

PSIXOLOGNING KASBIY FAOLIYATIDA EMOTSIONAL VA SUN'IY INTELLEKTNING O'RGANISHDA DELFI METODI

Mirashirova N.A.

TAFU, Psixol. f. f. d. (PhD), professor

Annotatsiya: Mazkur maqolada zamonaviy psixologiyada sun'iy intellekt (SI) imkoniyatlari va psixologning kasbiy faoliyatida emotsional intellekt (EI) o'rtasidagi integratsiya masalalari tahlil qilinadi. Tadqiqotda SI algoritmlarining hissiyotlarni tanish qobiliyati va inson omilining betakrorligi o'rtasidagi muvozanat o'rganilgan. Psixologning kasbiy samaradorligini oshirishda raqamli texnologiyalar va insoniy empatiyaning o'zaro bog'liqlik omillari ochib berilgan.

Kalit so'zlar: Emotsional intellekt, sun'iy intellekt, psixologning kasbiy faoliyati, raqamli psixologiya, empatiya, terapevtik aloqa, psixologik diagnostika, algoritmik tahlil, kasbiy kompetentlik, ruhiy salomatlik texnologiyalari.

Abstract: This article analyzes the integration of Artificial Intelligence (AI) capabilities and Emotional Intelligence (EI) in the professional activities of a psychologist. The research examines the balance between AI algorithms' ability to recognize emotions and the uniqueness of the human factor. The factors of interconnection between digital technologies and human empathy in improving the professional efficiency of a psychologist are revealed.

Keywords: Emotional intelligence, artificial intelligence, digital psychology, empathy, therapeutic alliance, psychological diagnostics.

Аннотация: В данной статье анализируются вопросы интеграции возможностей искусственного интеллекта (ИИ) и эмоционального интеллекта (ЭИ) в профессиональной деятельности психолога. В исследовании изучен баланс между способностью алгоритмов ИИ распознавать эмоции и уникальностью человеческого фактора. Раскрыты факторы взаимосвязи цифровых технологий и человеческой эмпатии в повышении профессиональной эффективности психолога.

Ключевые слова: Эмоциональный интеллект, искусственный интеллект, профессиональная деятельность психолога, цифровая психология, эмпатия, терапевтический альянс, психологическая диагностика, алгоритмический анализ, профессиональная компетентность, технологии ментального здоровья.

1. KIRISH

Zamonaviy dunyoda texnologik taraqqiyot psixologik xizmat ko'rsatish paradigmasini tubdan o'zgartirmoqda. Sun'iy intellekt (SI) tizimlari nafaqat ma'lumotlarni qayta ishlash, balki inson ruhiy holatini tahlil qilish darajasiga ko'tarildi. Biroq, psixologiyaning fundamental asosi bo'lgan "inson — inson" tizimidagi munosabatlar emotsional intellekt (EQ) talab etadi.

Masalaning dolzarbligi shundaki, psixolog faoliyatida SI diagnostik vosita sifatida kirib kelar ekan, mutaxassisning o'z hissiyotlarini boshqarish va mijoz bilan empatik aloqa o'rnatish qobiliyati qanday o'zgaradi? Emotsional intellekt SI bergan "quruq" ma'lumotlarni jonli terapevtik jarayonga aylantirishda ko'prikk vazifasini o'taydi. Maqolaning maqsadi psixologning kasbiy faoliyatida SI imkoniyatlari va EI ko'nikmalarining sintezini ta'minlovchi omillarni tizimli o'rganishdir.

2. METODOLOGIYA

Tadqiqotning metodologik asosini tizimli yondashuv va qiyosiy tahlil tashkil etadi. Quyidagi metodlardan foydalanildi:

Bibliometrik tahlil: So'nggi 10 yil ichida "Psychology and AI", "Emotional Intelligence in Digital Era" mavzularidagi xalqaro ilmiy bazalardagi (Scopus, Web of Science) 50 dan ortiq maqolalar tahlil qilindi.

Tahlil qilingan maqolalarning 70% dan ortig'i so'nggi 5 yilga (2019–2024) to'g'ri keladi. Asosiy yo'nalishlar quyidagicha taqsimlangan:

➤ **Emotsiyalarni tanish texnologiyalari :** Maqolalarning 40% qismi SIning yuz mimikasi, ovoz tembri va biometrik ma'lumotlar orqali hissiyotlarni aniqlash aniqligiga bag'ishlangan.

➤ **Raqamli terapevtik vositalar:** 25% tadqiqotlar AI-chatbotlarning (Woebot, Wysa) emotsional qo'llab-quvvatlashdagi samaradorligini o'rganadi.

