



O'SMIRLAR EMOTSIONAL INTELLEKTNING ASOSIY XUSUSIYATLARI

Sharafitdinov Abdulla XXX

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali v.b.dotsenti
sharafitdinovabdulla@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqola o'smirlar emotsional intellektining asosiy xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan. Emotsional intellekt, shuningdek, o'z his-tuyg'ularini va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish, boshqarish va ifodalash qobiliyatini o'z ichiga oladi. O'smirlik davri, shaxsiy va ijtimoiy hayotda emotsional intellektning rivojlanishi uchun muhim bosqich hisoblanadi. Maqolada, o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini boshqarish, empatiya, motivatsiya va ijtimoiy ko'nikmalar kabi xususiyatlar chuqur tahlil qilinadi. Ushbu xususiyatlar o'smirlarning o'zaro aloqalari va muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot, emotsional intellektning o'smirlar rivojlanishiga va ularning ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli bo'lishiga ta'sirini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Emotsional intellekt, o'smirlar, o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini boshqarish, empatiya, motivatsiya, ijtimoiy ko'nikmalar, o'zaro aloqalar, muloqot, shaxsiy rivojlanish.

КЛЮЧЕВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ

Аннотация: Данная статья направлена на изучение основных характеристик эмоционального интеллекта подростков. Эмоциональный интеллект также включает в себя способность понимать, контролировать и выражать свои эмоции, а также эмоции других. Подростковый период является важным этапом для развития эмоционального интеллекта в личной и социальной жизни. В статье подробно анализируются такие характеристики, как самопознание, саморегуляция, эмпатия, мотивация и социальные навыки. Эти характеристики играют важную роль в развитии межличностных отношений и коммуникативных способностей подростков. Исследование демонстрирует влияние эмоционального интеллекта на развитие подростков и их успешное функционирование в социальной среде.

Ключевые слова: Эмоциональный интеллект, подростки, самопознание, саморегуляция, эмпатия, мотивация, социальные навыки, межличностные отношения, коммуникация, личностное развитие.

MAIN FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF ADOLESCENTS

Abstract: This article focuses on studying the main characteristics of emotional intelligence in adolescents. Emotional intelligence also encompasses the ability to understand, manage, and express one's own emotions as well as the emotions of others. The adolescent period is a crucial phase for the development of emotional intelligence in personal and social life. The article provides a detailed analysis of characteristics such as self-awareness, self-regulation, empathy, motivation, and social skills. These characteristics play a significant role in the development of interpersonal relationships and the communicative abilities of adolescents. The study demonstrates the impact of emotional intelligence on adolescent development and their successful functioning in the social environment.

Key words: Emotional intelligence, adolescents, self-awareness, self-regulation, empathy, motivation, social skills, interpersonal relationships, communication, personal development.

Kirish. O'smirlar emotsional intellekti o'z his-tuyg'ularini va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish, boshqarish va ifodalash qobiliyatini o'z ichiga oladi. Bu qobiliyatlar o'smirlik davrida rivojlanib, shaxsiy va ijtimoiy hayotda muhim rol o'ynaydi. O'smirlar bu qobiliyatlarni rivojlantirgan sari, o'zlarini va boshqalarni yaxshi tushunishga, o'z his-tuyg'ularini boshqarishga va ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli bo'lishga qodir bo'ladilar.

O'smirlarda emotsional intellektning asosiy xususiyatlari biri o'z-o'zini anglashdir. Emotsional intellektga ega bo'lgan o'smirlar o'zini va o'z his-tuyg'ularini anglashga qodir. Ular o'z his-tuyg'ularini tushunish, his-tuyg'ular orasidagi aloqalarni aniqlash va fikrlar, his-tuyg'ular va reaksiyalar o'rtasidagi munosabatlarni tahlil qilishda yuqori darajada rivojlanish ko'rsatadi. O'z-o'zini anglash borliq va jamiyatni in'ikos etishning yuqori bosqichi sanalib, pirovard natija sifatida yuzaga keladi, insonning donishmandligini namoyish qiladi. O'zini-o'zi anglash individning o'zini tashqi dunyodan ajratishi, unga bo'lgan o'z munosabatini anglashi, shaxs sifatida o'zini o'z xatti-harakatlari, fikr-mulohazalari, his-tuyg'ulari, qiziqishlari, istaklarini anglash va baholash jarayonidir. Ko'plab chet el olimlari tomonidan ham o'zlikni anglashning nazariy, amaliy va tadbqiqiy jihatlari muayyan darajada o'rganib kelinmoqda.

Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili. L.S.Vigotskiyning shaxsiy fikricha, o'zini o'zi anglash turli xil ma'nolar o'rtasida birlikni (umumiylilikni) vujudga keltirish jarayoni sifatida va o'zlashtirilgan ong tariqasida namoyon bo'ladi.

A.N.Leontev talqiniga qaraganda, individual (yakka shaxsga oid) ongning mohiyat bilan mazmun o'rtasidagi ziddiyat o'zini o'zi anglashning sababchisidir.

A.N.Leontevning shogirdi V.V.Stolinning uqtirishicha, o'zini o'zi anglashning asosida (negizida) "menlik" ning mazmunlari o'rtasidagi ziddiyat yotadi.

B.G.Ananov izlanishlarida aks etishicha, o'zini o'zi anglashning paydo bo'lishi omili-odamning individual xosiyati, faoliyat subyektiligi, shaxslilik xususiyatlarining tarkib topishidagi notekislik va geteroxronlikdir. Uning mulohazasiga ko'ra, o'zini o'zi anglash ana shu uchala xususiyatni o'zaro muvofiqlashtiradi va xuddi shu tariqa ongning individualligini

ta'minlab turadi. S. L. Rubinshteynning o'zini-o'zi anglashni shakllantirishning manbai ong va undagi ziddiyat bo'lmasdan, balki insonning tarkib topishi va rivojlanishi sanaladi. Ruhiy faoliyatning maxsus holdagi (vaziyatdagi) obyektiv shart-sharoitlar sifatida odamlarning hayoti, umumiy yashash sharoiti deb yozadi.

Shaxsda o'zini-o'zi anglash darajasini o'rganilishi bo'yicha taniqli nazariyotchilardan A. Maslau, K. Rodgers, A. Bandura, J. Rotter, J. Piajelarning ilg'or fikrlari va amaliy tadqiqotlarini qayd etishimiz mumkin.

O'zini-o'zi anglash jarayonining bilish jarayoni bilan bog'liq holda rivojlanishi ijtimoiy-kognitiv nazariyalar yo'nalishining paydo bolishi bilan bog'liq. Ushbu yo'nalish yorqin tadqiqotchilariga Albert Bandura va Julian Rotterning shaxs xulq-atvorini tavsiflovchi ijtimoiy kognitiv qarashlarini keltirib o'tishimiz lozim. Bandura aqliy faoliyatni xulq-atvor, kognitiv va atrof-muhit omillari o'rtasidagi uzluksiz ta'sir o'tkazish nuqtai nazaridan yaxshiroq tushuniladi deb hisoblaydi. Bu shuni anglatadiki, xatti-harakatlar, shaxsiyat va ijtimoiy ta'sirlar bir-biriga bog'liq bo'lgan determinantlardir, ya'ni xatti-harakatlarga atrof-muhit ta'sir qiladi, ammo odamlar ijtimoiy muhitni yaratishda va ularning har bir jarayonida yuzaga keladigan boshqa holatlarda ham faol rol o'ynaydi.[10]

Tadqiqot metodologiyasi. Yuqorida biz qayd etganimizdek hayotiy tajriba ham xulq-atvor namoyon bo'lishida muhim ro'li bo'lgani kabi ushbu yo'nalish vakillarining ham qarashlarida tashqi muhit bilan bog'liq bo'lgan jarayon ya'ni kuzatish va hayotiy misollarning o'rnini alohida qayd etishadi. Unga ko'ra odamlar kuzatish orqali o'z qobiliyatlarini rivojlantiradi va bu o'zlashtirilgan bilimdan ma'lum ko'nikma va malakani kengaytiradi.

