TA'LIMDA GLOBAL MUAMMOLAR: YUQORI SINF O'QITUVCHILARINING KASBIY FAOLIYATIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Tajiboyeva Odinaxon Rustamjon qizi
Andijon davlat universiteti
ADTI.O`zbek tili va adabiyoti, tillar kafedrasi
odinaxontojiboyeva98@gmail.com

Annotatsiya. *Ushbu maqolada yuqori sinf o'qituvchilarining kasbiy faoliyati samaradorligini belgilovchi psixologik omillardan biri sifatida emotsional intellekt fenomeni tahlil qilinadi. Emotsional intellektning nazariy asoslari qobiliyat modeli Salovey, Meyer, Karuzo, aralash model Goleman, Bar-On va rivojlanish-yo'naltirilgan emotsional kompetensiya modeli Saarni qiyosiy tarzda yoritiladi. Maqolada, shuningdek, o'smirlar bilan ishlash yuqori emotsional yukni talab qilishi sababli, yuqori sinf o'qituvchisi kasbiy faoliyatida emotsional intellektning ahamiyati alohida asoslanadi, kasbiy stress va kasbiy so'nish (burnout) nazariyalari Maslach, Lazarus va Folkman, Demerouti va hamkasblar emotsional intellekt konteksitida tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar: *emotsional intellekt, yuqori sinf o'qituvchisi, pedagogik faoliyat, kasbiy stress, kasbiy so'nish, emotsional barqarorlik, RULER modeli, emotsional kompetensiya.*

Аннотация. *В данной статье анализируется феномен эмоционального интеллекта как один из психологических факторов, определяющих эффективность профессиональной деятельности учителей старших классов. Рассматриваются в сравнительном аспекте теоретические основы эмоционального интеллекта модель способностей Сэловей, Мэйер, Карузо, смешанная модель Гоулман, Бар-Он и модель эмоциональной компетентности Саарни. Также обосновывается значимость эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности учителя старших классов, поскольку работа с подростками требует высокой эмоциональной нагрузки; теории профессионального стресса и профессионального выгорания Маслач, Лазарус и Фолкман, Демерути и соавторы анализируются в контексте эмоционального интеллекта.*

Ключевые слова: *эмоциональный интеллект, учитель старших классов, педагогическая деятельность, профессиональный стресс, профессиональное выгорание, эмоциональная устойчивость, модель RULER, эмоциональная компетентность.*

Abstract. *This article analyzes the phenomenon of emotional intelligence as one of the psychological factors determining the effectiveness of senior-grade teachers' professional activity. The theoretical foundations of emotional intelligence the ability model Salovey, Mayer, Caruso, the mixed model Goleman, Bar-On, and the developmentally oriented emotional competence model Saarni are examined comparatively. The article also substantiates the importance of emotional intelligence in the professional activity of senior-grade teachers, given that working with adolescents requires a high emotional workload, and analyzes theories of occupational stress and burnout Maslach, Lazarus and Folkman, Demerouti et al. in the context of emotional intelligence.*

Keywords: *emotional intelligence, senior-grade teacher, pedagogical activity, occupational stress, burnout, emotional stability, RULER model, emotional competence.*

Kirish. Zamonaviy ta'lim tizimida o'qituvchi shaxsining kasbiy sifatlariga qo'yiladigan talablar tobora ortib bormoqda. An'anaviy ravishda o'qituvchining kasbiy mahorati uning fan bo'yicha bilim darajasi va metodik tayyorgarligi bilan belgilangan bo'lsa, so'nggi o'n yilliklarda olib borilgan psixologik tadqiqotlar o'qituvchi faoliyatining samaradorligida emotsional omillarning ham hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatmoqda. Xususan, yuqori sinf o'qituvchilarining faoliyati alohida murakkablikka ega, chunki ular yuqori hissiy reaktivlik, shaxsiy identifikatsiyaning shakllanish jarayoni hamda mustaqillikka intilishning kuchayishi bilan xarakterlanadigan o`smir o'quvchilar bilan ishlaydi. Bundan tashqari zamonaviy axborot oqimining tezligi va yangi raqamli muhitga ega bo`lgan ta`lim jarayoniga moslashuv o`qituvchidan nafaqat kognitiv tayyorgarlik, emotsional kompetentlik va barqarorlikni ham talab qiladi.

