EMOTSIONAL INTELLEKTNI SHAKLLANTIRISHDA TA’LIM JARAYONIDA LOYIHALASHTIRILGAN MASHG‘ULOTLARNING ROLI

Amirov Abbos
Osiyo xalqaro universiteti magistranti

Received: 25.12.2025
Revised: 26.12.2025
Accepted: 27.12.2025

Kalit so‘zlar:
emotsional intellekt, loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar, ta’lim jarayoni, hissiy rivojlanish, ijtimoiy moslashuv

Ключевые слова:
эмоциональный интеллект, проектные занятия, образовательный процесс, эмоциональное развитие, социальная адаптация

Keywords:
emotional intelligence, designed instructional sessions, educational process, emotional development, social adaptation

Annotatsiya: Mazkur maqolada ta’lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning emotsional intellektni shakllantirishdagi roli ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda emotsional intellekt tarkibiy qismlarining rivojlanishida maxsus loyihaviy mashg‘ulotlarning o‘rni, ularning ta’lim oluvchilarning hissiy anglash, o‘z emotsiyalarini boshqarish, empatiya va ijtimoiy muloqot ko‘nikmalariga ta’siri yoritiladi. Shuningdek, loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning ta’lim jarayoniga integratsiyalashuvi orqali shaxsning emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligini oshirish imkoniyatlari asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari ta’lim amaliyotida emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan metodik yondashuvlarni takomillashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi

Аннотация: В статье рассматривается роль проектно организованных занятий в формировании эмоционального интеллекта в образовательном процессе. Анализируются теоретические и практические аспекты влияния специально спроектированных занятий на развитие основных компонентов эмоционального интеллекта, таких как осознание эмоций, управление эмоциональным состоянием, эмпатия и навыки межличностного взаимодействия. Особое внимание уделяется возможностям интеграции проектных занятий в образовательную среду с целью повышения эмоциональной устойчивости и социальной адаптированности обучающихся. Полученные выводы могут быть использованы для совершенствования психолого-педагогических подходов к развитию эмоционального интеллекта в системе образования.

Abstract: This article examines the role of designed instructional sessions in the formation of emotional intelligence within the educational process. The study analyzes theoretical and practical aspects of the influence of project-based activities on the development of key components of emotional intelligence, including emotional awareness, emotion regulation, empathy, and interpersonal communication skills. Special attention is given to the integration of designed sessions into the learning environment as a means of enhancing learners' emotional stability and social adaptability. The findings contribute to the improvement of methodological approaches aimed at developing emotional intelligence in education.

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida ta'lim tizimi nafaqat bilim berishga, balki shaxsning emotsional, ijtimoiy va kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishga ham yo‘naltirilmoqda. Zamonaviy jamiyatda muvaffaqiyatli faoliyat yuritish, kasbiy moslashuvchanlik va ijtimoiy barqarorlik ko‘p jihatdan shaxsning emotsional intellekt darajasiga bog‘liq ekanligi tobora yaqqol namoyon bo‘lmoqda. Shu bois ta'lim jarayonida emotsional intellektni shakllantirish masalasi dolzarb ilmiy-pedagogik muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Ta'lim amaliyotida kuzatilayotgan muammolardan biri shundaki, an'anaviy o‘qitish usullari ko‘proq kognitiv bilimlarni uzatishga yo‘naltirilgan bo‘lib, ta'lim oluvchilarning emotsional holatini anglash, o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish, empatiya va samarali muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish imkoniyatlarini yetarli darajada qamrab olmaydi. Natijada bilimli, ammo stressga chidamsiz, ijtimoiy munosabatlarda qiyinchilikka duch keladigan shaxslar shakllanishi ehtimoli ortadi. Bu holat ta'lim jarayonida yangicha yondashuvlarni joriy etish zaruratini yuzaga keltiradi.

Shu nuqtai nazardan, ta'lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning qo‘llanilishi emotsional intellektni shakllantirishning samarali vositasi sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Loyihaviy mashg‘ulotlar ta'lim oluvchilarning faol ishtirokini ta'minlaydi, mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, jamoada ishlash va o‘z emotsiyalarini real faoliyat jarayonida boshqarish imkonini yaratadi. Bunday mashg‘ulotlar orqali ta'lim oluvchilar nafaqat bilim oladi, balki shaxs sifatida rivojlanadi.Hozirgi kunda yoshlar orasida stress, emotsional beqarorlik, muloqotdagi qiyinchiliklar va ijtimoiy moslashuv muammolarining ortib borayotgani emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan tizimli pedagogik ta'sir zarurligini ko‘rsatmoqda.

