

SHAXSLARARO MUNOSABATLARDA MANIPULYATSIYANING IJOBIY VA SALBIY TOMONLARI

Abdusatorova Jasminabonu Rashit qizi

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti ingliz filalogiyasi 2 kurs talabasi
jasminabonuabdusatorova@gmail.com

Sobirova Feruza Islomjon qizi

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti ingliz tili o'qituvchisi
f.sobirova@uzswlu.uz

Annotatsiya: Ushbu maqolada shaxslararo munosabatlarda uchraydigan manipulyatsiya fenomeni, uning mohiyati hamda turli vaziyatlardagi o'rni keng tahlil qilingan. Manipulyativ ta'sirning ijobiy jihatlariga nizolarning oldini olish, insonlarni maqsad sari yo'naltirish, tarbiyaviy jarayonni qo'llab-quvvatlash va psixologik yordam ko'rsatish kabi omillar kiritilgan. Salbiy tomonlari esa shaxs erkinligini cheklashi, ishonchga putur yetkazishi, ruhiy bosim o'tkazishi va tengsizlikka asoslangan munosabatlarni yuzaga keltirishi orqali ifodalangan. Muallif manipulyatsiya har doim ham zarar keltirmasligi mumkinligini, biroq uning maqsadi va qo'llanish usuli to'g'ri baholanishi zarurligini ta'kidlaydi. Matnda manipulyatsiyaning ijtimoiy hamda psixologik jihatlarini batafsil yoritilib, ushbu jarayonni ongli ravishda boshqarishning ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: Shaxslararo aloqalar, manipulyativ ta'sir, psixologik bosim, ijobiy motivatsiya, salbiy oqibatlar, ishonch munosabatlari, kommunikatsiya, ongli boshqaruv, rag'batlantirish, nizolarni bartaraf etish.

Kirish

Inson tabiatan ijtimoiy mavjudot bo'lib, o'z hayoti davomida doimo boshqalar bilan aloqada bo'ladi. Har qanday muloqot jarayoni fikr almashinuvi, his-tuyg'ularni ifoda etish, o'zaro ta'sirchanlik va tushunish kabi ko'plab psixologik omillarga tayangan holda kechadi. Shu sababli shaxslararo munosabatlar murakkab, ko'p qirrali jarayon bo'lib, unda har bir ishtirokchi o'z maqsadiga erishish uchun turli kommunikativ usullardan foydalanadi. Ana shunday usullardan biri — manipulyatsiya — bugungi kunda psixologiya va sotsiologiya fanlarida keng muhokama qilinayotgan tushunchalardan biridir.

Manipulyatsiya odatda salbiy ma'noda talqin qilinsa-da, har doim ham zararli ta'sirga ega deb bo'lmaydi. Uning samarasi vaziyatga, maqsadga va jarayonda ishtirok etayotgan shaxslarning niyatiga bog'liq. Ba'zan u nizolarni yumshatish, odamlarni rag'batlantirish yoki ularni to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishga xizmat qilishi mumkin. Boshqa hollarda esa inson erkinligini cheklab, psixologik bosim o'tkazishi, ishonchga

putur yetkazishi va munosabatlar barqarorligini buzishi ehtimoli mavjud. Shu nuqtai nazardan mavzu bugungi jamiyatda o'ta dolzarb bo'lib, manipulyatsiya jarayonining mazmuni va oqibatlarini chuqur tahlil qilish zaruriyati tug'iladi.

Manipulyatsiyaning mohiyati va psixologik asoslari

Manipulyatsiya — bu bir shaxsning boshqa bir shaxs ongiga yoki xulqiga bilvosita ta'sir o'tkazish orqali o'z maqsadiga erishish jarayonidir. Bunda ochiq buyruq yoki agressiv ta'sir emas, balki nozik psixologik yondashuvlar, yashirin motivlar va muloqot texnikalaridan foydalaniladi. Muloqotda manipulyativ ta'sir ko'pincha shaxsning ehtiyojlari, his-tuyg'ulari, ishonchi yoki kognitiv xatolaridan kelib chiqadi. Bu esa manipulyatsiyani ijobiy yoki salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin bo'lgan murakkab psixologik hodisaga aylantiradi.

