

MULOQOTNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MAZMUNI

Karakulova Umida¹

Namuratova Madinabonu²

Ma'rufjonova Mohichehra³

Murtazaqulova Sabriya⁴

O'zMU Jizzax filiali

KEYWORDS

Muloqot, kommunikatsiya, shaxslararo aloqa, ijtimoiy jarayon, noverbal ifoda, nutq madaniyati.

ABSTRACT

Mazkur maqolada muloqot tushunchasi, uning ijtimoiy-psixologik mazmuni, turlari hamda inson hayotidagi o'rni yoritilgan. Shuningdek, samarali muloqot yuritish ko'nikmalari va kommunikativ kompetensiya haqida fikr yuritilgan.

2181-2675/© 2025 in XALQARO TADQIQOT LLC.

DOI: **10.5281/zenodo.15564773**

This is an open access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

Asosiy qism. Bugungi globallashuv va raqamli axborot asrida insonlar o'rtasidagi samarali muloqot yuritish qobiliyati shaxsiy, ijtimoiy va kasbiy muvaffaqiyatning muhim omillaridan biriga aylangan. Jamiyatda tezkor axborot almashinuvi, ko'p madaniyatli va ko'p tilli muhitda faoliyat yuritish, insonlarning bir-birini to'g'ri tushunishi, o'z fikrini aniq va ravshan ifodalashi hayotiy zaruriyatga aylanmoqda.

Ayniqsa, zamonaviy kommunikatsiya vositalarining ko'payishi muloqot shakllarini murakkablashtirib, insonlar o'rtasida noto'g'ri talqin, tushunmovchilik va ijtimoiy muammolarga olib kelmoqda. Shu nuqtai nazardan muloqotning psixologik, lingvistik va ijtimoiy jihatlarini chuqur o'rganish dolzarb masala bo'lib, bu bilimlar shaxslararo munosabatlarni mustahkamlash, nizolarni oldini olish va jamiyatda sog'lom axborot muhitini yaratishga xizmat qiladi. Inson ijtimoiy mavjudot.

U jamiyatda yashar ekan, o'zini ifodalash, boshqalar bilan fikr almashish, his-

¹ O'zMU Jizzax filiali "Oila psixologiyasi" kafedrası o'qituvchisi

² O'zMU Jizzax filiali "Oila psixologiyasi" yo'nalishi 3-kurs talabasi

³ O'zMU Jizzax filiali "Oila psixologiyasi" yo'nalishi 3-kurs talabasi

⁴ O'zMU Jizzax filiali "Oila psixologiyasi" yo'nalishi 3-kurs talabasi

tuyg'ularini yetkazish va axborot olish zaruriyatiga ega. Bu ehtiyoj muloqot orqali ro'yobga chiqadi. Muloqot bu ikki yoki undan ortiq shaxslar o'rtasida axborot, hissiyot, fikr va tajriba almashinuvi jarayonidir.

Muloqot insonlarning ijtimoiy va psixologik ehtiyojlarini qondirishda katta ahamiyatga ega. Insonlar o'zlarini boshqalar bilan ifodalash, his-tuyg'ularini bildirish va o'zaro aloqalarini o'rnatish uchun muloqotga tayanadilar. Samarali muloqot, shuningdek, ishonch, hurmat va qo'llab-quvvatlashni yaratishga yordam beradi.

Muloqot psixologik nuqtai nazardan ham o'rganiladi. Psixologlar muloqot jarayonida miyaning qanday ishlashini, emotsiyalar va xatti-harakatlarning qanday muloqot, shuningdek, ishonch, hurmat va qo'llab-quvvatlashni yaratishga yordam beradi.

Samarali muloqot uchun bir qator tamoyillarni hisobga olish zarur:

1. Faol tinglash: muloqotda faqat so'zlash emas, balki diqqat bilan tinglash ham juda muhim. Faol tinglash odamga o'z fikrini ifodalash imkonini beradi va boshqa shaxsning nuqtai nazarini tushunishga yordam beradi.