Shu bois “emotsional intellekt” fenomenini talqin va tadqiq qilish pedagogik psixologiyada dolzarb tadqiqot yo'nalishlaridan biriga aylandi. Emotsional intellect bu shaxsning o'z va boshqalarning hissiyotlarini anglash, farqlash hamda ushbu axborotdan fikrlash jarayoni va xatti-harakatlarni yo'naltirishda foydalanish qobiliyati sifatida ta'riflanadi. Mazkur maqolaning maqsadi emotsional intellektning nazariy modellarini tahlil qilish hamda uning yuqori sinf o'qituvchisi kasbiy

faoliyati, xususan kasbiy stress va kasbiy so'nishga qarshi turish jarayonidagi ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslab berishdan iborat.

Emotsional intellekt fenomenining ilmiy talqini. Emotsional intellekt tushunchasining ilmiy muomalaga kiritilishi P. Salovey va J. Meyer tomonidan amalga oshirilgan bo'lib, ular EI ni shaxsning o'zi va boshqalarning hissiyotlarini kuzatish, ular orasidagi farqni ajratish hamda ushbu axborotdan o'z fikrlash jarayoni va xatti-harakatlarini yo'naltirishda foydalanish qobiliyati sifatida ta'riflaganlar. 1997-yilda mualliflar nazariyani takomillashtirib, to'rt tarmoqli modelni taqdim etdilar. Ular hissiyotlarni idrok etish va ifodalash; hissiyotlardan fikrlash jarayonini yengillashtirishda foydalanish; hissiyotlarni tushunish va tahlil qilish; hissiyotlarni ongli ravishda boshqarish. Ushbu nazariy modelni amaliy o'lchash maqsadida Meyer, Salovey va D. Karuzo hamkorlikda MSCEIT test-metodikasini ishlab chiqdilar.

D. Goleman tomonidan taklif etilgan “aralash model”EI tarkibiga nafaqat kognitiv qobiliyatlarni, balki shaxsiy xususiyatlar va ijtimoiy ko'nikmalarni hisoblangan o'z-o'zini nazorat qilish, motivatsiya, empatiyalarni ham kiritdi. R. Bar-On o'zining “emotsional-ijtimoiy intellect” (ESI) modelida EI ni ko'p funksiyali ierarxik tuzilma sifatida talqin qildi. K. Saarni esa EI ni sof kognitiv qobiliyat sifatida emas, balki ijtimoiy o'zaro ta'sir jarayonida shakllanadigan ko'nikmalar majmuasi emotsional kompetensiya sifatida ko'rib chiqdi. Uning modelida sakkizta asosiy ko'nikma ajratiladi: o'z hissiy holatini anglash, boshqalarning hissiyotlarini payqash, hissiy lug'atdan foydalanish, empatiya, ichki-tashqi ifoda farqini anglash, stressli vaziyatlar bilan kurashish, shaxslararo munosabatlarda hissiyotlar rolini anglash va hissiy o'zini-o'zi samarali his qilish.

Pedagogik faoliyatda emotsional intellektning ahamiyati. Yel universiteti Emotsional Intellekt Markazi tomonidan ishlab chiqilgan RULER modeli Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing, Regulating nazariy g'oyalarni aniq pedagogik amaliyotga aylantirgan dastur sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Brakket va hamkasflarining tadqiqoti ushbu dasturning sinf emotsional iqlimiga, o'qituvchi-o'quvchi affiliatsiyasiga va o'quvchilar xulq-atvoriga ijobiy ta'sirini empirik tarzda tasdiqlagan. Bu natijalar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchining o'z va o'quvchilarning hissiyotlarini tanish, tushunish va boshqarish ko'nikmalari sinfdagi ijtimoiy-emotsional muhitni bevosita shakllantiradi hamda intizom bilan bog'liq muammolarni kamaytiradi.

EI ning kasbiy faoliyatdagi ahamiyatini nazariy jihatdan asoslashda K. Cherniss ishlari muhim o'rin tutadi. Uning markaziy tezisi emotsional intellekt potensial qobiliyat va emotsional kompetensiya bu potensialning aniq kasbiy

vaziyatda amalga oshirilgan ko'rinishi o'rtasidagi farqlashdir. Cherniss va Goleman ta'kidlashicha, EI ning o'zi kasbiy muvaffaqiyatning bevosita kafolati emas u faqat “poydevor” vazifasini bajaradi, muvaffaqiyatni esa ushbu poydevor ustiga maxsus trening orqali qurilgan aniq kompetensiyalar ta'minlaydi. Cherniss va hamkasflari tomonidan tayyorlangan texnik hisobotda turli kasbiy guruhlarda o'tkazilgan emotsional kompetensiya treninglarining mehnat unumdorligining oshishi, kasbiy charchash darajasining pasayishi hamda kasbiy faoliyatdan qoniqish darajasining yaxshilanishiga olib kelishi ko'rsatilgan.

