

NOVERBAL MULOQOTDA INSON ICHKI KECHINMALARINING IFODALANISHI

Umarova Dilafruz Anvarovna

Shahrisabz davlat Pedagogika
instituti Boshlang'ich ta'lim
nazariyasi kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Muloqot jarayonida inson hissiyotlarini namoyon etishda noverbal vositalar, ya'ni imo-ishora, mimika, tana harakatlari, intonatsiya, pauza, kulgi, tabassum, ko'z qarashlari muhim ahamiyatga ega. Noverbal vositalar orqali yuzaga chiqadigan har qanday nutqning yuqori ta'sir kuchiga ega bo'lishi, shuningdek, tilning ishtirokisiz muloqot shakli nafaqat tilshunoslik, balki boshqa sohalar doirasida ham ko'plab muammolarni hal qilish mumkinligiga turli misollar keltirilgan. Bundan tashqari, badiiy tasvirda paralingvistik vositalar verbal vositalar orqali ifodalanishi misollar asosida yoritildi

Kalit so'zlar: noverbal vosita, paralingvistika, tana tili va gavda holati, proksemika, ko'z va yuz nigohlari, artifaktlar va badiiy tasvirda noverbal vositalarning ahamiyati.

Insonlarda muloqotning juda katta qismini noverbal aloqa tashkil etadi. Tana a'zolarining muloqot jarayonidagi ishtirokida qo'l harakatlarining nisbati 20 %, barmoqlar harakati esa 13 %ni ko'rsatib, o'zbekona nutqda eng faol noverbal birlik ekanligi aniqlandi Biz har kuni minglab noverbal belgi va harakatlarga, shu jumladan, gavda holati, yuz (mimika) va ko'z ifodasi, imo-ishoralar hamda intonatsiyaning turli darajalaridan o'zimiz bilmagan holda juda ko'p foydalanamiz. Til – muloqot vositasi. Ammo uning ishtirokisiz ham muloqotga kirishish mumkinligini ko'rishimiz mumkin. Muomala qilish uchun xizmat qilish tilning eng muhim funksiyasi bo'lib, insonlar til orqali bir-birlarini tushunadilar, aloqa qiladilar, axborot almashadilar hamda jamiyatda

kishilar bir-birlariga til yordamida ta'sir etadilar. U his-hayajon, istak, ruhiy kechinmalarni izhor etish vositasi ham hisoblanadi. Shu orqali tilning ekspressiv-emotsional funksiyasi yuzaga chiqadi. Muloqotning yana bir jihati munosabatga kirishuvchilarning o'zaro birgalikdagi harakati — nutq jarayonida faqat so'zlar bilan emas, balki harakatlar bilan ham fikr ifodalashdan iborat. Noverbal muloqot va xulq-atvor to'g'risidagi ilmiy izlanishlar 1872-yilda Charlz Darvinning «Insonlar va hayvonlarda emotsiyalar ifodasi» nomli asarining nashri bilan boshlandi. O'sha vaqtdan buyon so'zlarsiz muloqot va xatti-harakatlarning turlari, ta'siri va ularning ifoda etilishi bo'yicha ko'plab tadqiqotlar olib borildi

Noverbal vositalar tasnifi bo'yicha ingliz tilshunoslari orasida ham turli nazariyalar mavjud. Xususan, britaniyalik psixolog M.Argayl noverbal muloqot komponentlarini quyidagi guruhlariga ajratadi:

- 1) Tana muloqoti
- 2) muloqot maydoni;
- 3) gavda joylashuvi;
- 4) tashqi ko'rinish;
- 5) yuz ifodalari va imo- ishoralar;
- 6) nigoh;
- 7) nutq muddati;
- 8) ovoz ohangi;
- 9) nutqdagi xatolik;
- 10) talaffuz.

AQSHning noverbal vositalar bo'yicha taniqli tadqiqotchisi M.Knapp quyidagi tasnifni keltirgan:

