

“MULOQOT PSIXOLOGIYASI” MAVZUSINING MAZMUN VA MOXIYATI

Aysulu Samekeeva

Ájiniyaz nomidagi NMPI magistranti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8186801>

Anotatsiya. Ushbu maqolada psixologiya fanini o'qitishda foydalanishimiz mumkin bo'lgan muloqot mavzusining mazmun va mohiyati haqqida keng tushuncha berilgan va mavzuning barsha qirralarini oshib berishga harakat qilingan.

Tayach so'zlar: Muloqot, verbal ta'sir, noverbal, paralingvistik, ta'sir, tinglash texnikasi, aktiv holat, o'ychan jimlik, IPT.

“THE CONTENT AND ESSENCE OF THE TOPIC” PSYCHOLOGY OF COMMUNICATION

Abstract. This article provides a broad understanding of the content and relevance of the topic of communication, which we can benefit from in the teaching of psychology, and attempts are made to transcend the barsha facets of the topic.

Key words: Dialogue, verbal influence, noverbal, paralinguistic, influence, listening technique, active holat, thoughtful silence, IPT.

СОДЕРЖАНИЕ И СУЩНОСТЬ ТЕМЫ” ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ”

Аннотация. В этой статье дается широкое понимание содержания и природы предмета общения, которое мы можем использовать при преподавании психологии, и делается попытка превзойти все грани предмета.

Базовые слова: общение, вербальное влияние, невербальное, паралингвистическое, влияние, техника слушания, активная поза, мысленная тишина, ИПТ.

Muloqot – psixologik faoliyat sifatida. Muloqot odamlar amalga oshiradigan faoliyatlar ichida etakchi o'rinni egallab, u insondagi eng muhim ehtiyojni- jamiyatda yashash va o'zini shaxs deb hisoblash bilan bog'liq ehtiyojini qondiradi, shuningdek har bir inson uchun uning ahamiyati kattadir.

Psixologik ta'limotga muvofiq odamning shaxs sifatida rivojlanib, taraqqiy etishi uzoq muddatli va murakkab jarayon hisoblanadi. Odamning shaxs sifatida kamolga etishida nasl (biologik omil), ijtimoiy muhit (odam yashab turgan sharoit), aniq maqsadga yo'naltirilgan tarbiya bilan birga uning boshqa shaxslar bilan muloqotlarining ham muhim ahamiyati bor.

Tabiiyki, shaxs o'zi yashab turgan jamiyat odob-axloq normalari qurshovida hayot kechiradi. SHunday ekan, uning ma'naviy olami mazmuni ijtimoiy muloqotlari mohiyati bilan izohlanadi. Shaxsning ijtimoiy muloqotlari qanchalik boy va mazmundor bo'lsa, uning ma'naviy olami shu qadar yuksak bo'ladi.

Mustaqillik tufayli respublikamizda yangi mazmundagi ijtimoiy muhit yuzaga keladi. Buning natijasida inson shaxsi oldiga qo'yiladigan talablar ham o'zgardi, uning muloqotlari mazmuni va doirasi ham o'zgacha bo'lib qoldi.

Inson shaxsi yosh jihatdan o'sgan sari uning muloqot doirasi ham kengaya boradi. U o'zining barcha orzu va istaklarini aloqa orqali ro'yobga chiqaradi. SHuni ham hisobga olish kerakki, shaxs muloqotlarining mazmuni uning yoshi ulg'ayishi bilan bog'liq holda o'zgaruvchan bo'ladi. Agar yosh bilan bog'liq holda olib qaraladigan bo'lsa, shaxs muloqotlarining eng murakkab va mazmunli davri uning mehnat faoliyati bilan bog'liq

davridir. Bu davr muloqotlarida shaxsning insonparvarlik, vatanparvarlik, mehnatsevarlik, baynalminalchilik, jamoatchilik kabi yuqori tuyg'ulari namoyon bo'ladi. Bu kabi axloqiy tuyg'ularda ifodalangan mazmun shaxs muloqotlariga sayqal beradi, uning emotsional ta'sirini kuchaytiradi, muloqot jarayonini mazmundor qiladi va undan tomonlar ko'zlagan maqsadni amalga oshiradi.