Haqiqatdan ham anglashimiz lozimki, buguni kunda har bir shaxsning yosh bo'yicha ijtimoiy-kognitiv rivojlanishidagi krizislarni kamaytirishimiz, o'z hayotiga to'la qonli o'zi mustaqil javobgar ekanligini singdirishimiz, jamiyatga faqat o'zini ruhan boshqara oladigan va rivojlantira oladigan yoshlarni shakllantirishimiz uchun, o'zini-o'zi anglash jarayonini to'la qonli tushunishimiz, anglash jarayonini shakllanishiga ta'sir etuvchi omillarini bilishimizni va uni shakllantiruvchi shart-sharoitlarni umumiy qonuniyatlarini aniqlashimiz lozimligini ko'rsatib bermoqda.

Emotsional intellekt rivojlanishida shaxsiy qaror qabul qilish muhim ahamiyatga ega. O'smirlar o'z harakatlarini ko'rib chiqish va uning oqibatlarini tushunishga qodir bo'ladi. Ular qarorlarini nazorat qilish, fikr yoki tuyg'u haqidagi savollarga aniqlik kiritish kabi sohalarda amaliy foydalanishga imkon beradi.

Dan Ariely, o'smirlarning qaror qabul qilish jarayonlarida ta'sir qiladigan taassurotlar, emotsional hissiyotlar va holatlar haqida tadqiqotchidir. Uning "Predictably irrational" va "The honest truth about dishonesty" kitoblari shaxsiy qaror qabul qilishning o'ziga xos ko'rsatkichlarini va insonlar hayotida bu muhim jarayonlar bilan bog'liq tushunchalarni ko'rsatadi.

Tahlil va natijalar. O'smirlar uchun emotsional intellektning (EI) rivojlanishi bir nechta muhim sabablarga ko'ra zarurdir:

Shaxsiy rivojlanish: Emotsional intellekt o‘z his-tuyg‘ularini va ichki holatini tushunishga yordam beradi. Bu o‘smirlarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi va o‘zini anglash qobiliyatini kuchaytiradi, bu esa shaxsiy rivojlanish va o‘zini tanqid qilishni osonlashtiradi.

Stress va qiyinchiliklarni boshqarish: O‘z his-tuyg‘ularini boshqarish qobiliyati o‘smirlik davrida ko‘p uchraydigan stress, tashvish va boshqa qiyinchiliklarni yengishda yordam beradi. Bu o‘zgarishlar va bosimlarga moslashish qobiliyatini yaxshilaydi.

O‘zaro munosabatlarni yaxshilash: Empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalar o‘smirlarning boshqalar bilan samarali muloqot qilishini va sog‘lom munosabatlar o‘rnatishini ta‘minlaydi. Bu esa do‘stlik, oilaviy munosabatlar va jamiyatda muvaffaqiyat qozonishga yordam beradi.

1-jadval

N.Xollning emotsional intellektni baholash testi

Tavsiflovchi statistikasi

Ko‘rsatkich-lar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	Assimet-riya	Ekstsess
Emotsional Bilimdonlik	576	,00	26,00	9,2240	4,15150	,302	,510
Emotsiyalari ni boshqarish	576	,00	18,00	7,9583	3,96660	,266	-,501
O‘z-o‘zini rag‘batlantiruvchi	576	,00	19,00	10,1094	4,06985	-,016	-,704
Empatiya	576	,00	18,00	8,8490	4,33787	,125	-,610
O‘zga insonlar kechinmalari ni sezuvchi	576	,00	20,00	9,1875	4,11101	,117	-,389

Tavsiflovchi statistika qiymatlaridan shuni ko‘rishimiz mumkinki, emotsional bilimdonlik ko‘rsatkichi bo‘yicha eng kichik ball 0 ballni, maksimal ball 26 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 9,2240, standart og‘ish 4,15150 qiymatiga ega. $(9,2240 \pm 4,15150)$. Asimetriya va ekstsess qiymati me‘yorida ekanligini ko‘rishimiz mumkin. $(A=,302; E=,510)$. Emotsiyalarini boshqarish ko‘rsatkichi natijalariga ko‘ra kichik qiymat 0 ballni, maksimal ball

16 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 7,9583ni, standart og‘ish qiymati 4,15150 ni tashkil etgan. (7,9583±4,15150). Assimetriya va ekstsess qiymatida meyoridan og‘ish yo‘q. (A=,266; E=-,501).

