

MULOQOT

**HAYTALIYEVA MASTONA UMAROVNA
ELMURODOVA HUSNIYA ELOMON QIZI**

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

Aniq va tabiiy fanlar fakulteti

Biologiya ta'lim yo'nalish talabalari

Annotatsiya (O'zbek tilida) Ushbu maqolada psixologiyada muloqotning mazmuni, uning inson rivojlanishi va ijtimoiy hayotdagi o'rni, shaxslararo munosabatlarga ta'siri hamda kommunikativ jarayonning psixologik mexanizmlari yoritiladi. Muloqotning strukturasi, funksiyalari, verbal va neverbal shakllari hamda samarali muloqotning psixologik omillari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: Muloqat, Kommunikativ, Interaktiv, Perseptiv, Rasmiy muloqot, Norasmiy muloqot, Shaxsiy muloqot, Og'zaki muloqot, Yozma muloqot.

Аннотация: В статье рассматривается психологическая сущность общения, его роль в развитии личности и социальной жизни, влияние на межличностные отношения и психологические механизмы коммуникативного процесса. Анализируются структура, функции, вербальные и невербальные формы общения и факторы эффективной коммуникации.

Ключевые слова: коммуникация, коммуникативная, интерактивная, перцептивная, формальная коммуникация, неформальная коммуникация, личностная коммуникация, устная коммуникация, письменная коммуникация.

Annotation: This article explores the psychological nature of communication, its function in human development, its influence on interpersonal relations, and the mechanisms underlying communicative processes. It examines the structure, functions, verbal and nonverbal forms of communication, as well as the psychological factors contributing to effective communication.

Keywords: Communication, Communicative, Interactive, Perceptive, Formal communication, Informal communication, Personal communication, Oral communication, Written communication.

Kirish Muloqot psixologiyaning eng muhim kategoriyalaridan biri bo'lib, insonning ijtimoiy mavjudot sifatidagi mohiyatini belgilaydi. Inson faoliyati, bilim olish jarayoni, shaxs shakllanishi, hissiy holatlarning namoyon bo'lishi va ijtimoiy tajriba avloddan avlodga o'tishi muloqot vositasida amalga oshadi. Psixologiya fanida muloqot nafaqat axborot almashinuvi, balki insonlarning bir-birini idrok etishi, emotsional ta'sir ko'rsatishi, o'zaro moslashuvi va ijtimoiy rollarni anglash jarayoni sifatida ham o'rganiladi. Har bir shaxsning xulqi, odatlari, his-tuyg'ulari, ijtimoiy

tajribasi aynan muloqot jarayonida shakllanib, ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir natijasida boyib boradi.

Zamonaviy jamiyatda kommunikatsiya vositalarining ko'pligi, madaniy xilma-xillik, ijtimoiy rollarning murakkablashuvi muloqotga qo'yiladigan talablarni oshirmoqda. Shu bois muloqot psixologiyasini chuqur o'rganish shaxslararo munosabatlarni yaxshilash, ta'lim-tarbiya jarayonini samarali tashkil etish, rahbarlik faoliyatida muvaffaqiyatga erishish, oilaviy muhitni sog'lomlashtirish va psixologik farovonlikni ta'minlashda juda muhim ahamiyatga ega. Ushbu maqolada muloqotning psixologik jihatlari, uning turlari, mexanizmlari hamda shaxs rivojlanishidagi o'rni keng yoritiladi.

ASOSIY QISM Psixologik adabiyotlarda muloqot inson faoliyatining markaziy komponenti sifatida izohlanadi. G.M. Andreyeva muloqotni "Insonlarning o'zaro ta'siri natijasida ijtimoiy tajriba almashinuvi bilan bog'liq psixologik jarayon" deb ta'riflaydi. Ushbu ta'rif muloqotning nafaqat axborot yetkazish, balki shaxsning ichki holatini ifodalashga xizmat qiluvchi murakkab fenomen ekanini ko'rsatadi. A.A. Leontev esa muloqotni faoliyatning alohida turi sifatida baholab, unda motiv, maqsad, vosita va natija mavjudligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, muloqot shaxs faoliyatining barcha shakllarida vositachi rolini bajaradi va individning psixik taraqqiyotini tezlashtiradi. Muloqotning tarkibida uch asosiy komponent mavjud bo'lib, kommunikativ, interaktiv va perfektiv qismlarning birligi uni yaxlit psixologik jarayon sifatida anglash imkonini beradi.

