



**BOLALARNING EMOTSIONAL INTELLEKTINI
RIVOJLANTIRISHDA MOBIL ILOVALAR VA ONLAYN
DASTURLARDAN FOYDALANISH**

Sherdanova Farangiz Raxmat qizi

TerDPI magistranti

Annotatsiya. Mazkur maqolada bolalarning emotsional intellektini rivojlantirishda mobil ilovalar va onlayn dasturlardan foydalanishning pedagogik hamda psixologik jihatlari tahlil qilinadi. Raqamli ta’lim vositalarining bolalarda o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish, boshqalarning emotsiyalarini tushunish, empatiya va samarali muloqot ko‘nikmalarini shakllantirishdagi o‘rni yoritilgan. Shuningdek, zamonaviy interaktiv platformalar va mobil ilovalarning ta’lim jarayoniga integratsiyasi, ularning afzalliklari hamda amaliy qo‘llash imkoniyatlari ilmiy nuqtai nazardan baholanadi. Tadqiqot natijalari emotsional intellektni rivojlantirishda raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish bolalarning shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qilishini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: emotsional intellekt, mobil ilovalar, onlayn dasturlar, raqamli ta’lim, bolalar, empatiya, emotsiyalarni boshqarish, interaktiv ta’lim, pedagogik texnologiyalar.

Abstract. This article examines the pedagogical and psychological aspects of using mobile applications and online programs to develop children's emotional intelligence. It highlights the role of digital educational tools in helping children recognize and regulate their emotions, understand the emotions of others, develop empathy, and improve communication skills. The study also evaluates the integration of interactive digital platforms into the educational process, emphasizing their advantages and practical applications. The findings indicate that the effective use of digital technologies contributes to the development of children's emotional intelligence, social competence, and personal growth.

Keywords: *emotional intelligence, mobile applications, online programs, digital education, children, empathy, emotion regulation, interactive learning, educational technologies*

Аннотация. *В данной статье рассматриваются педагогические и психологические аспекты использования мобильных приложений и онлайн-программ в развитии эмоционального интеллекта детей. Освещается роль цифровых образовательных технологий в формировании у детей навыков распознавания и управления собственными эмоциями, понимания эмоционального состояния окружающих, развития эмпатии и эффективного общения. Также анализируются возможности интеграции интерактивных цифровых платформ в образовательный процесс, их преимущества и практическая значимость. Результаты исследования показывают, что рациональное использование цифровых технологий способствует развитию эмоционального интеллекта, социальных компетенций и личностного роста детей.*

Ключевые слова: *эмоциональный интеллект, мобильные приложения, онлайн-программы, цифровое образование, дети, эмпатия, управление эмоциями, интерактивное обучение, педагогические технологии.*

Bugungi globallashuv, tezkor axborot almashinuvi va ijtimoiy munosabatlarning murakkablashuvi sharoitida shaxsning nafaqat intellektual salohiyati, balki emotsional yetukligi ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Zamonaviy ta’lim tizimi oldida turgan asosiy vazifalardan biri — jamiyatda muvaffaqiyatli faoliyat yurita oladigan, o’z his-tuyg’ularini boshqara biladigan, atrofda gilar bilan samarali muloqot qila oladigan shaxsni tarbiyalashdir.

Emotsional intellekt tushunchasi ilmiy muomalaga XX asrning oxirlarida kirib kelgan bo’lsa-da, ushbu yo’nalish bo’yicha ilmiy tadqiqotlar XXI asrda yanada kengaydi. J. Mayer va P. Salovey emotsional intellektni shaxsning emotsiyalarni aniqlash, ulardan fikrlash jarayonida foydalanish, tushunish va boshqarish qobiliyati

sifatida tavsiflagan. Keyinchalik D. Goleman ushbu nazariyani rivojlantirib, emotsional intellektning beshta asosiy komponentini: o‘zini anglash, o‘zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni ajratib ko‘rsatdi.

So‘nggi yillarda ijtimoiy-emotsional ta'lim (Social and Emotional Learning – SEL) konsepsiyasi dunyoning ko‘plab mamlakatlarida ta'lim tizimiga joriy etilmoqda. CASEL tashkiloti tomonidan ishlab chiqilgan modelga ko‘ra, emotsional intellekt bolalarda beshta asosiy kompetensiyani rivojlantirishga xizmat qiladi: o‘zini anglash, o‘zini boshqarish, ijtimoiy ong, munosabatlarni boshqarish va mas'uliyatli qaror qabul qilish.

