

NIZOLI VAZIYATLARNI OLDINI OLISH STRATEGIYALARI

Avezova Lola Hasanovna

Buxoro tuman 6-umumta'lim maktabi

amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada nizoli vaziyatlarning kelib chiqish sabablari, ularni oldini olish strategiyalari hamda sog'lom psixologik muhitni shakllantirishning muhim jihatlari yoritiladi. Shuningdek, muloqot madaniyati, stressni boshqarish va hamkorlik asosidagi yondashuvlarning ahamiyati tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: nizoli vaziyat, konflikt, psixologik muhit, muloqot, stress, hamkorlik, profilaktika, psixologik strategiyalar

KIRISH

Jamiyatda va ta'lim muassasalarida insonlar o'rtasidagi munosabatlar jarayonida turli nizoli vaziyatlar yuzaga kelishi tabiiy hol hisoblanadi. Nizo — bu qarama-qarshi fikr, manfaat yoki hissiyotlarning to'qnashuvi natijasida paydo bo'ladigan holatdir. Agar nizolar o'z vaqtida bartaraf etilmasa, ular inson ruhiyati va jamoa muhitiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Nizoli vaziyatlarning kelib chiqishiga ko'plab omillar sabab bo'ladi. O'zaro tushunmovchilik, noto'g'ri muloqot, agressiv munosabat, hissiyotlarni boshqara olmaslik va adolatsizlik hissi shular jumlasidandir.

Psixologik jihatdan insonlarning xarakteri, dunyoqarashi va emotsional holati turlicha bo'lgani sababli ayrim kelishmovchiliklar tabiiy ravishda yuzaga keladi. Muhimi, nizoni to'g'ri boshqarish va oldini olishdir.

Nizolarni oldini olishning muhim strategiyalaridan biri samarali muloqotdir. Ochiq va hurmatga asoslangan suhbat tushunmovchiliklarni kamaytiradi va ishonchni mustahkamlaydi. Empatiya, ya'ni boshqalarning hissiyotini tushuna olish qobiliyati ham

nizolarni kamaytirishda muhim rol o‘ynaydi. Inson boshqalarni tinglay olganda keskinlik kamayadi.

Stressni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish ham muhim strategiyalardan biridir. Ruhiiy zo‘riqishni nazorat qila olgan inson vaziyatga xotirjam yondashadi. Ta’lim muassasalarida psixologik trening va suhbatlar tashkil etish nizolar profilaktikasida samarali hisoblanadi. Bunday mashg‘ulotlar orqali o‘quvchilar va pedagoglarda muloqot madaniyati rivojlanadi.

Maktab va oiladagi sog‘lom psixologik muhit ham nizolarni kamaytiradi. O‘zaro hurmat, mehr va qo‘llab-quvvatlash ijobiy munosabatlarni shakllantiradi.

Nizoli vaziyatlarda muammoni zo‘ravonlik yoki agressiya orqali emas, balki muzokara va hamkorlik orqali hal qilish muhimdir. Bu usul insonlar o‘rtasidagi ishonchni saqlab qoladi. Maktab psixologi nizoli vaziyatlarni o‘rganib, profilaktik choralarni ishlab chiqishi kerak. Individual suhbatlar va psixologik maslahatlar bu borada samarali yordam beradi.

Hozirgi kunda mamlakatimizda ta’lim sohasi jadal rivojlanib borayotgan bir davrda malakali pedagog kadrlarga bo‘lgan ehtiyoj yanada ortmoqda. Pedagogik mahorat va kasbiy saviyani yuksaltirish borasida ko‘plab islohotlar amalga oshirilmoqda. Shu bilan birga, ta’lim jarayonida pedagog va o‘quvchilar o‘rtasidagi munosabatlar muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Lug‘aviy jihatdan “nizo” qarama-qarshi, bir-biriga mos kelmaydigan kuchlar, manfaatlar yoki qarashlarning to‘qnashuvini bildiradi. Pedagogik nizo esa o‘qituvchi va o‘quvchi, o‘qituvchi va ota-onalar, hamkasblar hamda rahbariyat o‘rtasida pedagogik jarayonda yuzaga keladigan qarama-qarshilik, tortishuv va mojaro holatidir.

O‘qituvchi har tomonlama tarbiyalangan, ma’naviy yetuk, bilim doirasi keng, nutqi ravon va pedagogik mahorat egasi bo‘lishi lozim. O‘qituvchi bilan o‘quvchi o‘rtasidagi samimiy muloqot va hamkorlik ta’lim samaradorligini oshiradi. Pedagogik nizolar esa o‘qituvchi faoliyatida kasbiy deformatsiya, stress, ruhiy taranglik va hissiy kuyish sindromining yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkin.

“Nizo” va “nizoli vaziyat” tushunchalarini bir-biridan farqlash muhimdir. Nizoli vaziyat — bu ijtimoiy subyektlar o‘rtasida manfaatlarning mos kelmasligi natijasida yuzaga keladigan qarama-qarshilik bo‘lib, hali ochiq kurash bosqichiga o‘tmagan holat hisoblanadi.

Pedagogik nizolarning turlari:

Hozirgi pedagogikada nizolarning quyidagi turlari ajratiladi:

- **Ichki shaxsiy nizolar** — shaxs ichidagi manfaat, ehtiyoj va motivlar o‘rtasidagi kurash;
- **Shaxslararo nizolar** — ikki yoki undan ortiq shaxslarning qarama-qarshi maqsadlari natijasida yuzaga keladigan nizolar;
- **Guruhlararo nizolar** — turli guruhlarning manfaatlari to‘qnashuvi;
- **Shaxsiy-guruhli nizolar** — shaxsning xulqi guruh qoidalari va talablariga mos kelmagan holatlarda yuzaga keladigan nizolar.