O‘z-o‘zini rag‘batlantiruvchi ko‘rsatkichi natijalariga ko‘ra minimall ball 0 ballni, maksimall ball 19 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 10,1094ni, standart og‘ish qiymati 4,06985ni tashkil etgan. (10,1094±4,06985). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichi me‘yorida. (A=-,016; E=-,704). Empatiya ko‘rsatkichi natijalariga ko‘ra minimal ball 0 ballni, maksimall ball 18 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 8,8490, standart og‘ish qiymati 4,33787 ekanligini ko‘rishimiz mumkin. (8,8490±4,33787). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichlarida yuqori va quyi qiymatlarning bir xilligi va bir xil ballarning ko‘payib ketganligi uchramaydi. (A=,125;E=-,610).O‘zga insonlar kechinmalarini sezuvchi ko‘rsatkichi natijalariga ko‘ra minimal ball 0 ball, maksimall ball 20 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 9,1875ni, standart og‘ish qiymati 4,11101ni tashkil etgan. (9,1875±4,11101). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichi me‘yorida. (A= ,117; E= -,389).

2-jadval

Hayotiy muammolarni yengib o‘tish strategiyalarini o‘rganish

(D.Amirxan metodikasi, V.M.Yaltonskiy va N.A.Sirot modifikatsiyasi)

Tavsiflovchi statistikasi

Ko‘rsatkich-lar	N	Mini-mal	Maksi-mal	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	Assimet-riya	Ekstsess
Muammolarni hal etish	576	2,00	36,00	13,2135	5,00343	,450	1,126
Ijtimoiy qollab quvvatlashni kutish	576	1,00	22,00	10,3906	4,06151	,500	,296
Muammolarda n qochish	576	,00	27,00	11,1927	4,40782	,438	,735

Olingan metodika natijalarida “muammolarni hal etish” ko‘rsatkichida minimal ball 2 ballni, maksimall ball 36 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 13,2135ni, standart og‘ish qiymati 5,00343ni tashkil etgan. (13,2135±5,00343). Assimetriya ko‘rsatkichi me‘yorida (A=,450;). Ekstsess qiymat me‘yoridan oshganligini ko‘rishimiz mumkin. (E=1,126). Sinaluvchilar natijalarida bir xillar ballar ko‘p uchraydi. Biz buni shunday izohlashimiz mumkinki, aksariyat o‘smirlar muammolarni samarali hal etish uchun imkonini beradigan barcha mumkin bo‘lgan usullarni qidirish uchun o‘zida mavjud bo‘lgan barcha shaxsiy resurslardan fodalanishga harakat qiladi.

“Ijtimoiy qo‘llab quvvatlashni kutish” ko‘rsatkichi bo‘yicha minimall ball 1 ballni maksimall ball 22 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 10,3906, standart og‘ish qiymati 4,06151ni tashkil etgan. (10,3906±4,06151). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichi me‘yorida. (A=,500; E=,296).

“Muammolardan qochish” ko‘rsatkichi bo‘yicha natijalarda minimall ball 0 ballni maksimall ball 27 ballni tashkil etdi. O‘rtacha qiymat 11,1927, standart og‘ish qiymati 4,40782ni tashkil etgan. (11,1927±4,40782). Assimetriya va ekstsess ko‘rsatkichi me‘yorida. (A=,438; E=,735).