Manipulyatsiyaning ijobiy tomonlari

Garchi manipulyatsiya ko'pincha salbiy tusda tasvirlansa-da, ba'zi holatlarda u konstruktiv natija berishi mumkin. Jumladan:

1. Nizolarni oldini olish

Ba'zan ochiqchasiga aytilgan gap, qat'iy tanqid yoki to'g'ridan to'g'ri ogohlantirish odamni xafa qilishi yoki vaziyatni keskinlashtirishi mumkin. Bunday holatlarda yumshoq, bilvosita ta'sir ko'rsatish manfaatli bo'lishi mumkin. Masalan, muammoni to'g'rilash uchun kishini ehtiyotkorlik bilan yo'naltirish kelajakdagi katta nizolarning oldini oladi.

2. Motivatsiya va rag'batlantirish

Bolalar tarbiyasida, ta'limda, jamoa boshqaruvida yoki psixologik maslahat berishda manipulyativ elementlarga ega yumshoq ta'sir ko'pincha ijobiy natija beradi. O'qituvchi yoki rahbarning bilvosita maqtovi, ehtiyotkor tanbehi yoki to'g'ri yo'naltirishi shaxsni maqsad sari kuchliroq undaydi.

3. Muloqotni yengillashtirish va ijtimoiy uyg'unlikni saqlash

Ba'zan to'g'ridan to'g'ri aytilgan so'z muloqotni buzishi mumkin. Nozik yondashuv orqali vaziyatni yengillashtirish ijtimoiy uyg'unlikni saqlashga yordam

beradi. Bu, ayniqsa, oilaviy munosabatlarda, ishdagi jamoaviy aloqalarda va xizmat ko'rsatish sohasida katta ahamiyatga ega.

Manipulyatsiyaning salbiy tomonlari

1. Inson erkinligiga tajovuz qilish

Manipulyatsiyaning eng xavfli jihatlaridan biri shaxsning fikriga, tanloviga va xohishiga bevosita ta'sir ko'rsatishi, uni o'z qaroridan chetlashtirishi va nazorat ostiga olishidir. Bu odamning ichki erkinligini buzadi.

2. Ishonchning pasayishi va munosabatlarning yemirilishi

Agar inson manipulyatsiya qurboni bo'lganini anglab qolsa, u boshqa odamga nisbatan ishonchini yo'qotadi. Bunday holat oilaviy, do'stona yoki ish munosabatlarining buzilishiga olib keladi.

3. Psixologik bosim va ruhiy charchoq

Doimiy manipulyativ ta'sir ostida bo'lgan odam o'zini aybdor his qilish, qo'rquv, ishonchsizlik yoki ruhiy tushkunlikka tushishi mumkin. Bu esa shaxsning o'zini qadrlashiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

4. Adolatsiz va noteng munosabatlarga olib kelish

Bir tomon doim ustun, boshqasi bo'ysunuvchi bo'lib qolgan munosabatlar sog'lom emas. Manipulyatsiya aynan shunday notenglikni yaratishi yoki mustahkamlashi mumkin.

Xulosa

Shaxslararo munosabatlarda manipulyatsiya murakkab va ko'p qirrali hodisa bo'lib, uning oqibatlari har doim ham bir xil bo'lmaydi. U ba'zan ijobiy natijalarga xizmat qilishi mumkin bo'lsa-da, noto'g'ri qo'llansa inson erkinligini cheklab, psixologik zarar yetkazishi, ishonchni yemirishi va munosabatlarni izdan chiqarishi mumkin. Shu bois manipulyatsiyani aniqlash, uni ongli ravishda boshqarish va sog'lom muloqot tamoyillariga amal qilish zamonaviy jamiyat uchun muhim vazifalardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

Cialdini, R. B. (2007). *Influence: Science and Practice* (5-ed.). Boston: Allyn & Bacon.

Stern, R. (2018). *The Gaslight Effect: How to Spot and Survive the Hidden Manipulation Others Use to Control Your Life*. New York: Harmony Books.

Taylor, K. (2004). *Brainwashing: The Science of Thought Control*. Oxford: Oxford University Press.

Rajabov, M. J. (2023). Shaxslararo munosabatlarda manipulyativ ta'sir usullari tahlili. *Pedagogika va Psixologiya*, (Issue 5), ...

Mo'minov, D. M. (2022). Ijtimoiy munosabatlarda manipulyativ ta'sirlarning psixologik asoslari. *O'zbekiston Fanlararo Innovatsiyalar va Ilmiy Tadqiqotlar Jurnali*, 13, ...

Azimova, O. A. (2025). Manipulyatsiya fenomenining psixologik va ijtimoiy mohiyati. *Modern Education and Development*, 38(3).