

TARBIYADA EMPATIYA VA HAMDARDLIK FAZILATLARINI RIVOJLANTIRISH METODLARI

O'ktamova Yoqutoy Ravshan qizi

Mehnat va ijtimoiy munosabatlar akademiyasi o'qituvchisi

E-mail: yoqutoy.uktamova@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada tarbiya jarayonida empatiya va hamdardlik fazilatlarini shakllantirish masalasi pedagogik va psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilingan. Empatiya insonning boshqalar his-tuyg'ularini his etish va ularni tushunish qobiliyatini ifodalasa, hamdardlik — boshqalarga nisbatan mehr-muruvvat bilan munosabatda bo'lishni anglatadi. Tadqiqot davomida o'quvchilarda ushbu fazilatlarni rivojlantirishning interfaol metodlari, xususan rolli o'yinlar, dramatisatsiya mashg'ulotlari va empatik muloqot usullarining samaradorligi o'rganilgan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, empatiya va hamdardlikni rivojlantirish shaxsning ma'naviy, axloqiy va ijtimoiy yetukligiga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: empatiya, hamdardlik, tarbiya, interfaol metodlar, shaxsiy rivojlanish, ma'naviy-axloqiy tarbiya.

Аннотация. В статье рассмотрены педагогические и психологические основы развития эмпатии и сострадания в процессе воспитания. Эмпатия понимается как способность чувствовать и понимать эмоции других людей, тогда как сострадание выражает доброжелательное отношение к ним. В ходе исследования были изучены эффективные методы развития этих качеств — ролевые игры, драматизация и эмпатическое общение. Результаты показали, что развитие эмпатии и сострадания положительно влияет на духовное, нравственное и социальное совершенствование личности.

Ключевые слова: эмпатия, сострадание, воспитание, интерактивные методы, личностное развитие, нравственное воспитание.

Annotation. This article analyzes the pedagogical and psychological foundations of developing empathy and compassion in the educational process. Empathy is defined as the ability to feel and understand the emotions of others, while compassion reflects a benevolent attitude toward them. The study examines the effectiveness of interactive methods such as role-playing, dramatization, and empathic communication. The results demonstrate that fostering empathy and compassion significantly contributes to the moral, spiritual, and social maturity of students.

Key words: empathy, compassion, upbringing, interactive methods, personal development, moral education.

KIRISH

Bugungi globallashuv jarayonida insoniy qadriyatlar, axloqiy fazilatlar va ijtimoiy munosabatlarning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Texnologik taraqqiyot, raqamli aloqa vositalarining kengayishi insonlar o'rtasidagi bevosita muloqot hajmini kamaytirib, hissiy aloqadorlik va o'zaro hamdardlik darajasini pasaytirmoqda. Shunday bir davrda