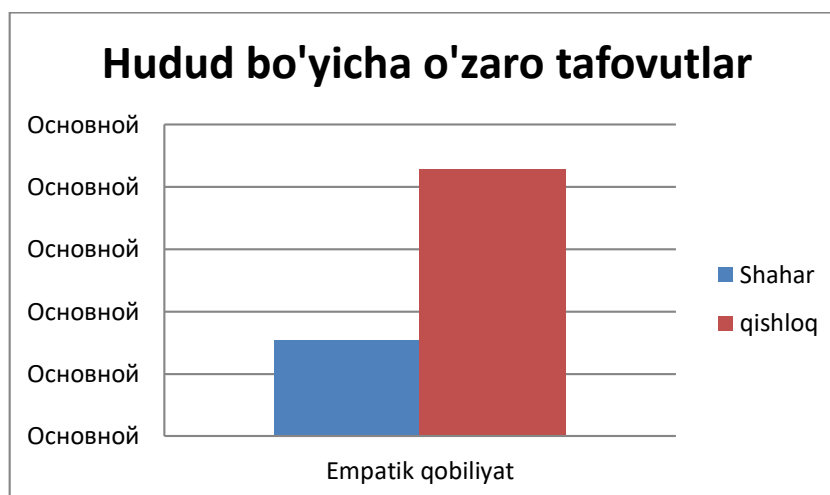
3-jadval

Mann Uitni mezoni natijalari (hudud bo‘yicha)

(Empatik qobiliyatlar darajasini diagnostika qilish metodikasi (V.V.Boyko)

Ko‘rsatkichlar	Hudud	N	O‘rtacha rang	U	p
Empatik qobiliyat	shahar	300	275,35	37453,500	,046*
	qishloq	276	302,80		

Mann Uitni mezoni bo‘yicha qishloq va shahar o‘smir bolalarida empatik qobiliyat ko‘rsatkichida ishonchli farqlar mavjud. (U=37453,500; p>0.05). Ya‘ni o‘smir shahar bolalariga qaraganda, qishloq bolalarida empatik qobiliyat yuqoriroq namoyon bo‘lishini kuzatishimiz mumkin.



1-diagramma

Kuzatishimizcha, qishloq hududlarida an‘anaviy qadriyatlar, qo‘ni qo‘shnichilik, do‘st-birodarlik tuyg‘ulariga ko‘proq e‘tibor qaratilib kelinadi. Chunki bilamizki, qishloqlarda hashar, bir-birining holidan xabar olish, ko‘ngil so‘rash kabi odatlar ko‘proq yo‘lga qo‘yilgan. “Odamlar nima deydi” degan naqlga amal qilib, hissiy yaqinlikka intilishadi. Axloqiy qadriyatlar negizida bolalikdan shaxs shakllanishida empatik qobiliyatlar namoyon bo‘lishi va ularning xulq-atvorida emotsional tarkib toptirib borilishi bilan izohlashimiz mumkin. Shuning uchun ham boshqalarning his-tuyg‘ularini anglashda empatik qobiliyat qishloq bolarida yaqqolroq namoyon bo‘lishi mumkin. Ziyraklik va e‘tiborlilik emotsional munosabatlarda tezda ko‘zga tashlanishi mumkin.

