



---

## EMOTIONAL STATE OF STUDENTS AND ITS IMPACT ON EDUCATION

Nizomov Behruz<sup>1</sup>

Farxodova Ruksora<sup>2</sup>

*Jizzakh branch of the National University of Uzbekistan*

---

### KEYWORDS

emotional state, students, learning, cognitive processes, motivation, educational environment, emotion management

### ABSTRACT

This article examines the importance of the emotional state of students and its impact on educational processes. The article discusses the relationship between students' emotional state, cognitive processes and motivation. The role of the educational environment in the formation of positive emotions and the strategies of students' emotion management are also considered.

2181-2675/© 2023 in XALQARO TADQIQOT LLC.

DOI: 10.5281/zenodo.8402746

This is an open access article under the Attribution 4.0 International(CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

---

<sup>1</sup> Student of the Jizzakh branch of the National University of Uzbekistan, Jizzakh, Uzbekistan

<sup>2</sup> Student of the Jizzakh branch of the National University of Uzbekistan, Jizzakh, Uzbekistan

# TALABALARNING EMOTSIONAL HOLATI VA UNING TA'LIMGA TA'SIRI

## KALIT SO'ZLAR/ КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

hissiy holat, talabalar, o'quv, kognitiv jarayonlar, motivatsiya, ta'lim muhiti, hissiyotlarni boshqarish

## ANNOTATSIYA/ АННОТАЦИЯ

Ushbu maqolada talabalarning hissiy holatining ahamiyati va uning o'quv jarayonlariga ta'siri ko'rib chiqiladi. Maqolada o'quvchilarning emotsional holati, kognitiv jarayonlari va motivatsiyasi o'rtasidagi munosabatlarni muhokama qilinadi. Ijobiy his-tuyg'ularni shakllantirishda ta'lim muhitining roli va o'quvchilarning his-tuyg'ularini boshqarish strategiyalari ham ko'rib chiqiladi.

## **Kirish**

Zamonaviy pedagogika bilim olishning nafaqat kognitiv, balki hissiy jihatlarini ham barkamol va barkamol shaxsni shakllantirishning muhim tarkibiy qismlari sifatida tan oladi. Talabalarning hissiy holati ularning bilimlarni o'zlashtirish va qo'llash qobiliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, bu esa ushbu muammoni o'rganishni dolzarb qiladi. Emotsiyalar inson tabiatining muhim qismi bo'lib, ta'lim jarayonida ajralmas rol o'ynaydi, diqqat, xotira, motivatsiya va o'qishga munosabatni belgilaydi.

Ushbu maqolaning maqsadi talabalarning hissiy holatining ularning o'qishiga ta'sirini ko'rib chiqishdir. Maqolada emotsional holatlar, kognitiv jarayonlar va talabalar motivatsiyasi o'rtasidagi bog'liqlik ko'rib chiqiladi. Shuningdek, ta'lim muhitining o'quvchilarning emotsional holatiga ta'siri va muvaffaqiyatli o'rganish uchun hissiyotlarni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish muhimligiga e'tibor qaratiladi. Natijada, maqolada ta'lim amaliyotini tashkil etishda emotsional komponentni hisobga olish muhimligi ta'kidlanadi.

Ushbu maqola o'quvchilarning emotsional holati va ularning bilim olishi o'rtasidagi munosabatlarning murakkab va ko'p qirrali tomonini ko'rsatishga, shuningdek o'quvchilarning rivojlanishi uchun maqbul shart-sharoitlarni yaratish uchun emotsional va pedagogik jihatlarini birlashtirish zarurligini ta'kidlashga urinishdir.

Talabalarning emotsional holati ularning ta'lim va o'quv faoliyatida asosiy rol o'ynaydi. Emotsiyalarni tartibga solish va ularning ta'limga ta'sirini tushunish qobiliyati o'quv faoliyatining muhim tarkibiy qismidir.

*Emotsional holat va kognitiv jarayonlar:* Talabalarning hissiy holati diqqat, xotira va muammolarni hal qilish kabi kognitiv jarayonlarga katta ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ijobiy his-tuyg'ular ma'lumotni yanada samaraliroq o'zlashtirishga yordam beradi, salbiy his-tuyg'ular esa diqqatning buzilishiga va materialni yodlashning yomonlashishiga olib kelishi mumkin.

