



TALABALARDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI

Azizova Sabina Fattaxovna

“LOGOSTUDIO” markazi psixologi

E-mail: samira2004@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5396-5929>

Annotatsiya. Maqolada talabalarda emotsional intellektni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik muammolari nazariy-tahliliy yondashuv asosida yoritilgan. Emotsional intellektning qobiliyat modeli, xususiyatga asoslangan modeli va aralash talqinlari oʻrtasidagi konseptual farqlar aniqlashtirilib, ularni bir xil mazmunda qoʻllash tadqiqot natijalarini talqin etishda metodologik chalkashlikka olib kelishi asoslangan. Talabalik davrida emotsional intellekt rivojiga akademik stress, emotsional regulyatsiya, ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash, shaxslararo munosabatlar, oilaviy va sotsiokultural muhit taʼsiri tahlil qilingan.

Kalit soʻzlar: emotsional intellekt, talaba, emotsional regulyatsiya, akademik stress, ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash, shaxslararo munosabatlar, oila, sotsiokultural muhit, psixologik farovonlik.

Аннотация. В статье на основе теоретико-аналитического подхода рассмотрены социально-психологические проблемы развития эмоционального интеллекта у студентов. Уточняются различия между моделью способностей, моделью черты и смешанными трактовками эмоционального интеллекта. Анализируются академический стресс, эмоциональная регуляция, социальная поддержка, межличностные отношения, семейная и социокультурная среда как взаимосвязанные условия эмоционального развития студентов.



Ключевые слова: эмоциональный интеллект, студент, эмоциональная регуляция, академический стресс, социальная поддержка, межличностные отношения, семья, психологическое благополучие.

Annotation. The article provides a theoretical and analytical examination of the socio-psychological problems of developing emotional intelligence in university students. It differentiates the ability model, trait model, and mixed interpretations of emotional intelligence and shows why treating them as interchangeable constructs creates methodological inconsistency. Academic stress, emotion regulation, social support, interpersonal relationships, family and sociocultural context are analysed as interrelated conditions of students' emotional development.

Keywords: emotional intelligence, university student, emotion regulation, academic stress, social support, interpersonal relationships, family, psychological well-being.

Oliy ta'lim davri shaxsning kasbiy tayyorgarligi bilan bir qatorda uning ijtimoiy munosabatlar tizimi, o'zini anglash, emotsional tajribani qayta ishlash hamda murakkab vaziyatlarda xulq-atvorini boshqarish imkoniyatlari faol shakllanadigan bosqichdir. Talaba bir vaqtning o'zida akademik talablar, baholanish vaziyatlari, guruhdagi o'zaro munosabatlar, mustaqil qaror qabul qilish, kelajak kasbiy faoliyatiga tayyorgarlik va shaxsiy hayotdagi o'zgarishlar bilan to'qnashadi. Shu sababli emotsiyalarni idrok etish va tushunish, ularni fikrlash jarayoniga muvofiq qo'shish hamda emotsional reaksiyalarni vaziyatga mos boshqarish talabanning psixologik moslashuvi uchun muhim resurs hisoblanadi.

Mazkur masalani ilmiy tahlil qilishda birinchi navbatda "emotsional intellekt" tushunchasining chegarasini aniq belgilash zarur. J.D.Mayer, P.Salovey, D.R.Karuzo emotsional intellektni emotsiyalar to'g'risida fikrlash



va emotsional axborotdan tafakkurni qo'llab-quvvatlashda foydalanish qobiliyati sifatida izohlaydi. Ular tomonidan taklif etilgan model emotsiyani idrok etish, emotsiyadan tafakkurni yengillashtirishda foydalanish, emotsiyalarni tushunish va ularni boshqarish kabi to'rtta o'zaro bog'liq qobiliyatni qamrab oladi [1, 197-199-b.]. Mualliflar tomonidan ushbu tuzilmani shaxsning har qanday ijobiy xususiyatlarini qamrab oladigan umumiy sifat o'laroq kengaytirib yuborish ilmiy aniqlikni susaytirishi mumkinligi ta'kidlanadi. [1, 197-b.].

