QO‘QON DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI ILMIY XABARLARI
(2026-yil 10-son)

PSIXOLOGIYA
PSYCHOLOGY

https://doi.org/10.70728/c.series.psi.v08.i10.002

UO‘K (UDK): 159.942:37.015.3

EMPATIYA VA EMOTSIONAL INTELLEKT ALTRUISTIK KOMPETENSIYA RIVOJLANISHINING ASOSI SIFATIDA

Otajonova Maftuna Sultonmurodovna,
Qo‘qonDU o‘qituvchisi p.f.f.d (Phd).
otajonovamaftun@gmail.com

Annotatsiya. Maqolada altruistik kompetensiyaning psixologik asoslari sifatida empatiya va emotsional intellektning o‘rni nazariy jihatdan tahlil qilingan. Empatiyaning kognitiv va affektiv tarkibiy qismlari hamda emotsional intellektning asosiy qobiliyatlari altruistik kompetensiyaning motivatsion, kognitiv, emotsional-qadriyatli va faoliyatli komponentlari bilan bog‘liqligi asoslab berilgan. Muallif tomonidan «empatik sezgirlik-emotsional boshqaruv-prosotsial harakat» tamoyiliga tayangan bosqichma-bosqich rivojlantirish modeli taklif etilgan. Shuningdek, talabalarda altruistik kompetensiya rivojlanganlik darajasini aniqlash uchun diagnostik metodikalar majmuasi va pedagogik shart-sharoitlar ko‘rsatib o‘tilgan.

Kalit so‘zlar: altruizm, altruistik kompetensiya, empatiya, emotsional intellekt, prosotsial xulq-atvor, emotsional o‘z-o‘zini boshqarish, kasbiy tayyorgarlik.

ЭМПАТИЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ АЛЬТРУИСТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ

Аннотация. В статье теоретически проанализирована роль эмпатии и эмоционального интеллекта как психологических основ альтруистической компетенции. Обоснована взаимосвязь когнитивного и аффективного компонентов эмпатии, а также ключевых способностей эмоционального интеллекта с мотивационным, когнитивным, эмоционально-ценностным и деятельностным компонентами альтруистической компетенции. Предложена поэтапная модель развития, основанная на принципе «эмпатическая чувствительность-эмоциональная регуляция-просоциальное действие». Указаны комплекс диагностических методик и педагогические условия развития данной компетенции у студентов.

Ключевые слова: альтруизм, альтруистическая компетенция, эмпатия, эмоциональный интеллект, просоциальное поведение, эмоциональная саморегуляция, профессиональная подготовка.

EMPATHY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE AS THE BASIS FOR THE DEVELOPMENT OF ALTRUISTIC COMPETENCE

Abstract. The article theoretically analyzes the role of empathy and emotional intelligence as the psychological foundations of altruistic competence. It substantiates the relationship between the cognitive and affective components of empathy, the core abilities of emotional intelligence, and the motivational, cognitive, emotional-value and activity components of altruistic competence. A stage-based development model built on the principle of “empathic sensitivity-emotional regulation-prosocial action” is proposed. A set of diagnostic instruments and pedagogical conditions for developing this competence in university students are also outlined.

Keywords: altruism, altruistic competence, empathy, emotional intelligence, prosocial behavior, emotional self-regulation, professional training.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda shaxsning kasbiy muvaffaqiyati faqat bilim va ko‘nikmalar bilan emas, balki uning boshqa insonlar bilan munosabat o‘rnatish, ularning ehtiyojlarini his qilish va yordam berishga tayyorligi bilan ham belgilanmoqda. Ayniqsa, «inson – inson» tizimidagi kasblar – pedagog, shifokor, psixolog, ijtimoiy xodim faoliyatida g‘amxo‘rlik, rahm-shafqat va beg‘araz yordam ko‘rsatish qobiliyati kasbiy sifatning ajralmas qismiga aylangan. Shu nuqtai nazardan, altruistik kompetensiya oliy ta’lim bitiruvchisining universal kompetensiyalari qatorida alohida o‘rin egallaydi. Raqamlashuv jarayonlari, ijtimoiy aloqalarning virtual muhitga ko‘chishi va individualistik qadriyatlarning kuchayishi yoshlar o‘rtasida emotsional begonalashuv, loqaydlik kabi holatlarni yuzaga keltirmoqda. Bunday sharoitda altruistik xulq-atvorni shunchaki axloqiy chaqiriq orqali emas, balki uning psixologik mexanizmlarini maqsadli rivojlantirish orqali shakllantirish dolzarb vazifaga aylanadi.

