

MULOQOT PSIXOLOGIYASINING SHAXS HAYOTIDAGI AHAMIYATI HAMDA SHAKLLANISH BOSQICHLARI

Kuralboyeva Saida Zakirovna

*Toshkent viloyat O'rta Chirchiq
tumani 14-umumiy o'rta ta'lim
maktabi amaliyotchi psixologi*

ANNOTATSIYA

Muloqot - odamlarning birgalikdagi faoliyatlari ehtiyojlaridan kelib chiqadigan turli faolliklari mobaynida bir-birlari bilan o'zaro munosabatlarga kirishish jarayonidir. Ya'ni, har bir shaxsning jamiyatda bajaradigan faoliyatlari (mehnat, o'qish, o'yin, ijod qilish va boshqalar) o'zaro munosabat va o'zaro ta'sir shakllarini o'z ichiga oladi. Chunki har qanday ish odamlarning bir-birlari bilan til topishishni, bir-birlariga turli xil ma'lumotlarni uzatishni, fikrlar almashinuvi kabi murakkab hamkorlikni talab qiladi. Shuning uchun ham har bir shaxsning jamiyatda tutgan o'rni, ishlarining muvaffaqiyati, obro'si uning muloqotga kirisha olish qobiliyati bilan bevosita bog'liqdir. Bir qarashda osongina tuyulgan shaxslararo muloqot aslida juda murakkab jarayon bo'lib, unga odam hayoti mobaynida o'rganib boradi.

Kalit so'zlar: psixologik ta'sir, adekvatlik, identifikatsiya, hissiy komponent, empatiya, muloqot, psixik jarayonlar, ruhiyat.

KIRISH

Ushbu maqola O'zbekiston Respublikasida amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlar va asosiy vositalarni jadal yangilash zarurati sharoitida lizing xo'jalik yurituvchi sub'ektlarning investitsiya faoliyatini moliyalashtirish shakli sifatida alohida ahamiyatga ega Zamonaviy dunyoda oila yangi shakllarga ega va bilan taqqoslaganda sezilarli darajada o'zgartirilgan oldingi avlodlar davomida qabul qilingan oilaviy munosabatlarning an'anaviy shakllari. Muloqotning psixologik jihatdan murakkab ekanligi haqida B.F.Parigin shunday yozadi: «Muloqot shunchalik ko'p qirrali jarayonki, unga bir vaqtning o'zida quyidagilar kiradi:

- a) Individlarning o'zaro ta'sir jarayoni;
- b) Individlarning o'rtasidagi axborot almashinuvi jarayoni;
- d) Bir shaxsning boshqa shaxsga munosabati jarayoni;
- e) Bir kishining boshqalarga ta'sir ko'rsatish jarayoni;
- f) Bir-birlariga hamdardlik bildirish imkoniyati;
- g) Shaxslarning bir-birlarini tushunishi jarayoni.

Muloqotda muhim o'rinni psixologik ta'sir egallaydi. Psixologik ta'sir aloqaning tarkibiy birligi, tarkibiy qismidir. Aslini olganda, bu bir shaxsning (yoki bir guruh

odamlarning) boshqa shaxs (yoki odamlar guruhi) psixikasiga kirib borishidir. Ushbu kirishning maqsadi va natijalari individual yoki guruh ruhiy hodisalarini (qarashlar, munosabatlar, holatlar va boshqalar) o'zgartirish, qayta qurishdir. Psixologik ta'sir hech qanday qudratli emas, garchi ma'lum sharoitlarda odamlarning psixikasida va u orqali ularning faoliyati va xatti-harakatlarida ma'lum o'zgarishlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Odamlar o'rtasidagi muloqotning o'ziga xos shakli bu do'stlik munosabatlari va o'zaro munosabatlarning barqaror, individual tanlangan tizimi bo'lib, muloqot qiluvchilarning o'zaro bog'lanishi, bir-biri bilan muloqot qilishdan yuqori darajada qoniqish bilan tavsiflanadi. Do'stlikning rivojlanishi uning yozilmagan kodiga rioya qilishni o'z ichiga oladi, bu o'zaro tushunish, ochiqlik, ishonch, o'zaro yordam, boshqa birovning ishlariga o'zaro qiziqish, his-tuyg'ularning fidokorligi zarurligini tasdiqlaydi. Do'stlik kodeksining jiddiy buzilishi uning tugatilishiga yoki do'stlikning yuzaki, do'stona munosabatlarga tushishiga yoki hatto uning qarama-qarshiligiga, adovatga aylanishiga olib keladi.

