

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA EMOTSIONAL INTELEKTNI RIVOJLANTIRISHAING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI VA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR

Xamroqulova Nilufar

Samarqand davlat pedagogika instituti,
Pedagogika fakulteti, Maktabgacha ta'lim yo'nalishi talabasi

Ilmiy rahbar: Marupova Munira

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20663256>

Annotatsiya: Ushbu keng qamrovli ilmiy maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning shaxsiy, ijtimoiy va kognitiv rivojlanishida emotsional intellektning (EQ) tutgan o'rni, uning tarkibiy qismlari hamda zamonaviy maktabgacha ta'lim tashkilotlari (MTT) muhitida uni shakllantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari tizimli ravishda tahlil qilingan. Maqolada an'anaviy akademik ta'lim va bolaning emotsional erkinligi o'rtasidagi mutanosiblik muammosi, "O'yin orqali o'rganish" (Play-based learning) konsepsiyasining amaliy samaradorligi hamda tarbiyachilar va ota-onalar hamkorligining metodologik asoslari chuqur yoritilgan. Shuningdek, raqamlashtirish asrida bolalar psixikasida yuzaga kelayotgan transformatsiyalar va ularni bartaraf etish bo'yicha amaliy uslubiy tavsiyalar majmuasi keltirilgan.

Kalit so'zlar: Emotsional intellekt, maktabgacha ta'lim, empatiya, refleksiya, emotsional barqarorlik, play-based learning, keys-stadi, integratsiyalashgan ta'lim, raqamli avlod, sotsializatsiya.

I. KIRISH (INTRODUCTION)

Xizmatlar, axborot oqimi va yuqori texnologiyalar jadal rivojlanayotgan XXI asrda inson kapitalining sifati nafaqat uning akademik bilimlari va mantiqiy fikrlash darajasi (IQ), balki o'z his-tuyg'ularini boshqara olish, o'zgarlar kechinmalarini anglash, stressli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish va ijtimoiy muhitga moslashuvchanlik darajasi emotsional intellekt (EQ) bilan ham belgilanmoqda. Zamonaviy pedagogik psixologiya va neyropedagogika sohasidagi fundamental tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inson shaxsiyati, uning xulq-atvori, ijtimoiy munosabatlar modeli va hissiy reaksiyalarining fundamental poydevori aynan maktabgacha yosh davrida (3 yoshdan 7 yoshgacha) shakllanadi. Aynan shu davrda miya neyronlarining plastikligi yuqori bo'lib, ijtimoiy va hissiy ko'nikmalarni o'zlashtirish ko'rsatkichi eng yuqori cho'qqiga chiqadi. Biroq, uzoq yillar davomida global va mahalliy maktabgacha ta'lim tizimida metodologik xatolikka yo'l qo'yildi: ta'lim-tarbiya jarayoni haddan taxation "akademizatsiyalashgan" ko'rinish oldi. Ya'ni, 4-6 yoshli bolaga harflarni mexanik yodlatish, matematik amallarni bajartirish va intensiv intellektual yuklamalar berish ta'lim sifatining asosiy mezoni hisoblandi. Ushbu yondashuvning salbiy oqibatlar bugungi kunda yaqqol ko'rinmoqda: emotsional jihatdan rivojlanmagan, o'z qo'rquvini, g'azabini, hayajonini boshqara olmaydigan bola intellektual jihatdan qanchalik yuqori ko'rsatkichga ega bo'lmasin, ijtimoiy muhitda (keyinchalik maktabda va jamiyatda) jiddiy dezadaptatsiyaga (moslasha olmaslikka), depressiv holatlarga va agressiyaga moyillikka duch kelmoqda.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni shakllantirish va rivojlantirish tizimini ilmiy-pedagogik jihatdan asoslash, zamonaviy metodikalar bilan boyitish bugungi kun ta'lim islohotlarining eng strategik va dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Zero, emotsional intellekt bolaning kelajakda komil shaxs va o'z sohasining muvaffaqiyatli yetakchisi bo'lishini ta'minlovchi eng asosiy "soft skills" (yumshoq ko'nikmalar) tizimini o'zida mujassam etadi.

II. METODOLOGIK ASOSLAR VA ADABIYOTLAR TAHLILI (LITERATURE REVIEW)

Emotsional intellekt tushunchasi psixologiya va pedagogika fanlariga nisbatan kech kirib kelgan bo'lsa-da, qisqa muddat ichida fundamental tadqiqotlar ob'ektiga aylandi. Mazkur konsepsiyaning nazariy asoslari dastlab P. Salovey va J. Mayer tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lib, ularning tadqiqotlarida emotsional intellekt – hissiy axborotni qayta ishlash, his-tuyg'ularni aniqlash va ularni fikrlash jarayoniga integratsiya qilish qobiliyati sifatida ta'riflanadi. Keyinchalik ushbu yo'nalish amerikalik psixolog va ilmiy jurnalist Deniel Goulman tomonidan ommaviylashtirildi va kengaytirilgan model ko'rinishiga keltirildi.