Psixologiya fanida altruistik xulq-atvorning eng barqaror bashoratchilari sifatida empatiya va emotsional intellekt e’tirof etiladi. Empatiya insonni boshqaning holatini his qilishga undasa, emotsional intellekt bu his-tuyg‘uni anglash, boshqarish va maqsadga muvofiq harakatga aylantirish imkonini beradi. Biroq ushbu ikki konstruktning altruistik kompetensiya tuzilmasidagi o‘rni, ularning o‘zaro ta’siri va ta’lim jarayonida birgalikda rivojlantirish yo‘llari yetarlicha tizimlashtirilmagan.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Altruizm tushunchasi ilk bor fransuz faylasufi O. Kont tomonidan «boshqalar uchun yashash» tamoyili sifatida ilmiy muomalaga kiritilgan. Keyinchalik u psixologiyada prosotsial xulq-atvorning alohida turi – boshqa shaxs manfaati uchun shaxsiy foydani kutmasdan amalga oshiriladigan harakat sifatida talqin qilina boshladi [5; 12]. Altruizm va empatiya o‘rtasidagi bog‘liqlikni eng izchil tadqiq etgan olimlardan biri C. D. Batsondir. U o‘zining «empatiya – altruizm» gipotezasida boshqa insonga nisbatan uyg‘ongan empatik his-tuyg‘u (hamdardlik, achinish) haqiqiy altruistik motivatsiyani keltirib chiqarishini eksperimental yo‘l bilan asoslagan [2; 3]. Unga ko‘ra, empatik his-tuyg‘u kuchli bo‘lgan sharoitda inson vaziyatdan osonlik bilan chiqib keta olsa ham, yordam berishni tanlaydi.

M. L. Hoffman empatiyani axloqiy rivojlanishning asosiy mexanizmi sifatida ko‘rib, uning bolalikdan boshlab bosqichma-bosqich rivojlanishini – oddiy emotsional yuqtirishdan boshqa

insonning hayotiy vaziyatiga nisbatan hamdardlikkacha – tavsiflagan [8]. N. Eisenberg va P. Miller o‘tkazgan meta-tahlil empatiya va prosotsial xulq-atvor o‘rtasida ijobiy, statistik ahamiyatli bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatgan [6]. M. Davis esa empatiyani ko‘p o‘lchovli konstrukt sifatida talqin qilib, uni o‘lchashda keng qo‘llaniladigan «Interpersonal Reactivity Index» metodikasini ishlab chiqqan; unda boshqaning nuqtai nazarini qabul qilish, empatik g‘amxo‘rlik, shaxsiy bezovtalik va fantaziya shkalalari ajratiladi [4].

Emotsional intellekt tushunchasi P. Salovey va J. Mayer tomonidan o‘z va boshqalarning his-tuyg‘ularini kuzatish, ularni farqlash va olingan ma’lumotdan fikrlash hamda harakatni yo‘naltirishda foydalanish qobiliyati sifatida ta’riflangan [13]. Keyinchalik mualliflar uni to‘rt tarmoqli qobiliyatlar modeli shaklida rivojlantirgan: emotsiyalarni idrok etish, ulardan tafakkurda foydalanish, ularni tushunish va boshqarish [10]. D. Goleman konsepsiyani keng ommalashtirib, emotsional intellekt tarkibiga o‘z-o‘zini anglash, o‘z-o‘zini boshqarish, motivatsiya, empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni kiritgan [7]. R. Bar-On esa uni shaxsiy va ijtimoiy kompetensiyalar majmuasi sifatida talqin qilgan [1]. Rus psixologiyasida D. V. Lyusin emotsional intellektni o‘z va boshqalarning emotsiyalarini tushunish hamda boshqarish qobiliyati sifatida ko‘rib, uning intrapersonal va interpersonal turlarini ajratgan [9]. Ye. P. Ilin altruizmni shaxsning axloqiy yo‘nalganligi sifatida, empatiyani esa uning emotsional asosi sifatida tahlil qilgan [12].

O‘zbek psixologlari ishlarida shaxs ma’naviy-axloqiy fazilatlarining shakllanishi, jumladan, mehr-oqibat, saxovat va hamdardlik kabi milliy qadriyatlarning tarbiyaviy ahamiyati tadqiq qilingan [15]. Biroq altruistik kompetensiyani empatiya va emotsional intellekt bilan yaxlit tizimda o‘rganuvchi tadqiqotlar hozircha kam.

