



EMPATIYANING SHAXSLARARO MUNOSABATLARDAGI PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Isaxanova Moxidil Erkinovna

QDU o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.21235624>

Annotatsiya: Ushbu maqolada empatiyaning shaxslararo munosabatlardagi psixologik ahamiyati, uning shaxs rivojlanishi hamda samarali muloqotni ta'minlashdagi o'rni tahlil qilingan. Empatiyaning kognitiv va emotsional tarkibiy qismlari, uning ijtimoiy munosabatlarga ta'siri hamda shaxsning psixologik salomatligini ta'minlashdagi ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: empatiya, shaxslararo munosabatlar, psixologiya, muloqot, emotsiya, kommunikativ kompetensiya, emotsional intellekt, ijtimoiy psixologiya, talaba, psixologik madaniyat.

Abstract: This article analyzes the psychological significance of empathy in interpersonal relationships, as well as its role in personal development and effective communication. The cognitive and emotional components of empathy, its influence on social relationships, and its importance in maintaining an individual's psychological well-being are discussed.

Keywords: empathy, interpersonal relationships, psychology, communication, emotion, communicative competence, emotional intelligence, social psychology, student, psychological culture.

Zamonaviy globallashuv va raqamli transformatsiya jarayonlari insonlar o'rtasidagi muloqot hamda ijtimoiy munosabatlarning mazmuni va shakliga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatmoqda. Bugungi kunda shaxsning jamiyatdagi muvaffaqiyati nafaqat uning intellektual salohiyati, kasbiy bilim va ko'nikmalari bilan, balki boshqa insonlarning his-tuyg'ularini anglash, ularga nisbatan hurmat va hamdardlik bilan munosabatda bo'lish, samarali muloqot o'rnata olish qobiliyati bilan ham belgilanadi. Ayniqsa, ta'lim, sog'liqni saqlash, boshqaruv, psixologiya, pedagogika hamda xizmat ko'rsatish kabi "inson-inson" tamoyiliga asoslangan kasblarda empatiya muhim kasbiy kompetensiyalardan biri sifatida e'tirof etilmoqda.

Psixologiya fanida empatiya shaxsning boshqa insonning hissiy holatini anglash, uning ichki kechinmalarini tushunish va o'zini uning o'rniga qo'ya olish qobiliyati sifatida tavsiflanadi. Empatiya nafaqat hissiy javob qaytarish, balki boshqa insonning nuqtayi nazarini tushunish, uning ehtiyoj va manfaatlarini hisobga olish, o'zaro ishonchga asoslangan munosabatlarni shakllantirish imkonini beruvchi murakkab psixologik hodisadir. Shu jihatdan u shaxslararo



ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

munosabatlarning sifatini belgilovchi asosiy psixologik omillardan biri hisoblanadi.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar empatiyaning shaxsning psixologik farovonligi, ijtimoiy moslashuvi, konfliktlarni konstruktiv hal etish qobiliyati hamda kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishdagi muhim o'rnini tasdiqlamoqda. Empatiya rivojlangan insonlar boshqalar bilan samarali hamkorlik qiladi, jamoada ishlash ko'nikmalariga ega bo'ladi, nizoli vaziyatlarda murosaga kelishga intiladi hamda turli ijtimoiy guruhlar bilan sog'lom munosabatlarni yo'lga qo'ya oladi. Shu sababli mazkur sifat zamonaviy jamiyatda shaxsning muvaffaqiyatini belgilovchi muhim omillardan biri sifatida qaralmoqda.

Oliy ta'lim tizimida bo'lajak mutaxassislarni tayyorlash jarayonida faqat nazariy bilimlarni shakllantirish yetarli emas. Ularda kasbiy faoliyat davomida zarur bo'ladigan kommunikativ madaniyat, emotsional barqarorlik, bag'rikenglik, hamkorlikka tayyorlik va empatik munosabat kabi shaxsiy sifatlarni rivojlantirish ham muhim vazifalardan biridir. Ayniqsa, pedagog, psixolog, shifokor, ijtimoiy xodim, menejer kabi mutaxassisliklar uchun empatiya kasbiy mahoratning ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi. Chunki mazkur kasblarda insonning hissiy holatini to'g'ri anglash va unga mos psixologik yondashuvni tanlash professional faoliyat samaradorligini belgilaydi.

