

YURIDIK XIZMAT XODIMINING PSIXOLOGIK KOMPETENSIYASI KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH

*O'zbekiston Respublikasi Adliya vazirligi
huzuridag Yuridik kadrlarni qayta tayyorlash va
malakasini oshirish instituti
Pedagoglar Markazi o'qituvchisi
Dilbar Xojimuhamedova*

Yuristning kasbiy faoliyatining xususiyatlari huquqiy professional funksiyalarining xususiyatidan kelib chiqadi. Yuristlar davlatning huquqiy sohasi bilan boshqalarga qaraganda kuchliroq bog'langanlar, chunki qonunlarni bilish va ma'lumotni tezda topish va qayta ishlash qobiliyati ularning kasbiy muvaffaqiyatidagi asosiy rolni o'ynaydi. Huquqiy ongni shakllantirish – huquqiy sikl kasblari vakillarining o'ziga xos xususiyatidir.

Har qanday kasbiy faoliyatda, ayniqsa insonlar bilan zich olib boriladigan “inson va inson” kasbida haqiqiy professionallikni rivojlantirishning asosiy mezonini kasbiy mahorat, professional kompetensiya va albatta professional kompetensiyaning ajralmas qismi bo'lgan psixologik kompetensiya vakolatdir. Psixologik kompetensiyaning rivojlanganligi, kasbiy kompetensiyaning yuqori darajadagi professionallikning muhim tarkibiy qismi va ko'rsatkichidir.

Yuridik xizmat xodimining kasbiy faoliyatida ham psixologik kompetensiya ko'nikmalarining rivojlanganligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixologik kompetensiya - yuristning psixologik madaniyatining bir qismidir, shuningdek uning professionalligining elementi.

Psixologik kompetensiya nafaqat psixologiya sohasidagi bilim, ko'nikma va malakalar tushuniladi, shuningdek, huquqshunos cho'mgan huquqiy muhit ta'siri ostida shakllangan shaxsning ijtimoiy-psixologik munosabatlari hamdir. Mutaxassis sifatida yuristga qo'yiladigan talablar bevosita yuridik kasbga qo'yiladigan maxsus shaxsiy va malaka talablari bilan bog'liq bo'lib, uning professional o'zini o'zi anglashida aks etadi.

Yurist, yuridik amaliyotni o'zlashtirish va rivojlantirish orqali o'z ishining ustasi, professionalga aylanadi, huquqiy qadriyatlarni tan olgan holda, kasbiy bilimlar kapitalini egallaydi.

Huquqiy madaniyatning qadriyatlari va yutuqlari shaxs tomonidan faoliyat jarayonida o'zlashtiriladi va yaratiladi va bu ushbu madaniyat va huquqiy faoliyatning uzviy bog'liqligi bilan tasdiqlanadi.

Yuristning shaxsiy tarkibi asosiy psixologik tarkibiy qismlarni o'z ichiga oladi: temperament, xarakter, qobiliyat, yo'nalish. Ushbu komponentlar shuningdek

bevosita, kasbiy faoliyatning shaxsiy regulyatorlari bo'lgan individual professional konsepsiyasiga ta'sir qiladi

Shaxsiy uslub yurist shaxsining o'ziga xos zamonaviy yangi qirrasini sifatida quyidagilarga imkon beradi o'z-o'zini anglashning asosida fazilatlarni rivojlantirishda eng yaxshi potensial imkoniyatlarini namoyish etish va mutaxassisning qobiliyatlari, professional faoliyatga moslashish holatida tayanch nuqtasini topish

Shaxsiy professional konsepsiya quyidagi tarkibiy qismlar bilan ifodalanadi:

-muvaffaqiyatli ijtimoiy o'zaro ta'sirlar asosi sifatida umumiy psixologik fazilatlari;

-professional maqsadlarga erishish uchun motivatsiya;

- o'z-o'ziga bo'lgan ichki baho va ichki ishonch darajasi, muvaffaqiyatli kasbiy taraqqiyotning kaliti sifatida;

- funksional vazifalarni bajarish xususiyatlari (psixologik

huquqiy faoliyatning aspekti);

- professional identifikatsiya va psixologik kasbiy muvofiqlik.