1. Jismoniy harakatlar.
2. Ko'z harakatlari.
3. Teginish harakatlari.

4. Tevarak-atrof faktorlari.

Amerikalik psixologlar P.Ekman va V.Frizen tasnifiga ko'ra, og'zaki bo'lmagan vositalar quyidagi turlarga bo'linadi: 1. Timsollar – tushunchalar (ma'nolar) va mavzularni yetkazishga qodir imo-ishoralar. Ular so'zga ekvivalent bo'la oladi. 2. Illyustratorlar – ifodalangan narsani to'ldiradigan harakatlar. 3. Regulyatorlar – og'zaki ifodalangan holatlarni tartibga solishga, boshqarishga yordam beradigan harakatlar. 4. Affektivlar – holatni ifodalovchi noverbal vositalar. 5. Adapterlar – o'z-o'zini parvarish qilishga qaratilgan harakatlar. Noverbal aloqa deganda nima tushuniladi? Noverbal aloqa — bu og'zaki va yozma ravishda so'zlardan foydalanmasdan, xabarlarni yuborish va qabul qilish jarayoni. Noverbal muloqot til, tovush nutqining qo'llanilishiga asoslanmagan bo'lib, bu mimika, imoishoralar, pantomimika, sensor yoki tana orqali aloqalar vositasidagi muloqotdir. Bunda axborot so'zlashish orqali emas, balki fikrlar va hissiyotlarni turli harakatlar orqali ifodalash bilan namoyon bo'ladi. Amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko'ra, birinchi marta ko'rishib turgan suhbatdoshlardagi taassurotlarning ijobiy bo'lishiga gapirgan gaplari 7 %, paralingvistik omillar 38 % va noverbal harkatlar 58 % gacha ta'sir qilarkan. Muloqot qanday tarzda kechishidan qat'i nazar, uning mazmunli va ta'sirli bo'lishi nafaqat so'zlovchiga, balki tinglovchiga ham bog'liqdir. Muloqot vaqtida so'zlashish qoidalariga rioya qilish, aytilayotgan gaplarga e'tiborli bo'lish, suhbat davomida bir-birini yaxshi tinglash va tushuna olish muloqotni yanada chiroyli kechishiga yordam beradi. Biz foydalanadigan verbal va noverbal aloqa hayotning barcha jabhalarida o'ta muhim omil hisoblanadi va u hech qachon yo'q bo'lib ketmaydi. Xo'sh, noverbal vositalar nimalarni o'z ichiga oladi? Yuz ifodalari Noverbal muloqotning eng katta qismi yuz ifodalari orqali amalga oshiriladi, desak adashmagan bo'lamiz. Chunki hissiyot va kechinmalarimizning aksariyati yuzimizdan zohir bo'ladi. Tanamizdagi og'riq, ko'nglimizdan kechayotgan hislar bevosita ruhiyatimizga chambarchas bog'liq. Yuz ifodalari esa aynan ruhiyatimizdan so'zlaydi: jahl chiqsa qizarish, orzu qilsa entikish, xursand bo'lsa tabassum qilish, norozi bo'lsa qoshlarning chimirilishi va yana bir qancha holatlar bunga misol bo'la oladi. Birgina tabassum yoki qovoq solish bilan

qanchadan qancha ma'lumot yetkazib berilishi mumkin. Kishi yuz ifodasini, odatda, uning so'zlarini eshitishdan ancha oldin payqaymiz. Noverbal muloqot va xatti-harakatlar madaniyatlar o'rtasida keskin farq qilishiga qaramasdan, quvonch, qayg'u, jahl va qo'rquvni ifodalovchi yuz ifodalari dunyoning turli burchaklarida yashovchi insonlar uchun bir xildir. Imo-ishoralar Biror maqsadga yo'nalgan belgi va harakatlar so'zlarsiz ma'no yetkazishning muhim usulidir. Eng sodda imo-ishoralar qo'l silkitish, qo'l bilan ishora qilish hamda sonli miqdorlarni ko'rsatishda barmoqlardan foydalanish bo'lib, boshqa imo-ishoralar ixtiyoriy yoki ma'lum madaniyatga tegishli bo'lishi mumkin. Suhbatdoshingiz so'zlayotgan mavzu sizga zerikarli ekanligini soatingizga qarab qo'yishingiz yoki esnab olishingiz, diqqatingizning bo'linishi, atrofga alanglashingiz orqali bildirishingiz – signal qilishingiz mumkin