Goulman tomonidan taqdim etilgan klassik modelga ko'ra, emotsional intellekt beshta asosiy tarkibiy komponentni o'z ichiga oladi: 1) O'z-o'zini anglash (o'z his-tuyg'ularini real vaqtda tan olish va tushunish); 2) O'z-o'zini boshqarish (hissiy impulslarni nazorat qilish, destruktiv holatlarning oldini olish); 3) Ichki motivatsiya (moddiy rag'batlardan tashqari, ichki maqsadlar sari intilish); 4) Empatiya (o'zgalarning his-tuyg'ularini tushunish, ularning holatiga kira olish qobiliyati); 5) Ijtimoiy ko'nikmalar (jamoada ishlash, konfliktlarni boshqarish va muloqot o'rnatish).

Maktabgacha yosh davrida ushbu komponentlarning barchasi embrional (boshlang'ich) va o'ta dinamik holatda bo'ladi. Shveysariyalik mashhur psixolog Jan Piaje o'zining kognitiv rivojlanish nazariyasida ushbu davrni “preoperatsional bosqich” deb ataydi va bu davrda bolalarda “egotsentrizm” (dunyoga va voqealarga faqat o'z prizmasidan qarash, o'zgalar nuqtai nazarini qabul qila olmaslik) kuchli bo'lishini ta'kidlaydi. Demak, bolada empatiya ko'nikmasi tabiiy ravishda o'z-o'zidan rivojlanib qolmaydi, balki tashqi pedagogik ta'sirga muhtoj bo'ladi. Mashhur rus psixologi Lev Vigotskiyning “Yaqindagi rivojlanish zonasi” va madaniy-tarixiy konsepsiyasi esa bolaning barcha oliy ruhiy funksiyalari, jumladan, emotsional va ijtimoiy ko'nikmalari faqat va faqat kattalar (tarbiyachi, ota-ona) bilan hamkorlikdagi ijtimoiy va madaniy faoliyat davomida shakllanishini isbotlaydi. Bugungi kunda O'zbekiston Respublikasining maktabgacha ta'lim sohasidagi me'yoriyhuquqiy hujjatlarida, xususan, “Ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishiga qo'yiladigan Davlat talablari” hamda “Ilm yo'li” variativ dasturida “Ijtimoiy-emotsional rivojlanish” sohasi alohida fundamental yo'nalish sifatida belgilangan. Bu esa davlat

miqyosida bolaning hissiy savodxonligiga qaratilayotgan yuksak e'tiborning namunasidir.

1. Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional inqirozlar va ularning sotsiologik sabablari Bugungi kun bolalari sotsiologiyada “raqamli avlod” (Digital Natives) yoki “Alfa avlodi” deb atalmoqda. Ushbu global transformatsiya bolalar psixikasiga va ularning emotsional olamiga o'zining jiddiy salbiy asoratlarini ko'rsatmoqda. “Gadjetizm” (ekran multimedia vositalari, smartfon va planshetlarga haddan tashqari bog'lanib qolish) hodisasi natijasida zamonaviy bolalarda quyidagi xavfli tendensiyalar va psixologik inqirozlar kuzatilmoqda:

“Hissiy sovuqlik” va empatiya defitsiti: Virtual olamdagi dinamik, ko'pincha agressiv qahramonlarning harakatlariga emotsional javob qaytarishga o'rgangan bola, real hayotda tengdoshining yig'isi, og'rig'i yoki qayg'usiga nisbatan befarq va loqayd bo'lib bormoqda. Chunki ekrandagi qahramonlar jismoniy jarohat olganda ham qayta tiriladi yoki og'riq his qilmaydi, bu esa bolada real og'riq hissi haqidagi tasavvurlarni xiralashtiradi.