Yuridik xizmat xodimining sotsionomik kasblardagi "sub'ekt-sub'ekt" (inson-inson)kasblariga ta'luqli faoliyati ijtimoiy-psixologik talablarning kuchayishi sharoitida amalga oshiriladi,ko'pincha psixo-emotsional va intellektual stressni, hissiy,jismoniy,aqliy zo'riqish,charchoqni keltirib chiqaradi.

Shuningdek tegishli huquqiy qarorlarni qabul qilish va amalga oshirish uchun,ushbu xodimlarda psixikaning yuqori darajadagi plastikligi, egiluvchanligi, yuqori emotsional va adaptiv intellekt,stressga chidamlilik va huquqiy mobillikka ega bo'lish,mavjud vaziyatni etarli darajada baholash va uning keyingi rivojlanishini bashorat qilish va psixo-emotsional salomatlikni saqlash uchun yuridik xizmat xodimining xodimlari psixologik kompetensiya ko'nikmalarini rivojlantirishlari zarur.

Yuridik xizmat xodimining professional faoliyatida psixologik kompetensiya ko'nikmalarini rivojlanganishi, ushbu ko'nikmaga oid bilimlar asosida malaka va ko'nikmalarining rivojlanganligi, xodimning professional muvaffaqiyati bilan chambarchas bog'liq, ayniqsa "inson-inson" sohasida. Muhim professional muvaffaqiyatlarga erishgan muvaffaqiyatli odamlar, psixologik kompetensiya ko'nikmasi rivojlanishining yuqori darajasiga ega.

Psixologik kompetensiya-bu muayyan muammolarni hal qilishda yordam beradigan shaxsning kasbiy ahamiyatli fazilatlari, qobiliyatlari va shaxsiy munosabatlarini aks ettiruvchi psixologiya sohasidagi bilim va ko'nikmalar majmui.

Bu muayyan muammolarni hal qilishda yuristga yordam beradigan shaxsning kasbiy ahamiyatli fazilatlari, qobiliyatlari va shaxsiy munosabatlarini aks ettiruvchi psixologiya sohasidagi bilim va ko'nikmalar majmui. P. Vaylning qarashi tushunishi bo'yicha professional psixologik kompetensiya shaxsning yaxlit tuzilishida kasbiy

faoliyatni amalga oshirishga nazariy va amaliy tayyorgarlikning birligi va bir vaqtning o'zida ko'rsatkich sifatida professionallikdir.

Kompetentlilik psixologiyasida: shuningdek turli hil ta'riflar mavjud:

-Shaxsga o'z qobiliyatlari va maqomi doirasida jamiyatda muvaffaqiyatli faoliyat yuritish imkonini beradigan ijtimoiy va individual shakldagi o'rganish salohiyati darajasi. (L. P. Urvansev, N. V. Yakovleva);

-Muammoli vaziyatlarni muvaffaqiyatli hal qilish darajasi (S. D. Smirnov);

-Muayyan darajada ish talablarini amalga oshirishga imkon beradigan kasbiy xususiyatlar yoki qobiliyatlar to'plami (L. I. Ansiferova);

- Atrofdagi dunyoni tushunish o'lchovi va u bilan o'zaro munosabatlarning adekvatlik darajasi (D. Prayner);

- Faoliyatning muvaffaqiyatli va samarali bajarilishini ta'minlaydigan bilim, malaka va ko'nikmalar to'plami

-Asosiy va maxsus kasb-hunar ta'limi darajasi, kasbiy muammolarni hal qilish tajribasini to'plash qobiliyati, ish tajribasi (A. I. Omarov);

Psixologik kompetensiya, mutaxassisga «Shaxsning etuk xususiyatlari», «Professionallik ko'rsatkichi» maqomini beradi, yuridik xizmat xodimi o'zining psixologik kompetensiyasini rivojlantirishlari uchun, o'zida quyidagi ko'nikmalarini rivojlantirishi muhimdir, ya'ni, shaxsning stressga chidamlilik, shaxsning emotsional intellekti, shaxsning adaptiv intellekti, shaxsning empatiya, shaxsning konfliktologik kompetensiya, shaxsning samarali muloqot, shaxsning frustratsion bag'rikengligi ko'nikmalarini.