Paralingvistika Tilshunos Golub. I.B. nutq ta'sirchanligini shakllantirishda paralingvistik vositalarning o'rnini tilning tasviriy vositalari bilan bir qatarga qo'yadi. Uning fikricha, paralingvistika fikr (tushuncha)ning dirijyoridir. Haqiqatan ham shunday, chunki har qanday shaxs o'z fikrini (nutqini) bu vositalar yordamida oson hamda erkin ifodalay oladi. Paralingvistika biz ishlatadigan tildan farq qiluvchi ovozli aloqa. Bunda ovozning balandligi, ohangi va uning o'zgaruvchanligi gapning ma'nosiga ta'sirini hisobga olish muhim. Baland ovozda aytilgan so'zlar ma'qullash va ishtiyoqni yoki ayni so'zlarning ikkilanish ovoz tonida aytilishi norozilik va qiziqishning sustligini ifodalashi mumkin. Tana tili va gavda holati Tana tili bo'yicha o'tkazilgan tadqiqotlar 1970-yildan buyon sezilarli darajada o'sdi, ayniqsa, Julius Festning «Tana tili» kitobi nashridan so'ng, ommaviy axborot vositalari insonlarning o'z-o'zini himoyalash gavda holati, qo'l va oyoqlarni qovushtirish vaziyatlarini tahlil qilishga alohida urg'u berdi. Ushbu noverbal xatti-harakatlar his-tuyg'ular va munosabatlarni ko'rsatishi mumkin bo'lsa-da, tadqiqotlar tana tili biz ilgari ishonganlarimizdan ko'ra ancha nozik va shu bilan birga, aniqlik darajasi pastroq hisoblanadi. Proksemika Proksemika og'zaki bo'lmagan muloqotni o'rganishda bir nechta kichik toifalardan biridir, jumladan haptika (tegish), kinesika (tana harakati), vokalika (paratil) va xronemiya (vaqt tuzilishi) ham shu toifaga misol bo'ladi. 1963-

yilda ushbu atamani ishlab chiqqan madaniy antropolog Edvard T. Xoll proksemikani «Odamlarning bo'shliqdan madaniyatning maxsus ishlab chiqilishi sifatida foydalanishi haqidagi o'zaro bog'liq kuzatuvlari va nazariyalari» deb ta'riflagan. Proksemika kuzatuv orqali ochiladigan va madaniyatning kuchli ta'siri ostida bo'lgan shaxslararo muloqotning yashirin komponenti bo'lib qolmoqda. Proksemika bu suhbatdosh bilan bo'ladigan oraliq masofa. Odamlar ko'pincha «shaxsiy makon»ga bo'lgan ehtiyojlariga murojaat etishadi, bu ham noverbal aloqaning muhim turidir. Masalan, odamlar bilan tasodifiy suhbat chog'ida zarur bo'lgan shaxsiy maydon hajmi odatda 46 sm dan 1 metrgacha farq qiladi. Boshqa tomondan, ko'pchilik bilan gaplashganda shaxsiy masofa 3 metrdan 4 metrgacha farqlanadi. Ko'z nigohi biror kishining suhbat jarayonida ko'zingizga to'g'ridan to'g'ri qarashi, bu ularning suhbatga qiziqayotganligi va e'tibor berayotganligini anglatadi. Ammo buning uzoq davom etishi boshqa ma'no kasb etadi, ya'ni taajjub, hayrat va qo'rquv. Boshqa tomonda, nigohni olib qochish, tez-tez uzoqqa tikilish bu kishining noqulaylik his etayotganini yoki haqiqiy his-tuyg'ularini yashirishga urinayotganligini anglatadi. Haptika Teginish orqali muloqot qilish noverbal muloqotning yana bir muhim turi hisoblanadi. Go'daklik va bolalarning erta yoshlik davrida teginishning muhim ahamiyatli ekanligi to'g'risida juda ko'p tadqiqotlar mavjud. Garri Xarlov tomonidan maymunlarda o'tkazilgan tadqiqot teginish va aloqadan mahrum bo'lishi ularning normal rivojlanishiga xalaqit berishini ko'rsatdi. Ular xulq-atvor va munosabatlarga kirishishda nuqsonlarni boshdan kechirishi kuzatildi. Yozuvchi Julia Vud o'zining «Shaxslararo muloqot: kundalik uchrashuvlar» kitobida teginish ko'pincha status va kuch aloqasi sifatida ishlatiladi, deb yozadi. Tadqiqotchilar yuqori statusli insonlar boshqalarga qaraganda tezroq va yuqori intensivlikda boshqa odamlarning shaxsiy makoniga kirishga moyil bo'lishlarini aniqladilar. Teginish orqali qanday ma'no yetkazib berish jinslar orasidagi tafovutlarda ham namoyon bo'ladi. Ayollar g'amxo'rlik, tashvishlanish va emotsional dalda berish ma'nosini yetkazish uchun teginishdan foydalanishadi. O'z navbatida, erkaklar kuch yoki boshqaruvni tasdiqlash uchun teginishdan ayollarga qaraganda ko'proq foydalanishadi. Tashqi ko'rinish Biz

tanlagan rang, kiyim, soch turmagi va tashqi ko‘rinishga ta’sir etuvchi boshqa omillar ham norverbal aloqa vositasi hisoblanadi. Rang psixologiyasi bo‘yicha tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, turli xil ranglar turlicha kayfiyatlarni uyg‘otishi mumkin..