Aleksitimiya unsurlari: Zamonaviy maktabgacha yoshdagi bolalarning aksariyati o'zlarining ichki holatini (g'azab, xafalik, qo'rquv, rashk) so'z bilan ifodalab (verbalizatsiya qilib) bera olmaydilar. Hissiyotlarni so'z orqali chiqarib yubora olmaslik natijasida ular tashqi muhitga

agressiya, asossiz injiqlik, isterika yoki jismoniy kasalliklar (psixosomatika) orqali namoyon bo'ladi.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ko'p kuzatiladigan konfliktlar – o'yinchoq talashish, guruhdoshini sababsiz urish yoki jamoaviy o'yinlarga qo'shila olmaslik aynan emotsional intellekt darajasining pastligi bilan to'g'ridan-to'g'ri bog'liqdir. Agar bola o'z tajovuzkorligini va g'azabini xavfsiz shaklda boshqarish mexanizmlarini bilmasa, u har qanday muammoli vaziyatni faqat jismoniy kuch, qichqiriq yoki qattiq yig'i orqali hal qilishga urinadi. Bu esa guruhdagi umumiy pedagogik muhitni buzadi.

2. "O'yin orqali o'rganish" (Play-based learning) emotsional rivojlanishning yetakchi omili sifatida Pedagogik jarayonda bolaga emotsiyalar va sotsializatsiya qoidalarini quruq ma'ruzalar, majburiy taqiqlashlar yoki nasihatlar shaklida o'rgatib bo'lmaydi. Bu yoshdagi bolaning yetakchi faoliyat turi va dunyoni anglash vositasi o'yin hisoblanadi. "O'yin orqali o'rganish" (Play-based learning) konsepsiyasi bolaga erkinlik berish bilan birga, uni ijtimoiylashtirishning eng sinalgan mexanizmidir. Ayniqsa, rolli, syujetli va dramatik o'yinlar jarayonida bola bir vaqtning o'zida bir nechta ijtimoiy rollarni (shifokor, o'qituvchi, ota-ona, qutqaruvchi) hayotiy tajribadan o'tkazadi. O'yin faoliyati davomida bolaning psixofizik rivojlanishida quyidagi muhim ijobiy o'zgarishlar yuz beradi. Birinchidan, desentratsiya jarayoni faollashadi, ya'ni bola o'zining egotsentrik pozitsiyasidan chiqib, o'zi tanlagan qahramonning nuqtai nazaridan fikrlashni, uning his-tuyg'ularini his qilishni boshlaydi. Ikkinchidan, frustratsiyaga (muvaffaqiyatsizlikka) chidamlilik shakllanadi. Jamoaviy o'yinlarda muqarrar ravishda yuzaga keladigan mag'lubiyatlar, qoidalarga bo'ysunish majburiyati va navbat kutish kabi holatlar bolada o'z xohish-istaklarini iroda kuchi bilan jilovlash (samoregulyatsiya) ko'nikmasini tarbiyalaydi.

IV. PEDAGOGIK MEXANIZMLAR VA INNOVATSION METODLAR

Maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachisi dars mashg'ulotlarida va kun tartibining barcha bosqichlarida emotsional intellektni rivojlantirish uchun maxsus pedagogik texnologiyalar va interaktiv metodlardan tizimli foydalanishi lozim. Quyida zamonaviy MTT amaliyotida yuqori samara berayotgan innovatsion metodlar majmuasini taqdim etamiz:

1. "Hissiyotlar xaritasi" va "Emotsional burchak" texnologiyasi

Har bir guruh xonasida bolalar ko'zi yetadigan va qulay joyda maxsus "Emotsional burchak" (yoki "Kayfiyat burchagi") tashkil etilishi shart. Ushbu burchakda turli xil hissiy holatlarni aks ettiruvchi piktogrammalar (tabassum qilayotgan, xafa, jahldor, qo'rqqan, hayratlangan, charchagan emojilar) joylashtiriladi. Bolalar har kuni tongda bog'chaga kelganda o'zlarining ichki kayfiyatlariga mos keladigan piktogrammani tanlab, o'z rasmlari yoki ismlari yoniga joylashtiradilar. Tarbiyachi ushbu burchakni kuzatish orqali guruhning umumiy emotsional fonini tahlil qiladi. Kun davomida xafa, qo'rqqan yoki jahldor belgini tanlagan bolalar bilan individual, sub'ekt-sub'ekt munosabatiga asoslangan suhbatlar tashkil etadi va ularning hissiy holatini ijobiy tomonga korreksiya qiladi.

2. Ertak terapiyasi (Storytelling) va psixogimnastika metodikasi

Ertak tinglash jarayonida bolaning tasavvuri va hissiy rezonansi maksimal darajada faollashadi. Biroq tarbiyachi ertak o'qib berishda an'anaviy yondashuvdan voz kechib, diqqatni faqat syujet chizig'iga emas, qahramonlarning ichki kechinmalariga qaratishi lozim. Bunda "Hissiy interaktiv suhbat" metodidan foydalaniladi: "Bo'ri quyonchani aldab ketganda, quyoncha nimani his qildi?", "Ayiq polvon o'z uyini buzib qo'yganda uning darmoni qanday edi?", "Siz hayotingizda

qachon va qaysi vaziyatda g'azablandigiz yoki qattiq xursand bo'ldingiz?" kabi reflektiv savollar beriladi.

