

## SHAXSDAGI INSONIY MUOMALA VA MULOQOTNING PSIXOLOGIK VOSITALARI

**ALLAJANOVA ADOLAT XAZRATQULOVNA**

**HAYITOVA OZODA SOBIRJON QIZI**

**YUSUPOVA DILDORA ABDUMALIK QIZI**

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti*

*Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi*

*3-bosqich talabalari*

**Yo'ldoshev Tojiddin Abdukurimovich**

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti*

*Pedagogika fakulteti, Pedagogika va psixologiya*

*Kafedra katta o'qituvchisi (maqola ilmiy rahbari)*

**Annotatsiya:** Maqolada insoniy muomala va muloqotning shaxs rivojlanisidagi o'rni. Rivojlanib kelayotgan yosh avlodga shaxslararo munosabatlarda muomala madaniyati shakllantirib, muloqotning turlari, shakllari va ulardan foydalanish usullari haqida yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** munosabat, psixika, qatiyat, muloqot, muomala, sotsiometriya, verbal, noverbal

Shaxs — ijtimoiy munosabatlar mahsuli deyilishining eng asosiy sababi uning doimo insonlar davrasida, ular bilan o'zaro ta'sir doirasida bo'lishini anglatadi. Bu shaxsning eng yetakchi va nufuzli faoliyatlaridan biri muloqot ekanligiga ishora qiladi. Muloqot — shaxsning individual rivojlanishi jarayonida namo- yon bo'ladigan birlamchi faoliyat turlaridan biri bo'lib, u inson- dagi kuchli ehtiyojlardan biri — inson bo'lish, odamlarga o'xshab gapirish, ularni tushunish, sevish, o'zaro munosabatlarni mu- vofiqlashtirishga qaratilgan ehtiyojlaridan kelib chiqadi. Shaxs o'z taraqqiyotini aynan shu faoliyat turini egallashdan boshlab, nutqi orqali (verbal) va nutqsiz vositalar (noverbal) yordamida boshqa faoliyat turlarini mukammal egallashga zamin yaratadi. Shaxsning ijtimoiy psixologik qiyofasi masalasi bugungi kunda o'ta muhimdir. Zero, har bir shaxsning jamiyatda ro'y berayotgan o'zgarishlarga munosabati, ularni idrok qilishi va anglash darajasi, o'z-o'ziga nisbatan munosabatining tabiati, xulqidagi ijtimoiy yo'nalishlar katta ahamiyatga egadir. Ayniqsa bolaning voyaga yetishi jarayonida uning ijtimoiylashuvi, ya'ni ijtimoiy munosa- batlar muhitiga kirib borishi, uning shaxs sifatida shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi. Ma'lumki, shaxsning ijtimoiylashuvi asosan maktab yillariga to'g'ri keladi. Shuning uchun maktab oldiga qo'yilgan asosiy vazifalardan biri bolaning kamoloti uchun sharoit yaratish, uning individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ta'lim-tarbiyaning eng

ma'qul usullarini joriy etish- dir. Layoqatini ilk yoshligidan aniqlash, iqtidorini har taraflama o'stirish, testlar vositasida bilimlarini oshirish va hokazo.

Har qanday faoliyat odamlarning bir-birlari bilan til topishishi- ni, bir-birlariga turli xil ma'lumotlar uzatishini, fikrlar almashinu- vi kabi murakkab hamkorlikni talab qiladi. Shuning uchun ham har bir shaxsning jamiyatda tutgan o'rni, ishlarining muvaffaqiyati, obro'si uning muloqotga kirish qobiliyati bilan bevosita bog'liq.