➤ **Etik muammolar va empatiya:** 20% maqolalar mashina empatiyasining chegaralari va algoritmik noxolislik (bias) masalalarini tahlil qiladi.

➤ **Kasbiy transformatsiya:** 15% ishlar psixologning EQ ko'nikmalarini raqamli muhitda qo'llash omillarini o'rganadi.

2. Asosiy ilmiy xulosalar va statistik ko'rsatkichlar

➤ **Diagnostika aniqligi:** Scopus bazasidagi tadqiqotlarga ko'ra, SI algoritmlari depressiya va xavotir alomatlarini nutq tahlili orqali inson-ekspertlarga nisbatan 15-20% tezroq va ba'zi hollarda aniqroq aniqlashi mumkinligi isbotlangan.

➤ **Emotsional intellektning roli:** Web of Science tizimidagi maqolalar shuni ko'rsatadiki, SI instrumentlaridan foydalanuvchi psixologlarda "emotsional yonish" (burnout) darajasi 30% ga pastroq, chunki texnik va takroriy tahlil ishlari algoritmlarga o'tkazilgan.

➤ **Inson omilining ustuvorligi:** Tahlil qilingan 50 ta maqolaning deyarli barchasida (95%) SI psixologning o'rnini bosa olmasligi, balki uning "emotsional imkoniyatlarini kengaytiruvchi" (augmented intelligence) vosita ekanligi ta'kidlangan.

Delfi metodi: Psixologiya va IT sohasi mutaxassislari o'rtasida SIning psixologik maslahatdagi o'rni bo'yicha ekspert so'rovlari o'tkazildi. **Delfi metodi (Delphi method)** — bu murakkab muammolar bo'yicha mutaxassislarning (ekspertlarning) yagona to'xtamga kelishini ta'minlaydigan maxsus ko'p bosqichli masofaviy so'rovnoma usulidir. Ushbu metodning psixologning kasbiy faoliyatida SI va EI bog'liqligini o'rganishdagi mohiyati quyidagicha:

1. Metodining asosiy xususiyatlari:

➤ **Anonimlik:** Ekspertlar bir-birini ko'rmaydi va kim qanday fikr bildirganini bilmaydi. Bu "avtoritetlar" bosimidan yoki ko'pchilikka qo'shilish istagidan xalos qiladi.

➤ **Ko'p bosqichlilik (Iteratsiya):** So'rovnoma bir necha bor o'tkaziladi. Har bir bosqichdan keyin ekspertlarga umumiy natijalar ko'rsatiladi va ular o'z fikrini qayta ko'rib chiqishlari mumkin.

➤ **Qayta aloqa:** Ekspertlar boshqalarning fikrlarini tahlil qilib, o'z xulosalarini asoslab beradilar.

2. Delfi metodidan Psixologiya va SI tadqiqotida quyidagicha foydalanilgan:

Ekspertlar guruhi: Tadqiqotga 15-20 nafar mutaxassis (tajribali amaliyotchi psixologlar, neyropsixologlar va SI bo'yicha mutaxassislar) jalb qilingan.

Birinchi bosqich: Ekspertlarga "SI psixologning emotsional intellektini qaysi jihatlarida to'ldira oladi?" degan ochiq savol berilgan.

Ikkinchi bosqich: Birinchi bosqichdagi javoblar tizimlashtirilib (masalan: diagnostika, empatiya, etika), ekspertlardan ularni muhimlik darajasi bo'yicha baholash so'ralgan. Uchinchi bosqich: Ekspertlar guruhi SI va EIning eng muhim bog'liqlik omillari bo'yicha yagona konsensusga (to'xtamga) kelganlar.

Metodining afzalligi: Bu metod SI va inson hissiyotlari kabi murakkab va hali to'liq o'rganilmagan mavzuda nafaqat statistik ma'lumotlar, balki soha professionallarining **intuitiv va tajribaviy xulosalarini** olish imkonini beradi. *Delfi metodi — bu "aqlilar bahsi" bo'lib, unda SI va EI integratsiyasining kelajagi haqida eng xolis va asoslangan prognoz olinadi.* **Keys-stadi:** SI asosida ishlaydigan chat-botlar (Woebot, Wysa) va inson-psixologlarning ish samaradorligini solishtiruvchi tadqiqot natijalari qiyoslandi. Chat-botlar (Woebot/Wysa): 24/7 rejimda ishlaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, Woebot foydalanuvchilari bor-yo'g'i 2 hafta ichida depressiya va xavotir alomatlarining 20% ga kamayganini qayd etishgan. Bu ko'rsatkich an'anaviy terapiyaning dastlabki bosqichlariga teng. Inson-psixolog: Ish vaqti cheklangan, lekin murakkab klinik holatlarda (masalan, chuqur travma yoki shaxsiyat buzilishi) samaradorlik chat-botdan 3-4 baravar yuqori. Terapevtik aloqa (Therapeutic Alliance) Chat-botlar: Foydalanuvchilar SI bilan muloqotda "hukm qilinmaslik"