yosh avlodda empatiya va hamdardlik fazilatlarini rivojlantirish masalasi jamiyat taraqqiyotining muhim sharti sifatida ko‘rilmoqda. Chunki empatiya – bu boshqa insonlarning his-tuyg‘ularini his etish, ularning ruhiy holatini tushunish va o‘zini ularning o‘rniga qo‘yib ko‘ra olish qobiliyatidir. Hamdardlik esa insonning boshqalarga nisbatan mehr-muruvvatli bo‘lishi, ularning dardiga sherik bo‘lishi, zarur paytda yordam qo‘lini cho‘zish istagini anglatadi. Bu ikki fazilat insonni inson qiluvchi eng muhim ma‘naviy va axloqiy ustunlardandir. Tarbiyaning maqsadi nafaqat yosh avlodga bilim berish, balki ularni ma‘naviy-axloqiy jihatdan yetuk, o‘zga insonlarni tushuna oladigan, mehr-oqibatli shaxs sifatida shakllantirishdan iboratdir. Empatiya va hamdardlik fazilatlarini bolalarda ijtimoiy ko‘nikmalar, muloqot madaniyati, sabr-toqat va bag‘rikenglikni tarbiyalaydi. Shu bois, ularni shakllantirish oila, maktab va jamiyatning birgalikdagi tarbiyaviy faoliyati orqali amalga oshirilishi kerak. Har bir bola o‘z hissiyotlarini to‘g‘ri ifoda etish, boshqalarning kechinmalariga befarq bo‘lmaslikni o‘rganishi lozim. Bunda o‘qituvchi va tarbiyachining o‘rni nihoyatda muhim, chunki ular empatik yondashuv orqali o‘quvchiga mehr bilan munosabatda bo‘lish, uning his-tuyg‘ularini qadrlashni o‘rgatadilar. So‘nggi yillarda ta‘lim tizimida insonparvarlik, bag‘rikenglik, mehr-oqibat va o‘zaro hurmat tamoyillariga asoslangan yangi pedagogik yondashuvlar shakllanmoqda. O‘zbekiston Respublikasining “Inson qadri uchun” tamoyiliga asoslangan islohotlari ham yosh avlod tarbiyasida ma‘naviy qadriyatlarga e‘tiborni kuchaytirishga qaratilgan. Bunda empatiya va hamdardlikni rivojlantirish ijtimoiy barqarorlik, tinchlik va totuvlikni mustahkamlashga xizmat qiluvchi asosiy insoniy fazilat sifatida talqin etiladi. Shu nuqtai nazardan, ta‘lim jarayonida faqat bilim berish emas, balki o‘quvchilarning hissiy-intellektual rivojlanishini ham ta‘minlash zarur. Empatiya va hamdardlikning rivojlanishi o‘quvchilarda boshqalarga nisbatan hurmat, jamoada ishlash madaniyati va ijtimoiy mas‘uliyatni shakllantiradi. Masalan, boshqalarning muammosiga befarq bo‘lmaslik, ularning his-tuyg‘ularini anglash orqali o‘zaro yordam, hamjihatlik va bag‘rikenglik muhitini yaratish mumkin. Bunday insoniy qadriyatlar jamiyatda ijtimoiy birdamlikni kuchaytiradi, o‘zaro ishonchni mustahkamlaydi va tinchlikni saqlashga xizmat qiladi. Shu sababli, bugungi pedagogik faoliyatda empatiya va hamdardlikni shakllantirishni o‘quv jarayonining ajralmas qismi sifatida qarash zarurdir.

TADQIQOT METADOLOGIYASI

Ushbu tadqiqotda empatiya va hamdardlik fazilatlarini tarbiya jarayonida shakllantirishga qaratilgan ilmiy yondashuvlar, pedagogik tajribalar hamda psixologik nazariyalar asos sifatida olindi. Tadqiqotning metodologik asosi sifatida shaxsga yo‘naltirilgan ta‘lim konsepsiyasi, ijtimoiy-psixologik o‘zaro ta‘sir nazariyasi va axloqiy rivojlanish nazariyasi qo‘llanildi. Bu nazariyalar inson shaxsining ma‘naviy-axloqiy

shakllanishida empatiya — ya’ni boshqalarning his-tuyg‘ularini tushunish va ularga javoban ijobiy hissiy holatni his etish qobiliyatining muhim o‘rni borligini isbotlaydi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Empatiya va hamdardlik fazilatlarini tarbiyaviy jarayonda rivojlantirish bugungi kunda shaxs kamoloti va ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatli faoliyat yuritish uchun zarur bo‘lgan eng muhim insoniy sifatlar sirasiga kiradi. Ushbu tadqiqot davomida o‘quvchilarda mazkur fazilatlarini shakllantirish jarayoni bosqichma-bosqich tahlil qilindi va har bir bosqichda kuzatilgan o‘zgarishlar, o‘quvchilarning hissiy-intellektual o‘sishi, shuningdek, pedagogik ta’sirning samaradorligi o‘rganildi. Dastlabki kuzatishlar shuni ko‘rsatdiki, o‘quvchilarning aksariyati empatiya tushunchasini to‘liq anglamaydi, hamdardlikni ko‘proq rahm-shafqat sifatida qabul qiladi, ammo boshqalar his-tuyg‘usiga chuqur kirib borish, ularning ruhiy holatini tushunish, vaziyatni o‘z nuqtayi nazaridan emas, balki boshqalarning nigohi bilan baholash ko‘nikmalari yetarli darajada shakllanmagan. Bu holat, bir tomondan, o‘quv dasturlarida shaxslararo muloqot, hissiy idrok va axloqiy tarbiya masalalariga yetarlicha e’tibor berilmayotganini, ikkinchi tomondan esa, oilaviy tarbiyada bolaga hissiy qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligini ko‘rsatdi. Tajriba-sinov ishlarining birinchi bosqichida o‘quvchilar bilan “Men boshqani tushunamanmi?”, “Do‘stlikda eng muhim narsa nima?”, “Yordam kerak bo‘lganda nima qilasiz?” kabi savollar asosida suhbatlar o‘tkazildi. Ushbu suhbatlarda o‘quvchilarning 45 foizi empatiya mohiyatini to‘g‘ri tushuntira olmagan, 35 foizi esa hamdardlikni faqat jismoniy yordam bilan bog‘lagan. Faqat 20 foiz o‘quvchilar boshqalar his-tuyg‘usini his etish, ularning holatini tushunish orqali yordam berishning muhimligini anglab yetgan.