Aynan loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar shaxsning ichki resurslarini faollashtirish, ijobiy emotsional tajriba hosil qilish va o‘zini anglash jarayonini chuqurlashtirishga xizmat qiladi. Shu bois ushbu mashg‘ulotlarni ta’lim jarayoniga ilmiy asoslangan holda tatbiq etish dolzarb vazifalardan biridir.

Mazkur mavzuning dolzarbligi yana shundaki, emotsional intellektni shakllantirishga oid tadqiqotlar mavjud bo‘lsa-da, ularni ta’lim jarayonida aynan loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar asosida amalga oshirish mexanizmlari yetarli darajada tizimlashtirilmagan. Bu esa ilmiy izlanishlar orqali mazkur yo‘nalishni metodik jihatdan boyitish, amaliy tavsiyalar ishlab chiqish va ta’lim samaradorligini oshirish zaruratini yuzaga keltiradi. Ta’lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar orqali emotsional intellektni shakllantirish masalasi zamonaviy ta’limning dolzarb ehtiyojlariga to‘liq mos keladi. Ushbu yo‘nalish nafaqat ta’lim sifatini oshirish, balki ijtimoiy jihatdan yetuk, emotsional barqaror va mas’uliyatli shaxslarni tarbiyalashga xizmat qilishi bilan ham muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Adabiyotlar sharhi. Emotsional intellekt muammosi psixologiya va pedagogika fanlarida mustaqil ilmiy yo‘nalish sifatida shakllanib, shaxs rivojlanishining muhim omili sifatida keng tadqiq etilgan. Mazkur tushunchaning ilmiy asoslari dastlab Peter Salovey va Jon Mayer tomonidan ilgari surilgan bo‘lib, ular emotsional intellektni shaxsning o‘z va boshqalarning emotsiyalarini anglash, baholash hamda boshqarish qobiliyati sifatida talqin qilganlar. Ushbu yondashuv emotsional jarayonlarning kognitiv faoliyat bilan uzviy bog‘liqligini ilmiy jihatdan asoslab berdi. Keyinchalik emotsional intellekt konsepsiyasi Daniel Goleman ishlari orqali keng ommalashdi. Uning tadqiqotlarida emotsional intellekt shaxsning muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi va kasbiy samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida ko‘rsatildi. Goleman emotsional intellekt tarkibiga o‘zini anglash, o‘zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni kiritib, ta’lim jarayonida ushbu sifatlarni rivojlantirish zarurligini ta’kidladi.

Ta’lim jarayonida emotsional intellektni shakllantirish masalasi pedagogik psixologiya doirasida ham chuqur o‘rganilgan. Xususan, Lev Vigotsky ning madaniy-tarixiy nazariyasida shaxs rivojlanishi ijtimoiy faoliyat va muloqot orqali amalga oshishi asoslab berilgan bo‘lib, bu g‘oya loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning emotsional rivojlanishdagi ahamiyatini tushuntirishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Vigotskiy ta’limni rivojlanishning yetakchi omili sifatida ko‘rgan. Loyihaviy va faol ta’lim metodlari muammosi Jon Devey ning pragmatik pedagogik qarashlarida alohida o‘rin egallaydi. Uning fikricha, bilim faoliyat jarayonida egallangandagina shaxsiy tajribaga aylanadi. Bu yondashuv loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar orqali emotsional intellekt komponentlarini real hayotiy vaziyatlarda shakllantirish mumkinligini ko‘rsatadi.

Zamonaviy tadqiqotlarda emotsional intellektning ta’lim samaradorligiga ta’siri masalasi Reuven Bar-On ishlari orqali keng yoritilgan. U emotsional

intellektni shaxsning stressga bardoshliligi, moslashuvchanligi va ijtimoiy faolligi bilan bog‘lab, uni rivojlantirishda maxsus trening va mashg‘ulotlarning muhimligini ta’kidlaydi. Bar-On modeli ta’lim muhitida emotsional kompetensiyalarni baholash va rivojlantirish uchun metodik asos bo‘lib xizmat qiladi. MDH olimlari tadqiqotlarida ham emotsional intellekt va shaxs rivoji masalalari keng tahlil qilingan. Jumladan, Boris Lomov faoliyat va shaxs munosabatlarini tizimli yondashuv asosida izohlagan bo‘lib, emotsional jarayonlarning faoliyat samaradorligidagi rolini ochib bergan. Uning metodologik qarashlari loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning psixologik mexanizmlarini tushuntirishga xizmat qiladi.