Yuqorida aytib o'tilganidek, o'zaro tushunishsiz o'zaro ta'sir qilish mumkin emas. Shu bilan birga, aloqa sherigi qanday qabul qilinganligi juda muhimdir. Bu jarayon muloqotning majburiy komponenti sifatida ishlaydi va shartli ravishda muloqotning pertseptiv tomoni deb atash mumkin. Muloqotning perseptiv tomoni - bu boshqa shaxsni idrok etish: uning tashqi belgilari, uning idrok etuvchi shaxsning shaxsiy xususiyatlari bilan bog'liqligi va uning harakatlarini talqin qilish. Eng umumiy ma'noda aytishimiz mumkinki, boshqa shaxsni idrok etish uning tashqi belgilarini idrok etish, ularning idrok etilayotgan shaxsning shaxsiy xususiyatlari bilan bog'liqligi va uning harakatlarini shu asosda talqin qilishni anglatadi. O'zini boshqasi bilan taqqoslash, go'yo ikki tomondan amalga oshiriladi: sheriklarning har biri o'zini boshqasiga o'xshatadi.

Shaxslararo munosabatlar - bu bizga yaqin odamlar bilan munosabatlar; bu otaonalar va bolalar, er va xotin, aka-uka va opa-singil o'rtasidagi munosabatlardir. Albatta, yaqin shaxsiy munosabatlar faqat oilaviy davralar bilan chegaralanmaydi, bunday munosabatlar ko'pincha turli sharoitlarda birga yashaydigan odamlarni o'z ichiga oladi. Bu munosabatlardagi umumiy omil turli xil mehr-muhabbat, sevgi va sadoqat tuyg'ulari, shuningdek, ushbu munosabatlarni saqlab qolish istagi. Agar xo'jayiningiz hayotingizni qiyinlashtirsa, u bilan xayrlashishingiz mumkin; agar do'kondagi sotuvchi sizga tegishli e'tibor bermagan bo'lsa, siz u yerga boshqa bormaysiz; agar xodim sizga bevafo bo'lsa, iloji bo'lsa, u bilan aloqa qilmaslikni afzal ko'rasiz va hokazo. Ammo, agar biz va yaqinlarimiz o'rtasida muammolar yuzaga kelsa, bu biz uchun juda muhim bo'ladi. Sartarosh bilan yomon munosabatda bo'lganligi sababli psixologga qancha odam keladi? Boshqa tomondan, biz ko'plab odamlarning

maishiy va oilaviy, jamoaviy muammolarda maslahat va yordam so'rab murojaat qilayotganini ko'ramiz.

Bir necha asrlar davomida shaxslararo munosabatlar bilan bog'liq muammolar nafaqat o'z dolzarbligini yo'qotibgina qolmay, balki ko'plab ijtimoiy va gumanitar fanlar uchun tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shaxslararo munosabatlar va unda o'zaro tushunishga erishish imkoniyatlarini tahlil qilib, jamiyat, oila va shaxs rivojlanishidagi ko'plab ijtimoiy muammolarni tushuntirish mumkin. Inson hayotining ajralmas atributi bo'lgan shaxslararo munosabatlar hayotning barcha jabhalarida muhim o'rin tutadi. Shu bilan birga, shaxslararo munosabatlarning sifati muloqotga, erishilgan tushunish darajasiga bog'liq.