Adabiyotlar tahlili quyidagi xulosaga olib keladi: empatiya altruistik motivatsiyaning emotsional manbai bo‘lsa, emotsional intellekt bu motivatsiyani barqaror va samarali harakatga aylantiruvchi boshqaruv mexanizmi vazifasini bajaradi. Ammo ularning birgalikdagi ta’siri kompetensiyaviy yondashuv doirasida yetarlicha tizimlashtirilmagan.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotning metodologik asosini kompetensiyaviy, shaxsga yo‘naltirilgan va tizimli-faoliyatli yondashuvlar tashkil etadi. Kompetensiyaviy yondashuv altruistik fazilatni nafaqat shaxs xususiyati, balki amaliy faoliyatda namoyon bo‘ladigan integrativ sifat sifatida ko‘rish imkonini beradi.

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi:

nazariy metodlar – psixologik va pedagogik adabiyotlarni qiyosiy tahlil qilish, tushunchalarni tizimlashtirish, umumlashtirish va modellashtirish;

empirik metodlar (rejalashtirilgan) – standartlashtirilgan so‘rovnomalar, kuzatish, pedagogik vaziyatlarni tahlil qilish;

matematik-statistik metodlar – o‘zgaruvchilar orasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun Pirson (yoki Spirmen) korrelyatsiya koeffitsiyenti, guruhlarni taqqoslash uchun Styudent t-mezoni.

Empirik bosqich uchun quyidagi diagnostik majmua taklif etiladi:

O‘lchanadigan konstrukt	**Metodika**	**Nimani aniqlaydi**

Empatiya (ko‘p o‘lchovli)	M. Davis «Interpersonal Reactivity Index» [4]	Nuqtai nazarni qabul qilish, empatik g‘amxo‘rlik, shaxsiy bezovtalik, fantaziya
Empatiya darajasi	V. V. Boyko «Empatiya darajasini diagnostika qilish» [16]	Empatiyaning ratsional, emotsional, intuitiv kanallari
Emotsional intellekt	D. V. Lyusin «EmIn» so‘rovnomasi [17]	Intrapersonal va interpersonal emotsional intellekt
Emotsional intellekt	N. Schutte va hamkorlari shkalasi [14]	Emotsiyalarni idrok etish, boshqarish va ulardan foydalanish
Emotsional empatiya	A. Mehrabian va N. Epstein so‘rovnomasi [11]	Boshqalarning his-tuyg‘ulariga emotsional javob berish

Metodikalarning o‘zbek tilidagi variantlari qo‘llanilganda, ularning ishonchliligi (Kronbax alfa koeffitsiyenti) alohida tekshirilishi lozim.

Tahlil va natijalar. Nazariy tahlil asosida altruistik kompetensiyani quyidagicha ta’riflash mumkin: altruistik kompetensiya – shaxsning boshqa insonlar ehtiyojini anglash, ularga hamdardlik bilan munosabatda bo‘lish va o‘z manfaatini ustun qo‘ymagan holda samarali yordam ko‘rsatishga tayyorligi hamda qobiliyatini ifodalovchi integrativ sifat. Ushbu ta’rifda «tayyorlik» motivatsion-qadriyatli jihatni, «qobiliyat» esa bilim va amaliy ko‘nikmalarni aks ettiradi.

Altruistik kompetensiya tuzilmasida to‘rt komponent ajratildi:

Motivatsion komponent – yordam berishga ichki ehtiyoj, boshqalar farovonligiga qadriyat sifatida munosabat.

Kognitiv komponent – boshqa insonning holati va ehtiyojini to‘g‘ri baholash, yordam usullari haqidagi bilimlar.

Emotsional-qadriyatli komponent – hamdardlik, rahm-shafqat, o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish.

Faoliyatli komponent – yordamni o‘z vaqtida, maqsadga muvofiq va hurmat bilan amalga oshirish ko‘nikmalari.

Tahlil empatiya va emotsional intellektning har bir komponentga turlicha hissa qo‘shishini ko‘rsatdi. Affektiv empatiya (empatik g‘amxo‘rlik) motivatsion komponentning asosiy manbai hisoblanadi: aynan boshqaning qiyin ahvoliga nisbatan uyg‘ongan hamdardlik yordam berish istagini tug‘diradi. Kognitiv empatiya (boshqaning nuqtai nazarini qabul qilish) kognitiv komponentni ta’minlaydi, ya’ni insonga aynan qanday yordam kerakligini tushunishga imkon beradi. Shu bilan birga, empatiyaning o‘zi altruistik xulq-atvorni kafolatlamaydi. Kuchli emotsional yuqtirish boshqarilmasa, u shaxsiy bezovtalik holatiga aylanadi va inson yordam berish o‘rniga o‘z noqulayligidan qochishga intiladi. Aynan shu nuqtada emotsional intellektning ahamiyati namoyon bo‘ladi: emotsiyalarni anglash va boshqarish qobiliyati empatik kechinmani bezovtalikdan g‘amxo‘rlikka yo‘naltiradi hamda «kasbiy charchash» (emotsional yonib ketish) xavfini kamaytiradi.