Stressga chidamlilik ko'nikmalarini rivojlantirish uchun yuridik xizmat xodimi, stressning mazmun mohiyati, uning turlari, mexanizmini va koping strategiyalarga oid bilim malaka va ko'nikmaga ega bo'lishi kerak.

Stress shakllarining murakkabligi va xilma-xilligi ushbu holatni o'rganishga yondashuvlarning xilma-xilligini belgilaydi. Stress-bu insonning asab va endokrin tizimlar faoliyatining o'zgarishi orqali amalga oshiriladigan stressorga universal, o'ziga xos bo'lmagan psixofiziologik va neyrogormonal reaksiya javob.

Bu "Miya-tana" tizimining barqarorligi va sog'lig'ini saqlab qolish uchun tanani o'zgaruvchan atrof-muhit sharoitlariga moslashtirish uchun javobidir reaksiyasi.

Birinchi marta "stress" atamasini fiziologiya va psixologiyaga Uolter Kennon tomonidan kurashish yoki qochish universal reaksiya bo'yicha klassik asarlarida kiritilgan.

"Stress-bu odamning stressli vaziyatda oqilona va maqsadga muvofiq harakat qila olmasligi bilan bog'liq bo'lgan ruhiy (hissiy) va xulq-atvor buzilishining holati"

Stress bu adaptiv me'yor chegarasidan tashqarida chiqadigan tashqi muhit ta'sirida ekstremal omillarning tashqi qo'zg'atuvchi stimullarga bo'lgan ta'siriga tananing o'ziga xos tabiiy psixofiziologik ximoya reaksiyasi.

Gans Sele Bruno taniqli kanadalik patofiziolog tanadagi stress reaksiyalarining neyrofiziologik mexanizmini birinchi bo'lib tushuntirgan "adaptatsiya sindromi" konsepsiyasining muallifi Gans Sele shunday deb yozgan edi: «Ommabop qarashlardan farqli o'laroq, biz stressdan qochmasligimiz kerak va qocha olmaymiz ham. Ammo biz uning mexanizmini yaxshiroq bilib, tegishli hayot falsafasini ishlab chiqsak, undan foydalanishimiz va zavqlanishimiz mumkin».

«Bizni stressning o'zi emas balki, bizning stressga bo'lgan reaksiyamiz nobud qiladi». Gans Sele

Taniqli kanadalik biokimyogar, patolog, endokrenolog, "stress" xolatini ilk asoslab bergan olim Gans Gugo Bruno Sele stressning 3 bosqichini aniqlab bergan.

1-bosqich; Mobilizatsiya: Organizm stressorga xavotir bilan javob beradi va stressorga qarshi turish uchun o'zining himoya resurslarini safarbar etadi.

2-bosqich; Qarama qarshilik: Tana stressli vaziyatga qarshilik ko'rsatadi odam undan chiqish yo'lini faol ravishda izlaydi.

3-bosqich; Stress omilining odamga uzoq vaqt ta'siri bilan charchashi: Tana charchay boshlaydi va (turli hil) ikkilamchi tahdidlarga zaif bo'lib qoladi.

Stress turlari.

O'tkir stress, surunkali stress, jismoniy stress, eustress, distress, psixologik stress, kasbiy stress, emotsional stress.

Eustress - ijobiy yoqimli stress bo'lib, ijobiy his tuyg'ular ta'sirida yuzaga keladi. Bunday holatda organizm jismoniy va hissiy emotsional chidamliligini rivojlantiradi, buning natijasida tananing funksional zaxirasi oshadi, u stress omiliga moslashadi va stressning o'zi mustaqillikni bartaraf etadi. Eustress ijobiy hissiyotlar ta'sirida rivojlanib, organizmni ruhlantiradi.

Distress - qiyin, noqulay, buning natijasida tananing himoya kuchi qobiliyati pasayadi. Bu esa moslashish mexanizmlarining buzilishiga va turli psixosomatik kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi. Shaxsning atrof-muhitga moslashish qobiliyati, aqliy faoliyat, mehnat faoliyatining samaradorligi pasayadi, reproduktiv salomatlik, asab tizimini zaiflashtiradi.

Emotsional stress doimiy davomiy salbiy emotsiyalar natijasida kelib chiqadi.