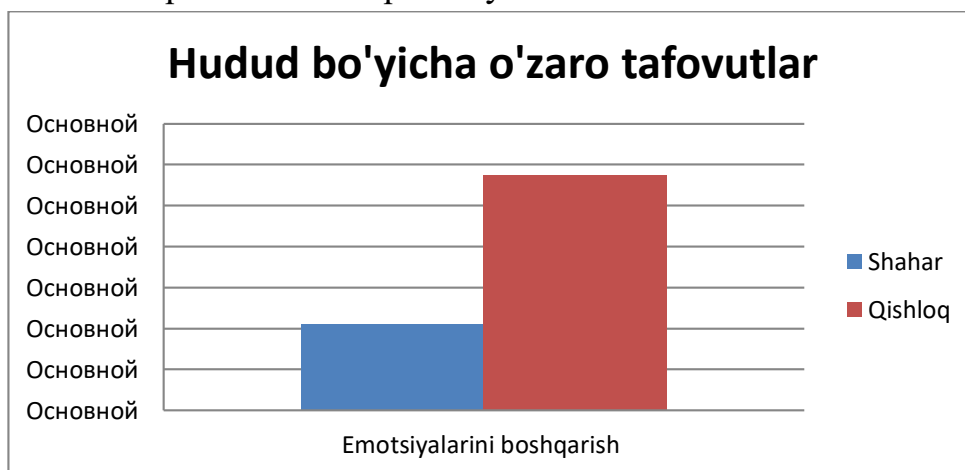
4-jadval

Mann Uitni mezoni natijalari (hudud bo‘yicha)

N.Xollning emotsional intellektni baholash testi

Ko‘rsatkichlar	Hudud	N	O‘rtacha rang	U	p
Emotsional Bilimdonlik	shahar	300	275,93	37629,000	,058
	qishloq	276	302,16		
Emotsiyalarini boshqarish	shahar	300	271,06	36166,500	,008**
	qishloq	276	307,46		
O‘z o‘zini rag‘batlantiruvchi	shahar	300	273,28	36832,500	,022*
	qishloq	276	305,05		
Empatiya	shahar	300	267,29	35037,000	,001***
	qishloq	276	311,55		
O‘zga insonlar kechinmalarini sezuvchi	shahar	300	271,58	36324,000	,011*
	qishloq	276	306,89		

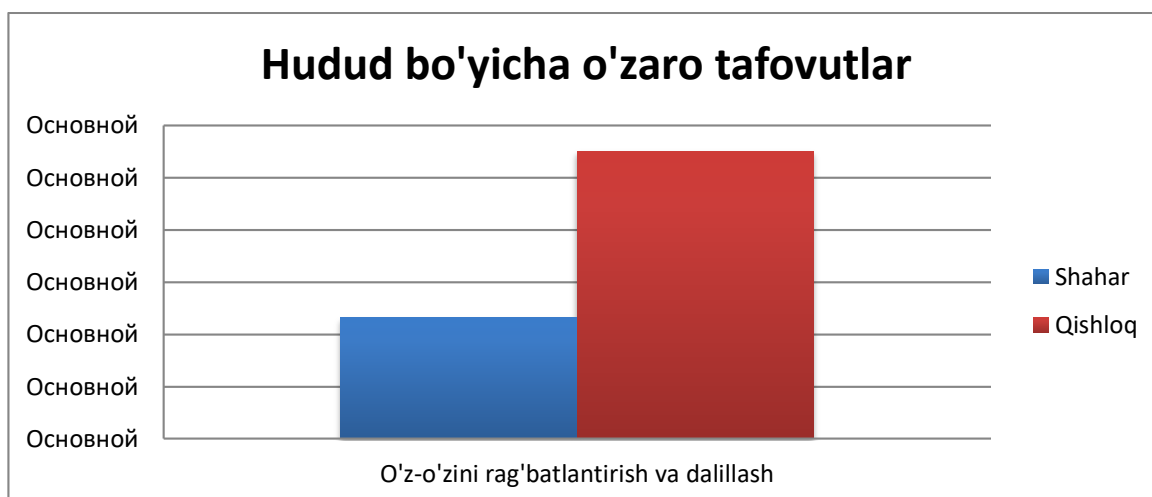
Emotsiyalarini boshqarish ko‘rsatkichida ($U=36166,500$; $p>0.01$). Mann-Utni mezon bo‘yicha ushbu ko‘rsatkich natijasi bo‘yicha shahar bolalariga qaraganda qishloq bolalarida emotsional boshqaruv kuchliroq namoyon bo‘lishini kuzatishimiz mumkin.



2-diagramma

Biz buni qishloq bolalari mehnat tarbiyasi bilan ko‘proq band bo‘lishi, irodaviy sifatlarning tarkib topishida oilaviy talabchanlikning ham yuqoriroq ekanligi bilan izohlashimiz mumkin. Hissiy boshqaruv, o‘z xulq-atvorini boshqarishda ota-onaning ham nazorati shahar bolalariga nisbatan ko‘proq ekanligini kuzatishimiz mumkin.

