboratdir. Ta'lim faoliyatining tarkibi juda ham murakkab bo'lib, ularga bilimlar, tushunchalar, malakalar, odatlar, uquvlar kiradi. Bu jarayonda hissiyotning o'rni beqiyos. A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan «Umumiy psixologiya» darsligida hissiyot-kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan kichik munosabatdir. M.Vohidovning «Bolalar psixologiyasi» o'quv qo'llanmasida hissiyot deb – tashqi olamdagi narsa va hodisalarga bo'lgan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishga aytiladi. Q.Turg'unov muallifligidagi lug'atda hissiyot-shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, kishilarga hamda o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida kelib chiqadigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardan iborat. Professor E.G'oziev muallifligidagi «Umumiy psixologiya» darsligida hissiyot odamda, tirik mavjudotlar miyasida, ya'ni shaxslarning ehtiyojlarini qondiruvchi va unga monelik qiluvchi ob'ektlarga nisbatan uning munosabatlarini aks ettirish ma'nosida qo'llaniladi.

Yuqoridagi ta'riflardan ko'rinib turibdiki, **hissiyot** bizning tuyg'ularimizning o'ziga xos aks ettirish jarayoni bo'lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug'iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar namayon etiladi. Demak, hissiyotlar o'z-o'zidan yuzaga kelmasdan, tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta'siri bilan bog'liq ravishda yuzaga keladi.

Adabiyotlarda hissiyot bilan birga emotsiya tushunchasi ham keng doirada qo'llaniladi. Aynan emotsiya tushunchasining mazmuni nimadan iborat va hissiyot tushunchasi bilan o'zaro bog'liqligi qanday degan savol tug'iladi? Shunga muvofiq emotsiya tushunchasining mazmun mohiyatini yoritadigan bo'lsak; jumladan professor E.G'ozievning "Umumiy psixologiya" darsligida emotsiya-odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon bo'ladigan his-tuyg'ularni, ichki kechinmalarni ifodalanishidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishining aniq shaklidir, deb ta'riflanadi.

**Emotsiya**-shaxsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir. Keltirilgan ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq tushuncha bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi. Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg'usini yuzaga keltiradi. Organik hissiyotlarni qondira

olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqatsizlanish hissiga sabab bo'ladi. Odamning hissiyotlari uning mazmuni hamda shakllari, ijtimoiy- tarixiy sharoit bilan bog'liq bo'ladi. Ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davrida odamning ehtiyojlari o'zgarib boradi. Natijada odamda borgan sari yangi, yangi hissiyotlar, chunonchi, ma'naviy, intellektual va estetik hissiyotlar paydo bo'ladi. Hissiyotlar ham boshqa bilish jarayonlari kabi odamning faoliyatlari davomida namoyon bo'ladi. Masalan, mehnatsevarlik hissini yuzaga keltirish uchun ma'lum muddat davomida ijtimoiy foydali mehnat bilan shug'ullanish kerak. U yoki bu faoliyat davrida yuzaga kelgan hissiyot ana shu faoliyatning o'ziga ta'sir qilib, uni o'zgartiradi. Masalan, hohlamasdan o'zini majbur qilib o'qiyotgan oquvchi bilan o'zi hohlab sitqidildan o'qiyotgan o'quvchi faoliyatining unumdorligi o'rtasida juda katta farq mavjud. O'quvchining kayfiyati yaxshi xursand, ruhi tetik bo'lganda o'quv faoliyati ham barakali bo'ladi, aksincha o'quvchining dili g'ash, qandaydir tashvishli yoki g'amgin bo'lganda faoliyatga hohishi bo'lmaydi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning o'quvchining hayotidagi roli juda kattadir. Demak, emotsional sohani korreksiyalash va rivojlantirish ta'lim samaradorligining garovidir.

Hissiyot odamda sodir bo'layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo'lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Emotsional madaniyatni shakllantirishda yukasak hislarni stixiyali ravishda tarkib toptiish orqali erishiladi. Yuzlab va minglab kechirilayotgan emotsiyalar, affektlar, kayfiyatlarda aniq yashaydigan umumlashtirilgan hislar yuksak hislar deyiladi. Yuksak hislar o'z tarkibiga birinchi soddaroq ko'rinishdagi turli hislarni oladi. Inson faoliyatining qaysi bir turi, yoki qaysi bir sohasi, hislarni qaysi birining asosiy ekanligiga qarab yuksak hislarning muhim hisoblangan quyidagi turlari mavjud. Praksik-inson amaliy hayotiningistalgan sohasi maqsadga muvofiq aqliy faoliyatiga, shaxsning ularga nisbatan muayyan munosabatda bo'lish sohasiga aylanib qolishida namayon bo'lidan hislardir. Axloqiy-odamning boshqakishilarga, jamoa va o'zining ijtimoiy burchlarga bo'lgan munosabatlarida ifodalaniladiga hislardir.

