



Abstract. This article scientifically analyzes changes in family upbringing processes in the context of the digital environment and their impact on the formation of an individual's emotional intelligence. The widespread use of smart technologies, the internet, and social media directly affects the quality of family communication, leading to changes in emotional bonds between parents and children. The main components of emotional intelligence are also analyzed. The findings indicate that uncontrolled use of technology in the digital environment may weaken family communication.

Keywords: digital environment, family upbringing, emotional intelligence, social media, family communication, emotional development.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda raqamli texnologiyalar hayotning barcha jabhalariga chuqur kirib bordi. Internet, smartfonlar, ijtimoiy tarmoqlar va turli raqamli platformalar insonlarning kundalik faoliyatini yengillashtirishi bilan birga, ularning o'zaro muloqot va munosabatlar tizimini ham sezilarli darajada o'zgartirmoqda. Ayniqsa, oilaviy muhitda bu o'zgarishlar yaqqol namoyon bo'lib, ota-ona va farzand o'rtasidagi bevosita muloqot shakllariga ta'sir ko'rsatmoqda.

Oila shaxsning birlamchi ijtimoiylashuv instituti sifatida emotsional intellektning shakllanishida eng muhim muhit hisoblanadi. Bola aynan oilada emotsiyalarni tushunish, ularni ifoda etish, boshqalarning hissiyotlarini anglash va ularga mos javob berish kabi ko'nikmalarni o'zlashtiradi. Shu sababli oilaviy tarbiya jarayoni shaxsning emotsional rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Biroq raqamli muhitning kengayishi natijasida oilaviy muloqotning sifati o'zgarib bormoqda. Ota-onalar va farzandlarning ko'proq vaqtini elektron qurilmalar bilan o'tkazishi emotsional yaqinlikning kamayishiga, jonli muloqotning susayishiga hamda emotsional tushunish darajasining pasayishiga olib kelishi mumkin. Bu esa o'z navbatida shaxsning emotsional intellekti shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu nuqtai nazardan, raqamli muhit sharoitida oilaviy tarbiya jarayonining emotsional intellekt rivojiga ta'sirini o'rganish dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyatga ega bo'lib, ushbu maqola aynan shu muammoni tahlil

Asosiy qism. Raqamli transformatsiya jarayoni zamonaviy jamiyatning ijtimoiy-psixologik tuzilmasiga chuqur ta'sir ko'rsatib, oilaviy munosabatlar tizimida ham yangi o'zgarishlarni yuzaga keltirmoqda. Bugungi kunda raqamli texnologiyalar nafaqat kommunikatsiya vositasi, balki shaxsning kognitiv, emotsional va xulqiy rivojlanishiga ta'sir etuvchi muhim psixososial omil sifatida namoyon bo'lmoqda. Shu nuqtai nazardan, oilaviy tarbiya jarayonida emotsional intellekt (EI) shakllanishi masalasi dolzarb ilmiy muammo sifatida e'tirof etiladi.

Emotsional intellekt tushunchasi psixologiya fanida turlicha yondashuvlarda talqin etiladi. D. Goleman [1] emotsional intellektni shaxsning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, motivatsiya qilish, empatiya va ijtimoiy munosabatlarni samarali boshqarish qobiliyati sifatida izohlaydi. Mayer va Salovey [2] esa EI ni kognitiv-emotsional jarayon sifatida ko'rib, uni emotsiyalarni idrok etish, tushunish va boshqarish qobiliyatlari tizimi sifatida tavsiflaydi.





Oilaviy muhit emotsional intellektning birlamchi shakllanish makoni hisoblanadi. Bovlby [3] tomonidan ishlab chiqilgan “attachment theory”ga ko‘ra, bola va ota-ona o‘rtasidagi erta emotsional bog‘lanish keyingi psixologik barqarorlik va ijtimoiy moslashuvning asosini tashkil etadi. Oiladagi iliq, qo‘llab-quvvatlovchi va emotsional jihatdan barqaror muhit bolada empatiya, o‘zini boshqarish va ijtimoiy kompetensiyalar rivojlanishini ta’minlaydi.

Shu bilan birga, oilaviy tarbiya jarayonida emotsional intellektning shakllanishi faqat biologik yoki tabiiy jarayon emas, balki ijtimoiy o‘rganish (social learning) mexanizmlari orqali ham amalga oshadi [5]. Bola ota-onaning emotsiyalarni ifodalash uslubi, konfliktlarga munosabati va muloqot madaniyatini kuzatish orqali emotsional xulq-atvor modellari hosil qiladi.

Raqamli muhitning kengayishi oilaviy kommunikatsiya strukturasini sezilarli darajada o‘zgartirdi. Mobil qurilmalar, ijtimoiy tarmoqlar va onlayn platformalar oilaviy muloqotning sifat va miqdoriga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, raqamli qurilmalardan haddan tashqari foydalanish “phubbing” (real muloqot paytida qarshisidagi odamni e’tiborsiz qoldirib, diqqatini telefonga qaratishi holati) fenomenini keltirib chiqarib, yuzma-yuz muloqotning pasayishiga olib keladi [4].