Kasbiy stress va emotsional barqarorlik muammosi. Yuqori sinf o'qituvchisining kasbiy faoliyati bir qator ob'ektiv stress omillari bilan bog'liq: yakuniy imtihonlar va oliy ta'lim muassasalariga kirish jarayoni bilan bog'liq yuqori mas'uliyat, o'quvchilar va ota-onalar tomonidan natijaga qaratilgan kutilmalarning ortishi, o'smirlik davriga xos xulq-atvor muammolari. R. Lazarus va S. Folkmanning transaksion stress nazariyasiga ko'ra, stress bu shaxs bilan muhit o'rtasidagi o'zaro munosabat natijasi bo'lib, uning kuchi shaxsning vaziyatni qanday baholashi va unga qanday kurashish strategiyalarini qo'llashiga bog'liq. Yuqori EI darajasiga ega o'qituvchi stressli vaziyatni adekvatroq baholaydi va konstruktiv kurashish strategiyalaridan foydalanadi.

Surunkali kasbiy stressning yakuniy natijasi sifatida kasbiy charchash (burnout) hodisasi keng o'rganilgan. C. Maslach va S. Jeksonning uch komponentli modeliga ko'ra, burnout uchta o'zaro bog'liq tarkibiy qismdan iborat. Ular emotsional charchash, depersonalizatsiya va kasbiy yutuqlarning pasayishi. Keyinchalik Demerouti va hamkasflarining "Ish talablari - resurslar" Job Demands–Resources modeli burnoutni ish talablari va mavjud resurslar o'rtasidagi muvozanatsizlik natijasi sifatida tushuntiradi. Ushbu model o'qituvchi EI sini aynan shunday shaxsiy resurs sifatida talqin qilish imkonini beradi. EI darajasi yuqori bo'lgan o'qituvchi yuqori ish talablariga qaramasdan, ularni o'z ichki resurslari hisobiga muvozanatlashtira oladi. Bunga qarama-qarshi psixologik holat sifatida so'nggi yillarda kasbiy faollik konsepsiyasi ham faol rivojlanmoqda (Schaufeli, Bakker), bu tushuncha pedagogning kasbiy faoliyatga yuqori qiziqishi va undan ma'naviy qoniqish olishini ifodalaydi.

EI va kasbiy stress/burnout o'rtasidagi bog'liqlik empirik tadqiqotlarda ham tasdiqlangan. Xususan, Puertas-Molero va hamkasflarining 1316 nafar oliy ta'lim o'qituvchisi ishtirokida o'tkazilgan tadqiqotida emotsional charchashning EI ning "hissiy aniqlik" va "hissiy tiklanish" komponentlari bilan teskari bog'liqligi aniqlangan. Boshqacha aytganda, o'z hissiyotlarini aniq anglash va ulardan tez tiklana olish qobiliyati yuqori bo'lgan o'qituvchilarda kasbiy charchash darajasi

pastroq bo'ladi. Shu asosda "emotsional barqarorlik" tushunchasini o'qituvchi shaxsining stressli pedagogik vaziyatlarda funksional hissiy muvozanatni saqlab qolish qobiliyati sifatida ta'riflash mumkin. Bu EI ning, xususan uning "Regulating" (boshqarish) komponentining bevosita amaliy natijasi hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari va muhokama