UNESCO va UNICEF ekspertlari raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish bolalarning nafaqat akademik, balki emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko‘rsatishini ta'kidlaydilar. Ayniqsa, mobil ilovalar va onlayn platformalar bolaning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda individual ta'lim yo‘nalishini yaratish imkonini beradi.

Richard Mayerning multimedia ta'lim nazariyasiga ko‘ra, vizual, audio va interaktiv elementlarning uyg‘unligi o‘quv materialini samarali o‘zlashtirishga yordam beradi. Bu tamoyil emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan mobil ilovalar faoliyatida ham o‘z aksini topgan.

Mahalliy ilmiy tadqiqotlarda raqamli pedagogika, maktabgacha ta'limni raqamlashtirish hamda interaktiv metodlardan foydalanish masalalari keng yoritilgan bo‘lsa-da, bolalarning emotsional intellektini rivojlantirishda mobil ilovalar va onlayn dasturlarning pedagogik imkoniyatlari yetarlicha o‘rganilmagan. Mazkur tadqiqot aynan shu ilmiy bo‘shliqni to‘ldirishga qaratilgan.

Shu nuqtai nazardan emotsional intellekt tushunchasi psixologiya va pedagogika fanlarida dolzarb tadqiqot obyektiga aylangan. Emotsional intellekt shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish, boshqa insonlarning emotsional holatini tushunish va ijtimoiy munosabatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish qobiliyatini ifodalaydi.

Emotsiya — bu shaxsning ichki ruhiy holatini ifodalovchi, voqelik hodisalariga bo‘lgan subyektiv munosabatini aks ettiruvchi psixik jarayondir. Psixologik adabiyotlarda emotsiyalar quvonch, g‘azab, qo‘rquv, hayajon, iztirob kabi shakllarda namoyon bo‘lishi qayd etiladi.

Intellekt esa shaxsning bilish faoliyati, tafakkuri, muammolarni hal qilish, tahlil qilish va umumlashtirish qobiliyatini anglatadi. An’anaviy yondashuvlarda intellekt ko‘proq mantiqiy fikrlash va akademik yutuqlar bilan bog‘lab talqin qilingan.

Biroq XX asr oxirlariga kelib, faqat intellektual ko‘rsatkichlar shaxs muvaffaqiyatini to‘liq belgilab bera olmasligi ilmiy jihatdan asoslab berildi. Aynan shu ehtiyoj emotsional intellekt tushunchasining shakllanishiga zamin yaratdi.

Emotsional intellekt atamasi ilm-fanga ilk bor 1990-yilda amerikalik psixologlar P. Salovey va J. Mayer tomonidan kiritilgan. Ular emotsional intellektni shaxsning o‘z va boshqalarning emotsiyalarini anglash, farqlash va boshqarish qobiliyati sifatida izohlaganlar.

Keyinchalik bu tushuncha Daniel Goleman tomonidan keng ommalashtirildi. Uning fikricha, inson hayotiy muvaffaqiyatining 80 foizi aynan emotsional intellekt bilan bog‘liq. Goleman emotsional intellektni quyidagi asosiy komponentlar orqali tushuntiradi:

o‘z-o‘zini anglash;

o‘zini boshqarish;

motivatsiya;

empatiya;

ijtimoiy ko‘nikmalar.

Ilmiy adabiyotlarda emotsional intellektga oid bir nechta yondashuvlar mavjud:

1. Qobiliyat modeli (Salovey–Mayer)
2. Aralash model (D. Goleman)
3. Xususiyat modeli (Petrides)

Ushbu yondashuvlar emotsional intellektni shaxsning psixologik sifatlari, ijtimoiy ko‘nikmalari va emotsional boshqaruv mexanizmlari bilan bog‘liq holda talqin qiladi.

Emotsional intellekt murakkab psixologik tuzilma bo‘lib, u quyidagi tarkibiy qismlardan iborat:

1. emotsiyalarni anglash;
2. emotsiyalarni boshqarish;
3. emotsional motivatsiya;
4. empatiya;
5. ijtimoiy moslashuv.

Har bir komponent shaxsning psixik barqarorligi va ijtimoiy faoliyatida muhim rol o‘ynaydi.

