

dolzarb hisoblanadi. Ushbu tadqiqot pedagoglarga yangi metodlarni sinab ko'rish va ta'lim jarayonini takomillashtirishda yordam beradi.

Kelajakdagi o'qituvchilar interfaol metodlarni qo'llash orqali nafaqat bilimni yanada samarali o'zlashtiradilar, balki ta'lim jarayonida innovatsion yondashuvlar orqali o'z professionallik darajasini oshiradilar.

Adabiyotlar ro'yxati

1. B. Ergashev. *Tasviriy san'at va pedagogika*. – Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi nashriyoti, 2014.
2. T. Basharov. *Maktab darslarida ijodkorlikni rivojlantirish metodlari*. – Toshkent: Fan, 2010.
3. M. O'rinov. *Ta'limda interaktiv metodlar*. – Toshkent: Ma'naviyat, 2012.
4. Л.С. ВЫГОТСКИЙ (L.S. Vygotsky). *Воображение и творчество в детском возрасте*. – Москва: Просвещение, 1967.
5. А.М. МАТЮШКИН (A.M. Matyushkin). *Проблемы одаренности и творчества*. – Москва: Педагогика, 1989
6. Суюнов, Навруз. "Tez qalamchizgilarda kompozitsiyalar yaratish texnikasi." *Общество и инновации* 5.9/S (2024): 19-25.
7. Суюнов, Навруз. "Tez qalamchizgilar orqali badiiy tafakkurni rivojlantirish metodikasining zamonaviy yondashuvlari." *Общество и инновации* 5.8/S (2024): 274-278.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISH

Millayeva Gulnoza Sheraliyevna

Jizzax Shahar 10-sonli DMTT psixologi

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik barqarorligini shakllantirish jarayoni ilmiy-analitik uslubda yoritiladi. Bolalarning ruhiy rivojlanishi, stress va uning oqibatlarini, emotsional intellekt va ijtimoiy moslashuv muammolari ko'rib chiqiladi. Bundan tashqari, bolalarning emotsional va kognitiv rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan psixologik metodlar,

jumladan, o'yin terapiyasi, san'at terapiyasi, kreativ mashg'ulotlar va ota-onalar bilan ishlash muhimligi tahlil qilinadi. Maqola bolalar psixologiyasiga oid nazariy yondashuvlar hamda amaliy tajribalar asosida yozilgan.

Kalit so'zlar: Psixologik barqarorlik, maktabgacha yosh, emotsional intellekt, stress omillari, ijtimoiy moslashuv, psixologik rivojlanish, o'yin terapiyasi, ta'lim sifati, kognitiv rivojlanish.

Maktabgacha yosh – bolaning shaxsiyati shakllanishidagi eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda bola atrof-muhitni faol o'rganadi, emotsional va ijtimoiy jihatdan rivojlanadi. Bolalarning psixologik barqarorligi ularning kelajakdagi akademik muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi va hissiy holati bilan bevosita bog'liqdir. Agar bolalikda psixologik muammolar paydo bo'lsa, ularning ta'siri uzoq muddat davomida saqlanib qolishi mumkin.

XXI asrda bolalarning jismoniy va aqliy rivojlanishi bilan bir qatorda ularning ruhiy barqarorligi ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Maktabgacha yoshda shakllanadigan psixologik barqarorlik bolaning kelajakdagi akademik yutuqlari, ijtimoiy munosabatlari va umuman hayotiy muvaffaqiyatlariga ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun maktabgacha ta'lim muassasalari va oilalar bolalarning emotsional intellektini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratishlari zarur.

Psixologik barqarorlik bolaning tashqi ta'sirlarga nisbatan chidamliligi, stress holatlarida o'zini tuta bilishi, o'z his-tuyg'ularini tushunishi va boshqarishi hamda ijtimoiy muhitga moslasha olish qobiliyatini anglatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolalarning psixologik holati ularning o'qishdagi natijalariga, jamoa bilan ishlash qobiliyatiga va keyinchalik jamiyatda muvaffaqiyatli shaxs bo'lib shakllanishiga bevosita bog'liq.