*Motivatsiya bilan aloqasi:* O'quvchilarning emotsional holati ularning o'qishga bo'lgan motivatsiyasi bilan chambarchas bog'liq. Ijobiy hissiy holatda bo'lgan talabalar ko'pincha

muvaffaqiyatga erishish uchun ko'proq rag'batlantiriladi va faol o'quv faoliyatiga tayyor.

*Ta'lim muhitining ta'siri:* O'quvchilarning hissiy holatini shakllantirishda ta'lim muhiti muhim rol o'ynaydi. O'qituvchilar, ma'muriyat va ota-onalarning yordami ijobiy muhitni yaratishga yordam beradi, bu o'z navbatida o'quvchilarning hissiy holatiga foydali ta'sir ko'rsatadi.

*Tuyg'ularni boshqarish strategiyalari:* Ta'lim jarayonining muhim qismi o'quvchilarni his-tuyg'ularini boshqarishni o'rgatishdir. Tuyg'ular bilan samarali kurashish strategiyalarini ishlab chiqish o'quvchilarga stress va salbiy holatlarni engishga yordam beradi, bu esa o'z navbatida ularning bilimni oshiradi.

### **\*\*Emosional holat va kognitiv jarayonlar\*\***

Talabalarning hissiy holati ularning bilish jarayonlariga chuqur ta'sir qiladi, bu o'quv materialini o'zlashtirish, tahlil qilish va qo'llash qobiliyatida namoyon bo'ladi. Ijobiy his-tuyg'ular, masalan, quvonch va qiziqish, e'tibor va xotirani yaxshilaydi. Ular ijodiy va samarali fikrlash uchun qulay muhit yaratadi. Aksincha, tashvish yoki qo'rquv kabi salbiy his-tuyg'ular diqqatning yomonlashishiga, diqqatni jamlashning buzilishiga olib keladi va shu bilan bilimlarni o'zlashtirishga salbiy ta'sir qiladi.

Emosional holat va kognitiv jarayonlar o'rtasidagi munosabat neyrobiologik mexanizmlar bilan bog'liq. Tuyg'ular xotira va o'rganishda muhim rol o'ynaydigan hipokampusga ta'sir qiladi. Ijobiy his-tuyg'ular hipokampusning faollashishiga yordam beradi va ma'lumotlarni kodlash va saqlash jarayonlarini yaxshilaydi. Salbiy his-tuyg'ular, aksincha, stressni keltirib chiqarishi mumkin, bu hipokampusning ishiga salbiy ta'sir qiladi va talabalarning yangi ma'lumotlarni o'zlashtirish qobiliyatini pasaytiradi. Bundan tashqari, o'quvchilarning hissiy holati ularning muammolarni tahlil qilish va hal qilish qobiliyatiga ta'sir qiladi. Ijobiy his-tuyg'ular moslashuvchan va ijodiy fikrlashni rivojlantiradi, bu esa bilimlarni amaliyotda yanada samarali qo'llash imkonini beradi. Biroq, salbiy his-tuyg'ular tor fikrlashni keltirib chiqarishi va muammolarni hal qilishning muqobil usullarini topishni qiyinlashtirishi mumkin.

Talabalarning hissiy holati turli omillarga, jumladan, shaxsiy tajribaga, sinfdagi munosabatlarga, o'quv vazifasining murakkabligiga va boshqalarga qarab o'zgarishi mumkinligini tushunish muhimdir. Pedagogik usullar, materialni taqdim etish usullari va o'quvchilar bilan o'zaro munosabatlar ham ularning hissiy holatiga va, demak, bilish qobiliyatiga kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Shuning uchun darslarni rejalashtirish va o'quv jarayonini tashkil etishda hissiy jihatni hisobga olish muhimdir. Qo'llab-quvvatlovchi va ijobiy ta'lim muhitini yaratish o'quvchilarning hissiy holatini yaxshilashga va natijada ularning o'quv faoliyati samaradorligini oshirishga yordam beradi.

### **\*\*Talabalarning motivatsiyasiga hissiy holatning ta'siri\*\***

Talabalarning hissiy holati ularning o'rganishga bo'lgan motivatsiyasini shakllantirish va saqlashda asosiy rol o'ynaydi. Qiziqish, qoniqish va quvonch kabi ijobiy his-tuyg'ular yuqori motivatsiyani shakllantirish uchun qulay muhit yaratadi. Ijobiy his-

tuyg'ularni boshdan kechirgan talabalar ko'pincha o'rganilayotgan materialga ko'proq ishtiyoq bildiradilar va o'quv faoliyatida faolroq ishtirok etishga tayyor.