Psixogimnastika mashg'ulotlarida esa bolalarga "Quyosh nuri ostida eriyotgan qor odam", "To'lqinlanayotgan dengiz", "Inidan chiqib ketgan kichik chumoli" kabi holatlarni so'zsiz, faqat tana harakatlari, mimika va pantomimika orqali ko'rsatib berish topshiriladi. Bu mashqlar boladagi psixosomatik bloklarni (mushak zo'riqishlarini) muvaffaqiyatli yechadi.

V. AMALIY TAHLIL: MTT VA OILA HAMKORLIGI MODELI

Bolaning emotsional intellekti faqatgina maktabgacha ta'lim tashkiloti muhitida shakllanib, oilaviy mikromuhitda qo'llab-quvvatlanmasa, bolada og'ir psixologik holat – kognitiv dissonans (ichki ziddiyat) yuzaga keladi. Bog'chada o'z fikrini erkin aytishga, hissiyotlarini tan olishga va boshqarishga o'rgatilgan bola oilada "Jim o'tir!", "Kattalarga gap qaytarma!", "Yig'lama, erkak kishi yig'lamaydi!", "Uyat bo'ladi, ovozingni o'chir!" kabi destruktiv taqiqlarga duch kelsa, uning his-tuyg'ulari ichga yutiladi (suppressiya bo'ladi). Bu esa kelajakda nevroz, autizm unsurlari yoki portlovchi agressiya ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Pedagogik hamkorlikni zamonaviy talablar asosida to'g'ri yo'lga qo'yish, ota-onalarning pedagogik-psixologik madaniyatini oshirish maqsadida quyidagi diagnostika, profilaktika va korreksiya jadvalini ta'lim amaliyotiga keng joriy etish tavsiya etiladi:

Bola xulq-atvoridagi muammo va indikatorlar Tarbiyachining pedagogik reaksiyasi va guruhdagi korreksiya Ota-onaga amaliy uslubiy tavsiyalar va uy vazifalari Agressiv xulq-atvor (tengdoshlarini tishlash, urish, o'yinchoqlarni qasddan sindirish, asboblarni otish). Bolani guruh oldida jazolamaslik va haqorat qilmaslik. Uni sekin guruhdan chetga olib, ko'z aloqasini o'rnatish: "Sening jahling chiqayotganini, xafa bo'lganingni ko'rib turibman. Lekin urish muammoning yechimi emas. Keling, buni gaplashib olamiz" tamoyili asosida suhbatlashish. Tegishli agressiyani qum terapiyasi yoki qog'oz yirtish o'yiniga yo'naltirish. Uydagi oilaviy muhitni tahlil qilish (ota-ona o'rtasidagi janjallar). Gadgetlardagi agressiv va jangari videoo'yinlarni, multfilmlarni butunlay cheklash. Bolaga nisbatan jismoniy jazo qo'llashni qat'iy taqiqlash.

Bolaning jismoniy energiyasini sport yoki harakatli to'garaklarga yo'naltirish. Giperaktivlik va diqqat tarqoqligi (bitta mashg'ulotda 3-5 daqiqadan ortiq o'tira olmaslik, asabiylik). Ushbu bola uchun ta'limiy yuklamalarni qismlarga bo'lish. Guruhda unga alohida mas'uliyatli kichik topshiriqlar berish (masalan, tarqatma materiallarni tarqatish, gullarga suv quyish). Mashg'ulotlar davomida tez-tez jismoniy daqiqalar va nafas olish mashqlarini o'tkazish. Uyda qat'iy va o'zgarmas kun tartibini (uyqu, ovqatlanish, o'yin vaqti) joriy etish. Bola bilan uxlashdan oldin tinchlantiruvchi qo'shma faoliyat turlarini tashkil qilish: qum va suv bilan o'yinlar, lego yig'ish, sokin musiqa tinglash, ertak aytish.