Ushbu maqolada bolalarning psixologik barqarorligini shakllantirish uchun asosiy metodlar – ochiq muloqot, o'yin terapiyasi, jismoniy faollik, san'at terapiyasi va emotsional intellektni rivojlantirish usullari keng yoritiladi. Shu bilan birga, bolalarning hissiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash uchun psixologik muhitni yaxshilash va individual yondashuv zarurati tahlil qilinadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda psixologik barqarorlikni shakllantirish usullarini aniqlash va ularni rivojlantirish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning vazifalari:

1. Psixologik barqarorlik tushunchasini tahlil qilish va uning bolalar rivojlanishiga ta'sirini o'rganish.
2. Emotsional intellekt va uning ahamiyatini tadqiq qilish.

3. Psixologik barqarorlikni shakllantirishda samarali metodlarni o'rganish va amaliy tavsiyalar berish.

Psixologik barqarorlik shaxsning turli muammolar va stress holatlariga nisbatan chidamliligi, ichki muvozanatini saqlay olishi hamda o'z hissiyotlarini boshqarish qobiliyati sifatida tushuniladi. Tadqiqotchilar L.S. Vygotskiy va J. Piagetning izlanishlariga ko'ra, bolalar ruhiy rivojlanishining dastlabki bosqichlarida psixologik barqarorlik hissiy-motivatsion omillar orqali shakllanadi.

D. Goleman tomonidan ta'kidlanganidek, emotsional intellekt bolaning akademik yutuqlari va kelajakdagi ijtimoiy muvaffaqiyati uchun intellektual qobiliyatdan ham muhimroq hisoblanadi. Shu sababli, bolalarning psixologik barqarorligini shakllantirish uchun ularning emotsional rivojlanishiga e'tibor qaratish zarur.

Maktabgacha yosh bolaning shaxsiyati va ijtimoiy moslashuvi shakllanadigan muhim davr hisoblanadi. Shu davrda bolalar:

O'z his-tuyg'ularini anglash va ifodalashni o'rganadilar.

Stress holatlariga qanday munosabat bildirishni tushunadilar.

O'zaro muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

Agar bolalar bu yoshda psixologik jihatdan barqarorlikni shakllantira olmasalar, keyinchalik ular ijtimoiy muhitga moslashishda, muloqot qilishda va muammolarni hal qilishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Shu sababli, maktabgacha ta'lim muassasalari bolalarning emotsional rivojlanishiga e'tibor qaratishlari zarur.

Insonning muvaffaqiyatli hayot kechirishi, jamiyatda o'z o'rnini topishi va sog'lom ijtimoiy munosabatlar o'rnatishi uning faqatgina intellektual salohiyatiga bog'liq emas. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, shaxsning hayotiy muvaffaqiyatlariga uning emotsional intellekti (EI) ham bevosita ta'sir qiladi. Emotsional intellekt – bu insonning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish va boshqalarning hissiyotlarini tushunish qobiliyatidir.

Bu tushuncha ilk bor P. Salovey va J. Mayer tomonidan 1990-yillarda ta'riflangan. Keyinchalik, 1995-yilda D. Goleman o'zining “Emotional Intelligence” (Emotsional intellekt) kitobida bu mavzuni kengroq ochib bergan va emotsional intellektning quyidagi jihatlariga urg'u bergan:

O'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish;

Boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va ularga mos munosabat bildirish;

Konfliktlarni samarali hal qilish;

Ijtimoiy moslashuv;

Motivatsiya va o'zini rivojlantirish.

D. Goleman fikriga ko'ra, bolalarda yuqori darajadagi emotsional intellekt ularning akademik yutuqlari va ijtimoiy muvaffaqiyatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, maktabgacha yoshdan boshlab bolalarning EI rivojlanishiga e'tibor qaratish lozim.

Bolalarda emotsional intellektni rivojlantirish quyidagi asosiy tarkibiy qismlarni o'z ichiga oladi:

1. O'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish

Bolalar dastlabki yillardan boshlab o'z his-tuyg'ularini tushunishga va boshqarishga o'rganishlari lozim. Masalan, ular g'azab, qo'rquv, xursandchilik yoki qayg'u kabi hislarni qanday anglashi va ifodalashi muhim hisoblanadi. Agar bola o'z hislarini boshqarishni o'rganmasa, kelajakda stressli vaziyatlarda moslashish qiyin bo'lishi mumkin.

2. Boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish

Empatiya – bu boshqalarning hissiyotlarini his qilish va ularning ichki kechinmalarini tushunish qobiliyatidir. Bolalar o'z tengdoshlari va atrofdagilarning kayfiyatini tushunishga o'rganishlari kerak. Bu ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishda muhim omildir.

