

## EMOTSIONAL INTELLEKT VA AXLOQIY MOTIVATSIYANING SHAXSNING KASBIY HAMDA IJTIMOIIY O‘ZINI-O‘ZI ANGLASH JARAYONIDAGI O‘RNI

**Soibjonov Jasurbek Botirjon o‘g‘li**

*O‘zbekiston Milliy Universiteti o‘qituvchisi*

*Email: jasurbeksoibjonoov@gmail.com*

*Tel: +998930048147*

**Annotation:** *This article provides a theoretical and methodological basis for the significance of emotional intelligence and moral motivation as interrelated psychological factors in an individual's process of professional and social self-awareness. The article analyzes emotional intelligence as a crucial personal resource that enables an individual to recognize and regulate their emotional state, adequately perceive the emotional experiences of others, and maintain constructive communication in interpersonal relationships.*

**Keywords:** *emotional intelligence, ethical motivation, professional self-awareness, social self-awareness, motive, motivation, encouragement, empathy, career choice, personal development, professional adaptation, social competence, interpersonal relationships, psychological development, value system.*

**Аннотация:** *В данной статье представлена теоретическая и методологическая основа значимости эмоционального интеллекта и нравственной мотивации как взаимосвязанных психологических факторов в процессе профессионального и социального самосознания личности. В статье анализируется эмоциональный интеллект как важный личностный ресурс, позволяющий человеку распознавать и регулировать своё эмоциональное состояние, адекватно воспринимать эмоциональные переживания других и поддерживать конструктивное общение в межличностных отношениях.*

**Ключевые слова:** *эмоциональный интеллект, нравственная мотивация, профессиональное самосознание, социальное самосознание, мотив, мотивация, поощрение, эмпатия, выбор карьеры, личностное развитие, профессиональная адаптация, социальная компетентность, межличностные отношения, психологическое развитие, система ценностей.*

**Annotatsiya:** *Mazkur maqolada emotsional intellekt va axloqiy motivatsiyaning shaxsning kasbiy hamda ijtimoiy o‘zini-o‘zi anglash jarayonidagi o‘zaro bog‘liq psixologik omillar sifatidagi ahamiyati nazariy-metodologik jihatdan asoslab beriladi. Maqolada emotsional intellekt shaxsning o‘z hissiy holatini anglash, tartibga solish, boshqalarning emotsional kechinmalarini adekvat idrok etish hamda shaxslararo munosabatlarda konstruktiv muloqotni ta‘minlovchi muhim shaxsiy resurs sifatida tahlil qilinadi.*

**Kalit soʻzlar:** *emotsional intellekt, axloqiy motivatsiya, kasbiy oʻzini-oʻzi anglash, ijtimoiy oʻzini-oʻzi anglash, motiv, motivatsiya, ragʻbatlantirish, empatiya, kasb tanlash, shaxs rivojlanishi, kasbiy moslashuv, ijtimoiy kompetensiya, shaxslararo munosabatlar, psixologik rivojlanish, qadriyatlar tizimi.*

Emotsional intellekt samarali qarorlar qabul qilish uchun oʻzimiz va boshqalardagi his-tuygʻularni aniqlash va boshqarish qobiliyatini anglatadi. U inson xulq-atvorida muhim oʻrin tutib, oʻzaro munosabatlar, ish unumdorligi va oʻqishdagi yutuqlarga taʼsir koʻrsatadi. Ushbu tushuncha ilk bor XX asr boshlarida ilgari surilgan. Soʻnggi bir necha oʻn yillikda, ayniqsa, Piter Salovey, Jon Mayer va Daniel Goleman kabi psixologlarning qoʻshgan hissalarini tufayli bu tushunchaga boʻlgan qiziqish ancha ortdi. XX asr boshlarida Torndayk ijtimoiy intellekt gʻoyasini taklif qilib, uni boshqalar bilan samarali muloqot qila olish qobiliyati deya taʼriflagan. Bu oʻzida ham, boshqalarda ham ichki holatlar, maqsadlar va xatti-harakatlarni tushunishni oʻz ichiga oladi. Mazkur gʻoya emotsional intellektning zamonaviy talqiniga juda yaqindir. Oradan koʻp oʻtmay, Veksler nokognitiv intellekt tushunchasini rivojlantirib, uning hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun nechogʻli muhim ekanini taʼkidlagan.