Shaxslararo muloqotlar guruhdagi talabalarning bir-biri bilan (guruh muhitida), boshqa guruhlar va kurslar talabalari bilan o'qituvchilar, fakultet yoki bo'lim rahbarlari, o'qimaydigan do'stlari, oila a'zolari, qarindosh va og'a-inilar bilan bo'ladigan muloqotlarni o'z ichiga oladi. Bu muloqotlar jarayonida talaba shaxsining qobiliyatlari, qiziqishlari, diqqati, xotirasi, xayoli va tafakkuri kabilar o'z aksini topadi.

Muloqotlar tizimida o'qituvchi va talabalararo muloqotlarning roli kattadir. Bunday muloqotlar ularning jonli nutqi orqali amalga oshiriladi. Bu jarayon birining bilim berish (o'qituvchi), ikkinchisining shu bilimlarning idrok etishini (talaba) ta'minlashni amalga oshirish funksiyasini ado etish vazifasini bajaradi.

SHuning uchun ham har bir shaxsning jamiyatda tutgan o'rni, ishlarining muvaffaqiyati, obro'si, uning muloqotga kirisha olish qobiliyati bilan bevosita bog'liqdir.

Muloqotning turi va insoniy munosabatlar psixologiyasi. Muloqotning turi turlichadir. Masalan, bu faoliyat bevosita "yuzma - yuz" bo'lishi yoki u yoki bu texnik vositalar (telefon, internet, faks va shunga o'xshash) orqali amalga oshiriladigan; biror professional faoliyat jarayonidagi amaliy yoki do'stona bo'lishi; sub'ekt - sub'ekt tipli (diologik, sheriklik) yoki sub'ekt - ob'ektlilik (monologik) bo'lishi mumkin.

Biz ko'z oldimizga birinchi darsni keltira olsak, o'sha paytdagi hayajonni, quvonchni, ijodiylik hissinu tuyamiz. Bolalar bilan bo'lgan damlarimiz esda holsa, iz holsa, demak, bu muloqot uslubiga bog'liq. Pedagog kommunikativ muloqotini mahsuldor bo'lishi uchun u pedagogik ta'sir kuchining tizimlarini, uning har bir

qismini bilishi zarur. Dars jaraenida o'qituvchi qaysi usulni qo'llaetganini doimo eslab turishi kerak. Buning uchun pedagog ikkita muhim muammoni hisobga olishi: - o'zining hatti-harakatini to'g'ri tashkillashtirishi; - kommunikativ ta'sir samaradorligini ta'minlashi zarur. Pedagogik faoliyat jaraenidagi muloqotning quyidagicha tavsiflash mumkin:

1) o'quvchi-talaba va pedagog muloqoti tizimining umumiy tuzilishi(muloqotning aniq usuli);

2) pedagogik faoliyatning aniq bosqichi uchun xos bo'lgan muloqot tizimi;

3) aniq pedagogik va kommunikativ masalalarni echishda namoèn bo'ladigan muloqotning vaziyatli tizimi. Pedagog va ta'lim oluvchilarning ijtimoiy-psixologik ta'sir xususiyatlarini muloqot uslublari orqali quyidagicha tushunish mumkin: a) pedagogning kommunikativ imkoniyatlari; b) pedagog va tarbiyalanuvchilar o'rtasidagi munosabatlar tabiati; v) pedagogning ijodiy individualligi; g) o'quvchi-talabalar jaoasining xususiyatlari.

O'zaro munosabatlarga kirishayotgan tomonlar munosabatdan ko'zlaydigan asosiy maqsadlari - o'zaro til topishish, bir-birini tushunishdir. Bu jarayonning murakkabligi, kerak bo'lsa, "jozibasi", betakrorligi shundaki, o'zaro bir xil til topishish yoki tomonlarning aynan bir xil o'ylashlari va gapirishlari mumkin emas.