Xavotir, tashvish yoki norozilik kabi salbiy his-tuyg'ular o'quvchilar motivatsiyasiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ular o'rganishga qiziqishning pasayishiga, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishiga va hatto o'quv jarayoniga jalb qilish darajasining pasayishiga olib kelishi mumkin.

Hissiy holat va motivatsiya o'rtasidagi munosabatlar psixologik mexanizmlar bilan izohlanadi. Ijobiy his-tuyg'ular miyadagi mukofot tizimini faollashtiradi, bu esa zavq va motivatsiya bilan bog'liq neyrotransmitterlarning chiqarilishiga olib keladi. Natijada, o'quvchilar o'quv faoliyatidan ko'proq qoniqish hissini his qiladilar va yaxshi natijalarga erishishga intiladilar.

Boshqa tomondan, salbiy his-tuyg'ular motivatsiyaga tushkun ta'sir ko'rsatadigan stress mexanizmlarini faollashtirishi mumkin. Salbiy his-tuyg'ularni boshdan kechirgan talabalar qo'shimcha stressni oldini olish uchun o'quv faoliyatidan qochishni boshlashlari mumkin.

Pedagogik amaliyotlar, teskari aloqa usullari va darslarni tashkil etishga yondashuvlar o'quvchilarning hissiy holatiga va shuning uchun ularning motivatsiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Sinfda qulay va ijobiy muhit yaratish, qiziqarli va tegishli materiallarni taqdim etish, o'qituvchilar va ota-onalar tomonidan qo'llab-quvvatlash o'quvchilarning ijobiy hissiy holatini va o'qishga yuqori motivatsiyasini saqlab qolishga yordam beradi.

Shunday qilib, hissiy holat va motivatsiya o'rtasidagi munosabatni tushunish o'qituvchilarga o'quvchilarda qiziqish va muvaffaqiyatga erishish istagini rivojlantirishga yordam beradigan yanada samarali ta'lim strategiyalarini yaratishga imkon beradi.

### **\*\*Emosional holatni shakllantirishda ta'lim muhitining o'rni\*\***

O'quvchilarning hissiy holatini shakllantirishda ta'lim muhiti muhim rol o'ynaydi. Talabalarning hissiy farovonligi, ularning o'qishga bo'lgan motivatsiyasi va o'quv samaradorligi sinfda va maktabda qanday his-tuyg'ular ustunligiga bog'liq.

*O'qituvchilar va tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlar:* o'quvchilarning o'qituvchilari va sinfdoshlari bilan o'zaro munosabatlarining sifati ularning hissiy holati uchun katta ahamiyatga ega. O'qituvchilarning qo'llab-quvvatlashi va xayrixohligi ijobiy his-tuyg'ularni shakllantirishga yordam beradi va o'quv muhitiga tegishlilik hissini kuchaytiradi. Tengdoshlar bilan munosabatlar, shuningdek, o'quvchilarning his-tuyg'ulariga kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin, qulaylik va ijtimoiy moslashish darajasini belgilaydi.

*Jismoniy va vizual muhit :* sinfning jismoniy muhiti, uning qulayligi va ergonomikasi ham o'quvchilarning hissiy holati uchun muhimdir. Yorqin va rag'batlantiruvchi dizayn elementlari ijobiy his-tuyg'ularni uyg'otishi va kayfiyatni ko'tarishi mumkin. Bundan tashqari, sinfdagi tozalik, tartib va qulaylik o'quv jarayonini ijobiy idrok etishga yordam beradi.

*O'quv rejasi va o'qitish usullari:* o'quv dasturi, o'qitish usullari va materiallarini

tanlash ham o'quvchilarning hissiy holatiga ta'sir qilishi mumkin. Qiziqarli, amaliy va interfaol o'qitish usullari darslar va materiallarga nisbatan ijobiy munosabatda bo'lishga yordam beradi.

*O'qituvchilar va ma'muriyat tomonidan qo'llab-quvvatlash:* Qo'llab-quvvatlovchi ta'lim muhitini yaratishda o'qituvchilar va ma'muriyatning rolini yuqori baholab bo'lmaydi. Ular nafaqat sifatli ta'lim beradi, balki o'quvchilarga psixologik yordam ko'rsatadi, hissiy qiyinchiliklarni engishga yordam beradi.

*O'qituvchilarning malakasini oshirish:* o'qituvchilarning o'quvchilarning hissiy holati bilan ishlash sohasidagi tayyorgarlik darajasi va malakasi muhim rol o'ynaydi. Tuyg'ularning ta'limga ta'siridan xabardor bo'lgan o'qituvchilar sinfda yanada samarali strategiyalarni yaratishga va muhtojlarga yordam va yordam berishga qodir.