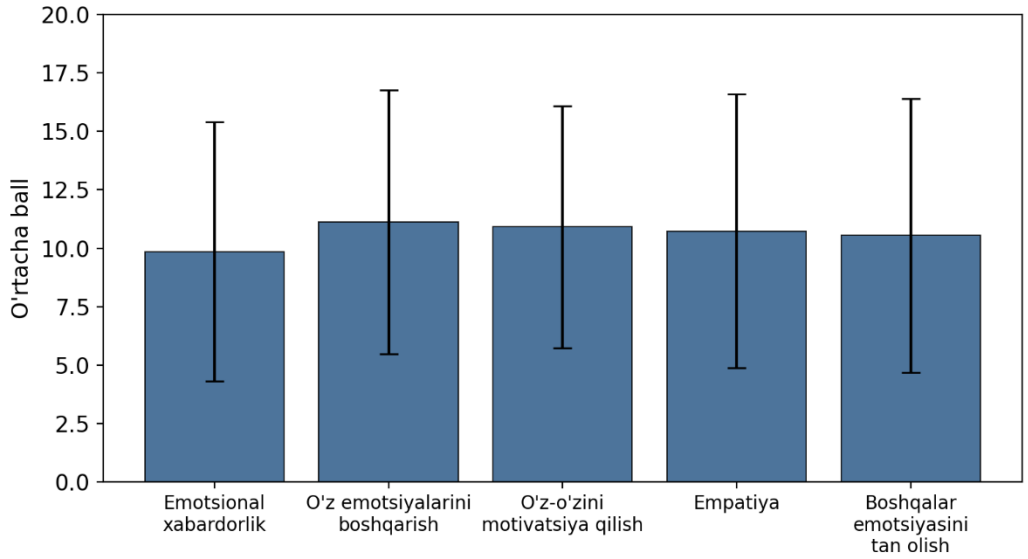
Nazariy tahlilni empirik jihatdan asoslash maqsadida yuqori sinf o'qituvchilari (N=124, ayollar 99 ta, erkaklar 25 ta) ishtirokida so'rov o'tkazildi. Tadqiqotda N. Xollning emotsional intellekt metodikasi 30 band, Kronbax alfa = 0,962, K. Maslach va S. Jeksonning kasbiy so'nish metodikasi 22 band, Kronbax alfa = 0,808 hamda pedagogik samaradorlikni o'z-o'zini baholash so'rovnomasi 15 band, Kronbax alfa = 0,972 qo'llanildi. Barcha shkalalar yuqori ichki izchillik ko'rsatdi, bu ma'lumotlarning ishonchliligini tasdiqlaydi.

1-jadvalda emotsional intellekt subshkalalari bo'yicha tavsifiy statistika keltirilgan.

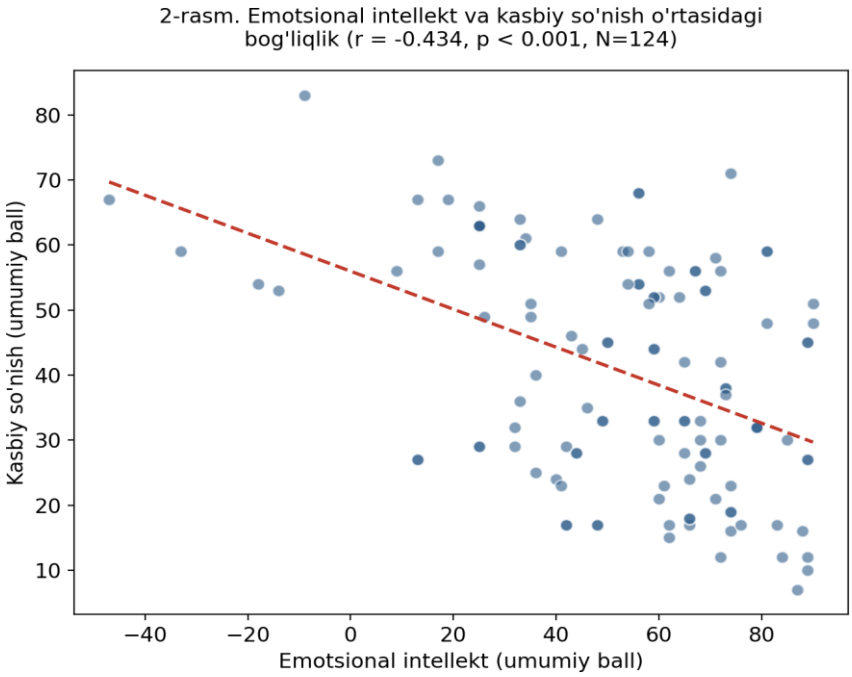
Ko'rsatkich	O'rtacha	Standart og'ish	N
Emotsional intellekt (umumiy)	53.15	26.14	124
Emotsional xabardorlik	9.85	5.55	124
O'z emotsiyalarini boshqarish	11.11	5.65	124
O'z-o'zini motivatsiya qilish	10.91	5.19	124
Empatiya	10.73	5.86	124
Kasbiy so'nish (umumiy)	40.46	17.57	124

1-jadval. Emotsional intellekt va kasbiy so'nish ko'rsatkichlarining tavsifiy statistikasi (N=124)

1-rasm. Yuqori sinf o'qituvchilarining emotsional intellekt subshkalalari bo'yicha o'rtacha ko'rsatkichlari (N=124)



Korrelyatsion tahlil natijalariga ko'ra, emotsional intellektning umumiy ko'rsatkichi bilan kasbiy so'nish darajasi o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli va kuchli teskari bog'liqlik aniqlandi ($r = -0.434$, $p < 0.001$). Bu shuni ko'rsatadiki, emotsional intellekt darajasi yuqori bo'lgan o'qituvchilarda kasbiy so'nish belgilari sezilarli darajada kamroq namoyon bo'ladi. Shuningdek, emotsional intellekt pedagogik samaradorlik bilan ijobiy ($r = 0.190$, $p = 0.035$), kasbiy so'nish esa pedagogik samaradorlik bilan salbiy ($r = -0.311$, $p < 0.001$) bog'liqlikka ega ekanligi aniqlandi. Ushbu natijalar 2-rasmda tasvirlangan.