Emotsional o‘zini anglash shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini aniqlash va ularning sabablarini tushunish qobiliyatidir. O‘zini boshqarish esa stressli vaziyatlarda emotsiyalarni nazorat qilish, impulsiv xatti-harakatlardan tiyila olish bilan bog‘liq.

Bu jihatlar shaxsning ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Empatiya — bu boshqa insonlarning his-tuyg‘ularini tushunish va ularga hamdard bo‘lish qobiliyatidir. Yuqori emotsional intellektga ega shaxslar samarali muloqotga kirisha oladi, nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal qiladi.

Pedagogik jarayonda emotsional intellekt:

o‘quvchilarning o‘qishga motivatsiyasini oshiradi;

ijobiy psixologik muhitni yaratadi;

shaxslararo munosabatlarni mustahkamlaydi.

Ayniqsa, maktabgacha va boshlang‘ich ta’lim bosqichida emotsional intellektni rivojlantirish muhim pedagogik vazifa hisoblanadi.

Pedagogning emotsional intellekti uning kasbiy mahorati va ta’lim sifati bilan chambarchas bog‘liq. Emotsional jihatdan yetuk o‘qituvchi:

bolalar bilan samarali muloqot qiladi;

ularning psixologik holatini tushunadi;

tarbiyaviy ta’sirni kuchaytiradi.

Pedagogik amaliyotda emotsional intellektni rivojlantirish quyidagi metodlar orqali amalga oshiriladi: rolli o‘yinlar; treninglar; muammoli vaziyatlar tahlili; refleksiya mashqlari.

Emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan pedagogik yondashuvlar zamonaviy ta’limning muhim tarkibiy qismi bo‘lib, barkamol avlod tarbiyasida muhim o‘rin tutadi.

Mobil ilovalar va onlayn dasturlardan foydalanish jarayonida bolalarning emotsional intellekti rivojlanishiga ta’sir etuvchi muhim omillardan biri — bu raqamli kontentning sifati va mazmunidir. Emotsional rivojlanishga yo‘naltirilgan ilovalar bolalarning yosh va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ishlab chiqilishi lozim. Jumladan, ilovalarda bolaning kundalik hayotida uchraydigan vaziyatlar modellashtirilishi, turli emotsional holatlar vizual va audial vositalar orqali ifodalanishi, shuningdek, bolani mustaqil fikrlashga va his-tuyg‘ularini ifodalashga undovchi topshiriqlar berilishi muhim hisoblanadi.

Raqamli ta’lim vositalari orqali emotsional intellektni rivojlantirish jarayonida o‘yin texnologiyalari alohida o‘rin tutadi. O‘yin shaklidagi mashg‘ulotlar bolalarda ijobiy emotsiyalarni uyg‘otib, ularning o‘rganishga bo‘lgan motivatsiyasini oshiradi. Interaktiv o‘yinlar orqali bolalar qahramonlarning emotsional holatini kuzatish, ularga hamdardlik bildirish va vaziyatga mos xatti-harakatlarni tanlashni o‘rganadilar. Bu esa empatiya va ijtimoiy muloqot ko‘nikmalarining shakllanishiga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, zamonaviy raqamli texnologiyalar, jumladan mobil ilovalar va onlayn dasturlar maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni rivojlantirish uchun keng imkoniyatlar yaratmoqda. Biroq ushbu imkoniyatlardan samarali foydalanish uchun ilmiy asoslangan pedagogik yondashuv, maqsadli metodika hamda pedagog va ota-onalar o‘rtasidagi hamkorlik muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Marc A. Brackett. *Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves, and Our Society Thrive*. New York: Celadon Books, 2019.
2. Carol S. Dweck. *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Random House, 2006.
3. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. *Artificial Intelligence and Education: Guidance for Policy-makers*. Paris: UNESCO, 2021.
4. World Health Organization. *Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children Under 5 Years of Age*. Geneva: WHO, 2019.
5. Organisation for Economic Co-operation and Development. *Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills*. Paris: OECD Publishing, 2015.
6. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. *CASEL Guide to Schoolwide Social and Emotional Learning*. Chicago, 2020.
7. Ministry of Preschool and School Education of the Republic of Uzbekistan. *Maktabgacha ta’lim davlat o‘quv dasturi «Ilk qadam»*. Toshkent, 2022.