

bu, bir tomondan, potentsial samarali fikrlarning "yomonlashishi"ga, boshqa tomondan esa doimiy norozilik tuyg'usiga olib kelishi mumkin. Ijodiy ish bilan shug'ullanayotganda, siz tanqidiy fikrlashni rivojlantirish bilan shug'ullanmasligingiz kerak (qabul qilingan hukmlarni baholash va asosli xulosa chiqarish). O'ylash uchun o'zingizga ko'proq vaqt bering. Ba'zi psixologlar hal qilinayotgan muammoni yuzlarda o'ynashni yoki uning yanada vizual tasvirini yaratish uchun uning diagrammasini chizishni maslahat berishadi[2].

Misol uchun, agar biz uyga xuddi shunday piyoda borishga odatlangan bo'lsak, biz bir kun boshqa yo'ldan borishga harakat qilishimiz mumkin va har kuni yangi variantlarni topishimiz mumkin. Yangi joylarga tashrif buyurish, biz bilganimizdan tubdan farq qiladigan narsalarni o'rganish foydalidir. Ratsiondagi o'zgarishlar ijodkorlikni rivojlantirish uchun juda yaxshi. Siz yangi menyu o'ylab topishingiz yoki ro'za tutishga harakat qilishingiz mumkin. Ijodiy fikrlashni rivojlantirishning yana bir yo'li - san'atga ishtiyoqdir. Masalan, cholg'u asboblari o'ynash barmoqlarning nozik motorikasini rivojlantiradi. Ular qo'llarga impulslar yuboradi. Shuning uchun ham musiqachilar juda aqlli ekani ma'lum bo'ldi. Bu kashta tikishni, to'qishni va kompyuter klaviaturasidan foydalanishni biladiganlarga ham taalluqlidir. Sport bilan shug'ullanish, raqsga tushish, ochiq havoda sayr qilish ijodiy tasavvurni rivojlantirishga yordam beradi. Aytgancha, vaqti-vaqti bilan fantaziyalarimizni o'rgatish foydalidir. Istalgan tasvirlarni chizish, uyushmalar o'ynash, orzularingizni tasavvur qilish - bu nafaqat zavq keltiradi, balki istaklarni amalga oshirish va ijodiy fikrlashni rivojlantirish shaklida ham foyda keltiradi.

Ilmiy adabiyotlarda ijodkorlikning turli talqinlariga qaramay, ko'plab olimlar ijodiy fikrlashni rivojlantirish uchun voqelikni tizimli va izchil ravishda o'zgartirishni, mos kelmaydigan narsalarni bog'lashni, sub'ektiv tajribaga tayanishni o'z ichiga olgan ijodiy muammolarni hal qilish qobiliyatini rivojlantirish kerakligini ta'kidlaydilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Sharaffitdinov, A., & Yusupov, U. (2022). The opportunities of educating morality for children through samples of folklore. Eurasian Scientific Herald, 5, 65-68.
2. Sharofitdinov, A., & Umidjon, Y. (2022). SHAXSIY KAMOLOTDA ART-TERAPEVTIK MASHQLAR. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(3).

MULOQOT INSONLARGA TA'SIR O'TKAZISH VOSITASI SIFATIDA

Balibekova Gulshoda Saydulla qizi

O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali

"Psixologiya" fakulteti talabasi

Shovxiyev Luqmoniddin Boynazar o'g'li

O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali

"Psixologiya" kafedrasi stajyor-o'qituvchisi

Annotatsiya: Muloqot inson hayotida beqiyos ahamiyatga ega. Bu maqolada muloqotning ko'rinishlarini, turlarini, psixologik va fiziologik shakllanish jarayonlari haqida qisqacha ma'lumotlar berilgan. Kommunikativ muloqot, verbal va noverbal muloqot turlari haqida ham malumotlar berilgan.

Tayanch so'zlar: Muloqot, kommunikatsiya, verbal muloqot, noverbal muloqot, paralingvistik.