Bir qator ijtimoiy va gumanitar fanlarda unga bo'lgan qiziqish ortib borayotganiga qaramay, shaxslararo munosabatlardagi muloqotning roli hali ham yetarlicha o'rganilmagan. Ammo unga yondosh bir qancha qarashlar mavjud:

1. Muloqot kategoriyasini o'zaro bog'liq bo'lgan munosabatlar toifalari sohasidan aniq farqlash zarurati;
2. Muloqot darajalariga ko'ra shaxslararo munosabatlarni tuzishga urinish.
3. Jamiyatning tushunmovchilik bilan bog'liq shaxslararo va shaxslararo ziddiyatlarni hal qilish zarurati. maqsad bu kurs ishi shaxslararo munosabatlarda muloqotning rolini tushunish, shuningdek, shaxslararo munosabatlarni muloqot darajalariga ko'ra tuzishga urinishdir.

Shaxslararo munosabatlarning tarkibiy qismlari:

1. Kognitiv komponent- barcha kognitiv psixik jarayonlarni o'z ichiga oladi: hislar, idrok etish, tasvirlash, xotira, fikrlash, tasavvur. Ushbu komponent tufayli birgalikdagi faoliyatda sheriklarning individual psixologik xususiyatlari va odamlar o'rtasidagi o'zaro tushunish haqida bilim mavjud. O'zaro tushunishning xususiyatlari quyidagilardan iborat:
2. Adekvatlik - idrok etilayotgan shaxsning ruhiy aks etishining to'g'riligi;
3. Identifikatsiya - shaxs tomonidan o'z shaxsiyatini boshqa shaxsning shaxsiyati bilan aniqlash;
4. Hissiy komponent- shaxsning boshqa odamlar bilan shaxslararo muloqotda bo'lgan ijobiy yoki salbiy tajribalarini o'z ichiga oladi.

Odamlar muloqot jarayonida so'zlardan tashqari, ya'ni verbal vositalardan tashqari turli xil harakatlardan, qiliqlardan holatlardan, kulgu, ohanglar va boshqalardan ham foydalanadilar. Qiliqlar, mimika, ohanglar, to'xtashlar (pauza), hissiy holatlar, kulgu, yig'i, ko'z qarashlar, yuz ifodalari va boshqalar o'zaro muloqotning nutqsiz vositalari bo'lib, ular muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, uni to'ldiradi, ba'zan esa nutqli muloqotning o'rnini bosadi, bunday vositalarni noverbal vositalar deyiladi. Buyuk rus yozuvchisi L.Tolstoy odamlarda 97 xil kulgu turi hamda 85 xil ko'z qarashlari turi borligini kuzatgan. G.M. Andreevaning yozishicha, odam

yuz ifodalari, nigohlarning 2000 ga yaqin ko`rinishlari bor. Ayniqsa, birinchi bor uchrashganda ko`zlar to`qnashuvi, nigohlarning roli keyingi muloqotning taqdiriga kuchli ta`sir ko`rsatishi maxsus tadqiqotlar jarayonida o`rganilgan. Bularning barchasi muloqotning hissiy tomondan boy, mazmundor bo`lishini ta`minlab, odamlarning bir-birlarini tushunishlariga yordam beradi. Muloqotning noverbal vositalarining milliy hamda xududiy xususiyatlari borligini ham alohida ta`kidlab o`tmoq lozim. Masalan, o`zbek xalqining muloqot jarayoni boy, o`zaro munosabatlarning bevosita xarakteri unda shunday vositalarning ko`proq ishlatilishi bilan bog`liq. Bolalarning o`z yig`isi bilan onasiga o`z his-kechinmalari hamda xohishlarini bildirishlari ham bolalarning yosh xususiyatlariga bog`liq. Boshqa millatlar madaniyatiga nazar tashlanadigan bo`lsa, ularda ham ba`zi bir muloqot vositalarining turli millatlarda turli maqsadlarda ishlatilishining guvohi bo`lish mumkin. Bolgarlar agar biron narsa bo`yicha fikrni tasdiqlamoqchi bo`lishsa, boshlarini u yoq-bu yoqqa chayqashar, inkor qilishmoqchi bo`lsa, aksincha, bosh siltashar ekan. Ma`lumki, o`zbeklar, ruslar va bir qator boshqa millatlarda buning aksidir.

