

MULOQOT PSIXOLOGIYASI

G'affarova Nazira Fayzulla qizi

TAFU Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

Qambarova Shaxnoza Baxromjon qizi

Toshkent Amaliy Fanlar universiteti talabasi

ANNOTATSIYA: Muloqot psixologiyasi insonlar o'rtasidagi muloqot jarayonlarini o'rganadigan psixologiya sohasidir. Ushbu tadqiqotda muloqotning asosiy tamoyillari, uning psixologik aspektlari va muloqot jarayonida yuzaga keladigan muammolar ko'rib chiqiladi. Muloqot psixologiyasining ahamiyati kundalik hayotda, ish joyida va ijtimoiy munosabatlarda o'z aksini topadi. Muloqotning samaradorligini oshirish va psixologik barqarorlikni ta'minlash uchun muloqot psixologiyasi metodlari va usullarini o'rganish zarur. Ushbu ishda muloqot psixologiyasining nazariy asoslari va amaliy qo'llanilishi tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: muloqot, psixologiya, ijtimoiy munosabatlar, kommunikatsiya.

АННОТАЦИЯ: Психология общения — это область психологии, изучающая процессы общения между людьми. В данном исследовании рассматриваются основные принципы общения, его психологические аспекты и проблемы, возникающие в процессе общения. Значение психологии общения отражается в повседневной жизни, на рабочем месте и в социальных отношениях. Для повышения эффективности общения и обеспечения психологической стабильности необходимо изучать методы и приёмы психологии общения. В данной работе анализируются теоретические основы психологии общения и её практическое применение.

Ключевые слова: общение, психология, социальные отношения, коммуникация.

ANNOTATION: Communication psychology is a branch of psychology that studies the processes of communication between people. This study examines the main principles of communication, its psychological aspects, and the problems that arise in the communication process. The importance of communication psychology is reflected in everyday life, at the workplace, and in social relationships. In order to improve the effectiveness of communication and ensure psychological stability, it is necessary to study the methods and techniques of communication psychology. This work analyzes the theoretical foundations of communication psychology and its practical application.

Key words: communication, psychology, social relations, communication.

Kirish: Muloqot psixologiyasi insonlar o'rtasidagi aloqalarning psixologik jihatlarini o'rganish bilan shug'ullanadi. Hozirgi kunda muloqotning ahamiyati yanada ortib bormoqda, chunki ijtimoiy hayotimizda samarali muloqot ko'plab muammolarni hal qilishga yordam beradi. Muloqot jarayonida insonlar o'z fikr va hissiyotlarini ifoda etishadi, bu esa o'z navbatida o'zaro tushunishni va hamkorlikni ta'minlaydi. Muloqot psixologiyasini o'rganishning asosiy maqsadi, insonlar o'rtasidagi muloqot jarayonini yanada samarali qilish va uning psixologik asoslarini o'rganishdir. Ushbu tadqiqotda muloqotning turli shakllari, psixologik mexanizmlari va ularning ijtimoiy munosabatlarga ta'siri tahlil qilinadi. Shuningdek, muloqot jarayonida yuzaga keladigan muammolar va ularni hal etish usullari ham ko'rib chiqiladi.

Asosiy qism: Muloqotning nazariy asoslari. Muloqotning nazariy asoslari turli psixologik model va tamoyillarga asoslanadi. Muloqot jarayonida til, nonverbal belgilar, kontekst va shaxsiy his-tuyg'ular muhim rol o'ynaydi. Muloqot asosan ikki tomonlama jarayon sifatida ko'riladi: yuboruvchi va qabul qiluvchi. Yuboruvchi o'z fikrlarini, hissiyotlarini va maqsadlarini ifoda etadi, qabul qiluvchi esa bu ma'lumotlarni qabul qilib, tahlil qiladi. Muloqotning samaradorligi ko'pincha yuboruvchi va qabul qiluvchi o'rtasidagi o'zaro tushunishga bog'liq. Psixologik aspektlar muloqot jarayonida shaxsning o'ziga xosligini, uning ijtimoiy tajribalarini va hissiy holatini ham o'z ichiga oladi. Muloqotning nazariy asoslarini tushunish, uning qiyinchiliklarini aniqlash va muloqotni

yanada samarali qilish uchun zarurdir. Ushbu bo'limda muloqot nazariyalarini, ularning rivojlanishini va amaliy qo'llanilishini ko'rib chiqamiz.

Muloqot jarayonidagi muammolar va ularni hal etish usullari. Muloqot jarayonida ko'plab muammolar yuzaga kelishi mumkin. Bu muammolar ko'pincha noto'g'ri tushunish, hissiy to'siqlar, madaniy farqlar va qabul qiluvchi tomonidan beriladigan javoblarning samarasizligi bilan bog'liq. Muloqotning samaradorligini oshirish uchun bir qator usullar va strategiyalar mavjud. Bular orasida faol tinglash, ochiq va aniq muloqot, hissiy intellektni rivojlantirish va madaniy farqlarni inobatga olish kabi metodlar mavjud. Faol tinglash, aslida, muloqot jarayonida eng muhim qism hisoblanadi, chunki bu qabul qiluvchiga yuboruvchining fikrlarini yaxshiroq tushunishga yordam beradi. Ochiq va aniq muloqot esa, shubhasiz, har ikki tomonning o'zaro tushunishini kuchaytiradi. Ushbu bo'limda muloqot jarayonidagi muammolarni ko'rib chiqamiz va ularni hal etish uchun taklif etilgan usullarni tahlil qilamiz.

Xulosa: Muloqot psixologiyasi insonlar o'rtasidagi aloqalarni yaxshilash va aniq tushunishni ta'minlash uchun zarurdir. Ushbu tadqiqot muloqot jarayonining nazariy asoslarini va muammolarni hal etish usullarini o'rganishga qaratilgan. Muloqot psixologiyasining amaliy qo'llanilishi insonlar o'rtasidagi munosabatlarni yanada kuchaytiradi va ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatli bo'lishga yordam beradi. Muloqotni yanada samarali qilish uchun psixologik bilimlarni qo'llash va turli usullarni ishlab chiqish zarur. Kelajakda muloqot psixologiyasiga oid tadqiqotlar davom etishi va yangi metodlarni ishlab chiqish zarur bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Goffman, E. (1959). The Presentation of Self in Everyday Life.
2. Paul, M. (2005). Communication Theory.
3. Burgoon, J. K., & Hale, J. L. (1988). Nonverbal Communication.
4. Knapp, M. L., & Hall, S. (2010). Nonverbal Communication in Human Interaction.
5. Adler, R. B., & Proctor, R. F. (2016). Looking Out, Looking In.