E. Fromm muloqotning perfektiv jihatida "Insonning boshqani chin dildan tushunishga intilishi" eng muhim omil ekanini ta'kidlab, muloqot jarayonining faqat texnik emas, balki ma'naviy-psixologik mohiyatga ega ekaniga urg'u beradi. Shuningdek, K. Rodjersning shaxsga yo'naltirilgan psixoterapiya konsepsiyasida muloqotning empatik va qadrsiz hukmsiz qabul qilish tamoyillari shaxslararo munosabatlar sifatini oshiruvchi asosiy mexanizmlar sifatida ko'rsatiladi. Verbal muloqot inson tafakkurining tashqi ko'rinishi sifatida til vositasida amalga oshadi.

L.S. Vygotskiy "Nutq bilan tafakkur birligi" haqidagi g'oyasida shaxsning ichki nutqi rivojlangan sari uning idroki, tasavvuri va tahliliy fikrlashi ham takomillashishini ilmiy asoslab bergan. Uning fikricha, bola dastlab muloqot orqali tilni egallaydi, keyinchalik esa til orqali o'z tafakkurini mustaqil shakllantiradi. Bu jarayon psixologiyada introektlash deb ataladi va insonning ruhiy rivojlanishida asosiy rol o'ynaydi. Neverbal muloqotning ahamiyati psixologik tadqiqotlarda alohida o'rganilgan. A. Mehrabianning klassik izlanishlariga ko'ra, insonlar o'rtasidagi his-tuyg'u mazmunining 55 foizi mimika, 38 foizi ovoz ohangi va bor-yo'g'i 7 foizi so'zlar orqali ifodalanadi. Bu esa muloqotning mazmuni ko'pincha so'zlardan tashqarida bo'lishi, shaxsning emotsional holati esa asosan tana tili orqali namoyon bo'lishini anglatadi.

Tana tili orqali berilgan signallar suhbatdoshga ishonch, shubha, agressiya, qo'llab-quvvatlash yoki masofa kabi holatlarni anglatadi. Shuning uchun neverbal aloqani to'g'ri talqin qilish va undan ongli foydalanish muloqot samaradorligini oshiradi. Muloqot jarayonida insonlar bir-birini qanday qabul qilishi va idrok etishi perfektiv mexanizmlar bilan izohlanadi. A.A. Bodalevning tadqiqotlarida shaxsni idrok etishning uch bosqichi ko'rsatiladi: tashqi belgilarni sezish, ularni talqin qilish va shaxsga nisbatan psixologik tasavvur yaratish. Bu jarayonda stereotiplar, ijtimoiy tasniflar, ilgari olingan tajriba, suhbatdosh haqidagi kutishlar muhim rol o'ynaydi. Shuning uchun psixologiyada "Birinci taassurot effekti", "Halo effekti", "Stereotiplash" kabi idrok xatolari keng o'rganiladi. Muloqotning yana bir muhim jihati — ziddiyatlarni boshqarish va konstruktiv dialog olib borish qobiliyatidir. K. Tomas va R. Kilmann konfliktlarni hal qilishning besh uslubini ta'riflagan: raqobat, moslashish, murosaga kelish, qochish va hamkorlik. Psixologlar fikriga ko'ra, samarali muloqot aynan hamkorlik va murosaga asoslangan uslubda amalga oshadi.

Shuningdek, D. Goleman tomonidan keltirilgan emotsional intellektning asosiy tarkibiy qismlari — o'z hissiyatini boshqarish, boshqalarni tushunish va ijtimoiy ko'nikmalar — muloqot samaradorligini ancha oshiradi. Ta'lim tizimida muloqotning o'rni beqiyosdir. O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi ijobiy muloqot dars samaradorligini oshiradi. Psixolingvist N. Chomsky nutqning yaratilishi insonning tug'ma til kompetensiyasiga asoslanishini ta'kidlab, muloqotning tabiiy asoslariga e'tibor qaratadi. Bu nazariyaga ko'ra, bola muloqot uchun psixologik jihatdan tayyor holda tug'iladi va ijtimoiy muhit ushbu kompetensiyani rivojlantiradi. Shu bois ta'lim muhitida o'qituvchining kommunikativ mahorati o'quvchilar psixologik rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Oilada muloqotning roli yanada chuqurroqdir. Shaxsning dastlabki emotsional tajribasi, o'z-o'ziga bahosi, ijtimoiy moslashuv ko'nikmasi otalar bilan muloqot jarayonida shakllanadi.