Uning taʼkidlashicha, intellekt oʻzining nokognitiv jihatlarini tan olmasdan toʻliq boʻla olmaydi. Asr oxirlarida Gardner oʻzining “Aql qoliplari” (Frames of Mind) kitobida koʻp qirrali intellekt nazariyasini ilgari surib, emotsional intellekt oʻzi aniqlagan yettita intellektdan ikkitasi — shaxslararo va shaxsiy ichki intellekt bilan oʻxshash jihatlarga ega ekanini aytib oʻtgan. 1990-yilda psixologlar Piter Salovey va Jon Mayer emotsional intellektni fikr va xatti-harakatlarni yoʻnaltirish uchun hissiy axborotni anglash, farqlash hamda undan foydalanish qobiliyati deya taʼriflagan. Ushbu tushuncha Salovey va Mayer ishlaridan ilhomlanib yozilgan Daniel Goulmanning “Emotsional intellekt: Nega u IQdan muhimroq boʻlishi mumkin” nomli kitobi nashr etilgach, keng eʼtirof qozondi. Goulman emotsional intellekt oʻzini oʻzi boshqarish, gʻayrat, qatʼiyat va oʻzini ragʻbatlantira olish qobiliyatlarini oʻz ichiga olishini taʼriflagan.

Hissiyot va Emotsiyalar haqidagi dastlabki qarashlarga eʼtibor qaraladigan boʻlsa, bunda turli xil qarashlarni koʻrishlik mumkin. His-tuygʻu va aql-idrok oʻrtasidagi oʻzaro taʼsir azaldan qiziqish uygʻotib kelgan mavzudir. Qadimgi faylasuflar Aristotel va Platon insonning fikrlashi hamda qaror qabul qilishida hissiyotlarning inson hayotidagi oʻrnini tadqiq qilishgan. Xususan, Aristotel shaxsiy va ijtimoiy uygʻunlikka erishish uchun his-tuygʻularni samarali boshqarish muhimligini taʼkidlagan. XX asrga kelib, aql-idrokka oʻlchash mumkin boʻlgan tushuncha sifatida qiziqish ortadi. Alfred Bine taklif qilgan va keyinchalik Lyuis Terman tomonidan IQ testini ishlab chiqish jarayonida kengaytirilgan anʼanaviy intellekt nazariyalari asosan kognitiv qobiliyatlarga qaratilgan edi. 1920-yilda Edvard Torndayk “ijtimoiy intellekt” tushunchasini fanga kiritib, uni odamlarni tushunish va samarali boshqarish

qobiliyati deya ta'riflaydi. Bu g'oya shaxslararo muloqot ko'nikmalarini aql-idrokning bir shakli sifatida ko'rsatib, hissiy intellektning keyingi rivojlanishiga zamin yaratadi[1].

1940 va 1950-yillar emotsional va ijtimoiy kompetensiyalarni yanada chuqurroq o'rganish davri bo'ldi. 1940-yillarda psixolog Devid Veksler intellekt o'z ichiga shaxsiyat va emotsional tartibga solish kabi nointellektual omillarni ham qamrab olishi kerak, degan fikrni ilgari surdi. Uning ta'kidlashicha, yuqori intellektual salohiyatga (IQ) ega bo'lgan shaxslar ham emotsional xabardorlik va shaxslararo munosabatlar ko'nikmalarining yetishmasligi sababli shaxsiy va professional hayotda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. XX asr o'rtalarida gumanistik psixologiyaning yuksalishi shaxsiy rivojlanishda his-tuyg'ularning rolini yanada kuchaytirdi. Abraham Maslou va Karl Rojers kabi psixologlar o'z-o'zini anglash, his-tuyg'ularni ifoda etish va empatiyaning o'z salohiyatini ro'yobga chiqarishdagi muhimligini ta'kidladilar. Bu g'oyalar emotsional kompetensiyalarning intellektning muhim jihatlari sifatida tan olinishiga zamin yaratdi. Hovard Gardner intellekt haqidagi an'anaviy qarashlarni kengaytirgan "Ko'p qirrali intellekt" nazariyasini taqdim etdi. U intellektning turli xillarini, jumladan, emotsional intellektning zamonaviy tushunchalariga juda yaqin bo'lgan shaxslararo intellekt (boshqalarni tushunish qobiliyati) va ichki shaxsiy intellekt (o'z-o'zini anglash va o'zini-o'zi boshqarish) aniqlab berdi. 1980-yillar emotsional intellekt o'rganishda burilish nuqtasi bo'ldi[1].