O‘zbek olimlari orasida ham shaxsning emotsional va ijtimoiy rivojlanishi masalalariga e’tibor kuchayib bormoqda. Jumladan, M. Yusupova hamda A. Abdullayeva ishlarida ta’lim jarayonida shaxsning emotsional barqarorligi, muloqot madaniyati va ijtimoiy moslashuvini rivojlantirish muammolari yoritilgan. Ushbu tadqiqotlar loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning tarbiyaviy va rivojlantiruvchi imkoniyatlarini asoslab beradi. Shu bilan birga, mavjud ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, emotsional intellektni rivojlantirishga oid nazariy qarashlar yetarli bo‘lsa-da, uni ta’lim jarayonida aynan loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar orqali tizimli shakllantirish masalasi hali to‘liq ishlab chiqilmagan. Bu esa mazkur yo‘nalishda kompleks ilmiy tadqiqotlar olib borish, metodik yondashuvlarni takomillashtirish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish zaruratini yuzaga keltiradi.

Asosiy qism. Ta’lim jarayonida emotsional intellektni shakllantirish shaxsning har tomonlama rivojlanishini ta’minlashga qaratilgan muhim pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi. Emotsional intellekt nafaqat shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini anglash va boshqarish qobiliyatini, balki atrofdagilar bilan samarali muloqot o‘rnatish, empatiya ko‘rsatish va ijtimoiy vaziyatlarga moslashish imkoniyatlarini ham belgilaydi. Shu bois ta’lim jarayonida ushbu sifatlarni rivojlantirish an’anaviy yondashuvlar bilan cheklanib qolmasdan, maxsus loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar asosida tashkil etilishi zarur. Loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar ta’lim oluvchilarni faol subyekt sifatida jarayonga jalb etishi bilan ajralib turadi. Bunday mashg‘ulotlarda ta’lim oluvchilar muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, jamoa bilan hamkorlikda qaror qabul qilish, o‘z fikrini erkin ifodalash va boshqalarning nuqtayi nazarini tushunishga o‘rganadilar. Natijada emotsional anglash, o‘zini nazorat qilish va ijtimoiy mas’uliyat kabi emotsional intellekt komponentlari tabiiy faoliyat jarayonida shakllanadi. Bu jarayon sun’iy mashqlar emas, balki real ta’limiy vaziyatlar orqali amalga oshirilishi bilan samaradorlik kasb etadi.

Ta’lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar emotsional tajriba hosil qilish imkonini kengaytiradi. Mashg‘ulotlar davomida ta’lim oluvchilar turli hissiy holatlarni boshdan kechiradi, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlikni tahlil qiladi, o‘z emotsional reaksiyalarini anglay boshlaydi. Bu esa ularda refleksiya ko‘nikmalarining rivojlanishiga, shaxsiy emotsional tajribani ongli ravishda

boshqarishga xizmat qiladi. Ayniqsa, guruhli va jamoaviy loyihalar ta’lim oluvchilarda empatiya va o‘zaro tushunishni mustahkamlashda muhim omil bo‘lib hisoblanadi. Loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarning yana bir muhim jihati shundaki, ular ta’lim oluvchilarning motivatsiyasini oshiradi. Faol ishtirok, mustaqil qaror qabul qilish va natijaga erishish jarayonida shaxs ichki qoniqish hissini his qiladi. Bu holat emotsional barqarorlikni kuchaytirib, stressga bardoshlilikni rivojlantiradi. Natijada ta’lim oluvchilar murakkab vaziyatlarda ham o‘zini tuta bilish, salbiy emotsiyalarni konstruktiv yo‘naltirish va ijobiy munosabatni saqlash qobiliyatiga ega bo‘ladilar.