Kishilar muloqotga kirishar ekan savol berish, buyruq, iltimos qilish biror narsani tushuntirish bilan birga o'z oldiga boshqalarga tasir etish, shu narsani ularga tushuntirish maqsadini qo'yadi. Bir kishi turli muloqot vazifalarida turli rollarni bajarishi mumkin. Masalan xizmat joyida ishchi, kasal bo'lsa bemor sifatida shifokor ko'rsatmalariga amal qiluvchi, oilada

farzandlarining mehribon otasi. Turli rollarda inson aynan shu roliga mos tarzida muloqot qilishga harakat qiladi. Har bir inson aynan o'zining roli orqali boshqalarga kuchliroq ta'sir o'tkazadi. Muloqot orqali insonlarga ta'sir o'tkazishimizda biz nafaqat so'zlar orqali balki noverbal yo'llar orqali ham ta'sir ko'rsatar ekanmiz. Ma'lum bir shaxsda biz haqimizdagi ilk taassurot aynan ushbu noverbal ya'ni mimika, pantamimika va jestlarimiz bilan ko'rsatadigan ta'sirimiz orqali shakillanar ekan. Amerikalik olim Albert Megrabiyan formulasiga ko'ra birinchi martta ko'rib turgan suhbatdoshdagi ta'surotlarning ijobiy bo'lishiga, noverbal 55%, Paralingvistik 38%, Verbal 7%ni tashkil etadi

Muloqot – odamlar o'rtasida hamkorlik faoliyati ehtiyojidan yuzaga keladigan va axborot almashinuvi.

Kommunikatsiya – o'zaro hamfikrlilikka boshlovchi, ikki tomonlama axborot almashinuvi jarayoni.

Kooperatsiya - hamkorlik faoliyatini tashkillashtirish, guruh maqsadlariga erishishni ta'minlab beruvchi o'zaro ta'sir.

Verbal kommunikatsiya - inson nutqi belgilar tizimi sifatida qo'llaniladi

Kommunikatsiya - tirik va o'lik tabiatdagi tizimlar o'rtasida axborot almashinuvini anglatadi

Nizo – muloqot ishtirokchilarining har biri muhim bo'lgan muammoni hal etish vaqtida ular o'rtasida vujudga kelgan qarama-qarshilik va kurashning keskin kuchayib ketish jarayonidir.

Kinesika - bu imo-ishoralar, mimika va pantomimikadan iborat bo'lgan muloqot vositalari tizimi.

Ekstralingvistik tizim - nutqqa tanaffus va boshqalarni masalan, tin olish, yo'talish, yig'i, kulgu, nutq jadalligini kiritish.

Vizual muloqot - bu ko'zlar orqali aloqa. Shuni ta'kidlab o'tish joizki, servis sohasi bilan bog'liq ish faoliyatida verbal, hamda noverbal aloqalar bo'yicha o'z malakalarini muntazam oshirib boradiganlarga omad kulib boqadi.

«Muloqot» tushunchasining turlicha ta'riflari mavjud. M.G Davlatshin: “Muloqot ikki yoki undan ortiq odamlarning o'zaro bir biriga ta'sir etishidir”.

Ushbu ta'rifdan kelib chiqib shuni aytishimiz mumkinki biror bir shaxs boshqa shaxsga ta'sir etishi u bilan aloqa o'rnatishi uchun qay shaklda bo'lmasin albatta muloqotga kirishadi.

Muloqot - bu odamlar o'rtasidagi aloqa, buning natijasida odamlarning bir biriga bo'lgan ta'siri paydo bo'ladi.

Kundalik muloqotda odamlar ko'proq muloqotning noverbal vositalaridan foydalanadilar:

Yoqimli va shirin so'z bilan murojaat qilishda, samimiy tabassumda hamshiraning o'z bemorlariga g'amxo'rliги va diqqat-e'tibori ifodalanadi. Bemorlar bilan muloqot (kommunikatsiya)ning ikki xil usuli bo'lib, ularni albatta hisobga olgan holda o'z faoliyatini tashkil etishi lozim.

1. Verbal muloqot — faol eshitish, savollar berish, javob qaytarish va reaksiya ko'rsatish san'ati.

2. Noverbal muloqot — gavda holati, yuz, (mimika), ko'z ifodasi, so'zlash ohangi va boshqalar.

Verbal muloqot noverbal muloqot asosida amalga oshiriladi. Shuning uchun «insonning nimani gapirayotganligi emas, balki qanday gapirayotganligi muhim»dir deb bejiz aytilmagan.

Yuqoridagilarni shakllantirishda albatta bemorlarning ham o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish, bemorlar bilan ish olib borishda ular yoshining ahamiyatini unutmaslik kerak. Shu maqsadda bemorlarning ayrim, shartli ravishda ajratib olingan guruhlarida uchraydigan xususiyatlariga to'xtab o'tamiz.