D. Baumer tadqiqotlarida ko'rsatilishicha, oilada iliq va qo'llab quvvatlovchi muloqot muhitida o'sgan bolalarda empatiya, ishonch va ijtimoiy faollik yuqori bo'ladi. Agarda muloqot salbiy, zo'ravon, sovuq yoki tanqidiy bo'lsa, bu bola psixikasida xavotir, past o'z-o'zini baholash va kommunikativ qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Raqamli kommunikatsiya davrida muloqotning psixologik xususiyatlari ham o'zgarib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda muloqot yuzma-yuz bo'lmaganligi sababli mimika, ohang, tana tili kabi noverbal signallar yo'qoladi. Bu esa noto'g'ri tushunish, emotsional chekinish, virtual agressiya va kommunikativ bo'shliq kabi muammolarni kuchaytiradi. Zamonaviy psixologiyada "Raqamli muloqotning emotsional qashshoqligi" termini aynan shu hodisani anglatadi. Shu bilan birga, raqamli muloqotning ijobiy jihatlari ham bor: tezkorlik, keng auditoriya bilan bog'lanish, ijtimoiy faollikni oshirish, ta'lim jarayonida interfaollikni kuchaytirish. Psixologiyada samarali muloqot kompetensiyasi shaxsning muhim ko'nikmasi sifatida

qaraladi. Bu kompetensiya ichiga faol tinglash, aniq ifoda, empatiya, mos ohang tanlash, muloqot etikasi, konstruktiv fikr bildirish, suhbatni boshqarish, o'zini tuta bilish kabi ko'nikmalar kiradi. Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, samarali muloqotga ega bo'lgan insonlarda stressni boshqarish, muammolarni hal qilish, ijtimoiy moslashuv, professional muvaffaqiyat darajalari yuqoriroq bo'ladi.

Xulosa

Muloqot inson hayotining ajralmas qismi bo'lib, u shaxsning kamoloti, jamiyat taraqqiyoti va madaniy aloqalarning rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Uning kommunikativ, interaktiv va perceptiv jihatlari insonlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni shakllantiradi, axborot almashish jarayonini tashkil etadi va birgalikda faoliyatni muvofiqlashtiradi. Raqamli davrda muloqotning shakli va vositalari o'zgarayotgan bo'lsa-da, uning asosiy tamoyillari – hurmat, tinglash, samimiylik va aniq fikr bildirish – o'z kuchini yo'qotmaydi. Shuning uchun har bir inson muloqot madaniyatini egallashi, psixologik savodxon bo'lishi va axborot makonida ongli ravishda harakat qilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Zokirova N. **Psixologiya asoslari**. – Toshkent: Fan nashriyoti, 2020.
2. Shermuhamedova N., Jo'rayev A. **Pedagogik kommunikatsiya**. – Toshkent, 2019.
3. Habermas Y. **Kommunikativ harakat nazariyasi**. – Berlin, 2017.
4. G'aniyev R. **Muloqot psixologiyasi**. – Toshkent: O'qituvchi, 2021.
5. Mehrabian A. **Nonverbal Communication**. – New York, 2009.
6. Turdiyev A. **Axborot madaniyati va raqamli savodxonlik**. – Samarqand, 2022.
7. Шомуротов, У. (2024). ТЕХНОЛОГИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ В УСТРАНЕНИИ ЛИЧНОСТИ АГРЕССИИ. *Предпринимательства и педагогика*, 5(2), 91-95.
8. Abdukarimovich, Y. T., & Melikmurodovich, S. U. B. (2022). Art Therapy in Eliminating Aggressiveness in the Individual. *Global Scientific Review*, 9, 1-4.
9. MELIKBOBOYEVICH, S., QIZI, O., & QIZI, Q. (2024). INSONIY MUOMALA VA MULOQOTNING PSIXOLOGIK VOSITALARI. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 2(2), 180-188.
10. Melikboboyevich, S. U., & Yusufaliyevna, H. S. (2024). Educator's Skill in Eliminating Aggressive Situations of Children Raised in Preschool Education Organization. *Samaraly Ta'lim Va Barqaror innovatsiyalar Jurnali*, 1(6), 611-616.