"Emotsional intellekt"ning navbatdagi burilish nuqtasi Govard Gardner nomi bilan bog'liqdir. 1983-yilda Gardner o'zining "Aql turlari" ("Frames of Mind") kitobida ko'p qirrali intellektlar nazariyasi haqida so'z yuritdi. Gardner yetti turdagi intellektlar orasidan ikkita "shaxsiy intellekt"ni muhokama qildi va ularning qamrovi "hissiy va ijtimoiy intellekt"ga hayratlanarli darajada o'xshash ekani ma'lumdir. Bu ikki shaxsiy intellekt quyidagilardan iborat edi:

- Intrapersonal (ichki shaxsiy) intellekt – o'z his-tuyg'ularini anglash va ulardan foydalana olish qobiliyati;
- hamda Interpersonal (shaxslararo) intellekt – boshqa odamlarning kayfiyati, motivatsiyasi va niyatlarini payqash hamda farqlay olish qobiliyatidir.

So'ngra, 1985-yilda amerikalik tadqiqotchi Ueyn Peynning "Emotsiyani o'rganish: emotsional intellektni rivojlantirish – o'z-o'zini integratsiya qilish; qo'rquv, og'riq va istakka munosabat (nazariya, voqelik tuzilishi, muammoni hal etish, torayish/kengayish, sozlanish/ochilish/qo'yib yuborish)" deb nomlangan, nashr etilmagan doktorlik dissertatsiyasida ilk bor Emotsional intellekt (EI) atamasi paydo bo'ldi. Bundan tashqari, 1987-yilda muhim bir voqea yuz beradi: Kit Bisli "Mensa" jurnalidagi maqolasida birinchi marta EQ – "Hissiy koeffitsiyent" atamasini qo'lladi (garchi Reuven Bar-On bu atamani o'z bitiruv ishining chop etilmagan nusxasida ishlatganini da'vo qilsa ham) [2].

Ruven Bar-On ham hissiy intellekt hodisasi ustida tadqiqot olib borgan olimlardan biridir. Uning izlanishlari ushbu tushunchaga aniqlik kiritish, uning tarkibiy qismlarini belgilash hamda o'lchov birligi – EQ (emotional quotient) emotsionallik koeffitsientini joriy etish imkonini berdi. “Emotsionallik koeffitsienti” tushunchasi “insonga turli hayotiy muammolarni hal qilish imkoniyatlarini rivojlantirishga yordam beradigan barcha nokognitiv qobiliyatlar, bilimlar va kompetensiyalar majmuini” o'z ichiga oladi. Bar-Onning fikricha, EQ tuzilmasi ichki shaxsiy soha, shaxslararo munosabatlar, adaptivlik, stressni boshqarish va umumiy kayfiyat kabi tarkibiy qismlardan iborat. Ichki shaxsiy komponent shaxsning o'z ichki dunyosini anglashi, tashqi ta'sir va baholardan mustaqil bo'lishi, o'z kompetensiyalarini xolisona baholashi, shaxsiy imkoniyatlarini aniqlab, ularni rivojlantirishi hamda o'zini boshqara olish qobiliyati bilan belgilanadi. Shaxslararo munosabatlar sohasi esa munosabatlarning o'zidan tashqari, empatiya va ijtimoiy mas'uliyat kabi shaxsiy xususiyatlarni ham qamrab oladi. Adaptivlik moslashuvchanlik, voqelikni to'g'ri baholay olish va atrofdagilar bilan o'zaro ta'sirning muvofiq mexanizmlarini ishlab chiqish qobiliyati bilan tavsiflanadi. Stressga chidamlilik va o'z hissiy reaksiyalarini nazorat qila olish stressni boshqarish sohasining tarkibiy qismlari sanaladi. Hayotdan mamnunlik va optimizm umumiy kayfiyat sohasini tashkil etadi. Ta'riflangan hissiy kompetensiyalar ilk bor 1996-yili Torontoda o'tkazilgan Amerika psixologlar assotsiatsiyasi yig'ilishida taqdim etilgan bo'lib, nafaqat hamkasblar tomonidan yuqori baholandi, balki o'zining validligi (asosligi)ni ham isbotladi[3].

Kasbiy o'zini anglash jarayoni hali ham hayotiy faoliyat yo'nalishida (S.L.Rubinshteyn, L.I.Bojovich, K.A.Abulxanova-Slavskaya) umumiy hayotiy o'zini anglashning bir qismi sifatida o'rganilmoqda. Bu yo'nalishdagi tadqiqotlarda nafaqat o'smirlar va yoshlarning, balki katta yoshdagi insonlarning ham kasbiy o'zini anglash xususiyatlari aniqlanmoqda. Ushbu yo'nalishda kasbiy o'zini anglashni o'rganishning metodologik asoslarini S.L.Rubinshteyn yaratgan.

