

**MILLIY QADRIYATLARGA ASOSLANGAN TA'LIM-TARBIYA
JARAYONIDA INSONLARDA EMOTSIONAL BARQARORLIGINI
TA'MINLASHNING PSIXOPEDAGOGIK OMILLARI**

Miraliyev Shahzod Jahongir o'g'li

Osiyo Xalqaro Universiteti

Pedagogika va psixologiya

kafedrasi o'qituvchisi

KIRISH

Ushbu ilmiy tezisdagi milliy qadriyatlarga asoslangan ta'lim-tarbiya tizimi orqali shaxsning emotsional barqarorligini shakllantirish masalalari chuqur o'rganiladi. Maqolada milliy qadriyatlarning tarbiyaviy ahamiyati, zamonaviy ta'lim muhitida ularning hissiy barqarorlikni mustahkamlovchi omil sifatidagi o'rni tahlil qilinadi. Pedagogik texnologiyalar orqali shaxsda hissiy o'zini anglash, emotsional muvozanatni saqlash va ijobiy hissiy holatni shakllantirish usullari ko'rsatib o'tilgan. Tezis natijalari yoshlarning ijtimoiy moslashuvchanligini oshirish, o'z-o'zini nazorat qilish qobiliyatini rivojlantirish hamda milliy ongini mustahkamlash uchun zarur nazariy va amaliy tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

ASOSIY QISIM

Ta'lim-tarbiya jarayoni inson hayotining eng muhim ijtimoiy bosqichlaridan biri bo'lib, uning asosiy vazifasi nafaqat bilim berish, balki insonning ichki olamini uyg'otish, ruhiy barqarorlik va hissiy muvozanatini ta'minlashdir. Insonning emotsional barqarorligi — bu shaxsning ruhiy chidamliligi, stress holatlariga bardoshliligi va ijobiy psixologik muhitda faoliyat yuritish qobiliyatidir. Bugungi axborot asrida yoshlar ongiga turli madaniy va axloqiy ta'sirlar kirib kelayotgan bir paytda, ta'lim tizimida milliy qadriyatlar asosida barqaror emotsional muhit yaratish dolzarb zaruratga aylangan.

Milliy qadriyatlar — xalqning asrlar davomida shakllangan ma'naviy boyligi, urf-odatlar, odob-axloq, diniy e'tiqodlari va hayot falsafasidir. Ular yosh avlodning dunyoqarashini, o'zini tutish madaniyatini, his-tuyg'ularini boshqarish madaniyatini belgilovchi asosiy omil hisoblanadi. Shu bois, milliy qadriyatlarga asoslangan ta'lim shaxsning emotsional barkamolligini ta'minlovchi eng muhim omil sifatida qaralmoqda.

Pedagogik texnologiyalar esa bu qadriyatlarni o'quv jarayoniga samarali integratsiyalash imkonini beradi. Ular orqali o'quvchilarda emotsional intellekt, ijtimoiy sezgirlik, o'zini baholash va hissiy o'zini tahlil qilish malakalari

shakllanadi. Shu sababli, zamonaviy o'qituvchi faqat axborot beruvchi emas, balki shaxs ruhiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi, emotsional muvozanatni boshqaruvchi mutaxassis sifatida faoliyat yuritishi zarur.

1. Milliy qadriyatlarning emotsional tarbiyadagi psixopedagogik mohiyati

Milliy qadriyatlar inson ongining chuqur qatlamlariga singgan hissiy me'yorlar tizimidir. Ular o'zida xalqning orzu-umidlari, his-tuyg'ulari va hayotiy tajribasini

mujassamlashtiradi. Shuning uchun ta’limda milliy qadriyatlar shaxs ruhiyatining mustahkamlanishiga, hissiy uyg’unlikni ta’minlashga xizmat qiladi.

Psixologik nuqtai nazardan, emotsional barqarorlikni shakllantirish uchun insonning “ichki qadriyat tizimi” muhim rol o’ynaydi. Bu tizim o’ziga xos ravishda xalqning axloqiy me’yorlari, diniy qarashlari va madaniy stereotiplari asosida shakllanadi. Shu sababli, ta’lim-tarbiya jarayonida milliy qadriyatlarni faollashtirish — o’quvchilarning ichki hissiy muvozanatini saqlashga yordam beradi.

Masalan, o’zbek xalqining “sabr”, “vafodorlik”, “mehmondo’stlik”, “halollik”, “kamtarlik” kabi qadriyatlari o’quvchilarga hayotiy yo’l-yo’riq beradi, hissiy turg’unlik va o’zini boshqarish madaniyatini rivojlantiradi. Bu qadriyatlar shaxsda ijobiy hissiyotlarni kuchaytiradi va salbiy emotsiyalarni boshqarish imkonini yaratadi.