Shu bilan birga, ilmiy adabiyotlarda emotsional intellektning boshqa nazariy talqinlari mavjud. K.V.Petrides xususiyatga asoslangan emotsional intellektni shaxs ierarxiyasi tarkibidagi emotsiyaga oid o'zini o'zi idrok etish va dispozitsiyalar bilan bog'laydi. Mazkur yondashuv mental qobiliyatni emas, asosan shaxs xususiyatlarini o'lchashga yo'naltiriladi [2, 136-b.]. Demak, qobiliyat modeli bo'yicha olingan ko'rsatkichlarni o'z-o'zini baholash usullar orqali o'lchangan xususiyatga asoslangan emotsional intellekt natijalari bilan to'g'ridan-to'g'ri tenglashtirish metodologik jihatdan asosli emas. Talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish muammosini o'rganishda aynan qaysi nazariy model asos qilib olinayotgani diagnostika, natijalarni talqin qilish va rivojlantiruvchi dastur mazmunini belgilaydi.

Talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish bilan bog'liq birinchi muammo konseptual va diagnostik nomuvofiqlikdir. Ilmiy adabiyotlarda qobiliyatga asoslangan, xususiyatga asoslangan va aralash modellar bir xil "emotsional intellekt" tushunchasi bilan ifodalansa-da, ular bir xil psixologik mazmunni o'lchamaydi. Qobiliyat yondashuvida respondentdan emotsional axborotni qayta ishlashga oid vazifalarni bajarish talab etiladi. Xususiyatga asoslangan emotsional intellekt yondashuvida esa shaxs o'zining emotsional xususiyatlarini o'zi baholaydi. Shu bois bir modelga tegishli diagnostik vosita bilan olingan natijadan boshqa modelga xos xulosalarni chiqarish, masalan,



o'zini baholash ko'rsatkichlarini emotsional qobiliyatning obyektiv darajasi sifatida izohlash, tadqiqot natijasining validligini zaiflashtirishi mumkin.

Ikkinchi muammo emotsional intellektning akademik stress bilan aloqasini sabab-oqibat munosabati sifatida soddalashtirishdan iborat. M.S.Ullah, S.Akhter, M.A.Aziz, M.Isamlar Bangladeshdagi 429 nafar oliy ta'lim talabasi ishtirokidagi kesim tadqiqotida emotsional intellekt bilan idrok etilgan akademik stress o'rtasida salbiy bog'liqlikni, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash esa mazkur aloqada mediator ekanini aniqlaydilar [4, 1, 7-b.]. Biroq tadqiqot emotsional intellekt stressni bevosita "keltirib chiqaradi" yoki "bartaraf etadi" degan sababiy xulosaga asos bermaydi. Ilmiy jihatdan to'g'ri talqin shundan iboratki, emotsional resurslar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash stressning subyektiv idrok etilishi hamda unga moslashish jarayonlari bilan o'zaro bog'langan bo'lishi mumkin.

Akademik stressni emotsional intellektning faqat individual komponentlari bilan izohlash ham muammoning ijtimoiy-psixologik tabiatini toraytiradi. Talaba baholanish, o'qituvchi bilan muloqot, tengdoshlar bilan hamkorlik yoki raqobat, oilaning akademik kutilmalari va kelajak kasbiy mavqei bilan bog'liq vaziyatlarda emotsional reaksiyalarni boshdan kechiradi. Demak, emotsional regulyatsiya real ijtimoiy vaziyatdan tashqarida ishlaydigan alohida ichki funksiya emas, u shaxsning vaziyatni baholashi, boshqalarning reaksiyasini hisobga olishi, yordam so'rashi va mavjud ijtimoiy resurslardan foydalana olishi bilan birgalikda namoyon bo'ladi.

Uchinchi muammo emotsional intellekt va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi aloqani yetarli darajada hisobga olmaslikdir. M.S.Ullah, S.Akhter, M.A.Aziz, M.Isamlarning tadqiqotida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash oila, do'stlar va ahamiyatli boshqa shaxslar ko'magini qamrab oluvchi ko'p komponentli resurs sifatida o'lchanadi. Natijalar bu resurs emotsional intellekt va akademik stress orasidagi bog'liqlikni vositalashini ko'rsatadi [4, 1, 7-b.]. Mazkur dalil talabaning emotsional intellektini faqat individual "o'zini



boshqarish” qobiliyati sifatida ko‘rish cheklanganligini ko‘rsatadi. Emotsional axborotni to‘g‘ri anglash ijtimoiy aloqalarni adekvat tashkil qilish, yordamni qabul qilish va qo‘llab-quvvatlovchi munosabatlarni saqlash imkoniyati bilan birgalikda qaralishi lozim.