Psixologik stress ijtimoiy ta'sir ostida kelib chiqadi. Stress o'zgaruvchan tashqi muhitga moslashishga yordam beradi, lekin me'yoridan oshib ketsa, salomatlikka zarar etkazishi mumkin. "Psixologik stress" atamasidan tashqari, adabiyotda "hissiy stress" va "psixo-emotsional stress" atamaları ham qo'llaniladi. Turli tadqiqotchilar (sotsiologlar, psixologlar, fiziologlar, psixiatrlar) bu atamaga o'z ma'nolarini qo'shadilar, bu, albatta, psixo-emotsional stressning yagona konsepsiyasini yaratishni qiyinlashtiradi. Ba'zi tadqiqotchilar ta'kidlashlaricha, ushbu atamaning paydo bo'lishi stress va hissiyotlarning uzviy bog'liqligini va hatto murakkab reaksiyada hissiyotlarning ustunligini ta'kidlaydi.

Stressning belgilari: Inson stressogen olamda yashaydi, Gans Sele Brunoning aytishicha “Inson uyquda ham stress holatida bo‘ladi”. Ertami-kechmi stress hayotimizga kirib boradi. Salbiy ta’sir darajasi etarlicha yuqoriligini aniqlash uchun inson o‘zida qanday belgilarni sezishi, his qilishi, bilishi, kuzatishi, tahlil qilishi kerak:

Asabiylikning kuchayishi. Siz odatdagidan ko‘proq g‘azablanasiz va asabiylashasiz. Chalkashlik va e’tiborsizlik. Qabul qilish o‘z fikrlarini to‘play olmaslik va vaziyat yoki vaziyat o‘zgarishiga tezda munosabat bildirsa olmaslikka olib keladi. Charchoq. Agressiya.

Odam kim bilan muloqotda bo‘lmasin aytilgan har qanday so‘zga keskin munosabat bildiradi. Shu bilan birga, bunday reaksiya ongsiz darajada odam uchun deyarli sezilmaydi. (bunday holatlarda vaqt o‘tishi bilan refleksiya yo‘q bo‘lib ketishi mumkin). Ta’sirchanlik. Ha, stress ta’siriga berilib, ba’zi odamlar atrofdagi hamma narsaga juda ta’sirchan, qo‘zg‘aluvchan bo‘lib qoladi. Bosh, bo‘yin, elka, orqa tomondagi mushaklarning kuchli zo‘riqishi; yuqori xavotirlik, bezovtalik, adekvat, real sabab bo‘lmasada arziyas sabablarga kuchli qo‘zg‘aluvchanlik; mehnat layoqatining pasayishi, bosim, apatiya, kayfiyatning keskin o‘zgaruvchanligi, buzilishi. Xotiraning, diqqatning, fikrlash jarayoni tempining susayishi; Stress gormoni bo‘lgan kortizol, surunkali stressda yuqori darajada bo‘ladi. Me’yorida ortib ketgan stressning inson organizmiga salbiy ta’siri asab tizimining, yurak tizimining zaiflashuvi, kayfiyatning o‘zgaruvchanligi, miya faoliyatining distruksiyasi, ruminatsiyaning ko‘payishi, fiziologik va psixologik o‘zgarishlar, reproduktiv tizimga salbiy ta’sir, qo‘zg‘aluvchanlik, uyquning buzulishi, suitsid fikrlar, hayot sifatini pasayishiga, qisqarishiga, ijobiy hissiyotlarni his qilmaslikka sabab bo‘ladi. Stress gormonlari adrenalin, noradrenalin, kortizol ushbu stress gormonlari doimo organizmda sintez bo‘lib ajralib chiqadi, har uchchala gormon inson organizmiga aniq ta’sir ko‘rsatadi.

Stress belgilarining emotsional, jismoniy, intellektual va hulq atvor belgilari mavjud. Bosh, bo‘yin, elka, orqa tomondagi mushaklarning kuchli zo‘riqishi; yuqori xavotirlik, bezovtalik, adekvat, real sabab bo‘lmasada arziyas sabablarga kuchli qo‘zg‘aluvchanlik; mehnat layoqatining pasayishi, bosim, apatiya, xotiraning, diqqatning, fikrlash jarayoni tempining susayishi,

kayfiyatning keskin o‘zgaruvchanligi, buzilishi holatlari kuzatilishi mumkin.