Agar ana shunday vaziyatni tasavvur qiladigan bo'lsak, bunday muloqot eng samarasiz, eng beta'sir bo'lgan bo'lar edi. Masalan, tasavvur qiling, uzoq vaqt ko'rishmay qolgan do'stingizni ko'rib qoldingiz. Siz undan xol - ahvol so'radigiz, lekin u tashabbusni sizga berib, nimaiki demang, sizni ma'qullab, gapingizni qaytarib turibdi. Bunday muloqot juda bemaza bo'lgan va siz ikkinchi marta o'sha odam bilan iloji boricha rasman salom-alikni bajo keltirib o'tib ketavergan bo'lardingiz. YA'ni, muloqot faoliyati shunday shart-sharoitki, unda har bir shaxsning individualligi, betakrorligi, bilimlar va tasavvurlarning xilma - xilligi namoyon bo'ladi va shunisi bilan u insoniyatni asrlar davomida o'ziga jalb etadi.

Shuning uchun ham muloqot, uning tabiati, texnikasi va strategiyasi, muloqotga o'rgatish (sotsial psixologik trening) masalalari bilan shug'ullanuvchi fanlarning ham jamiyatdagi o'rni va salohiyati keskin oshdi.

Shaxslararo muomalaning shaxs taraqqiyotidagi o'rni. Aslida har bir insonning ijtimoiy tajribasi, uning insoniy qiyofasi, fazilatlari, xattoki, nuqsonlari ham muloqot jarayonlarining mahsulidir. Jamiyatdan ajralgan, muloqotda bo'lish imkoniyatidan mahrum bo'lgan odam o'zida individ sifatlarini saqlab qolishi mumkin, lekin u shaxs bo'lolmaydi. SHuning uchun muloqotning shaxs taraqqiyotidagi ahamiyatini tasavvur qilish uchun uning funksiyalarini tahlil qilamiz.

Har qanday muloqotning eng elementar funksiyasi - suhbatdoshlarning o'zaro bir-birini tushunishlarini ta'minlashdir. Bu o'zbeklarda samimiy salom-alik, ochiq yuz bilan kutib olishdan boshlanadi. O'zbek xalqining eng nodir va buyuk xislatlaridan biri ham shuki, uyiga birov kirib kelsa, albatta ochiq yuz bilan kutib oladi, ko'rishadi, so'rashadi, xol-ahvol so'raydi. SHunisi xarakterliki, ta'ziyaga borgan chog'da ham ana shunday samimiyatli qabulni xis qilamiz. Bu kabi birlamchi kontakt usullari boshqa millat va xalqlarda ham bor, ya'ni bu jihat milliy o'ziga xoslikka ega.

Uning ikkinchi muhim funksiyasi ijtimoiy tajribaga asos solishdir. Odam bolasi faqat odamlar davrasida ijtimoiylashadi, o'ziga zarur insoniy xususiyatlarni shakllantiradi. Odam bolasining yirtqich hayvonlar tomonidan o'g'rilanib ketilishi, so'ng ma'lum muddatdan keyin yana odamlar orasida paydo bo'lishi faktlari shuni ko'rsatganki, "mauglilar" biologik mavjudot sifatida rivojlanaveradi, lekin ijtimoiylashuvda ortda qolib ketadi. Bundan tashqari, bunday xolat boladagi bilish qobiliyatlarini ham cheklashi ko'plab psixologik eksperimentlarda o'z isbotini topdi.