S.L.Rubinshteyn tushunchasiga ko'ra, hayotiy va kasbiy o'zini anglash - bu o'z-o'zini belgilovchi jarayondir: "uning mohiyati o'zini anglashning ichki jihati, o'ziga sodiqlik, tashqi omillarga bir tomonlama bo'ysunmaslik rolini ta'kidlashdan iboratdir".

Kasbiy o'zini aniqlash muammosi hayotiy muhim vazifani hal qilish sifatida inson oldida ilk bor erta yoshlikda paydo bo'ladi. Aynan shu davrda hayotiy o'zini belgilash kasbiy o'zini belgilash bilan bevosita bog'liq bo'ladi[4].

Bizningcha, shaxsning hayotiy va kasbiy o'zini belgilashdagi faolligini o'rganishning nazariy asosi sifatida L.I.Bojovichning yosh insonning ichki pozitsiyasi mavjudligi haqidagi g'oyasi xizmat qilishi mumkin.

L.I.Bojovich shaxsning kasbiy o'zini belgilashining psixologik mazmuni va uning kasb tanlashdan prinsipial farqini o'rganishning nazariy asoslarini tahlil qilib, o'smirlar va yoshlarning hayotiy o'zini belgilash muammosini ko'rib chiqdi.

L.S.Vigotskiy izidan borib, u bu muammoni o‘z asarlarida shaxsning o‘z hayot yo‘lini izlashi, ijtimoiy ishlab chiqarish jarayonida muayyan o‘rin egallashi, o‘zini tan olishi va asosiy hayotiy faoliyatini tanlashi asosida ijtimoiy yaxlitlik hayotiga to‘liq qo‘shilishining murakkab jarayoni sifatida talqin etdi.

K.A. Abulxanova-Slavskaya o‘z ishlarida hayotiy faoliyat yo‘nalishini rivojlantirib, hayot yo‘lining quyidagi tuzilmalarini ajratib ko‘rsatgan: hayotiy pozitsiya, hayot yo‘nalishi va hayot mazmuni. U kasbda o‘zini ifoda etishni (identifikatsiyani) quyidagicha ta’riflagan:

Identifikatsiyaning birinchi turi - o‘zini namoyon qilish shaxs xususiyatlariga imkon qadar yaqin bo‘lgan kasbni tanlash orqali sodir bo‘ladi. Bunda hayotiy istiqbol shaxsga o‘z imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarish imkonini beruvchi vaziyatlarning takrorlanishi bilan bog‘liq bo‘ladi.

Identifikatsiyaning ikkinchi turi - shaxsga kasbiy mahorat pog‘onalari bo‘ylab yuqorilab borish imkonini beradigan kasb tanlanadi. Bu holda kasbiy pozitsiyalarning sifat jihatidan o‘zgarishiga olib keladigan harakat yuzaga keladi, ularning o‘sish istiqboli bilan birga. Kasbiy harakatning asosida mehnat faoliyati talablari va vazifalari, shuningdek, shaxs qobiliyatlarini rivojlantirish yotadi.

Identifikatsiyaning uchinchi turi - kasbda o‘zini namoyon qilish shaxsiy fazilatlar va qobiliyatlarni takomillashtirish hamda rivojlantirish orqali ro‘y beradi. Kasb shaxsning yashirin qobiliyatlarini yuzaga chiqaradi va shu bilan shaxsning rivojlanish istiqbollari ochib beradi.

Identifikatsiyaning to‘rtinchi turi - shaxsning o‘zini namoyon qilishi qobiliyatlarni rivojlantirish, o‘zini nazorat qilish, o‘zini tahlil etish va ijodiy faoliyatni rejalashtirish asosida amalga oshadi. Bu holda shaxs kasbda harakat qilish va rivojlanishga, shuningdek, o‘z qobiliyatlarini ro‘yobga chiqarish uchun zarur bo‘lgan yo‘nalishda mehnat sharoitlarini o‘zgartirishga qodir bo‘ladi[5].

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Khan, S., & Khan, S. *The Evolution of Emotional Intelligence: History, Models and Measures*. – 380 p.
2. *A Brief History of Emotional Intelligence*.
3. Драгун, И. И. Эмоциональный интеллект и стиль руководства менеджера // *Вестник психологии: интернет-журнал*. – 2016. – URL: [psychologyjournal.ru](http://psychologyjournal.ru) (дата обращения: 04.04.2024).
4. Божович, Л. И. *Личность и ее формирование в детском возрасте*. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
5. Абульханова-Славская, К. А. Типология активности личности // *Психологический журнал*. – 1985. – Т. 6. – № 5. – С. 3–19.