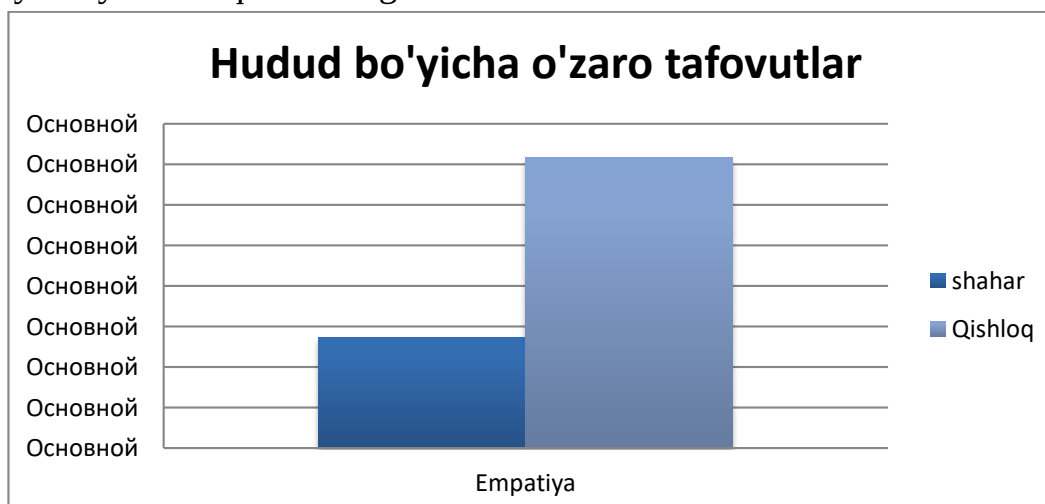
O‘z-o‘zini rag‘batlantiruvchi, dalillovchi ko‘rsatkichi bo‘yicha ($U=36832,500$; $p>0.05$). Ushbu ko‘rsatkichda ham ishonchli farqlar mavjud. Ya’ni shahar bolalariga qaraganda, qishloq o‘smir bolalarida o‘z o‘zini rag‘batlantirish, dalillash yuqoriroq namoyon bo‘lishini kuzatishimiz mumkin.



3-diagramma

Ushbu ko‘rsatkich natijalari bizga bir qancha xulosalarni berishi mumkin. Bilamizki qishloq hududlarida shaxslararo doimiy muloqot, umumiy uchrashuv va tadbirlar tez-tez o‘tkazilib turiladi. Ayniqsa o‘smir yoshida guruh yig‘inlar, jamoaviy o‘yinlar tashkil etilib turiladi. O‘smir yoshidagi bolalar bu orqali o‘zini ko‘proq namoyon etish, xulq-atvor ko‘nikmalarida o‘z-o‘zini rag‘batlantirish ko‘zga tashlanadi. Tashkil etilgan uchrashuvlarda o‘z “men” i tarkib topilib, tashkilotchilik sifatlarida o‘z-o‘zini dalillash harakatlari ko‘zga tashlanishi bilan izohlashimiz mumkin.

Empatiya ko‘rsatkichida ($U=35037,000$; $p>0.001$). Ko‘rinib turibdiki, ushbu ko‘rsatkichda ishonchli farqlar mavjud. Ushbu ko‘rsatkich natijalariga ko‘ra shunday xulosa qilishimiz mumkinki, shahar hududida yashovchi bolalarga nisbatan qishloq bolalarida empatiyalik yaxshiroq shakllangan.