Muloqotning yana bir muhim vazifasi - u odamni u yoki bu faoliyatga hozirlaydi, ruhlantiradi. Odamlar guruhidan uzoqlashgan, ular nazaridan qolgan odamning qo'li ishga ham bormaydi, borsa ham jamiyatga emas, balki faqat o'zigagina manfaat keltiradigan ishlarni qilishi mumkin. Masalan, ko'plab tadqiqotlarda izolyasiya, ya'ni odamni yolg'izlatib qo'yishning uning ruhiyatiga ta'siri o'rganilgan. Masalan, uzoq vaqt termokamerada bo'lgan odamda idrok, tafakkur, xotira, xissiy xolatlarning buzilishi qayd etilgan. Lekin ataylab emas, taqdir taqozosi bilan yolg'izlikka mahkum etilgan odamlarning maqsadli faoliyatlar bilan o'zlarini band etishlari u qadar katta salbiy o'zgarishlarga olib kelmasligini ham olimlar o'rganishgan. Lekin baribir har qanday yolg'izlik va muloqotning etishmasligi odamda muvozanatsizlik, xissiyotga beriluvchanlik, xadiksirash, havotirlanish, o'ziga ishonchsizlik, qayg'u, tashvish xislarini keltirib chiqaradi. SHunisi qiziqki, yolg'izlikka mahkum bo'lganlar ma'lum vaqt o'tgach ovoz chiqarib, gapira boshlasharkan. Bu

avval biror ko'rgan yoki his qilayotgan narsasi xususidagi gaplar bo'lsa, keyinchalik nimagadir qarab gapiraverish ehtiyoji paydo bo'lar ekan. Masalan, M.Sifr degan olim ilmiy maqsadlarini amalga oshirish uchun 63 kun g'or ichida yashagan ekan. Uning keyinchalik yozishicha, bir necha kun o'tgach, u turgan erda bir o'rgimchakni ushlab oladi va u bilan dialog boshlanadi. "Biz, deb yozadi u shu hayotsiz g'or ichidagi tanho tirik mavjudotlar edik. Men o'rgimchak bilan gaplasha boshladim, uning taqdiri uchun qayg'ura boshladim..."

SHunday qilib, muloqot odamlarning jamiyatda o'zaro hamkorlikdagi faoliyatlarining ichki psixologik mexanizmini tashkil etadi qolaversa, hozirgi yangi demokratik munosabatlar sharoitida turli ishlab chiqarish qarorlarini yakka tartibda emas, balki kollegial - birgalikda chiqarish ehtiyoji paydo bo'lganligini hisobga olsak, odamlarning muomala madaniyati va muloqot texnikasi mehnat unumdorligi va samaradorlikning muhim omillaridandir.

Insoniy muomala va muloqotning psixologik vositalari. 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, ustanovkalarni o'zgartirish va yaxshi taassurot qoldirishdir. Psixologik ta'sir - bu turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va hatti-harakatlariga ta'sir ko'rsata olishdir.

Ijtimoiy psixologiyada psixologik ta'sirning asosan uch vositasi farqlanadi.

Verbal ta'sir - bu so'z va nutqimiz orqali ko'rsatadigan ta'sirimizdir.

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 zahirasidan foydalanib, eng ta'sirchan so'zlarni topib, sherigiga ta'sir ko'rsatishni hoxlaydi.

Paralingvistik ta'sir - bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyasiya, 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.

Noverbal ta'sir-uning ma'nosi "nutqsiz" dir. Bunga suhbatdoshlarning fazoda bir-birlariga nisbatan tutgan o'rinlari, xolatlari (yaqin, uzoq, intim), qiliqlari, mimika, pantomimika, qarashlar, bir-birini bevosita xis qilishlar, tashqi qiyofa, undan chiqayotgan turli signallar (shovqin, hidlar) kiradi. Ularning barchasi muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, suhbatdoshlarning bir-birlarini yaxshiroq bilib olishlariga yordam beradi. Masalan, agar uchrashuvning dastlabki daqiqalarida o'rtog'ingiz sizga qaramay, atrofga alanglab, "Ko'rganimdan biram hursandman", desa, ishonasizmi?