To‘rtinchi muammo emotsional intellektning akademik muvaffaqiyat bilan aloqasini mutlaq natija sifatida talqin qilishdir. C.MacCann, Y.Jiang, L.E.R.Brown, K.S.Double, M.Bucich, A.Minbashian tomonidan amalga oshirilgan 158 ta tadqiqot, 42,529 ishtirokchi va 1,246 effekt ko‘rsatkichini qamrab olgan meta-tahlilida emotsional intellekt va akademik natijalar o‘rtasida umumiy ijobiy bog‘liqlik ($\rho = .20$) qayd etilgan. Qobiliyatga asoslangan emotsional intellekt uchun bog‘liqlik o‘zini baholash va aralash EI ko‘rsatkichlariga nisbatan kuchliroq bo‘lgan [3, 150-b.]. Ushbu natija emotsional intellektni akademik muvaffaqiyatga ta’sirini o‘rganishda bilim, umumiy kognitiv qobiliyat, shaxs xususiyatlari, motivatsiya, o‘quv strategiyalari va ta’lim muhiti kabi omillar birgalikda hisobga olinishi lozimligini asoslaydi.

Y.Shengyao, L.Xuefen, H.S.Jenatabadi, N.Samsudin, K.Chunchun, Z.Ishaklar 518 nafar bakalavriat va magistratura talabasi ma’lumotlarini strukturaviy tenglamalar modeli yordamida tahlil qilib, emotsional intellektning akademik natijalar va psixologik farovonlik bilan bog‘liqligida o‘ziga samaradorlik, motivatsiya va rezilientlikning vositachilik roli mavjudligi aniqlangan [5, 1, 11-12-b.]. Tadqiqot natijalari emotsional intellekt bilan bog‘liq ijobiy natijalar bir bosqichli mexanizm emasligini ko‘rsatadi. Talabaning emotsional axborotni boshqarishi o‘ziga bo‘lgan ishonch, maqsadga yo‘nalgan motivatsiya va qiyinchiliklardan tiklanish imkoniyatlari bilan uyg‘unlashganda akademik va psixologik natijalarga bog‘lanadi.

Beshinchi muammo oilaviy va sotsiokultural omillarni periferik omil sifatida ko‘rishdir. A.Martínez-Rodríguez, C.Ferreiraning tizimli tahlilida universitet talabalarining emotsional intellekti bilan bog‘liq omillar akademik



va noakademik guruhlarga ajratiladi. Sharhda stress, motivatsiya, ijtimoiy ko'nikmalar va gender tez-tez uchraydigan omillar sifatida aniqlanadi. Shuningdek, oilaning tuzilishi, ota-ona bilan munosabatlar, oilaviy qo'llab-quvvatlash, tarbiya uslubi, ijtimoiy-madaniy muhit va universitetdagi ijtimoiy tajriba ham emotsional rivojlanish kontekstiga kiritilgan [6]. Bu xulosalar emotsional intellekt rivojining ijtimoiy o'rganish, qo'llab-quvvatlash, muloqot tajribasi va madaniy me'yorlar bilan bog'liqligini tasdiqlaydi.

Biroq oilaviy omillarning ta'sirini ham qat'iy deterministik shaklda ifodalash to'g'ri emas. Tizimli sharhning o'zida yashash joyi bo'yicha qarama-qarshi natijalar keltirilgan: ayrim tadqiqotlarda oila bilan yashovchi talabalarda yuqoriroq emotsional intellekt ko'rsatkichlari aniqlangan bo'lsa, boshqa ishlarda talabalar turar joyida yashovchilarda yuqoriroq natijalar qayd etilgan [6, 17-b.]. Shuning uchun "oila bilan yashash emotsional intellektni oshiradi" kabi umumlashtiruvchi hukm o'rniga oilaviy munosabatlarning sifati, qo'llab-quvvatlashning mazmuni, avtonomiya darajasi va talabaning ijtimoiy tajribasi birgalikda o'rganilishi zarur.

Navbatdagi muammo rivojlantiruvchi ishni alohida mashqlar yig'indisi sifatida tashkil etish bilan bog'liq. Emotsional intellektni rivojlantirish dasturi qaysi nazariy modelga tayanganini, aynan qaysi komponentlarni o'zgartirishni maqsad qilganini va natija qaysi diagnostik vosita bilan baholanishini aniq belgilashi kerak. Masalan, qobiliyatga asoslangan emotsional intellekt modeli asosidagi dastur emotsional signallarni differensial idrok etish, emotsional axborotni tafakkur jarayoniga mos qo'shish, emotsiyalar sabab va dinamikasini tushunish, vaziyatga muvofiq boshqaruv strategiyasini tanlash kabi qobiliyatlarni rivojlantirishga yo'naltirilishi lozim. Agar natija faqat "men his-tuyg'ularimni yaxshi boshqaraman" tipidagi o'zini o'zi baholash bilan o'lchansa, real qobiliyatdagi o'zgarish bilan subyektiv o'zini idrok etishdagi o'zgarishni farqlash qiyinlashadi.