Uyalchanlik, yuqori xavotirlanish va guruh jamoasidan ajralib qolish (doimiy yolg'iz o'tirish). Bolani ko'pchilik oldida to'satdan qiyin savollarga tutmaslik. Unga dastlab guruh ichida o'zi eng yaxshi ko'radigan bitta do'st topishiga ko'maklashish. Kichik muvaffaqiyatlarini ham guruh oldida e'tirof etib, rag'batlantirish. Guruh etakchilari bo'lgan bolalarga uni sherik qilib biriktirish. Bolani boshqa bolalarga qiyoslab tanqid qilmaslik ("Sening o'rtog'ing ancha aqlli, sen esa qo'rqqosan" kabi gaplarni taqiqlash). Uyda unga mustaqil qaror qabul qilish huquqini berish (kiyim tanlash, o'yinchoq tanlash). Uning o'ziga bo'lgan ishonchini sun'iy yaratilgan muvaffaqiyatli vaziyatlar orqali oshirish.

VI. STRATEGIK TAVSIYALAR (RECOMMENDATIONS)

O'tkazilgan ilmiy-pedagogik tahlillar, psixologik so'rovnomalar va xalqaro tajribalarga tayanib, O'zbekiston maktabgacha ta'lim tizimida bolalarning emotsional intellekt darajasini tizimli oshirish bo'yicha quyidagi strategik taklif va tavsiyalar ilgari suriladi:

Kadrlar tayyorlash va qayta tayyorlash tizimini takomillashtirish: Pedagogika oliy ta'lim muassasalari va tarbiyachilar malakasini oshirish institutlarining o'quv rejalariga "Pedagogik emotsiologiya", "Ertak terapiyasi va art-terapiya asoslari", "Bolalar psixosomatikasi va uning profilaktikasi" kabi maxsus o'quv modullarini kiritish va ularni amaliy trening shaklida o'tish.

Ta'limiy dasturlar va metodik yuklamalarni optimallashtirish: Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun mo'ljallangan davlat va variativ dasturlardan maktab ta'limiga xos bo'lgan majburiy, uzoq davom etadigan statik va yozma darslarni sezilarli darajada qisqartirish. Ularning o'rnini to'liq ravishda ijodiy, musiqiy, te hislatilgan va emotsional-korreksion xarakterdagi o'yinlar bilan to'ldirish. "Ota-onalar universiteti" va psixologik klublar faoliyatini yo'lga qo'yish: Har bir maktabgacha ta'lim tashkiloti qoshida ota-onalarning psixologik va pedagogik savodxonligini tizimli oshirish maqsadida haftalik yoki oylik "Farzandimning hissiyotlar dunyosi", "Muvaffaqiyatli EQ qoidalari" mavzularida doimiy treninglar, ochiq muloqot maydonchalari va master-klasslar tashkil etish.

VII. XULOSA (CONCLUSION)

Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni shakllantirish va rivojlantirish bu zamonaviy ta'limdagi shunchaki bir dabdaba, vaqtinchalik o'tkinchi trend yoki ikkinchi darajali masala emas, balki har tomonlama sog'lom, ruhan barqaror, mustaqil fikrlovchi va jamiyatga foyda keltiruvchi komil shaxsni tarbiyalashning fundamental va majburiy shartidir. Bola o'z hissiyotlarini tan olishni, ularni jamiyat qoidalari doirasida boshqarishni va atrofidagilarning his-tuyg'ulari bilan hisoblashishni (empatiyani) o'rganmas ekan, u kelajakda qanchalik yuqori intellektual salohiyatga ega bo'lmasin, o'z bilimini yuzaga chiqara olmaydi.

Tarbiyachi va ota-onaning tizimli, ilmiy asoslangan va doimiy hamkorligi, ta'lim-tarbiya jarayoniga xalqaro "Play-based learning" yondashuvini to'g'ri integratsiya qilish hamda bolalar hayotidagi raqamli texnologiyalar bosimini oqilona nazorat qilish orqali biz o'sib kelayotgan yosh avlodda nafaqat yuqori intellektni, balki hayotiy muvaffaqiyat va baxtning asl garovi bo'lgan yuksak emotsional madaniyatni ham shakllantira olamiz. Bu esa mamlakatimizda sog'lom ijtimoiy muhit, sog'lom oilalar va ma'rifatli jamiyat barpo etilishiga xizman qiladigan eng oliy sarmoyadir.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. O'zbekiston Respublikasining "Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2019-yil.
2. "Ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishiga qo'yiladigan Davlat talabrari".
3. O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi. – Toshkent, 2018-yil. Goulman D. Emotsional intellekt (Emotional Intelligence). – Nyu-York: Bantam Books, 1995.
4. Vigotskiy L. S. Bolalar taraqqiyoti va tarbiyasi psixologiyasi. – Moskva, 2005. Piaje J. Bolaning nutqi va tafakkuri. – Sankt-Peterburg, 1997.
5. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits? // American Psychologist. 2008. Vol. 63. P. 503-517.