2. Aniqlik va ravshanlik: o'z fikrini aniq va tushunarli ifodalash muloqotning muvaffaqiyatiga ta'sir qiladi. Noaniq yoki chalkash so'zlar noto'g'ri talqinlarga olib kelishi mumkin.

3. Empatiya: boshqalarni tushunish va ularning his-tuyg'ulariga hurmat bilan qarash muloqotda muhim rol o'ynaydi. Empatiya, muloqotni samimiy va ishonchli qiladi.

4. Noverbal muloqotni boshqarish: tana tili, yuz ifodasi va ovozning tembri so'zlarni to'ldirib, muloqotda muhim ahamiyatga ega bo'ladi.

Zamonaviy psixologiya va kommunikatsiya nazariyasida muloqot shaxs taraqqiyotining ajralmas qismi sifatida e'tirof etiladi.

1. "Jinslararo muloqot" nazariyasi Deborah Tannen, o'zining "You Just Don't Understand: Women and Men in Conversation" asarida erkaklar va ayollar o'rtasidagi muloqot farqlarini o'rgangan. Tannenning fikriga ko'ra, ayollar muloqotni o'zaro yaqinlik va emotsional bog'lanishni yaratish vositasi sifatida ko'rsalar, erkaklar uni muammolarni hal qilish va hokazolarni muhokama qilish uchun ishlatadilar. Bu jinslararo muloqotdagi farqlar, ko'pincha, ijtimoiy va madaniy xususiyatlarga asoslanadi, chunki erkaklar va ayollar o'z rollariga turlicha yondashadilar.

2. "Ijro etish nazariyasi" Erving Goffman, o'zining "The Presentation of Self in Everyday Life" asarida, muloqotni ijtimoiy "ijro etish" sifatida tasvirlaydi. Unga ko'ra, har bir inson o'zining shaxsiy imijini yaratishda ijtimoiy muhitda muloqotda ishtirok etadi. Goffmanning fikriga ko'ra, har bir muloqotda "rol" o'ynash va o'zini boshqalar ko'rish tarzini boshqarish bor. Bu nazariya, ijtimoiy aloqalar va muloqot jarayonlaridagi ijtimoiy kutishlar, shaxsiy imijni saqlash va muloqotdagi tajribalarni tashkil etishda muhim rol o'ynaydi.

3. "Muloqotning yondashuv nazariyasi" Paul Watzlawick va uning hamkasblari o'zining "Pragmatics of Human Communication" asarida, muloqotning asosiy printsiplarini o'rgangan. Watzlawickning nazariyasiga ko'ra, muloqot har doim ikki yo'nalishda bo'ladi: birinchisi, axborot uzatish (verbal), ikkinchisi esa noverbal elementlarni (tana tili, yuz ifodalari va boshqalar) ifodalash. Shuningdek, u muloqotni ikki tomonlama jarayon deb ta'riflaydi, bunda bir tomondan xabar uzatiladi, boshqa tomondan esa xabarni qabul qilish va tushunish

jarayoni mavjud. Watzlawick o'zining asarida "har qanday muloqot"ni ijtimoiy munosabatlar va tushunishning uzviy qismi deb qaraydi.

4."Emotsional muloqot nazariyasi" Albert Mehrabian o'zining tadqiqotlarida muloqotda so'zlardan ko'ra emotsiyalar va tana tilining ahamiyatini ta'kidlagan. Uning 7-38-55 qoidasiga ko'ra, muloqotda 7% so'zlar, 38% ovoz intonatsiyasi va 55% tana tili tashkil qiladi. Mehrabianning fikriga ko'ra, muloqotda shaxsning hissiy holati va tana tili, so'zlar bilan birga ham juda muhim rol o'ynaydi. Bu nazariya noverbal kommunikatsiyaning kuchini va uning shaxslararo muloqotdagi o'rnini ko'rsatadi.