Bugungi kunda raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning keng rivojlanishi natijasida jonli muloqotning qisqarishi, virtual kommunikatsiyaning ortishi, individualizmning kuchayishi hamda stress omillarining ko'payishi ayrim yoshlarning empatik qobiliyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Natijada o'zaro tushunmovchilik, nizolar, ijtimoiy begonlashuv va kommunikativ muammolar kuzatilmoqda. Shu bois ta'lim muassasalarida talabalarning empatik qobiliyatlarini maqsadli ravishda rivojlantirish dolzarb ilmiy-amaliy vazifalardan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi empatiyaning shaxslararo munosabatlardagi psixologik ahamiyatini nazariy jihatdan tahlil qilish, uning shaxs rivojlanishi va kommunikativ faoliyatdagi o'rnini ochib berish hamda oliy ta'lim muassasalari talabalarida empatik qobiliyatlarni rivojlantirishning samarali psixologik-pedagogik usullarini yoritishdan iborat. Shuningdek, maqolada empatiyaning shaxsning emotsional intellekti, ijtimoiy moslashuvi va psixologik farovonligi bilan o'zaro bog'liqligi ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi.

Shaxslararo munosabatlar insonning ijtimoiy hayotini belgilovchi eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Inson tug'ilganidan boshlab oila a'zolari,



ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

tengdoshlari, ustozlari, hamkasblari va jamiyatning boshqa vakillari bilan doimiy muloqot jarayonida bo'ladi. Mazkur munosabatlarning sifati shaxsning ruhiy salomatligi, ijtimoiy moslashuvi, shaxsiy rivojlanishi hamda kasbiy muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan empatiya shaxslararo munosabatlarni samarali tashkil etish va ularni mustahkamlashda muhim psixologik omil sifatida namoyon bo'ladi.

Empatiya insonning boshqa shaxsning hissiy holatini tushunishi, uning ichki kechinmalarini his qilishi va mazkur holatga mos ravishda munosabat bildirish qobiliyatidir. Empatik munosabat muloqot jarayonida o'zaro ishonch, hurmat va hamkorlik muhitini shakllantirishga xizmat qiladi. Empatiyaga ega bo'lgan shaxs suhbatdoshining fikrlarini diqqat bilan tinglaydi, uning his-tuyg'ularini inkor etmaydi, balki ularni tushunishga harakat qiladi. Natijada insonlar o'rtasida ochiq va samimiy muloqot rivojlanadi, nizolar soni kamayadi hamda o'zaro tushunish darajasi ortadi.

Shaxslararo munosabatlarda empatiya ayniqsa oila, ta'lim muassasalari va mehnat jamoalarida muhim ahamiyat kasb etadi. Oilada empatiya ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi ishonchni mustahkamlaydi, o'zaro hurmat va mehr-muhabbatni kuchaytiradi. Ta'lim muassasalarida esa pedagog va talaba o'rtasidagi empatik munosabat ta'lim samaradorligini oshirishga, talabalarning o'z fikrini erkin bayon etishiga hamda ijobiy psixologik muhit shakllanishiga xizmat qiladi. Mehnat jamoalarida esa empatiya xodimlar o'rtasida samarali hamkorlikni rivojlantiradi, jamoaviy qarorlar qabul qilishni osonlashtiradi va tashkilotdagi ijtimoiy-psixologik muhitni yaxshilaydi.

Empatiya rivojlangan shaxslar odatda quyidagi psixologik xususiyatlarga ega bo'ladi:

- boshqalarni diqqat bilan tinglaydi va ularning fikrini hurmat qiladi;
- suhbatdoshning hissiy holatini to'g'ri baholay oladi;
- turli nuqtayi nazarlarni qabul qilishga tayyor bo'ladi;
- nizoli vaziyatlarda murosaga erishishga intiladi;
- jamoda samarali ishlash va hamkorlik qilish ko'nikmalariga ega bo'ladi;
- o'zaro ishonch va hurmatga asoslangan munosabatlarni shakllantiradi;
- kommunikativ madaniyat va bag'rikenglikni namoyon etadi.