So‘rovnomalar natijalariga ko‘ra, empatiya darajasi o‘rtacha past bo‘lgan o‘quvchilar ko‘pchilikni tashkil etdi. Quyidagi jadvalda dastlabki bosqichda olingan empatiya ko‘rsatkichlari aks ettirilgan:

Empatiya darajasi	O‘quvchilar soni	Foiz hisobida
Yuqori daraja	8	16%
O‘rta daraja	22	44%
Past daraja	20	40%

Ushbu natijalar shuni ko‘rsatadiki, sinfdagi o‘quvchilarning deyarli yarmi empatik xatti-harakatni to‘liq namoyon eta olmaydi. Bu esa tarbiya jarayonida maqsadli pedagogik yondashuv zarurligini tasdiqlaydi. Shu sababli, tadqiqotning ikkinchi bosqichida empatiya va hamdardlikni rivojlantirishga qaratilgan mashg‘ulotlar tizimi ishlab chiqildi. Mashg‘ulotlar “Hissiyotlarni tanish”, “O‘z o‘rningni boshqalar o‘rnida his

et”, “Mehrli soʻzlar zanjiri”, “Qahramonning holatini tasavvur et”, “Yordamchi qoʻl”, “Men va sen bir jamoamiz” kabi interfaol oʻyinlar va muhokamalar shaklida oʻtkazildi. Ushbu faoliyatlarda oʻquvchilar oʻzaro muloqot qilish, boshqalarni tinglash, ularning hissiy holatini soʻzsiz ifodalar orqali aniqlash, hamdardlik bilan munosabat bildirish koʻnikmalarini mashq qildilar. Dastur doirasida oʻtkazilgan kuzatishlar shuni koʻrsatdiki, empatik muloqot usullarini qoʻllash oʻquvchilarda oʻzaro hurmat, sabr-toqat va ijobiy hissiy muhitni shakllantiradi. Ayniqsa, rolli oʻyinlar, dramatizatsiya mashgʻulotlari bolalarning his-tuygʻularini ifoda etish, boshqalar nuqtayi nazaridan fikrlash qobiliyatini sezilarli darajada kuchaytirgan. Masalan, “Bir kun sinfdoshim oʻrnida” mashgʻulotida oʻquvchilar oʻz rollarini almashtirib, sinfdoshlarining odatiy holatlari, his-tuygʻulari va munosabatlarini jonlantirdilar. Bu jarayon ularni oʻzaro tushunishga, boshqalar hislarini sezishga oʻrgatdi.

XULOSA

Empatiya va hamdardlik fazilatlarini rivojlantirish masalasi shaxs tarbiyasining eng muhim tarkibiy qismlaridan biri sifatida insonning maʼnaviy, axloqiy va ijtimoiy yetuklik darajasini belgilovchi omil ekanligi tadqiqot jarayonida yana bir bor oʻz tasdigʻini topdi. Tadqiqot davomida oʻtkazilgan kuzatishlar, suhbatlar, soʻrovnomalar va pedagogik eksperiment natijalari shuni koʻrsatdiki, oʻquvchilarda bu fazilatlarni shakllantirish uchun anʼanaviy tarbiya uslublaridan tashqari, zamonaviy interfaol metodlardan foydalanish yuqori samara beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar roʻyxati:

1. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books, 1995.
2. Hoffman M. L. Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice. Cambridge University Press, 2000.
3. Decety J., Jackson P. L. “The Functional Architecture of Human Empathy.” Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews, 2004.
4. Batson C. D. The Altruism Question: Toward a Social-Psychological Answer. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1991.
5. Rogers C. R. On Becoming a Person: A Therapist’s View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961.