3.Intellektual hislar-Ilmiy dalillar ishdagi mahsuldorlikda hissiy intellektning o'rni ulkan ekanligini ko'rsatmoqda. Yuqori hissiy intellektual qobiliyatga ega insonlar yaxshiroq natijalarni qo'lga kiritibgina qolmay, odatda ular ruhiy va jismoniy jihatdan ham tetikroq bo'ladilar. Hissiy intellekt tushunchasi Deniel Golmen ismli muallif tomonidan ommalashtirilgan. U o'zining Hissiy Intellekt nomli bestsellerini 1996-yilda keng omma e'tiboriga taqdim etdi. Mazkur g'oya dastavval Jon Meyer va Salovey tomonidan taqdim etilgan edi.

Salovey va Meyer tomonidan taqdim etilgan hissiy intellekt modeli 4 qismdan iborat:

1.O'zining va o'zgalarning hissiyotlarini aniq ilg'aydi

2. Fikrlashda hissiyotlari yordamidan foydalanadi.
  3. Hissiyotlar, emotsional nutq va hislar ifodalaydigan signallarni tushunadi.
  4. Muayyan maqsadlarga erishish yo'lida hissiyotlarini boshqaradi.
- Quyida hissiy intellektingizni yaxshilashning 7 ta sodda usuli keltirilgan:

1. Hissiyotlaringizga nom bering.
2. Hissiyotlaringiz sizning xulosalaringizga qay yo'sinda o'z ta'sirini ko'rsatayotganligiga ahamiyat bering.
3. Hissiyotlaringiz sizga do'st yoki dushman ekanligi to'g'risida bir qarorga keling.
4. O'z hissiyotlaringiz uchun javobgarlikni o'z zimmangizga oling.
5. O'zga insonlarning hissiyotlariga ahamiyat bering.
6. Mobil qurilmalardan foydalanish vaqtingizni cheklang.
7. Qo'lga kiritgan o'zgarishlaringiz haqida mushohada yuriting.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, kichik mkatab yoshidagi bolalar emotsional sohasini rivojlantirish orqali ularni imkoniyat darajalarini oshirish bilan bir qatorda, o'zlarida mavjud bo'lgan imkoniyatlardan unumli foydalanish ko'nikmalari rivojlantiriladi. Emotsional madaniyat bilan qurollantirilgan holda o'z shaxsiyatlariga va kelajakka ishonch, ma'suliyat bilan yondashuv, o'zgalarni hurmat qilish va ruhiy buzulishlarsiz hayot zavqini his qilish kabi imkoniyatlar eishigini ochib beradi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Sh.M.Mirziyoyev "Xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi" farmoni. Xalq so'zi, 2019-yil 2-may.
2. Vilyunas V.K. Psixologiya emotsiy. - M., 2009
3. Ilin E.P. Psixologiya emotsiy i chuvstv. - M., 2009.
4. Psixologiya motivatsi emotsiy. Pod red.YU.B.Gippenreyter,
5. Oilboyevich, J. X., & Yuldashboyevich, A. S. (2024). SHAXSNING PSIXOLOGIK SENZITIVLIK DARAJASI VA UNING PSIXOLOGIK TIPOLOGIYASI. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 47(3), 145-148.
6. Jurayev, X. O. (2024). Shaxsning ijtimoiylashuv jarayonida o'z men konsepsiyasining psixologik mexanizmlari. Science and Education, 5(9), 237-242.
7. Odilboyevich, J. X. (2024). O'SMIRLIK YOSH DAVRIDA SHAXSDA SUITSID XOLATLARINI PROFILAKTIKA QILISH YO'LARI. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 47(3), 111-114.
8. Odilboyevich, X. (2023). XARBIY XIZMATCHILARDA MOSLASHISHDA PSIXOLOGIK HIMOYA MECHANIZMLARINING YOSH XUSUSIYATLARI. In SCIENTIFIC ASPECTS AND TRENDS IN THE FIELD OF SCIENTIFIC

RESEARCH International scientific-online conference. SCIENTIFIC ASPECTS AND TRENDS IN THE FIELD OF SCIENTIFIC RESEARCH.

9. Saloxidin oqli, A. D. (2023). SHAXSDA YUZAGA KELADIGAN SUITSID XOLATLARINING AYRIM IJTIMOIIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. Innovative Society: Problems, Analysis and Development Prospects (Spain), 65-68.
10. Davlatbek, A. (2023). SHAXSDA SUITSID XOLATINING KELIB CHIQISHI VA UNING PSIXOLOGIK MEKANIZMALARI. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 17(3), 3-7.
11. Karimova, N. (2020). INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES AT THE UNIVERSITY: INNOVATIVE PORTFOLIO TECHNOLOGY. Theoretical & Applied Science, (10), 352-356.