Empatiyaning yana bir muhim jihati shundaki, u shaxsning konfliktologik kompetensiyasini rivojlantiradi. Turli ijtimoiy vaziyatlarda yuzaga keladigan kelishmovchiliklarning asosiy sababi ko'pincha bir-birining his-tuyg'ularini tushunmaslik va fikrlarini inobatga olmaslik bilan bog'liq bo'ladi. Empatik yondashuv esa nizolarni kuch ishlatish yoki keskin qarama-qarshilik orqali emas,



ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

balki o'zaro muloqot, tushunish va kelishuv asosida hal etishga yordam beradi. Shu sababli empatiya konfliktlarni konstruktiv boshqarishning muhim psixologik omillaridan biri hisoblanadi.

Bugungi globallashuv va raqamli kommunikatsiyalar rivojlangan davrda insonlar o'rtasidagi bevosita muloqotning qisqarishi ayrim hollarda empatik munosabatlarning susayishiga olib kelmoqda. Virtual muloqotda suhbatdoshning mimikasi, intonatsiyasi va hissiy reaksiyalarini to'liq anglash imkoniyati cheklanganligi sababli o'zaro tushunmovchiliklar yuzaga kelishi mumkin. Shu bois ta'lim jarayonida talabalarda empatiya, faol tinglash, bag'rikenglik va samarali muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, empatiya shaxslararo munosabatlarning barqarorligi va samaradorligini ta'minlovchi asosiy psixologik omillardan biridir. U insonlar o'rtasida ishonch muhitini yaratadi, psixologik xavfsizlikni ta'minlaydi, ijtimoiy moslashuvni yengillashtiradi hamda sog'lom va konstruktiv munosabatlarning shakllanishiga xizmat qiladi. Ayniqsa, oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak mutaxassislarda empatik qobiliyatlarni rivojlantirish ularning kasbiy kompetensiyasi va shaxsiy kamolotini yuksaltirishning muhim sharti hisoblanadi.

Talabalik davri shaxs hayotining eng muhim bosqichlaridan biri bo'lib, bu davrda uning dunyoqarashi, kasbiy yo'nalishi, qadriyatlar va ijtimoiy faolligi shakllanadi. Aynan oliy ta'lim davrida yoshlar mustaqil qaror qabul qilish, jamoada ishlash, mas'uliyatni his etish hamda turli ijtimoiy vaziyatlarga moslashish tajribasini egallaydilar. Mazkur jarayonning muvaffaqiyatli kechishi ko'p jihatdan talabaniing psixologik xususiyatlari, ayniqsa empatik qobiliyatining rivojlanganlik darajasiga bog'liq.

Empatiya talabaniing nafaqat boshqa insonlarning hissiy holatini tushunishiga, balki ular bilan sog'lom va samarali munosabatlarni shakllantirishiga ham yordam beradi. Empatik qobiliyat rivojlangan talabalar guruhdagi tengdoshlari bilan hamkorlik qilishda faolroq bo'ladilar, jamoaviy vazifalarni bajarishda mas'uliyatni his qiladilar va turli fikrlarni hurmat qilishga intiladilar. Natijada o'quv jarayonida sog'lom psixologik muhit shakllanadi, o'zaro ishonch mustahkamlanadi va ta'lim samaradorligi ortadi.

Talabalik davrida empatiya kommunikativ kompetensiyaning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Muloqot jarayonida boshqa insonning hissiy holatini to'g'ri anglash, uning fikriga hurmat bilan yondashish hamda konstruktiv fikr almashish qobiliyati samarali kommunikatsiyaning asosini tashkil etadi. Empatik talabalar o'z fikrini aniq va madaniyatli ifodalaydi, suhbatdoshini diqqat bilan



ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

tinglaydi hamda kelishmovchiliklarni murosali yo'l bilan hal qilishga intiladi. Bu esa akademik guruhlarda sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitni yaratishga xizmat qiladi.