Organizmning stressga chidamliligi tashqi ogohlantirishlarga, ta’sirli omillarga moslashish yoki ularni tahlil qilish, refleksiya qilish ba’zi xollarda esa foydali himoya funksiyasidir. Shaxsning stressga chidamlilik ko‘nikmalarining rivojlanganligi, shaxsga har qanday stressli vaziyatda muvozanatli, hotirjam, resursda bo‘lish imkoniyatini beradi; Bu insonning turli xil hayotiy muammolarni engishga psixologik tayyorligi. Stress omillari, ya’ni kuchli tashqi stimullarning ichki muvozanatni buzish ehtimoli mavjud. Tana har qanday stressga, yoqimli yoki yoqimsiz, o‘ziga xos bo‘lmagan

fiziologik qo'zg'alish bilan javob beradi. Ushbu reaksiya himoya-adaptivdir. Stressni engillashtirish, stressga chidamlilik ko'nikmalarini rivojlantirish uchun har bir inson o'zining ko'ping strategiyasiga ega bo'lishi lozim.

Koping strategiya-stressni engillashtirish uchun strategiyalari deganda, odamning muammoni engib o'tish qobiliyatidan yuqori deb baholanadigan maxsus tashqi yoki ichki talablarni engishga qaratilgan dinamik kognitiv va hulq-atvor urinishlari tushuniladi. Individdning muammoni engib o'tish, bartaraf etish imkoniyatlaridan oshib ketishi bilan baholanadi.

Ya'ni, koping strategiyasi-bu insonning turli xil hayotiy muammolarni engishga psixologik tayyorligidir.

Koping- bu shaxsning stressli vaziyatni, stressli holatni ikki bosqichli baholash jarayoni, ya'ni nima bo'layotgani va u bilan nima qilish kerakligi haqida qaror qabul qilishidir.

Birinchi qadam-bu birlamchi baholash unda odam biror narsa unga yoki uning hayotiga, havfsizligiga tahdid soladimi yoki yo'qligini aniqlaydi, tahlil qiladi. Ikkilamchi baholash odam vaziyatni o'zgartirish uchun salbiy oqibatlarni minimallashtirish va ijobiy oqibatlarga olib kelish ehtimolini oshirish uchun biror narsa qila oladimi yoki yo'qmi. Shu bilan birga psixologik kompetensiyaning ajralmas qismi bo'lgan hissiy va adaptiv intellekt, konfliktologik kompetensiya, psixologik plastik holatga kelish, frustratsion bag'rikenglik ko'nikmalarini ham rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Hissiy intellekt-bu his tuyg'ularni va hissi ma'lumotlarni qayta ishlash va hissiyotlarga asoslangan holda rivojlanish qobiliyati dir. Yuqori hissiy intellektga ega bo'lgan odamlar his-tuyg'ular bilan bog'liq muammolar spektrini aniq va tez hal qilish qobiliyatiga egalar.

Adaptiv intellekt-bu analitik fikrlash, donolik, har qanday vaziyat uchun g'ayrioddiy echimlarni topish va atrof-muhitni o'z ehtiyojlariga moslashtirish qobiliyatini o'z ichiga olgan aqliy faoliyat bo'lib, yangi muammolar va vazifalar ostida tezda qayta qurishga tayyorlik va qobiliyat, yangi xulq-atvor modelini yaratish va o'zlashtirish qobiliyatidir. Adaptiv kuzatish yordamida inson muayyan vaziyatlarda qanday qilib yaxshiroq harakat qilishni va ularga moslashishni tushunishi mumkin.

Yuqori adaptiv intellektga egabo'lgan odamlar mumkin bo'lgan o'zgarishlarni, ehtiyojlarni, tendensiyalarni va imkoniyatlarni oldindan bilish, ehtiyojlarni boshqa odamlar tushunadigan tarzda shakllantirish, doimiy o'rganish va ularning harakatlarini to'g'rilashga olib keladigan yangi sharoitlarga moslashish, qaror qabul qilishda shaffoflik va fikr-mulohazalarga ochiqlik qobiliyatiga egadirlar.