Muloqotning turli shakllari va bosqichlari mavjud bo'lib, dastlabki bosqich odamning o'z-o'zi bilan muloqotidir. T. Shibuta- ning «Ijtimoiy psixologiya» kitobida «Agar odam ozgina bo'lsa ham o'zini anglasa, demak, o'z-o'ziga ko'rsatmalar bera oladi», — deb yozgan edi. Odamning o'z-o'zi bilan muloqoti aslida uning boshqalar bilan muloqotining xarakterini va hajmini belgilaydi. Agar odam o'z-o'zi bilan muloqot qilishni odat qilib olib, doimo jamiyatdan o'zini chetga tortib, tortinib yursa, demak u boshqalar bilan suhbatlashishda jiddiy qiyinchiliklarni boshidan kechiradi, deyish mumkin. Demak, boshqalar bilan muloqot muloqotning ikkinchi bosqichidir. Uchinchi bosqich avlodlar o'rtasidagi muloqot. Bu muloqot tufayli har bir jamiyatning o'z madaniyati, madaniy boyliklari, qadriyatlari mavjud bo'ladiki, buning ahamiyatini tushungan insoniyatning eng ilg'or vakillari uni doimo ke- yingi avlodlar uchun saqlab keladilar hamda ta'lim-tarbiya va kundalik muloqot jarayonida uni avloddan avlodga uzatadilar.

Insoniy munosabatlar shunday o'zaro ta'sir jarayonlariki unda shaxslararo munosabatlar shakllanadi va namoyon bo'ladi. Bunday jarayon dastlab odamlar o'rtasida ro'y beradigan fikrlar, his-kechinmalar, tashvish-u quvonchlar almashuvini nazarda tutadi. Odamlar muloqotda bo'lgani sari, ular o'rtasidagi munosabatlar tajribasi ortgani sari taraflar o'rtasida umumiylik, o'xshashlik va uyg'unlik kabi sifatlar paydo bo'ladi-ki, ular bir-birlarini bir qarashda tushunadigan yoki «yarimta» jumladan ham ayon bo'ladigan bo'lib qoladi. Ayrim hollarda esa ana shunday muloqotning tig'izligi reaksiyalari, bir-biridan charchash, gapiradigan gapning qolmasligi kabi vaziyatlarni keltirib chiqaradi. Masalan: oila muhiti va undagi munosabatlar ana shunday tig'iz munosabatlarga kiradi. Faqat bunday tig'izlik oilaning barcha a'zolari o'rtasida emas, uning ayrim a'zolari o'rtasida bo'lishi mumkin (ona-bola, qaynona- kelin va h.k.).

O'zaro munosabatlarga kirishayotgan tomonlarning bu mu- nosabatlardan ko'zlaydigan asosiy maqsadlari o'zaro til topishish, bir-birini tushunishdir. Bu jarayonning murakkabligi, kerak bo'lsa «jozibasi», betakrorligi shundaki o'zaro bir xil o'ylashlari va gapirishlari mumkin emas. Har qanday faoliyatdan zerikish, charchash mumkin, faqat odam muloqotdan ayniqsa uning norasmiy, samimiy, bevosita shaklidan charchamaydi, yaxshi suhbatdoshlar doimo ma'naviy jihatdan rag'batlantiriladilar. XXI asr bo'sag'asida odamning eng tabiiy muloqotga ehtiyoji

uning sirlaridan xabar- dor bo‘lish va o‘zgalarga samarali ta’sir eta olishga ehtiyoji yanada oshdi va buning qator sabablari bor.

Birinchiidan, axborotlarning ko‘pchiligi aynan inson faoliyatiga aloqador ma’lumotlarni saralash u bilan to‘g‘ri munosabatda bo‘lishni taqozo etadi.

Ikkinchiidan, turli kasblar faoliyat sohasida ishlayotgan odamlar guruhining ko‘payishi, ular o‘rtasida munosabatlar va aloqaning dolzarabligi, axborotlarning tig‘iz sharoitda oddiygina muloqotni emas, balki professional bilimdonlik asosidagi muloqotni talab etadi.

Uchunchidan, oxirgi paytlarda kasb-hunarlar soni shunday ortdiki, ular sotsionomik guruh kasblar deb atalib ularda «odam-odam» dialogi faoliyatning samarasini belgilaydi. Masalan: pedagogik faoliyat, boshqaruv tizimi, turli xil (servis) marketing xizmatlari va boshqalar shular jumlasidandir.

Har bir ziyoli inson boshqalar bilan hamkorlik qilish mahorati va san’atiga ega bo‘lishi kerak. Bu vazifa odamlarni muomala va muloqot etikasiga o‘rgatishni har qachongidan ham dolzarb qilib qo‘ymoqda. Ma’lumki gaplashayotgan odamlardan biri gapiradi, ikkinchisi tinglaydi, eshitadi. Muloqotning samaradorligi ularning bir-birini to‘ldirishiga bog‘liq ekan. Uning ikkinchi tomoni tinglash qobiliyatiga deyarli e’tibor berilmaydi.