Muloqot jarayonidagi xarakterli narsa shundaki, suhbatdoshlar bir-birlariga ta'sir ko'rsatmoqchi bo'lishganda, dastavval nima deyish, qanday so'zlar vositasida ta'sir etishni o'ylar ekan. Aslida esa, o'sha so'zlar va ular atrofidagi harakatlar muhim rol o'ynarkan. Masalan, mashhur amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko'ra, birinchi marta ko'rishib turgan suhbatdoshlardagi taassurotlarning ijobiy bo'lishiga gapirgan gaplari 7%, paralingvistik omillar 38%, va noverbal harakatlar 58% gacha ta'sir qilarkan. Keyinchalik bu munosabat o'zgarishi mumkin albatta, lekin xalq ichida yurgan bir maqol to'g'ri: "Ust-boshga qarab kutib olishadi, aqlga qarab kuzatishadi".

Muloqotning qanday kechishi va kimning ko'proq ta'sirga ega bo'lishi sheriklarning rollariga ham bog'liq. Ta'sirning tashabbuskori - bu shunday sherikki, unda ataylab ta'sir ko'rsatish maqsadi bo'ladi va u bu maqsadni amalga oshirish uchun barcha yuqorida ta'kidlangan vositalardan foydaladi. Agar boshliq ishi tushib, biror xodimni xonasiga taklif etsa, u o'rnidan turib kutib oladi, iltifot ko'rsatadi, xol - ahvolni ham quyuqroq so'raydi va so'ngra gapning asosiy qismiga o'tadi.

Ma'lumki, gaplashayotgan odamlar biri gapiradi, ikkinchisi tinglaydi, eshitadi. Muloqotning samaradorligi ana shu ikki qirraning qanchalik o'zaro mosligi, bir-birini to'ldirishiga bog'liq ekan. Noto'g'ri tasavvurlardan biri shuki, odamni muomala yoki muloqotga o'rgatganda, uni faqat gapirishga, mantiqan asoslangan so'zlardan foydalanib, ta'sirchan gapirishga o'rgatishadi. Uning ikkinchi tomoni - tinglash qobiliyatiga deyarli e'tibor berilmaydi. Mashhur amerikalik notiq, psixolog Deyl Karnegi "YAxshi suhbatdosh - yaxshi gapirishni biladigan emas, balki yaxshi tinglashni biladigan suhbatdoshdir" deganda aynan shu qobiliyatlarning insonlarda rivojlangan bo'lishini nazarda tutgan edi.

Mutaxassislarning aniqlashlaricha, ishlayotgan odamlar vaqtining 45%i tinglash jarayoniga ketar ekan, odamlar bilan doimiy muloqotda bo'ladiganlar 35-40% oylik maoshlarini odamlarni "tinglaganlari" uchun olarkanlar. Bundan shunday xulosa kelib chiqadiki, kommunikatsiyaning eng qiyin sohalaridan hisoblangan tinglash qobiliyati odamga ko'proq foyda keltirarkan.

Demak, aslida bizdagi gapirayotgan shaxs etakchi, u suhbatning mutloq xokimi, degan tasavvur unchalik to'g'ri emas. YAxshi tinglashda ham shunday kuch borki, u suhbatdoshni Sizga juda yaqinlashtiradi, ishonchni tug'diradi. Chunki muloqot jarayonidagi eng qimmatli narsa - bu axborotning o'zi. Tinglayotgan odam ma'nili, yaxshi dialogdan faqat yaxshi, foydali ma'lumot oladi. Gapirgan esa aksincha, o'zidagi borini berib, gapirmaydigan suhbatdoshdan "teskari aloqani" olib ulgurmay, hech narsasiz qolishi ham mumkin. Shuning uchun muloqotga o'rgatishning muhim yo'nalishlaridan biri - odamlarni faol tinglashga, bunda barcha paralingvistik va noverbal omillardan o'rinli foydalanishga o'rgatishdir.

REFERENCES

1. Klimov E.A. Psixologiya professionala. - M., 1997g.
2. Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. M., Aspekt press 1999 g.
3. Boymurodov N. Amaliy psixologiya. Toshkent "YAngi asr avlodi"2008y.
4. Karimova V., Akromova F. Psixologiya. T.: 2000y.
5. www.uzedu.uz- Vazirlik sayti
6. www.ziyonet.uz - Vazirlik sayti