Konfliktologik kompetensiya - bu nizo mojaro bilan konstruktiv ishlashning mumkin bo'lgan usullari, ularni amaliy qo'llash bo'yicha ma'lum ko'nikmalar

to'plami va zarur shaxsiy va kasbiy fazilatlar to'g'risida nazariy bilimlarning mavjudligini nazarda tutadigan murakkab tushuncha.

Konfliktologik kompetensiyaning ba'zi tarkibiy qismlari: Odamlar o'rtasidagi ziddiyatlar va nizolarning mohiyatini tushunish;

- Tashkilotdagi nizolarga konstruktiv munosabatni shakllantirish;
- Nizoli murakkab vaziyatlarda nizosiz muloqot qilish ko'nikmalariga ega bo'lish;

- Yuzaga kelgan muammoli vaziyatlarni baholash va tushuntirish qobiliyati;

- Konfliktli hodisalarini, vaziyat, holatlarni boshqarish ko'nikmalarining mavjudligi;

- Yuzaga keladigan nizolarning konstruktiv hal qilish rivojlantirish qobiliyati;

- Qarama-qarshiliklar va nizolarni konstruktiv tartibga solish qobiliyati;

- Mojarolarning mumkin bo'lgan oqibatlarini oldindan bilish qobiliyati;

- Ziddiyatlarning salbiy oqibatlarini bartaraf etish ko'nikmalariga ega bo'lish;

- Yuzaga kelgan nizoning eskalatsiya bo'lishining oldini olish; Odamning o'zgarishlarga moslashish, yangi sharoitlarga moslashish va stressli vaziyatlarga samarali javob berish qobiliyati.

Psixologik plastik holat

Bunga ehtiyotkorlik, fikrlash va harakatlarning moslashuvchanligi, shuningdek, his-tuyg'ularingizni qarshiliksiz yoki baholarisiz qabul qilish va boshdan kechirish qobiliyati kiradi.

Psixologik plastik holatning ba'zi jihatlari:

Hozirgi lahzani qabul qilish. Hozirgi holatni, uning hissiy rangidan qat'i nazar, yashab o'tish qobiliyati va salbiy his-tuyg'ularni bostirmaslik.

Vaziyatni qayta baholash. Kerak bo'lganda o'z takidlari va yondashuvlarini qayta ko'rib chiqish imkoniyati.

Qadriyatlarga e'tibor qaratish. Qadriyatlaringizga qarab harakat qilish qobiliyati, hatto ularga boradigan yo'l kutilganidan ham qiyinroq bo'lsa ham.

Rivojlangan psixologik plastik holatda bo'lgan odamlarning hayot sifati yuqori, o'zgalar bilan munosabatlari, jismoniy salomatliglari yaxshiroq bo'ladi.

Frustratsion bag'rikenglik

Umidsizlikka chidamlilik-bu ko'ngilsizliklarga(frustratlarga) qaramay, sabr-toqat, chidamlilik, og'ir ichki kechinmalar va keskin reaksiyalarning yo'qligi.

Tolerantlik insonning umidsizlik holatini adekvat darajada baholash va undan chiqish yo'lini oldindan bilish qobiliyatiga asoslangan.

S. Rozensveyg umidsizlik bag'rikengligini sub'ektning ehtiyojni qondirish yoki javobni o'z vaqtida kechiktirish qobiliyati deb tushungan.

Umidsizlik bag‘rikengligi shaxsni shakllanishi va uning hayotdagi qiyinchiliklarga hissiy munosabatining barqaror shakllarini rivojlanishi jarayonida rivojlanadi.

Umidsizlikka chidamlilik qiyinchiliklarni engib o‘tishni va stressni engish uchun sog‘lom strategiyalarni saqlashni o‘z ichiga olganligi sababli, bu odamning stressga chidamliligi bilan chambarchas bog‘liq.

Xulosa qilib aytganda yuridik xizmat xodimlari tomonidan jismoniy va yuridik shaxslarga har kuni ko‘plab xizmatlar ko‘rsatilar ekan avvalo, xizmatlarini ko‘rsatish jarayonida xodimlarning odob-axloqi alohida ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga sifatli xizmat ko‘rsatishlari uchun albatta kasbiy mahoratlari yuqori rivojlangan va ushbu mahoratning ajralmas qismi bo‘lgan psixologik kompetensiya ko‘nikmalarini ham muntazam ravishda rivojlantirishlari maqsadga muvofiqdir.