Mashhur amerikalik notiq, psixolog Deyl Karnegi: «Yaxshi suhbatdosh yaxshi gapirishni biladigan emas, balki tinglashni biladigan suhbatdoshdir», — deganda aynan shu qobiliyatlarning insonlarda rivojlangan bo‘lishini nazarda tutgan edi. Professional tinglash texnikasiga quyidagilar kiradi:

Faol holat. Bu kreslo yoki divan kabi mebelga bemalol yastanib yoki yotib olmaslik, suhbatdoshining yuzidan tashqari joylariga qaramaslik, mimika, bosh chayqash kabi harakatlar bilan uning har bir so‘ziga qiziqayotganingizni bildirishni nazarda tutadi.

Suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish. Bu nafaqat suhbatdoshni o‘ziga jalb qilish, balki keyin navbat sizga kelganda o‘zining har bir so‘ziga uni ham ko‘ndirishning samarali yo‘lidir.

O‘ychan jimlik. Bu suhbatdosh gapirayotganda mas’uliyat bilan tinglayotganday tasavvur qoldirish orqali o‘zingizni suhbatdan manfaatdorligingizni bildirish yo‘li.

Odamlar bir-birlari bilan muomalaga kirishar ekan, ularning asosiy ko‘zlagan maqsadlaridan biri o‘zaro bir-birlariga ta’sir ko‘rsatish, ya’ni fikr-g‘oyalariga ko‘ndirish, harakatga chorlash, yaxshi taassurot qoldirishdir.

Muloqot bu ikki yoki undan ortiq kishilar o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir, bilish, emotsional baholash xarakteridagi axborot al- mashinuvidir.

Muloqotning shakllari turlichadir: yuzma-yuz, texnik vositalar (telefon, telegraf) orqali, amaliy yoki do‘stona; subyekt- subyekt tipli (dialogik, sheriklik), subyekt-obyektli (monologik) bo‘lishi mumkun.

**Muloqotning tuzilishi:**

**Kommunikativ tomoni.** Kommunikatsiya inglizcha xabar qilish, aytish ma'nosini anglatadi. Axborot, fikr, kayfiyat, tasavvur almashinishning ikki tomoni bor: verbal — nutq orqali muloqot; noverbal — imo-ishora, mimika, harakatlar, belgilar (yo'l harakati).

**Muloqotning interfaol tomoni.** Kishilarning bir-biriga ta'sir o'tkazishi, tarbiyasi, xulq-atvoriga ta'siri tushuniladi. Psixologik ta'sir turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va xatti-harakatlariga ta'sir ko'rsata olishdir. Ijtimoiy psixologiyada psixologik ta'sirning asosan 3 vositasi farqlanadi:

Verbal ta'sir bu so'z va nutqimiz orqali ko'rsatadigan ta'sirimiz bo'lib bundagi asosiy vositalar so'zlardir. Ma'lumki, nutq — bu so'zlashuv, o'zaro muomala jarayoni bo'lib, uning vositasi so'zlar hisoblanadi. Monologik nutqda ham, dialogik nutqda ham odam o'zidagi barcha so'zlar zaxirasidan foydalanib, eng ta'sirchan so'zlarni topib sherigiga ta'sir ko'rsatishni xohlaydi.

Paralingvistik ta'sir — bu nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar bo'lib, bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyatsiya, tovushlar, to'xtashlar, duduqlanish, yo'tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi.

Noverbal ta'sirning ma'nosi «nutqsiz»dir. Bunga suhbatdoshlarning bir-birlariga nisbatan tutgan o'rinlari, holatlari, qiliqlari, mimikalari, pantomimika, qarashlar, bir-birini bevosita his qilishlar, tashqi qiyofa va boshqalar kiradi.