Mazkur tahlildan kelib chiqib, talabalarda emotsional intellekt rivojining ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini qat'iy chiziqli bosqichlar emas, o'zaro bog'langan jarayonlar tizimi sifatida tushuntirish maqsadga muvofiq. Emotsional holatni identifikatsiya qilish shaxsning vaziyatni anglashiga, refleksiv baholash esa emotsional reaksiyaning sababi va oqibatini tushunishga yordam beradi. Boshqaruv strategiyasini tanlash talabani o'z maqsadlari va ijtimoiy vaziyat talablarini muvofiqlashtiradi. Empatik idrok va kommunikativ javob esa bu jarayonni shaxslararo munosabatlar tizimiga olib chiqadi. Natijada emotsional intellekt individual qobiliyat bilan ijtimoiy kontekst o'rtasidagi o'zaro ta'sirda namoyon bo'ladigan psixologik resurs sifatida ko'rinadi.

Nazariy tahlil talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish muammosi birgina emotsiyalarni boshqarish ko'nikmasiga keltirib bo'lmazligini ko'rsatdi. Birinchidan, emotsional intellektning qobiliyat, trait va aralash modellarini farqlamaslik diagnostika va natijalarni talqin qilishda konstruktiv chalkashlik keltirib chiqaradi. Ikkinchidan, akademik stress, psixologik farovonlik va akademik muvaffaqiyat bilan aniqlangan bog'liqliklar ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, motivatsiya, o'ziga samaradorlik, rezilientlik va boshqa psixologik resurslar vositasida shakllanadi. Shu sababli ularni bevosita sababiy munosabat sifatida talqin qilish ehtiyotkorlikni talab qiladi.

Talabani emotsional rivoji o'quv guruhi, o'qituvchi-talaba munosabati, oila va kengroq sotsiokultural muhitdan ajralgan holda sodir bo'lmaydi. Shu bois emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan psixologik ta'sir individual ko'nikmalar bilan bir qatorda konstruktiv muloqot, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdan foydalanish, refleksiv baholash va real shaxslararo vaziyatlarda emotsional boshqaruv strategiyalarini qo'llash imkoniyatlarini ham qamrab olishi lozim.

Rivojlantiruvchi dastur samaradorligini ilmiy baholash uchun "nazariy model – rivojlantiriladigan komponent – diagnostik vosita – natija ko'rsatkichi" o'rtasida mazmuniy muvofiqlik ta'minlanishi zarur. Mazkur talab



talabalarda emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha tadqiqotlarning metodologik aniqligi, natijalarining taqqoslanishi va amaliy xulosalarining ishonchliligini oshiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications // Psychological Inquiry. – 2004. – Vol. 15, No. 3. – P. 197–215. DOI: 10.1207/S15327965PLI1503_02.
2. Petrides K.V. Trait Emotional Intelligence Theory // Industrial and Organizational Psychology. – 2010. – Vol. 3, No. 2. – P. 136–139. DOI: 10.1111/j.1754-9434.2010.01213.x.
3. MacCann C., Jiang Y., Brown L.E.R., Double K.S., Bucich M., Minbashian A. Emotional Intelligence Predicts Academic Performance: A Meta-Analysis // Psychological Bulletin. – 2020. – Vol. 146, No. 2. – P. 150–186. DOI: 10.1037/bul0000219.
4. Ullah M.S., Akhter S., Aziz M.A., Islam M. Social support: mediating the emotional intelligence-academic stress link // Frontiers in Psychology. – 2023. – Vol. 14. – Art. 1218636. – 14 p. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1218636.
5. Shengyao Y., Xuefen L., Jenatabadi H.S., Samsudin N., Chunchun K., Ishak Z. Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: the mediating role of positive psychological characteristics // BMC Psychology. – 2024. – Vol. 12. – Art. 389. – 17 p. DOI: 10.1186/s40359-024-01886-4.
6. Martínez-Rodríguez A., Ferreira C. Factors influencing the development of emotional intelligence in university students // European Journal of Psychology of Education. – 2025. – Vol. 40. – Art. 60. – 33 p. DOI: 10.1007/s10212-025-00956-4.