Empatiya, shuningdek, talabalarining emotsional intellekti rivojlanishida ham muhim rol o'ynaydi. O'z his-tuyg'ularini nazorat qila olish, boshqalarning emotsional holatini tushunish va vaziyatga mos ravishda munosabat bildirish shaxsning emotsional yetukligini namoyon etadi. Emotsional intellekti yuqori bo'lgan talabalar stressli vaziyatlarda o'zini boshqara oladi, imtihonlar yoki akademik yuklamalar bilan bog'liq qiyinchiliklarni yengilroq boshdan kechiradi hamda ruhiy barqarorlikni saqlab qoladi.

Empatik qobiliyat kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishda ham muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, pedagogika, psixologiya, tibbiyot, ijtimoiy ish, menejment va xizmat ko'rsatish kabi sohalarda faoliyat yurituvchi mutaxassislar uchun empatiya professional mahoratning ajralmas qismidir. Talabalik davridayoq mazkur sifatni rivojlantirish kelajakdagi kasbiy faoliyat samaradorligini oshiradi, mijozlar, bemorlar, o'quvchilar yoki hamkasblar bilan samarali muloqot qilish imkonini yaratadi.

Empatiya rivojlangan talabalar quyidagi psixologik va ijtimoiy xususiyatlari bilan ajralib turadilar:

- guruhda samarali hamkorlik qiladi va jamoaviy faoliyatda faol ishtirok etadi;
- muloqot madaniyatiga amal qiladi hamda boshqalarning fikriga hurmat bilan yondashadi;
- tengdoshlari bilan konstruktiv va ijobiy munosabatlarni shakllantiradi;
- nizoli vaziyatlarni tinch yo'l bilan hal qilishga intiladi;
- pedagoglar bilan o'zaro ishonch va hamkorlikka asoslangan munosabatlarni rivojlantiradi;
- emotsional intellekt va o'zini boshqarish ko'nikmalarini takomillashtiradi;
- ijtimoiy mas'uliyat, bag'rikenglik va insonparvarlik kabi fazilatlarini namoyon etadi.

Shunday qilib, empatiya talabaning nafaqat akademik muvaffaqiyatiga, balki uning shaxsiy kamoloti, ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi kasbiy faoliyatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadigan muhim psixologik sifat hisoblanadi.

Empatiya insonda tug'ma xususiyat sifatida ma'lum darajada mavjud bo'lsa-da, uning rivojlanish darajasi ko'p jihatdan ijtimoiy muhit, tarbiya, ta'lim va shaxsning hayotiy tajribasiga bog'liq. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, empatik qobiliyatlar bolalik davridan boshlab shakllanadi va butun hayot



ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

davomida takomillashib boradi. Mazkur jarayonga biologik, psixologik va ijtimoiy omillar birgalikda ta'sir ko'rsatadi.

Empatiyaning rivojlanishida eng muhim omillardan biri oilaviy tarbiya hisoblanadi. Ota-onalar tomonidan mehr-muhabbat, hurmat va qo'llab-quvvatlash muhitida voyaga yetgan farzandlarda boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va ularga hamdard bo'lish qobiliyati yuqori shakllanadi. Aksincha, sovuqqon yoki nizoli oilaviy muhit empatik munosabatlarning rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Ta'lim muassasasidagi ijobiy psixologik muhit ham empatiyani rivojlantirishning muhim shartlaridan biridir. Pedagoglarning talabalar bilan hurmat va ishonch asosida muloqot qilishi, ularni qo'llab-quvvatlashi hamda teng huquqli hamkor sifatida qabul qilishi talabalarda empatik munosabatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi. Bundan tashqari, guruhdagi sog'lom ijtimoiy-psixologik muhit, o'zaro yordam va hamkorlik madaniyati ham empatiyaning rivojlanishini rag'batlantiradi.