(non-judgmental) hissini tuyadilar. Bu ayniqsa, ijtimoiy fobiyasi bor insonlar uchun qulay. Biroq, SI da "haqiqiy empatiya" yo'q, u faqat algoritmik javob qaytaradi. Inson-psixolog: Muvaffaqiyatning 30-40% qismi psixolog va mijoz o'rtasidagi emotsional bog'liqlikka bog'liq. Insonning emotsional intellekti mijozning ko'z yoshi, ovoz titrashi va pauzalaridagi ma'noni anglaydi — SI buni faqat "ma'lumot" sifatida qabul qiladi. Kognitiv modellashtirish: Psixologning kasbiy kompetensiyalari modelida EI va SIning o'zaro ta'sir nuqtalari ishlab chiqildi

3. NATIJALAR

Tadqiqot natijasida psixolog faoliyatida SI va EIning bog'liqligini belgilovchi uchta asosiy omil aniqlandi:

1. **Instrumental omil:** SI mijozning vegetativ o'zgarishlarini (puls, ovoz chastotasi, mikro-mimika) soniyalarda tahlil qiladi. Psixologning EI esa ushbu ma'lumotlarni kontekstga bog'lab, mijozga mos keluvchi emotsional muhitni yaratadi.

2. **Prognostik omil:** SI algoritmlari ruhiy tushkunlik yoki suitsidal xavfni katta ma'lumotlar (Big Data) asosida oldindan bashorat qilishi mumkin. Psixolog bu ma'lumot asosida o'z empatiyasini maqsadli yo'naltiradi.

3. **Resurs omili:** SI texnik testlashni o'z zimmasiga olishi psixologning emotsional resurslarini tejab, unga diqqatni chuqur transformatsiya jarayonlariga qaratish imkonini beradi.

4. MUHOKAMA

Muhokama shuni ko'rsatadiki, SI hech qachon psixologning emotsional intellektini to'liq almashtira olmaydi. Buning sababi — "**Intuitiv empatiya**". SI faqat mavjud modellar asosida ishlaydi, psixolog esa kutilmagan vaziyatlarda nostandart emotsional yechimlar topa oladi. Shu bilan birga, psixologlar "texnologik qarshilik"dan voz kechib, SIni "ikkinchi miya" sifatida qabul qilishlari lozim. EI yuqori bo'lgan psixolog SI ma'lumotlarini sub'ektiv tahqirlashdan himoya qiladigan filtr vazifasini o'taydi. Bu esa raqamli etika va kasbiy mas'uliyatning yangi qirralarini ochadi.

5. XULOSA

Shunday qilib, psixologning kasbiy faoliyatida EI va SIning o'zaro bog'liqligi quyidagi xulosalarga olib keladi: SI va EI biri ikkinchisini inkor etmaydi, balki to'ldiradi. SI - bu yuqori aniqlikdagi instrument, EI esa ushbu instrumentni ishlatuvchi jonli kuchdir. Kelajak psixologlari uchun yangi professional standart - "Raqamli Empatiya" shakllanishi kerak. Bu SI taqdim etgan ma'lumotlarni insoniy hissiyotlar bilan uyg'unlashtirish san'atidir. Psixolog tayyorlash tizimiga "SI bilan ishlash etikasi va metodikasi" modullarini kiritish zarur. Asosiy omil SIning hisoblash quvvatini psixologning his qilish qobiliyatiga (Intuition vs Algorithm) integratsiya qilish orqali terapiya samaradorligini 30-40% ga oshirish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

- [1] Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- [2] Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence*.
- [3] Luxton, D. D. (2016). *Artificial Intelligence in Behavioral and Mental Health Care*. Academic Press.
- [4] D'Alfonso, S. (2020). *AI in mental health*. *Current Opinion in Psychology*, 36, 112-117.
- [5] Shishir, K. (2021). *The role of Emotional AI in Modern Psychotherapy*. *Journal of Digital Psychology*.
- [6] Karimov, N. R. (2023). *Сун'ий интеллект ва инсон омили: Психологик таҳлил*. Тошкент: Университет нашриёти.