3. Konfliktlarni samarali hal qilish

Bolalar kundalik hayotda turli ijtimoiy vaziyatlarga duch keladilar. Ba'zan ular tengdoshlari bilan tortishib qolishi yoki kattalar bilan muammolarga duch kelishi mumkin. Emotsional intellekti rivojlangan bola muammolarni tajovuz yoki zo'ravonlik bilan emas, balki muloqot va kelishuv orqali hal qilishni o'rganadi.

4. Ijtimoiy moslashuv

Har bir bola jamiyat ichida o'z o'rnini topishi va ijtimoiy qoidalarni tushunishi kerak. Emotsional intellekti yuqori bo'lgan bolalar guruh ichida o'zlarini erkin his qilishadi, yangi do'stlar orttirishadi va ijtimoiy vaziyatlarga tez moslashishadi.

5. Motivatsiya va o'zini rivojlantirish

Emotsional jihatdan aqlli bolalar o'z oldilariga maqsad qo'yish va unga erishish uchun ichki motivatsiyaga ega bo'ladilar. Ular muvaffaqiyatsizliklardan qo'rqmaydi, balki o'z kamchiliklarini tahlil qilib, ulardan saboq chiqarishga harakat qilishadi.

Bolalar yoshligidan o'z his-tuyg'ularini boshqarishni o'rganishlari juda muhim. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori emotsional intellektga ega bolalar quyidagi jihatlar bo'yicha ustunlikka ega bo'ladilar:

Akademik muvaffaqiyat – o'z hissiyotlarini boshqara oladigan bolalar o'qishga e'tibor berish va konsentratsiya qilish qobiliyatiga ega bo'ladilar.

Ijtimoiy munosabatlar – tengdoshlari va kattalar bilan yaxshi muloqot qilishadi, jamoada ishlashni o'rganishadi.

Stress va xavotirni kamaytirish – o'z his-tuyg'ularini boshqara oladigan bolalar stressga nisbatan chidamli bo'lishadi.

Yetakchilik qobiliyatlari – yuqori EI darajasi bolalarning jamiyatda yetakchilik fazilatlarini rivojlantirishiga yordam beradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni rivojlantirish uchun quyidagi metodlardan foydalanish mumkin:

1. Rol o'ynash o'yinlari

Turli rollarni o'ynash orqali bolalar o'zlarini boshqa odamlar o'rniga qo'yib ko'rishadi.

Masalan, “Doktor va bemor” yoki “O'qituvchi va o'quvchi” kabi o'yinlar orqali ular muammolarni tushunishni va echim topishni o'rganadilar.

2. Jamoaviy loyihalar

Guruh bo'lib ishlash orqali bolalar o'z his-tuyg'ularini ifodalashga va boshqalar bilan hamkorlik qilishga o'rganadilar.

Masalan, birgalikda rasm chizish yoki qo'g'irchoq teatrlari sahnalashtirish orqali bolalar jamoa bo'lib ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishlari mumkin.

3. Hikoyalar va ertaklar orqali hissiy tajribalarni o'rganish

Ertak va hikoyalardagi qahramonlarning hissiyotlari haqida suhbatlashish bolalarga turli emotsiyalarni tushunishga yordam beradi.

Masalan, “Zumrad va Qimmat” yoki “Shum bola” kabi ertaklarni muhokama qilish orqali bolalar xulq-atvorning turli jihatlarini o'rganishlari mumkin.

4. San'at va musiqa terapiyasi

Bolalar rasm chizish, haykaltaroshlik, qo'shiq aytish yoki musiqa chalish orqali o'z hissiyotlarini ifodalashni o'rganadilar.

Musiqasi terapiyasi orqali bolalarning ruhiy holati yaxshilanadi va ular stressdan xalos bo‘lishadi.

Bolalarning emotsional rivojlanishini nazorat qilish uchun quyidagi usullardan foydalanish mumkin:

Kuzatuv va psixologik diagnostika;

Ota-onalar va pedagoglar uchun maxsus savolnomalar;

Bolalar bilan suhbat va testlar o‘tkazish.

Xulosa qilib aytganda, bolalarda psixologik barqarorlikni shakllantirish ularning umumiy rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, psixologik barqarorlikka ega bolalar stressli vaziyatlarga moslasha oladi, o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qiladi va ijtimoiy muhitga oson moslashadi. Bu esa ularning nafaqat shaxsiy hayotida, balki akademik va ijtimoiy faoliyatlarida ham muvaffaqiyat qozonishiga yordam beradi.