Empatiyaning shakllanishiga shaxsning emotsional intellekti ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. O'z his-tuyg'ularini anglaydigan va boshqara oladigan inson boshqalarning emotsional holatini ham to'g'ri tushunishga moyil bo'ladi. Shu sababli emotsional intellektni rivojlantirish empatik qobiliyatlarni takomillashtirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Ijtimoiy tajriba ham empatiyaning rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Turli yosh, madaniyat va dunyoqarashga ega insonlar bilan muloqot qilish shaxsning boshqalarga nisbatan bag'rikenglik va tushunish qobiliyatini oshiradi. Xususan, volontyorlik faoliyati, jamoatchilik ishlari, madaniy tadbirlar va xalqaro loyihalarda ishtirok etish talabalarning empatik tajribasini boyitadi.

Badiiy adabiyotlarni mutolaa qilish, teatr va kino san'ati bilan tanishish ham empatiyani rivojlantirishning samarali vositalaridan biridir. Badiiy asarlar qahramonlarining ruhiy kechinmalarini anglash va ularning hayotiy vaziyatlarini tahlil qilish kitobxonning boshqalarning hissiyotlarini chuqurroq tushunishiga yordam beradi.

Shuningdek, psixologik treninglar, kommunikativ mashg'ulotlar, rolli o'yinlar va refleksiv mashqlar empatik qobiliyatlarni rivojlantirishning ilmiy asoslangan usullari hisoblanadi. Mazkur mashg'ulotlar orqali talabalar faol tinglash, o'zini boshqa inson o'rniga qo'yish, his-tuyg'ularni to'g'ri ifodalash va konstruktiv muloqot olib borish ko'nikmalarini egallaydilar.

Psixologik salomatlik shaxsning ruhiy barqarorligi, emotsional muvozanati, hayotdan qoniqish darajasi hamda turli hayotiy vaziyatlarga moslasha olish





ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

qobiliyatini ifodalovchi muhim psixologik ko'rsatkichlardan biridir. Zamonaviy psixologiyada psixologik salomatlik faqat ruhiy kasalliklarning mavjud emasligi bilan emas, balki insonning o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi, ijtimoiy munosabatlarni samarali yo'lga qo'yishi va emotsional farovonlikka erishishi bilan ham baholanadi. Mazkur jarayonda empatiya shaxsning psixologik salomatligini ta'minlovchi muhim omillardan biri sifatida e'tirof etiladi.

Empatiya insonning boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish, ularga hamdardlik bildirish va hissiy jihatdan qo'llab-quvvatlash qobiliyatini ifodalaydi. Ushbu sifat shaxslararo munosabatlarning sifatini oshirishi bilan bir qatorda, insonning o'z ruhiy holatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Empatik qobiliyat rivojlangan shaxslar odatda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni ko'proq his etadilar, yaqin insonlar bilan mustahkam munosabatlarni shakllantiradilar va murakkab hayotiy vaziyatlarda yolg'izlik hissini kamroq boshdan kechiradilar. Bu esa ularning psixologik farovonligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, empatiyasi rivojlangan insonlarda stressni boshqarish, hissiy zo'riqlashlarni nazorat qilish va nizolarni konstruktiv hal etish ko'nikmalari yuqori darajada shakllangan bo'ladi. Bunday shaxslar muammoli vaziyatlarni faqat o'z manfaatlari nuqtayi nazaridan emas, balki boshqa insonlarning hissiy holatini ham inobatga olgan holda baholaydilar. Natijada ular keskin emotsional reaksiyalardan qochadi, murosaga intiladi va ruhiy muvozanatini saqlashga muvaffaq bo'ladi.

Empatiya psixologik salomatlikning muhim tarkibiy qismlaridan biri bo'lgan emotsional intellekt bilan ham chambarchas bog'liq. O'z his-tuyg'ularini anglay oladigan va boshqara oladigan inson boshqalarning emotsional holatini ham to'g'ri tushunishga qodir bo'ladi. Bu esa shaxsning ijtimoiy moslashuvini osonlashtiradi, o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va hayotdan qoniqish hissini kuchaytiradi. Ayniqsa, talabalik davrida empatiya va emotsional intellektning uyg'un rivojlanishi akademik muvaffaqiyat, sog'lom muloqot va psixologik barqarorlikning muhim sharti hisoblanadi.