**\*\*O'z-o'zini tartibga solish va konsentratsiya\*\***

Tuyg'ularni nazorat qilish qobiliyati o'zini o'zi boshqarishning kuchayishiga yordam beradi. Talabalar, ularning hissiy reaksiyalaridan xabardor bo'lib, o'z harakatlarini va turli vaziyatlarga reaksiyalarini yaxshiroq nazorat qila oladilar. Bu o'quv vazifalariga yuqori konsentratsiyani saqlash va chalg'itmaslik uchun muhimdir.

*Stress va xavotirni kamaytirish:* Tuyg'ularni boshqarish ko'nikmalari o'quvchilarga stress va tashvish darajasini kamaytirishga yordam beradi, bu esa o'z navbatida yanada samarali o'rganishga yordam beradi. Stress bilan samarali kurashishga qodir bo'lgan talabalar o'quv muammolari va imtihonlarni hal qilishda ishonchli bo'ladilar.

*Motivatsiya va o'quv faolligini oshirish:* his-tuyg'ularni boshqarish ko'nikmalari ijobiy hissiy fonni shakllantirishga yordam beradi. Quvonch, qoniqish va ishonchni boshdan kechirgan talabalar o'rganishga ko'proq intilishadi. Ular darslarda faol ishtirok etishga, savollar berishga va muammolarni hal qilish yo'llarini izlashga tayyor.

*Konstruktiv nizolarni hal qilish:* Tuyg'ularni boshqarish talabalarga konstruktiv nizolarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Bu sinfda uyg'un o'quv muhiti va ijobiy munosabatlarni yaratishga yordam beradi.

**Xulosa:** Talabalarning hissiy holati barcha o'quv amaliyotiga chuqur ta'sir qiladi. Ularning his-tuyg'ulari ularning motivatsiya darajasiga, bilimlarni o'zlashtirish va qo'llash qobiliyatiga va umumiy hissiy farovonligiga ta'sir qiladi. Bu bog'liqlikni anglash o'qituvchilarga hissiy jihatlarni hisobga oladigan va sinfda qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratadigan samaraliroq o'qitish strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Tuyg'ularni boshqarish ko'nikmalarini o'rgatish malakali va hissiy jihatdan etuk shaxslarni rivojlantirishga yordam beradigan o'quv amaliyotining ajralmas qismiga aylanmoqda.

Ta'lim muhiti o'quvchilarning hissiy holatiga ta'sir qiluvchi asosiy omil hisoblanadi. Qo'llab-quvvatlovchi va ijobiy muhitni yaratish ijobiy his-tuyg'ularning shakllanishiga, motivatsiya va akademik ko'rsatkichlarning oshishiga yordam beradi. O'qituvchilar, ma'murlar va ta'lim jarayonining barcha ishtirokchilari o'quvchilarning hissiy farovonligi uchun maqbul sharoitlarni yaratishga muhim hissa qo'shishlari mumkin.

**Adabiyotlar:**

1. Brackett, M. A., & Rivers, S. E. (2014). Transforming students' lives with social and emotional learning. *Phi Delta Kappan*, 96(2), 8-13.
2. Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., ... & Shriver, T. P. (1997). Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators. ASCD.
3. Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2012). Academic emotions and student engagement. In *Handbook of research on student engagement* (pp. 259-282). Springer.
4. Sutton, R. E., & Wheatley, K. F. (2003). Teachers' emotions and teaching: A review of the literature and directions for future research. *Educational Psychology Review*, 15(4), 327-358.
5. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218-226.
6. Schutz, P. A., Pekrun, R., & Emotion in education (Eds.). (2007). *Educational psychology*.
7. Jones, S. M., & Bouffard, S. M. (2012). Social and emotional learning in schools: From programs to strategies. *Social policy report*, 26(4), 1-33.
8. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child development*, 82(1), 405-432.
9. Rimm-Kaufman, S. E., & Hulleman, C. S. (2015). Social and emotional learning in schools: A review of the literature. *Phi Delta Kappan*, 97(2), 9-14.
10. Brackett, M. A., Palomera, R., Mojsa-Kaja, J., Reyes, M. R., & Salovey, P. (2010). Emotion regulation ability, burnout, and job satisfaction among British secondary-school teachers. *Psychology in the Schools*, 47(4), 406-417.