5."Tilshunoslik va muloqot nazariyasi" Noam Chomsky, tilshunoslikda mashhur bo'lib, muloqotni grammatika va struktura nuqtai nazaridan o'rganadi. Uning "universal grammatika" nazariyasi tilshunoslikda muloqot jarayonini inson ongsiz ravishda qabul qiladigan umumiy qonuniyatlar orqali tushuntiradi. Chomskyning fikriga ko'ra, til va muloqotda insonning biologik tuzilishi muhim ahamiyatga ega va muloqot imkoniyatlarini kengaytiradi.

Xulosa. Muloqot insonlar o'rtasidagi ijtimoiy, psixologik va ma'naviy aloqaning eng muhim shaklidir. U odamlarning bir-biriga axborot yetkazishdan tortib, hissiy aloqalar, tushunish va hamkorlikka qadar bo'lgan keng qamrovli jarayonni o'z ichiga oladi. Muloqotning turli shakllari va uslublari, jumladan, verbal va noverbal elementlar, o'zaro tushunishga erishish, samarali aloqa va jamiyatda ahillikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Samarali muloqot bu faqat so'zlar almashinuvi emas, balki har bir insonning o'zini ifodalash, boshqalar bilan tushunish va hamkorlik qilish qobiliyatidir.

Muloqotning rivojlanishi va uning jamiyatdagi ahamiyati zamonaviy ijtimoiy va kasbiy munosabatlarda eng muhim vosita hisoblanadi. Shuning uchun, samarali muloqotni o'rganish, unga to'g'ri yondashish va rivojlantirish, jamiyatda o'zaro hurmat, tushunish va tinchlikni mustahkamlashga katta hissa qo'shadi. Shuningdek, muloqot madaniyatini oshirish va kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish, ayniqsa, bugungi global dunyoda juda muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

- 1.G'oziev E. "Umumiy psixologiya", 1 –kitob, Toshkent, 2004-yil;
- 2.Iboydullayev.Z.Z. "Tibbiyot psixologiyasi".Darslik.Toshkent,2009-yil;
1. 3.Otamuratov.R. "Oila psixoterapiyasi nazariyalari". 2023-yil;
- 4.Sharafitdinov.A. "Psixologik tadqiqot natijalarini qayta ishlash metodlari va texnologiyalari".2023-yil;
- 5.Каракулева, У., & Режепбаева, А. (2024). Muloqot jarayonida tinglash va eshitish. Новый Узбекистан: наука, образование и инновации, 1(1), 372-374.
- 6.Karakulova, U. (2024). INFANTIL XULQ-ATVORNING ASOSIY XUSUSIYATLARI VA BELGILARI. International Journal of scientific and Applied Research, 1(3), 260-263.
- 7.Abduvakilovna, K. U. (2024). IJTIMOIIY NORMALAR VA MULOQOT FAOLIYATINING O 'ZARO ALOQADORLIGI. In E Conference Zone (pp. 5-10).
- 8.Karakulova, U., & Malikova, S. (2023). STRESS UNI YENGISH USULLARI. Молодые ученые, 1(20), 129-131.

9. Каракулова, У., Бердиева, С., & Реджепбаева, А. (2023). Bolalar muloqotning psixologik-pedagogik xususiyatlari. Информатика и инженерные технологии, 1(2), 457-461.
10. Каракулова, У., Хайдаркулов, Х., & Хайдарова, Б. (2023). Bolaning tengdoshlari bilan muloqotining o'ziga xosligi. Информатика и инженерные технологии, 1(2), 453-457.
11. Rahmatullayeva, M., Karakulova, U., & Haydarqulov, H. (2023). O'QITUVCHI VA TALABALAR O'RTASIDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(1).
12. Umida, K., & Mushtariy, R. (2023). Influence of family conflict on the development of deviant behavior in adolescent age. International Journal of Advance Scientific Research, 3(06), 52-57.
13. Umida, K., & Qizi, R. A. Z. (2023). TALABA-YOSHLARNI IJTIMOIIY OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHNING PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.
- Internet ma'limotlari:**
6. <http://ziyonet.uz;>
7. <http://psychol.ras.ru;>
8. <https://toshkent-vil.adliya.uz/uz/news/detail.php?ID=53301;>