Shu bilan birga, psixologik adabiyotlarda empatiyaning haddan tashqari yuqori darajasi ayrim salbiy oqibatlariga ham olib kelishi mumkinligi qayd etiladi. Boshqalarning dardini o'ziga haddan ortiq singdirish, ularning muammolarini shaxsiy muammo sifatida qabul qilish yoki doimiy ravishda emotsional yukni his etish insonda ruhiy zo'riqish, tashvish, emotsional charchoq va hatto kasbiy kuyish (burnout) sindromining rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Ayniqsa, pedagoglar, psixologlar, shifokorlar va ijtimoiy soha mutaxassislarida bunday





ITALY

SCIENCE AND INNOVATION IN THE EDUCATION SYSTEM

International scientific-online conference



ITALY

holatlar ko'proq kuzatiladi, chunki ular kundalik faoliyatida ko'plab insonlarning emotsional muammolari bilan ishlaydilar.

Shu sababli zamonaviy psixologiyada empatiyani rivojlantirish bilan bir qatorda emotsional o'zini boshqarish, psixologik chegaralarni belgilash va stressni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishga ham alohida e'tibor qaratiladi. Relaksatsiya mashqlari, refleksiya, mindfulness texnikalari, psixologik treninglar va emotsional intellektni rivojlantirish dasturlari insonning empatik qobiliyatini sog'lom darajada saqlash hamda emotsional charchoqning oldini olishda samarali vosita hisoblanadi.

Oliy ta'lim muassasalarida talabalarning psixologik salomatligini mustahkamlash maqsadida empatiya, emotsional intellekt va stressni boshqarish bo'yicha maxsus treninglar tashkil etilishi muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday mashg'ulotlar talabalarni nafaqat boshqalarning hissiyotlarini tushunishga, balki o'z emotsiyalarini boshqarishga, ruhiy barqarorlikni saqlashga va sog'lom shaxslararo munosabatlarni shakllantirishga ham o'rgatadi.

Talabalarda empatiyani rivojlantirish maqsadida quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshirish tavsiya etiladi:

- ta'lim jarayonida hamkorlikka asoslangan metodlarni qo'llash;
- kommunikativ kompetensiyani rivojlantiruvchi treninglarni tashkil etish;
- nizolarni konstruktiv hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish;
- psixologik xizmat faoliyatini kuchaytirish;
- volontyorlik va ijtimoiy loyihalarda talabalar ishtirokini kengaytirish;
- emotsional intellektni rivojlantiruvchi mashg'ulotlarni muntazam tashkil etish.

Xulosa: Empatiya shaxslararo munosabatlarning psixologik asoslaridan biri bo'lib, insonning muloqot madaniyati, ijtimoiy moslashuvi va kasbiy faoliyati samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Oliy ta'lim muassasalarida talabalarda empatik qobiliyatlarni rivojlantirish ularning shaxsiy va kasbiy kamolotiga, jamoada ishlash madaniyatining shakllanishiga hamda psixologik barqarorligining mustahkamlanishiga xizmat qiladi. Shu sababli ta'lim jarayonida empatiyani rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik texnologiyalarni keng qo'llash muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. - New York: Bantam Books, 1995. F- 352 p.
2. Salovey P., Mayer J. D. Emotional Intelligence // Imagination, Cognition and Personality. - 1990. - Vol. 9. - No. 3. - P. 185-211.





3. Goleman D. Working with Emotional Intelligence. - New York: Bantam Books, 1998. - 383 p.
4. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications // Psychological Inquiry. - 2004. - Vol. 15. - No. 3. - P. 197- 215.
5. G'oziyev Ye. "Ontogenez psixologiyasi".- Monografiya. T.: Noshir. 2010
6. Nishanova Z. Kamilova N.va bosh. "Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya". Darslik. T.: 2018