1. Maktabgacha yoshdagi bolalar guruhi.

Tibbiy hamshira bu guruh bemorlar bilan iliq munosabatda bo'lishi, avvalambor bolalar bilan yaqindan aloqa o'rnatishi, ularni kasalligidan chalg'itishi, bolaning ota-onasi yoki qarindosh-urug'lari bilan mutaxassis sifatida muloqotda bo'lishi lozim.

2. O'smir yoshidagi bemorlar

Bu guruh bemorlar bilan ish olib borishda hamshira juda ehtiyot bo'lishi, so'zlariga, yuz imo-ishorasiga katta e'tibor berib, o'smirlik yoshining nozik pallasi-balog'atga yetish va uning o'smirlarga xos ta'siri borligini ham yodda saqlashi lozim.

3. Mehnat qobiliyatiga ega bemorlar.

Bu guruh hamshiraga o'ta yuksak mas'uliyat yuklaydi. Bunday bemorlar bilan ish olib borishda har bir so'zga, yurish-turishga, yuz imo-ishorasiga ehtiyot bo'lish, bajarilayotgan muolajaga qunt bilan yondashish lozim.

4. Katta yoshdagi va keksa bemorlar guruhi.

Bu guruhdagi bemorlarga samimiy, sabr-toqat bilan iliq muomala qilishi lozim, chunki qariyalarga xos inijlik, ko'p savollar berish, tushunmovchilikdan kelib chiqadigan turli holatlarga bosiqlik bilan chidash muhim hisoblanadi.

Tibbiyot hamshirasining mahoratini, uning ish uslubi va usullari bemorlarga rahiy ta'sir ko'rsatish mahoratini egallash va ular bilan muomala qilishni bilishi bilan bog'liq.

Albatta hayotimiz davomida qaysi vaziyatda bo'lmasin biz muloqotga kirishamiz va odamlarga ta'sir o'tkazamiz. Shunday ekan har bir inson boshqa insonlarga ijobiy ta'sir ko'rsatishga harakat qilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. F.I.Xaydarov N.I.Xalilova Umumiy psixologiya. Darslik. Toshkent-2009. (85-86 betlar)
2. M. Maxsudova Muloqat psixologiyasi. O'quv qo'llanma Toshkent Turon-Iqbol 2005
3. Yuldashev Sh. Professional ta'lim tizimini takomillashtirishda kasb ta'limi o'qituvchisining kasbiy tayyorgarligi "XXI asr ta'lim tizimida innovatsion va integratsion yondoshuvlar"
4. Shovxiyev Luqmoniddin Boynazar o'g'li, Murotmusaev Komiljon Buriboyevich, Yuldashev Sheryigit Ergashovich. "PSCHOLOGY OF MODERN LEADERSHIP AS AN IMPORTANT PHENOMENON OF EFFECTIVE MANAGEMENT" **Intenational Journal of Early Childhood Special Education ISSN:1308-5581** 2022 yil
5. Shovxiyev L.(2021). Ursachen der Entstehung von psychischen Krisen. "**International Symposium of Young Scholars**" Xalqaro Amerika konferensiyasi. (514-516 betlar)
6. Sharofitdinov, A. (2022). OILADA SIBLING MAQOMI MUNOSABATLARINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 2(3).
7. Abdurazzoqov. N.K. "O'smirlarda axborot-psixologik xavfsizlikni ta'minlashning ijtimoiy-psixologik imkoniyatlari"- Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences- 2021.15-iyun. 433.bet.
8. Норбекова Барно Шавкатовна. Мактабгача ёшдаги болаларда қўрқув ҳисларини юзага келиши ва уни олдини олиш. Ривожлантирувчи технологиялар асосида мактабгача таълим муассасаси тарбияланувчилари ва бошланғич синф ўқувчиларида креативлик сифатларини шакллантириш. 2020,153-155 бетлар
9. Google.uz.

YOSH OILALARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARINI HAL QILISH YECHIMLARI

Qo'shnazarova Gavhar Norbuta qizi

O'zMU Jizzax filiali "Psixologiya" kafedراسи

1-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada oila, nikoh munosabatlari, yosh oila munosabatlarida yuzaga kelayotgan ijtimoiy-psixologik muammolar, ularning kelib chiqish sabablari va masalalari yoritilgan. Asosiy e'tibor yosh oiladagi muammolarni yechimini topish, ularni har tomonlama qo'llab-quvvatlash qonunchilikda yosh oilalarga ko'mak berish huquqiy bazasini kengaytirish zarurligiga e'tibor qaratildi.