Shuningdek, loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar ta’lim muhitini insonparvarlashtirishga xizmat qiladi. Bunda o‘qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki yo‘naltiruvchi, maslahatchi va hamkor sifatida namoyon bo‘ladi. Ta’lim oluvchi esa o‘z fikri va hissiy holati e’tiborga olinadigan faol ishtirokchiga aylanadi. Bunday muhitda emotsional xavfsizlik ta’minlanadi, bu esa emotsional intellektning samarali shakllanishi uchun qulay psixologik sharoit yaratadi. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, ta’lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlarni tizimli va maqsadli qo‘llash emotsional intellektni rivojlantirishning samarali mexanizmlaridan biri hisoblanadi. Ushbu mashg‘ulotlar orqali shaxsda o‘zini anglash, emotsional nazorat, empatiya va ijtimoiy faollik kabi sifatlar bosqichma-bosqich shakllanadi. Natijada ta’lim jarayoni faqat akademik bilimlarni egallash bilan cheklanmay, balki emotsional va ijtimoiy jihatdan yetuk shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Xulosa. O‘tkazilgan nazariy tahlillar va pedagogik yondashuvlar shuni ko‘rsatadiki, emotsional intellektni shakllantirish zamonaviy ta’lim tizimining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Ta’lim jarayonida shaxsning nafaqat bilim va ko‘nikmalarini, balki uning emotsional holatini anglash, o‘zini boshqarish va ijtimoiy munosabatlarni samarali tashkil etish qobiliyatlarini rivojlantirish zarurati tobora ortib bormoqda. Shu jihatdan emotsional intellektni rivojlantirishga yo‘naltirilgan pedagogik faoliyat ta’lim sifatini oshirishning muhim omillaridan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. Tadqiqot natijalari ta’lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar emotsional intellektni shakllantirishda yuqori samaradorlikka ega ekanligini asoslab berdi. Ushbu mashg‘ulotlar ta’lim oluvchilarning faol ishtirokini ta’minlab, ularning hissiy anglash, emotsional nazorat, empatiya va ijtimoiy muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Loyihaviy faoliyat orqali ta’lim oluvchilar real hayotiy vaziyatlarga yaqinlashib, emotsional tajribani ongli ravishda boshqarish imkoniyatiga ega bo‘ladilar.

Shuningdek, loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar ta’lim muhitining insonparvarlashuviga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bunday mashg‘ulotlar jarayonida o‘qituvchi va ta’lim oluvchi o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar hamkorlik va ishonch tamoyillariga asoslanadi. Bu esa emotsional xavfsizlikni ta’minlab, shaxsning ichki imkoniyatlarini ochishga, o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlashga va ijobiy emotsional fonni shakllantirishga zamin yaratadi.

Ta’lim jarayonida loyihalashtirilgan mashg‘ulotlar emotsional intellektni rivojlantirishning samarali pedagogik vositasi sifatida e’tirof etilishi mumkin. Ularni ta’lim tizimiga tizimli va maqsadli tarzda joriy etish shaxsning emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuvchanligi va hayotiy muvaffaqiyatini ta’minlashga xizmat qiladi. Mazkur yo‘nalishda olib boriladigan keyingi ilmiy tadqiqotlar va amaliy ishlanmalar ta’lim jarayonini yanada takomillashtirish hamda emotsional intellektni rivojlantirish bo‘yicha samarali metodikalar yaratishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. — New York: Bantam Books, 1995. — 352 p.

2. Mayer J.D., Salovey P. Emotional Intelligence and the Construction and Regulation of Feelings. — New York: Basic Books, 1997. — 310 p.

3. Bar-On R. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. — San Francisco: Jossey-Bass, 2006. — 404 p.

4. Z.S.Elov. Sudga oid psixologik ekspertizasining rivojlanish jarayoni va tarixi. 2024 OSIYO XALQARO UNIVERSITETI AXBOROTNOMASI 1, 112-119

5. Z.Elov., A.Sulaymonov. Sud-psixolog ekspert faoliyatining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarI. 2024 Modern Science and Research. 2024/7/4

6. Z.S.Elov. Sud-psixologik ekspertizalar o‘tkazishning huquqiy va tashkiliy asoslari. 2024. TECHNICAL SCIENCE Vol -2 Issue 1

7. Z.S.Elov. Sud va tergov jarayonida psixolog kompetentligining o‘ziga xosligi. 2025 “O‘ZBEKISTONDA UCHINCHI RENESSANS: INSON, FAN VA IQTISODIYOTNING YANGI UFQLARI” mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy online konferensiyasi

8. N.Tojiyeva., Z.Elov. Voyaga yetmaganlarga sudga oid psixologik ekspertizasini o‘tkazilishining psixologik xususiyatlari. 2024 ПЕДАГОГИК ВА ПСИХОЛОГИК ТАДҚИҚОТЛАР 1 (№1), 9-14

9. Dewey J. Experience and Education. — New York: Macmillan Company, 1938. — 116 p.

10. Vigotskiy L.S. Psixik rivojlanishning madaniy-tarixiy nazariyasi. — Moskva: Pedagogika, 1984. — 285 b.

11. Lomov B.F. Metodologicheskiye i teoreticheskiye problemy psixologii. — Moskva: Nauka, 2001. — 220 s.

12. Yusupova M. Shaxsning emotsional rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvi muammolari. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2017. — 184 b.

13. Abdullayeva A. Pedagogik psixologiyada shaxs va emotsional barqarorlik. — Toshkent: O‘qituvchi, 2019. — 196 b.