4-diagramma

Empatiya bu - hamdardlik hissi, bir-birini idrok etish, tushunish tuyg‘usi hisoblanadi. Har bir hududning o‘zaro so‘zlashuv, muloqot va munosabat qoidalari mavjud bo‘ladi. Bu bolalikdan ijtimoiy ustanovkalar, sotsial intellekt shaklida atrofdagi insonlarning his-tuyg‘ularini tezroq anglash, idrok etish ko‘nikmasi sifatida empatiyalik tabiatan singdirilgan shaklda namoyon bo‘lib borishi mumkin. Ijtimoiy munosabatlarda o‘zaro birdamlik bu kabi

sifatlarining hayotiy tamoyilga aylanishiga olib kelishi mumkin. Bilamizki, o‘smir yoshida do‘stlik. o‘rtoqlik hissi eng yuqori ko‘rinishga ega bo‘ladi. Bir-birini qo‘llab-quvvatlashga, his-tuyg‘ularini o‘rtoqlashishga intilishadi. Bir-birini ko‘rganda dildan suhbatlashish, dard-u quvonchiga sherik bo‘lish kabi odatlar yo‘lga qo‘yiladi. Bu kabi munosabat nafaqat tengdoshlariga balki boshqa insonlarga nisbatan muloqotda ham ko‘zga tashlanadi. Qishloq bolalarida bu kabi empatiyalik ya’ni hamdardlik, emotsional intellektning tarkib topib borishiga xizmat qiladi deb baholashimiz mumkin.

Xulosa: Emotsional intellekt o‘z his-tuyg‘ularini va boshqalarning his-tuyg‘ularini tushunish, boshqarish va ifodalash qobiliyatini o‘z ichiga oladi, bu esa o‘smirlik davrida shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishda muhim ahamiyatga ega. O‘smirlar o‘z-o‘zini anglash, o‘z-o‘zini boshqarish, empatiya, motivatsiya va ijtimoiy ko‘nikmalar kabi emotsional intellekt xususiyatlarini rivojlantirish orqali o‘zaro aloqalar va muloqot qobiliyatlarini kuchaytiradilar.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, emotsional intellekt o‘smirlarning shaxsiy rivojlanishiga, stress va qiyinchiliklarni boshqarishga, shuningdek, ijtimoiy munosabatlarni yaxshilashga yordam beradi. Maqola o‘smirlar orasida emotsional bilimdonlik, empatiya va o‘z-o‘zini rag‘batlantirish ko‘rsatkichlari bo‘yicha qishloq va shahar o‘smirlari o‘rtasida ishonchli farqlar mavjudligini ta’kidlaydi. Shahar bolalariga nisbatan qishloq bolalarida empatiya va emotsional boshqaruv yuqoriroq darajada namoyon bo‘ladi, bu esa qishloq hayoti va an’anaviy qadriyatlar bilan bog‘liqdir.

O‘smirlar uchun emotsional intellektni rivojlantirish, ularga ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli bo‘lishlari uchun zarur bo‘lgan qobiliyatlarni shakllantirishga yordam beradi. Bu, o‘z navbatida, o‘smirlarning ruhiy salomatligini mustahkamlash va shaxs sifatida o‘rishiga hissa qo‘shadi. Maqolada taqdim etilgan xulosalar, o‘smirlar emotsional intellektini rivojlantirishda pedagogik va psixologik yondashuvlarning ahamiyatini ko‘rsatadi, shuningdek, bu jarayonda oila va ijtimoiy muhitning o‘rni haqida muhim fikrlarni keltirib chiqaradi. O‘smirlar emotsional intellektini rivojlantirish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqish, ularning hayot sifatini oshirish va kelajakda muvaffaqiyatli shaxslar sifatida shakllanishini ta’minlashga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books. 1-250 betlar.
2. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211 betlar.
3. Bar-On, R. (1997). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual*. Multi-Health Systems, Inc. 1-70 betlar.
4. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). *Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications*. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215 betlar.

5. Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., & Cooper, J. T. (1998). Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177 betlar.
6. Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). *Building Academic Success on Social and Emotional Learning: What Does the Research Say?*. New York: Teachers College Press. 1-240 betlar.
7. Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman. 1-604 betlar.
8. Leontev, A. N. (1981). *Activity, Consciousness, and Personality*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. 1-200 betlar.
9. Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin. 1-300 betlar.
10. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press. 1-220 betlar.