Empatiya va emotsional intellekt o‘zaro to‘ldiruvchi funksiyalarni bajaradi:

Psixologik asos	Altruistik kompetensiyadagi vazifasi	Rivojlanmagan holatdagi xavf
Affektiv empatiya	Yordam berishga emotsional turtki beradi	Loqaydlik, begonalashuv
Kognitiv empatiya	Boshqaning ehtiyojini to‘g‘ri tushunishni ta’minlaydi	Noo‘rin yoki ortiqcha yordam
Emotsiyalarni idrok etish va tushunish (EI)	Yordamga muhtojlik belgilarini sezish	Muhtojlikni sezmaslik
Emotsiyalarni boshqarish (EI)	Kechinmani barqaror harakatga aylantiradi	Shaxsiy bezovtalik, emotsional yonib ketish

Xulosa. O‘tkazilgan nazariy tahlil quyidagi xulosalarni chiqarish imkonini beradi.

Birinchidan, altruistik kompetensiya motivatsion, kognitiv, emotsional-qadriyatli va faoliyatli komponentlardan iborat integrativ sifat bo‘lib, uning rivojlanishi shaxsning emotsional sohasiga bevosita bog‘liq.

Ikkinchidan, empatiya altruistik motivatsiyaning emotsional manbai, emotsional intellekt esa bu motivatsiyani barqaror va samarali yordamga aylantiruvchi boshqaruv mexanizmi hisoblanadi. Emotsional intellektsiz kuchli empatiya shaxsiy bezovtalik va emotsional yonib ketishga olib kelishi mumkin; empatiyasiz emotsional intellekt esa manipulyativ maqsadlarda ham qo‘llanilishi ehtimoli bor. Shu sababli ularni alohida emas, birgalikda rivojlantirish maqsadga muvofiq.

Uchinchidan, taklif etilgan «empatik sezgirlik – emotsional boshqaruv – prosotsial harakat» modeli altruistik kompetensiyani bosqichma-bosqich rivojlantirishning nazariy asosi bo‘lib xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi takliflar beriladi:

- oliy ta’lim muassasalarida «inson – inson» yo‘nalishidagi mutaxassisliklar o‘quv rejasiga emotsional intellekt va empatik muloqotni rivojlantiruvchi tanlov fanlari yoki treninglarni kiritish;
- talabalar volontyorlik faoliyatini o‘quv jarayoni bilan integratsiyalash va uni kredit-modul tizimida baholash mexanizmini ishlab chiqish;
- professor-o‘qituvchilar uchun empatik pedagogik muloqot bo‘yicha malaka oshirish modullarini tashkil etish;
- taklif etilgan modelning samaradorligini tajriba-sinov ishlari orqali empirik tekshirish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual. – Toronto: Multi-Health Systems, 1997.

2. Batson C. D. The Altruism Question: Toward a Social-Psychological Answer. – Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1991.

3. Batson C. D., Duncan B. D., Ackerman P., Buckley T., Birch K. Is empathic emotion a source of altruistic motivation? // Journal of Personality and Social Psychology. – 1981. – Vol. 40, No. 2. – P. 290–302.

4. Davis M. H. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach // Journal of Personality and Social Psychology. – 1983. – Vol. 44, No. 1. – P. 113–126.

5. Batson C. D. Altruism in Humans. – New York: Oxford University Press, 2011.

6. Eisenberg N., Miller P. A. The relation of empathy to prosocial and related behaviors // Psychological Bulletin. – 1987. – Vol. 101, No. 1. – P. 91–119.

7. Goleman D. Emotional Intelligence. – New York: Bantam Books, 1995.

8. Hoffman M. L. Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice. – Cambridge: Cambridge University Press, 2000.

9. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / Под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – С. 29–36.

10. Mayer J. D., Salovey P. What is emotional intelligence? // Emotional Development and Emotional Intelligence / Eds. P. Salovey, D. Sluyter. – New York: Basic Books, 1997. – P. 3–31.

11. Mehrabian A., Epstein N. A measure of emotional empathy // Journal of Personality. – 1972. – Vol. 40, No. 4. – P. 525–543.

12. Ильин Е. П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия. – СПб.: Питер, 2013.

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

14. Schutte N. S., Malouff J. M., Hall L. E. et al. Development and validation of a measure of emotional intelligence // Personality and Individual Differences. – 1998. – Vol. 25, No. 2. – P. 167–177.

15. G‘oziyev E. G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Universitet, 2010.

16. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М.: Информационно-издательский дом «Филинъ», 1996.

17. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3–22.