Gender, yosh toifasi va hudud omillari bo'yicha o'tkazilgan qo'shimcha taqqoslashlarda emotsional intellekt, kasbiy so'nish va pedagogik samaradorlik ko'rsatkichlarida statistik jihatdan ahamiyatli farqlar aniqlanmadi (barcha hollarda $p>0.05$). Bu topilma K.V. Petrides va A. Furnhamning emotsional intellektning global ko'rsatkichi jinsdan ko'ra ko'proq shaxsning individual xususiyatlariga bog'liqligi haqidagi xulosasini tasdiqlaydi.

Xulosa

O'tkazilgan nazariy tahlil shuni ko'rsatadiki, emotsional intellekt yuqori sinf o'qituvchisining kasbiy faoliyati samaradorligini belgilovchi muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi. EI nazariyasining uch asosiy yo'nalishi qobiliyat modeli, aralash model, emotsional kompetensiya modeli o'qituvchi shaxsiga qo'yiladigan emotsional talablarni har xil, ammo bir-birini to'ldiruvchi jihatdan yoritadi. RULER va shunga o'xshash amaliy dasturlar EI ning sinf muhitiga ijobiy ta'sirini tasdiqlasa, Cherniss va boshqa mualliflarning tadqiqotlari EI asosidagi kompetensiyalarning kasbiy unumdorlik va burnoutni kamaytirish borasidagi samaradorligini asoslaydi. Lazarus-Folkman, Maslach-Jekson va Demerouti kabi mualliflarning nazariy modellari esa EI ni o'qituvchining kasbiy stressga qarshi muhim shaxsiy resursi sifatida talqin qilish imkonini beradi. Shunday qilib, yuqori sinf o'qituvchilarida emotsional intellektni maqsadli rivojlantirish ularning kasbiy stressga chidamliligini oshirish va pedagogik faoliyat samaradorligini ta'minlashning muhim yo'nalishlaridan biri sifatida qaralishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Brackett M.A., Reyes M.R., Rivers S.E., Elbertson N.A., Salovey P. Classroom emotional climate, teacher affiliation, and student conduct // Journal of Classroom Interaction. — 2011. — Vol. 46, No. 1. — P. 27–36.

2. Cherniss C., Goleman D. (Eds.). The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations. — San Francisco: Jossey-Bass, 2001. — 416 p.

3. Cherniss C., Goleman D., Emmerling R., Cowan K., Adler M. Bringing emotional intelligence to the workplace: A technical report. — Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations, 1998.

4. Demerouti E., Bakker A.B., Nachreiner F., Schaufeli W.B. The job demands–resources model of burnout // Journal of Applied Psychology. — 2001. — Vol. 86, No. 3. — P. 499–512.

5. Goleman D. Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. — New York: Bantam Books, 1995. — 352 p.

6. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. — New York: Springer, 1984. — 456 p.

7. Maslach C., Jackson S.E. The measurement of experienced burnout // Journal of Occupational Behaviour. — 1981. — Vol. 2, No. 2. — P. 99–113.

8. Mayer J.D., Salovey P. What is emotional intelligence? // Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications / Ed. by P. Salovey, D. Sluyter. — New York: Basic Books, 1997. — P. 3–31.

9. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT): User's manual. — Toronto: MHS Publishers, 2002.

10. Puertas-Molero P., Zurita-Ortega F., Chacón-Cuberos R., Martínez-Martínez A., Castro-Sánchez M., González-Valero G. An explanatory model of emotional intelligence and its association with stress, burnout syndrome, and non-verbal communication in the university teachers // Journal of Clinical Medicine. — 2018. — Vol. 7, No. 12. — P. 524.

11. Saarni C. The development of emotional competence. — New York: Guilford Press, 1999. — 381 p.

12. Salovey P., Mayer J.D. Emotional intelligence // Imagination, Cognition and Personality. — 1990. — Vol. 9, No. 3. — P. 185–211.

13. Andreyeva I.N. Emotsional intellekt zamonaviy psixologiya fenomeni sifatida. — Novopolotsk: PGU, 2011. — 388 b.