**Muloqotning perseptiv tomoni.** O'zaro bir-birini idrok qilish, tushunishga asoslanadi. Mexanizmlari:

**identifikatsiya** — o'xshatish, aynanlashtirish, o'zini munosabatdagi sherigining o'rniga qo'yib ko'rish, uning ichki dunyosiga kirish tushuniladi. Yaqin kishisidan ayrilib nihoyatda ezilib turgan odamni ko'rgan kishi, o'zining ham boshidan o'tgan tashvishlarni xotirlab, bir zumdayoq shu kishining ruhiy holatini xayolan o'z boshidan kechira boshlaydi;

**refleksiya** — subyektning u bilan munosabatga kirishgan sherigi tomonidan qay tarzda idrok etilishini anglab yetishdir. Kishining kishi tomonidan idrok etilishini ko'zgidagi qo'shaloq aksga o'xshatish mumkin. Kishi boshqa bironi aks ettirar ekan, o'sha kishining idrok etish ko'zgidagi aksida o'zini ham aks ettiradi;

**stereotiplashtirish** yillar davomida hosil bo'ladi. Xulq-atvor shakllarini tasniflash va ularni hozirgacha ma'lum va mashhur sanalgan, ya'ni ijtimoiy qoliplarga mos keladigan hodisalar jumlasiga kiritish yo'li bilan ularning sabablarini (ba'zan hech qanday asossiz) izohlashdan (mas. peshona katta bo'lsa aqlli bo'ladi, kabi) iboratdir. O'z-o'zidan ko'rinadiki, ana shu barcha qoliplar odamlarni noto'g'ri tarzda bilishga va ular bilan muomala jara-yonining jiddiy tarzda buzilishiga olib keladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. M. Rasulova, D. Abdullayeva, S. Oxunjonova. Bolalarning maktabga psixologik tayyorligi. — Toshkent. — 2003.
2. M.G. Davletshin, Sh. Do'stmuhamedova, M. Mavlonov,
3. S. To'ychiyeva. Yosh davrlari va pedagogic psixologiya (o'quv-metodik qo'llanma). TDPU, — T.: — 2004.
4. Z. Nishanova. Bolalar psixodiagnostikasi. TDPU nashriyoti. Toshkent — 1998.
5. M. Vohidov. Bolalar psixologiyasi. — Toshkent. «O'qituvchi»1882.
6. S.X. Jalilova va boshqalar. Shaxsning psixik taraqqiyoti diagnostikasi. — Toshkent. — 2009.
7. Melikboboyevich, S. U., Abdukarimovich, Y. T., & Erkinovich, N. S. (2023). THE ROLE OF FAMILY VALUES IN THE PREVENTION AND ELIMINATION OF CHILD AGGRESSIVENESS IN THE EDUCATION OF CHILDREN IN THE FAMILY. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 3(11), 275-277.
8. Melikboboyevich, S. U., & Abdukarimovich, Y. T. (2023). THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL SERVICES IN THE TREATMENT OF PERSONAL AGGRESSION. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR*, 1(3), 26-30.
9. Abdukarimovich, Y. T., & Melikmurodovich, S. U. B. (2022). Art Therapy in Eliminating Aggressiveness in the Individual. *Global Scientific Review*, 9, 1-4.
10. Abdukarimovich, Y. T., & Melikboboyevich, S. U. (2022). FORMING A RESPONSIBLE ATTITUDE TO THE FAMILY IN YOUNG PEOPLE. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(1), 653-657.
11. Melikboboyevich, S. U., Abdukarimovich, Y. T., & Toshmamatovich, N. J. (2024). WAYS TO ELIMINATE THE AGGRESSIVENESS OF THE ATHLETE RECEIVED SPORTS TRAINING. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR*, 1(6), 68-73.
12. Melikboboyevich, S. U., Abdukarimovich, Y. T., & Xayrullo o'g'li, R. S. (2024). WAYS TO ELIMINATE THE AGGRESSIVENESS OF THE ATHLETE BEFORE THE SPORTS COMPETITION. *Новости образования: исследование в XXI веке*, 2(17), 271-275.
13. Melikboboyevich, S. U., & Muxammadiyevich, B. M. M. (2024). INFLUENCE OF AGGRESSIVE CASES OF DEPUTY DIRECTORS OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS ON WORK ACTIVITIES. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR*, 1(6), 120-125.
14. Melikboboyevich, S. U., & Yusufaliyevna, H. S. (2024). EDUCATOR'S SKILL IN ELIMINATING AGGRESSIVE SITUATIONS OF CHILDREN RAISED IN PRESCHOOL EDUCATION ORGANIZATION. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 1(6), 611-616.