Oilaviy tizim nazariyasi nuqtai nazaridan, oiladagi kommunikatsiya tizimining buzilishi butun tizimning funksional muvozanatiga ta’sir qiladi. Agar ota-ona va bola o‘rtasidagi emotsional almashinuv kamayib ketsa, bu nafaqat ijtimoiy aloqalarga, balki bolaning emotsional regulatsiya mexanizmlariga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Raqamli muhitda bola ko‘proq “tezkor mukofot” tizimiga moslashadi. Bu esa sabr-toqat, kechiktirilgan mukofotni qabul qilish va emotsional nazorat kabi muhim psixologik ko‘nikmalarning rivojlanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. Mischelning marshmallow eksperimenti ushbu jarayonni empirik jihatdan asoslab bergan bo‘lib, o‘zini boshqarish qobiliyati keyingi hayotiy muvaffaqiyatlar bilan bevosita bog‘liqligini ko‘rsatadi.

Emotsional intellektning asosiy komponentlari raqamli muhit ta’sirida turlicha darajada o‘zgaradi:

1. O‘z-o‘zini anglash: Raqamli muhitda vizual va ijtimoiy taqqoslashlarning ortishi bolada o‘zini idrok etish jarayonini murakkablashtiradi. Ijtimoiy tarmoqlardagi “ideal obrazlar” real o‘zlikni noto‘g‘ri baholashga olib kelishi mumkin.

2. O‘z-o‘zini boshqarish: Raqamli stimullarning uzluksiz oqimi diqqatni bo‘linishiga va impulsiv xulqning kuchayishiga sabab bo‘ladi. Neuropsixologik tadqiqotlarga ko‘ra, ortiqcha ekran vaqti prefrontal korteks faoliyatini susaytiradi [3].

3. Empatiya: Yuzma-yuz muloqotning kamayishi natijasida nonverbal signallarni (mimika, intonatsiya, tana tili) tushunish qobiliyati pasayishi mumkin. Bu esa empatiya rivojlanishining cheklanishiga olib keladi.

4. Ijtimoiy ko‘nikmalar: Onlayn muloqot ko‘pincha qisqa, fragmentar va emotsional chuqurlikdan xoli bo‘lganligi sababli real hayotdagi ijtimoiy kompetensiyalar yetarli darajada shakllanmasligi mumkin.





Zamonaviy sharoitda raqamli texnologiyalarni inkor etish emas, balki ularni boshqarish va pedagogik maqsadlarda to'g'ri yo'naltirish muhimdir. Oilaviy tarbiya jarayonida “digital parenting” yondashuvi alohida ahamiyat kasb etadi. Bu yondashuv ota-onalarning farzandlarining raqamli faoliyatini nazorat qilish, vaqt chegaralarini belgilash hamda kontent sifatini monitoring qilishni o'z ichiga oladi.

Shuningdek, oilada “emotsional muloqot ritualari”ni shakllantirish (birgalikda ovqatlanish, kundalik suhbatlar, ekranlarsiz vaqt o'tkazish) emotsional intellekt rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muloqot sifati yuqori bo'lgan oilalarda bolalarning empatiya va o'zini boshqarish darajasi sezilarli darajada yuqori bo'ladi.

Xulosa. Raqamli muhit sharoitida oilaviy tarbiya va emotsional intellekt shakllanishi o'rtasidagi bog'liqlik murakkab, ko'p omilli tizim sifatida namoyon bo'ladi. Bir tomondan, raqamli texnologiyalar ijtimoiy rivojlanish uchun yangi imkoniyatlar yaratadi, ikkinchi tomondan esa emotsional va ijtimoiy kompetensiyalarning tabiiy shakllanish jarayoniga ma'lum xavf tug'diradi.

Shu sababli emotsional intellektni rivojlantirishda oilaning roli markaziy ahamiyatga ega bo'lib qolmoqda. Oilaviy muhitda emotsional qo'llab-quvvatlash, ochiq muloqot va raqamli muvozanatni ta'minlash shaxsning psixologik barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligini belgilovchi asosiy omillar sifatida xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Goleman, D. (1995, 2006). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York, NY: Bantam.
2. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? In P. Salovey & Sluyter D. J (Ed.), *Emotional Development and Emotional Intelligence* (pp. 3-31). New York, NY: BasicBooks.
3. Priscilla Osredkar (2012). *The Relationship Between Family Communication Patterns and an Individual's Emotional Intelligence*. University of Portland.
4. Schrodtt P., Witt P. L., & Messersmith A. S. (2008). A Meta-Analytical Review of Family Communication Patterns and their Associations with Information Processing,
5. Behavioral, and Psychosocial Outcomes. *Communication Monographs* 75(3), 248-269.
6. Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality And Individual Differences*, 25(2), 167-177.
7. Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes E., & Wendorf, G. (2001). Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. *Journal Of Social Psychology*, 141(4), 523-536.