Bolalar bilan ochiq muloqot qilish, ularning fikrlarini tinglash va ularga mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatini berish psixologik barqarorlikni rivojlantirishning eng samarali usullaridan biridir. Shu bilan birga, o‘yin terapiyasi, jismoniy faollik va san‘at terapiyasi bolalarga o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash va stressni kamaytirishda katta yordam beradi.

Emotsional intellektni rivojlantirish psixologik barqarorlikka bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Daniel Golemanning tadqiqotlariga asoslanib aytish mumkinki, bolalar o‘z his-tuyg‘ularini boshqarishni, boshqalarning his-tuyg‘ularini tushunishni va konfliktlarni samarali hal qilishni o‘rganishlari lozim. Bunga erishish uchun rol o‘ynash o‘yinlari, jamoaviy loyihalar va ertaklar orqali hissiy tajribalarni o‘rganish kabi metodlardan foydalanish mumkin.

Umuman olganda, bolalarning psixologik barqarorligini shakllantirish uchun quyidagi muhim yo‘nalishlarga e’tibor qaratish lozim:

1. Psixologik muhitni yaxshilash – ta’lim muassasalarida qo‘llab-quvvatlovchi va do‘stona muhit yaratish.
2. Emotsional intellektni rivojlantirish dasturlarini ishlab chiqish – bolalarga stress bilan kurashish va o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish ko‘nikmalarini o‘rgatish.
3. Individual yondashuvni kuchaytirish – har bir bolaning ruhiy holatini inobatga olgan holda maxsus yondashuv ishlab chiqish.

Shunday qilib, bolalar psixologik barqarorligi nafaqat ularning bugungi kundagi xulq-atvori va his-tuyg‘ulariga, balki kelajakdagi muvaffaqiyatiga ham asos

yaratadi. Ota-onalar, pedagoglar va jamiyat ushbu jarayonga e'tibor qaratib, bolalar uchun sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishlari zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Vygotskiy L.S. Bolalar tafakkuri va nutqi. Moskva: Pedagogika, 1986.
2. Piaget J. Bolalar psixologiyasi. Parij: Flammarion, 1951.
3. Goleman D. Emotsional intellekt. Nyu-York: Bantam Books, 1995.
4. O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi. Maktabgacha ta'lim metodik qo'llanma. Toshkent: O'zbekiston, 2021.

ILMIY TADQIQOTLARDA SUN'IY INTELLEKT VA MA'LUMOTLAR TAHLILI VOSITALARIDAN FOYDALANISH

Durdona Suyarova

Samarqand davlat chet tillar instituti

Narpay xorijiy tillar fakulteti 2-kurs

Annotatsiya: So'nggi yillarda Sun'iy intellekt (SI) texnologiya va ilm-fan sohasida sezilarli o'rin egalladi.

Kalit so'zlar: Sun'iy Intellekt, Sun'iy Aqliy, Ma'lumotlar Tahlili, Model yaratish, Avtomatlashtirish, Tasvirni Tanish, Biologiya va Tibbiyotda Sun'iy Intellekt, Iqtisodiyotda Sun'iy Intellekt .

Sun'iy intellekt bugungi kunda dunyodagi eng muhim texnologiyalardan biriga aylanib ulgurdy. O'tgan asrning boshlarida biz faqat filmlarda va turli xil ilmiy-fantastik romanlarda ko'rishimiz mumkin bo'lgan sahnalarning aksariyati hayotimizga sun'iy intellektning kirib kelishi bilan haqiqatda aylanmoqda.

BMT tomonidan keltirilgan ma'lumotlarga ko'ra, 2027-yilga kelib, dunyo bo'yicha yalpi ichki mahsulotning qariyb chorak qismi raqamli texnologiyalarga bog'liq bo'lib qolishi taxmin qilinayotgan hozirgi sharoitda bu yo'nalishdagi ishlarni jadallashtirish va rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish eng to'g'ri strategik yo'nalish hisoblanadi.

Bugungi kunda jahon amaliyotida Kanada, Singapur, Birlashgan Arab Amirliklari, Finlyandiya, Yaponiya, Xitoy, Italiya, Tunis, Buyuk Britaniya, AQSH,