2. Pedagogik texnologiyalar orqali emotsional barqarorlikni rivojlantirish

Emotsional barqarorlikni rivojlantirishda pedagogik texnologiyalar quyidagi vazifalarni bajaradi:

o’quvchilarda o’z hissiyotlarini anglash va boshqarish ko’nikmalarini shakllantirish;
ijobiy psixologik muhitni yaratish;
milliy qadriyatlar asosida muloqot madaniyatini rivojlantirish;
shaxsda ijtimoiy hamkorlik va empatiya tuyg’usini mustahkamlash.

Zamonaviy ta’limda quyidagi texnologiyalar bu yo’nalishda samarali natija bermoqda:

1. “Emotsional refleksiya” texnologiyasi – o’quvchilar o’z hissiy kechinmalarini baham ko’radi, o’zini tahlil qiladi va xulosa chiqaradi.

2. “Qadriyatli muloqot” texnologiyasi – milliy axloqiy me’yorlarga asoslangan suhbatlar orqali o’quvchilarda ijobiy hissiyotlarni uyg’otish.

3. “Integratsion dars” texnologiyasi – madaniyat, tarix, san’at va psixologiyani uyg’unlashtirgan holatda hissiy barqarorlikni mustahkamlash.

4. “Hissiy o’zini boshqarish mashg’ulotlari” – nafas mashqlari, autogen trening, hissiy yozuv va shaxsiy tajriba tahlili asosida o’quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish.

Pedagogik texnologiyalarni to’g’ri tanlash va ularni milliy qadriyatlar bilan uyg’unlashtirish ta’lim jarayonining ruhiy-estetik muhitini tubdan o’zgartiradi. Bu esa o’quvchilarda nafaqat bilim, balki hissiy madaniyatni ham shakllantiradi.

3. Emotsional barqarorlikni milliy qadriyatlarga tayanib shakllantirishning amaliy mexanizmlari

Pedagogik amaliyotda quyidagi mexanizmlar ijobiy natija beradi:

1. Milliy o’yinlar va marosimlar orqali hissiy uyg’unlikni shakllantirish. Masalan, Navro’z, Mehrjon, Mustaqillik kabi bayramlarda milliy qo’shiqlar, xalq og’zaki ijodi va urf-odatlaridan foydalanish o’quvchilarning ruhiy holatini ijobiylashtiradi.

2. Psixodidaktik mashg’ulotlar. “O’z qadriyatlaringni top”, “Men va mening oilam”, “Vatan haqida so’z” kabi mavzularda o’tkazilgan treninglar shaxsda milliy o’zlikni anglash va hissiy uyg’unlikni ta’minlaydi.

3. Madaniy interfaol darslar. San’at, musiqa, adabiyot orqali his-tuyg’ularni tahlil qilish, milliy obrazlarni idrok etish emotsional sezgirlikni kuchaytiradi.

Shu yo‘l bilan ta’lim muhitida milliy ruh bilan sug‘orilgan ijobiy hissiy atmosfera vujudga keladi. Bu esa shaxsning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi, stressga bardoshlilikini mustahkamlaydi va ijtimoiy faol shaxs sifatida kamol topishga zamin yaratadi.

XULOSA

Milliy qadriyatlarga asoslangan ta’lim-tarbiya — bu nafaqat ma’naviy, balki hissiy barkamollikni ta’minlovchi tizimdir. Emotsional barqarorlikni shakllantirishda pedagogik texnologiyalar milliy g‘oyalar bilan uyg‘unlashgan holda qo‘llanilsa, o‘quvchi shaxsida ruhiy uyg‘unlik, ijobiy fikrlash, muvozanatli qaror qabul qilish qobiliyati rivojlanadi.

Shu bois, ta’lim tizimi oldidagi eng muhim vazifa — o‘quv muhitini milliy qadriyatlarga tayangan holda ijobiy psixologik asosda tashkil etishdir. Bunday yondashuv kelajak avlodni nafaqat bilimli, balki hissiy jihatdan yetuk, ma’naviy pok va irodali inson sifatida shakllantiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Ma’naviy-ma’rifiy ishlarni yangi bosqichga ko‘tarish to‘g‘risida”gi qarori. – Toshkent, 2021.
2. Mirziyoyev, Sh.M. “Yangi O‘zbekiston strategiyasi.” – Toshkent: O‘zbekiston, 2022.
3. Saidov, A. “Milliy qadriyatlar va zamonaviy ta’lim tizimi.” – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2023.
4. Tohirova, N. “Emotsional intellekt psixologiyasi.” – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2024.
5. Jalilova, M. “Pedagogik innovatsiyalar va qadriyatlar integratsiyasi.” – Toshkent: Fan va taraqqiyot, 2024.