Verbal aloqaga bog‘liq bo‘lmagan barcha birliklar so‘zlashuv jarayonining yordamchi vositalari sanaladi. Nutqiy muloqotni shu ikki omil: verbal va noverbal vositalarning mujassamlashuvi asosida vujudga keladigan yaxlitlik sifatida talqin qilish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Saidxonov M. Aloqa-aralashuv va imo-ishoralar. – T.: Fan, 2008.
2. Nurmonov A. O‘zbek paralingvistik vositalari // Tanlangan asarlar. I jild. – T.: Akademnashr, 2012.
3. Лотман Ю. Семиотика кино и проблемы киноэстетики. – Таллин: Ээсти Паамат, 1973.
4. Amirova, Gulnoza Rashitovna. "BARKAMOL SHAXS TARBIYASI." GOLDEN BRAIN 1.33 (2023): 118-120.
5. Ne‘matov, Oybek. "TA’LIMDA MUAMMOLI TA’LIM TEXNOLOGIYALARI." "Science Shine" International scientific journal 3.3 (2023).
6. Boyqobilova, Nilufar. "SINERGETIK YONDASHUV ASOSIDA TALABALARNI BOSHQARUV JARAYONIGA TAYYORLASH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH (BOSHLANG ‘ICH TA’LIM)." GOLDEN BRAIN 1.33 (2023): 85-88.
7. Rayimova, Dilfuza Abdinabiyevna. "XX ASR O ‘ZBEK TILSHUNOSLIGI: MORFEMIKAGA OID QARASHLAR." RESEARCH AND EDUCATION 2.10 (2023): 276-280.
8. Ochilova Fayyoza Mansurovna. "Hazrat Navoiyning ona tilimizning bugungi kamolotiga qo‘shgan katta hissasi haqida" (BOSHLANG ‘ICH TA’LIM)." GOLDEN BRAIN 1.33 (2023): 37-41.

9. Yakubova Guzal Lukhmanovna. WORLD SCIENTIFIC RESEARCH JOURNAL "LINESTICS THINKINC BASED ON AN INTEGRATIVE-CRAATIVE APPROACH".
10. Kamalova, Dilobar Tairovna. "PEDAGOGIK TA'LIM JARAYONIDA TALABALARNING KONGUENTLIK SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH USULLARI." RESEARCH AND EDUCATION 2.10 (2023): 272-275.
11. Umarova, Dilafruz Anvarovna. "BOSHLANG'ICH SINFLARDA TEXNOLOGIK TA'LIM JARAYONIDA O'QUVCHILARNI IJTIMOIIY-HISSIY RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH." GOLDEN BRAIN 1.30 (2023): 46-49.
12. Erkin o'g'li, Nematov Oybek. "PEDAGOGIK DASTURIY VOSITALAR." MODERN EDUCATIONAL SYSTEM AND INNOVATIVE TEACHING SOLUTIONS 1.3 (2024): 147-150.
13. Anvarovna, Umarova Dilafruz. "BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARIDA IJTIMOIIY USTANOVKALARNI RIVOJLANTIRISH TEXNOLOGIYASI." TADQIQOTLAR 31.4 (2024): 3-6.
14. Raimova, Dilfuza Abdinabiyevna. "TIL-ALOQA VOSITASI." Educational Research in Universal Sciences 2.16 (2023): 128-130.
15. Amirova, Gulnoza. "The benefits of using modern technologies for learning foreign languages." Proceedings of The ICECRS 4 (2019).
16. Ochilova, Fayyoza. "TURIZM XIZMATLARINI RIVOJLANTIRISH ISTIQBOLLARI." YANGI O'ZBEKISTONDA MILLIY TURIZM ISTIQBOLLARI 1.01 (2024).
17. Boyqobilova, Nilufar Uzaqovna. "THE THEORY OF THE SELF-ORGANIZATION OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS'EDUCATIONAL ACTIVITIES IS BASED ON A SYNERGISTIC APPROACH." Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal 5.03 (2024): 101-110.

18. Kamalova, D. "IMPROVING THE METHODOLOGY OF DEVELOPING CONGRUENCE QUALITIES IN THE PROCESS OF PEDAGOGICAL EDUCATION OF STUDENTS." Science and innovation 3.B2 (2024): 105-108.