Pedagogik jarayon murakkab ijtimoiy tizim bo‘lib, unda shaxslararo munosabatlar doimiy ravishda shakllanib boradi. Shu sababli ayrim vaziyatlarda o‘qituvchi va o‘quvchilar o‘rtasida nizolar yuzaga kelishi tabiiy hol hisoblanadi.

Pedagogik nizolarni yuzaga keltiruvchi omillar

Pedagogik nizolar quyidagi omillar ta’sirida yuzaga keladi:

- axborot omili;
- munosabat omili;
- xulq-atvor omili.

O‘qituvchining o‘quvchilarga bo‘lgan munosabati ayrim hollarda subyektiv shakllanadi. Bunda o‘quvchining oilaviy muhiti, shaxsiy xususiyatlari yoki xatti-harakat motivlari hisobga olinmasligi nizolarni kuchaytirishi mumkin.

Pedagogik konfliktlar quyidagi shakllarda namoyon bo‘ladi:

- o‘quvchi – o‘quvchi;
- o‘quvchi – o‘qituvchi;
- o‘qituvchi – o‘qituvchi;
- o‘qituvchi – ota-ona.

Pedagogik nizolarni bartaraf etishda nutq madaniyatining o‘rni

Pedagogik nizolarni bartaraf etishda o‘qituvchining nutq madaniyati muhim ahamiyatga ega. O‘qituvchining to‘g‘ri nutqi, mimikasi, pantomimikasi va muloqot uslubi ta‘lim jarayoniga ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Og‘zaki nutq mahoratini rivojlantirish pedagogik ta‘sir usullaridan samarali foydalanishga yordam beradi hamda kelib chiqishi mumkin bo‘lgan nizolar va tushunmovchiliklarning oldini oladi.

Mashhur pedagog A.S. Makarenko shunday degan:

“Men faqat “buyoqqa kel” so‘zini 15–20 xil ohangda ayta olganimdan keyingina haqiqiy pedagogik mahorat egasiga aylandim.”

Nizolarni hal qilish qoidalari:

Pedagogik nizolarni muvaffaqiyatli hal etishda quyidagi qoidalarga amal qilish tavsiya etiladi:

Birinchi qoida:Konflikt vaziyatini nazorat ostiga olish va emotsional taranglikni kamaytirish.

Ikkinchi qoida:O‘z xatti-harakatlari orqali suhbatdoshga ijobiy ta‘sir ko‘rsatish.

Uchinchi qoida:Hamsuhbatning xatti-harakatlari motivlarini tushunishga harakat qilish.

To‘rtinchi qoida:Umumiy maqsadlarni aniqlash va hamkorlikka erishish.

Beshinchi qoida:Muammoning samarali yechimi mavjudligiga ishonch bildirish.

Pedagogik nizolarni bartaraf etish usullari

Pedagogik nizolarni bartaraf etishda quyidagi usullardan foydalanish mumkin:

- nizoning ta‘sir doirasini kengaytirmaslik;
- qulay va konstruktiv yechimlarni taklif qilish;
- man etilgan usullardan foydalanmaslik;
- shikoyatlar sonini kamaytirish;
- ikkinchi darajali muammolarni ham bosqichma-bosqich hal etish;
- nizoda ishtirok etayotgan shaxslarni kamsituvchi so‘zlardan foydalanmaslik.

Pedagogik nizolarni hal qilishning samarali usullari:

- suhbat;
- iltimos;
- ishontirish.

Pedagogik nizolarni bartaraf etishda didaktik, pedagogik va psixologik yondashuvlar bilan bir qatorda muloqot madaniyati ham muhim ahamiyatga ega. Maqsadga muvofiq tashkil etilgan muloqot, o'quvchilarga nisbatan samimiy va hurmatga asoslangan munosabat pedagogik vazifalarni samarali hal etishga yordam beradi. Konfliktlarga konstruktiv yondashish, pedagog va o'quvchilar o'rtasida sog'lom psixologik muhitni shakllantirish hamda o'quvchilarda murosaga kelish ko'nikmalarini rivojlantirish ta'lim samaradorligini oshiradi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, nizoli vaziyatlarni oldini olish jamiyatda va ta'lim muassasalarida sog'lom psixologik muhitni shakllantirishning muhim omillaridan biridir. Insonlar o'rtasidagi o'zaro hurmat, samarali muloqot va hamkorlik nizolar kelib chiqishining oldini olishga yordam beradi. Ayniqsa, o'quvchilar va yoshlar bilan ishlash jarayonida empatiya, sabr-toqat hamda emotsional barqarorlikni rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, maktab psixologi, pedagog va ota-onalarning birgalikdagi faoliyati nizoli vaziyatlarni kamaytirishda samarali natija beradi. Psixologik treninglar, suhbatlar va profilaktik tadbirlar orqali insonlarda muammolarni tinch yo'l bilan hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish mumkin. Shu bois nizolarni oldini olish strategiyalarini amaliyotda qo'llash sog'lom va barqaror ijtimoiy muhit yaratishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Axmedova M.T., Shayzakova N.S. *Nizolarning yuzaga kelishidagi shart-sharoitlar, shaxs toifalari va ularning xislatlari*. — Toshkent: Maktab va hayot, 2014.
2. Djumaeva S. *Ijtimoiy va pedagogik nizolar: mohiyati va bartaraf etish yo'llari*. — Toshkent, 2011.
3. Banykina S.V. *Pedagogicheskaya konfliktologiya: sostoyaniye, problemy issledovaniya i perspektivy razvitiya*. — Moskva, 2018.



4. Cyberleninka.ru
5. Google.com
6. Article.uz