Noverbal muloqotda suhbatdoshlarning fazoviy joylashuvlari ham katta ahamiyatga ega. Masalan, ayollar ko`proq hissiyotlarga boy bo`lganliklari sababli, suhbatlashayotganlarida bir-birlariga yaqin turib gaplashadilar, erkaklar o`rtasida esa doimo fazoviy masofa bo`ladi. Olimlarning aniqlashlaricha, bolalarni odatdagiday orqama-ketin o`tqazib o`qitgandan ko`ra, ularni yuzma-yuz o`tkazib davra qurib o`qitgan ma`qul emish, chunki bunday sharoitda o`quvchilarda ham javobgarlik hissi yuqoriroq bo`lar ekan hamda emotsiyalar almashinishgani uchun ham guruhdagi psixologik vaziyat ijobiy bo`lib, bolalarning predmetga va bir-birlariga munosabatlari ancha yaxshi bo`lar ekan.

Paralingvistik ta`sir - bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyatsiya, tovushlar, to`xtashlar, duduqlanish, yo`tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi. Shunga qarab, masalan, do`stimiz bizga biror narsani va`da berayotgan bo`lsa, biz uning qay darajada samimiyligini bilib olamiz. Kuyib - pishib, ochiq yuz va dadil ovoz bilan «Albatta bajaraman! », desa ishonamiz, albatta. Demak, ta`lim-tarbiya jarayonini tashkil etishda muloqotning barcha vositalariga, ayniqsa, nutqqa e`tibor berish kerak. Bolalarni ilk yoshlik chog`laridanoq nutq madaniyatiga o`rgatish, nutqlarini o`stirish choralarini ko`rish zarur. Pedagog esa shunday nutq madaniyatiga ega bo`lishi kerakki, u avvalo, uning faoliyatini to`g`ri tashkil etishni ta`minlasin, qolaversa, bolalarda nutqning o`sishiga imkoniyat bersin.

XULOSA

Agar biz suhbatdoshimizni yaxshi, diqqat bilan tinglasak, bu bilan biz unda o`z - o`ziga hurmatni ham tarbiyalaymiz. Demak, tinglash jarayoni ko`pchilik tasavvur

qilgani kabi unchalik passiv jarayon emas ekan. Uning muloqotning samarali bo'lishidagi ahamiyati nihoyatda katta. Chunki tinglash qobiliyati gapiruvchini ilhomlantiradi, uni ruhlandıradi, yangi fikrlar, g'oyalarning shakllanishiga sharoit yaratadi. Shuning uchun ma'ruzachi professorning har bir chiqishi va ma'ruzasi agar talabalar tomonidan diqqat bilan tinglansa, bu pedagogik muloqotdan ikkala tomon ham teng yutadi. Agar muloqot jarayonida ishtirok etuvchi ikki jarayon - gapirish va tinglashning faol o'zaro ta'sir uchun teng ahamiyatini nazarda tutsak, bu jarayon qatnashchilarining psixologik savodxonligi va muloqot texnikasini egallashining ahamiyatini anglash qiyin bo'lmaydi. Shuning uchun ham ijtimoiy psixologiyada odamlarni samarali muloqotga ataylab o'rgatishga juda katta e'tibor beriladi. Bu boradagi fanning o'z uslubi bo'lib, uning nomi *ijtimoiy psixologik trening (IPT)* deb ataladi. *IPT* - muloqot jarayoniga odamlarni psixologik jihatdan hozirlash, ularda zarur kommunikativ malakalarni shakllantirishdir. Eng muhimi *IPT* mobaynida odamlarning muloqot borasidagi bilimdonligi ortadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Abdullayev Akmal Nasriddinovich (2020). THE FEATURES OF APPEARING FAMILY IN MODERN SOCIETY. European science review, (3-4), 69-72.
2. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
3. G'oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.
4. Vedenskaya L.V, Pavlova L.A. Delovaya retorika: uchebnoe posobie dlya vuzov.- M.:IKS "MarT", 2004-512 b.
5. Nemov R.S. Prakticheskaya Psixologiya Poznanie sebya: Vliyanie na lyudey:Posobie dlya uch-sya-M:Gumanit. Izd.Sentr VLADOS, 2003, - 320 b.
6. Internet materiallari