

**PSIXOLOGIYADA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNI
O'RGANISH**

Mirxonova Dilfuza Fayziyevna

Buxoro viloyati Romitan tuman 13-maktab psixologi

Annotatsiya: *Shaxslararo (inson) munosabatlar - ijtimoiy ierarxik zinapoyani tashkil etuvchi shaxslar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar majmui. Insoniy munosabatlar asosan jamiyat a'zolari o'rtasida turli xil aloqa turlari orqali mavjud bo'lgan aloqalarga asoslanadi: birinchi navbatda vizual (yoki og'zaki bo'lmagan aloqalar, ular tashqi ko'rinish va tana harakatlari, imo-ishoralar), lingvistik (og'zaki nutq), affektiv va shuningdek. murakkab jamiyatlar (iqtisodiy, siyosiy va boshqalar) rivojlanishi natijasida qurilgan tillar.*

Kalit so'zlar: *atribut, munosabat, shaxs, qobiliyat, maqsad, talab, mahorat, tajriba*

Shaxslararo munosabatlarning ahamiyati, ularning sifati va mazmuni inson hayotining barcha bosqichlarida saqlanib qoladi, chunki ular hayotining birinchi kunidan to oxirgi kunigacha inson mavjudligining zaruriy sharti, atributidir. Voyaga etganida, inson o'z hayot yo'lining to'laqonli va ongli ustasiga aylanganda, o'zi o'zining yaqin atrofini tashkil etuvchi odamlarni ozmi-ko'pmi tanlashga qodir bo'lganda, boshqalar bilan munosabatlarning sub'ektiv ahamiyati umuman pasaymaydi. .

Har bir shaxs uchun shaxslararo munosabatlarning bunday yuksak ahamiyati boshqa odamlar bilan aloqalar va qulay munosabatlar zarur vosita, shaxsning eng muhim, asosiy ehtiyojlarini qondirishning bir usuli ekanligiga asoslanadi: masalan, o'zini o'zi boshqarishga bo'lgan ehtiyoj. o'ziga xoslik va o'zini o'zi qadrlash, uni amalga oshirish uning mavjudligini tasdiqlamasdan mumkin emas, uning aniqligini anglash, "men" - bu erda va hozir. Bunday

"tasdiqlash" uchun zarur shart-sharoitlar diqqat, qiziqish, odamni boshqalar - ayniqsa yaqin, ahamiyatli - odamlar tomonidan qabul qilishdir.

Hayotni tashkil etishning teng darajada muhim tarkibiy qismi bu shaxslararo munosabatlardir. Ularning ichki va tashqi miqyosda yo'naltirilganligi omili asosan turli xil hayotiy vaziyatlarda insonning turmush tarzi va xatti-harakatlarini belgilaydi. Shaxslararo munosabatlar - muloqot jarayonida paydo bo'ladigan yangi tizimli sifat - muloqot qiluvchi sub'ektlarni mustahkamlaydi yoki ular o'rtasida norozilik, nizolar, da'volar va nizolarni keltirib chiqaradi.

Boshqaruv o'chog'i (lotincha locus - joy, joy va fransuzcha controle - tekshirish) - shaxsning o'z faoliyati natijalari uchun mas'uliyatni tashqi kuchlar (tashqi, tashqi boshqaruv o'chog'i) yoki o'z qobiliyatlari va qobiliyatlariga bog'lash tendentsiyasini tavsiflovchi sifat. harakatlar (ichki, ichki nazorat o'chog'i)

Lokus tushunchasi amerikalik psixolog D.Rotter tomonidan taklif qilingan. Lokus nazorati - bu shaxsning sotsializatsiyasi jarayonida shakllanadigan barqaror mulk. Boshqaruv o'chog'i - bu psixologik tushuncha bo'lib, u shaxsning eng muhim xususiyatlaridan biri - shaxsning o'z maqsadlariga erishishdagi mustaqilligi, mustaqilligi va faolligi, u bilan sodir bo'layotgan voqealar uchun shaxsiy javobgarlikni rivojlantirish darajasini aks ettiradi .

Erkaklar va ayollar o'rtasidagi nazorat o'rtasidagi farq ularning haqiqiy xatti-harakatlarida namoyon bo'ladi. Ayollar hayotdagi muvaffaqiyatlari va muvaffaqiyatsizliklarini tushuntirish uchun ko'pincha taqdirga murojaat qilishadi. Erkaklar, ulardan farqli o'laroq, mahorat, mahorat talab qiladigan faoliyatni afzal ko'radilar.

Erkaklar va ayollarning tarixan o'rnatilgan roli funktsiyalari ular nazorat qilishga harakat qiladigan sohalarda o'z izini qoldiradi. Ayollarga qaraganda, erkaklar jamoat sohasiga (siyosat, iqtisod, atrof-muhit) ko'proq qiziqish bildiradilar va shaxsiy muammolarga (oila, kasb, o'z-o'zini rivojlantirish) kamroq qiziqish bildiradilar. Vaqtning uzunligi, birinchi navbatda, iqtisodiy va kasbiy sohalarda. Ayollarni shaxsiy muammolar ko'proq tashvishga soladi. Karl Rojers

odamlarning bir-biri bilan muvaffaqiyatli va rivojlanishi uchun zarur bo'lgan to'rtta xususiyatni aniqladi:

- muvofiqlik - tajribamiz va uning xabardorligining aniq muvofiqligini bildirish uchun ishlatadigan atama;
- o'zingni o'zing kabi qabul qilish;
- boshqa shaxsni qabul qilish;

Empatik tushunish, bu o'zganing qo'rquvi, g'azabi yoki xijolatini xuddi o'zingiznikidek tushunishni anglatadi, lekin u bilan bog'liq bo'lgan qo'rquv, g'azab yoki xijolatsiz.

Shaxslararo muloqotda sub'ektiv nazorat darajasi, shaxslararo munosabatlar va psixologik himoya strategiyalari qanday o'zaro bog'liqligi inson faoliyatining turli sohalari uchun muhim omil hisoblanadi.

Nazorat o'chog'i - bu shaxsning ma'lum bir turini tavsiflovchi psixologik omil. Bu shaxsning hayotiy hodisalar va ularning faoliyati natijalari uchun mas'uliyatni tashqi kuchlar (tashqi, tashqi nazorat o'chog'i) yoki o'z qobiliyatlari va harakatlari (ichki, ichki nazorat joyi) ga bog'lash tendentsiyasini ifodalaydi.

Psixologik adabiyotda bu kontseptsiyaning paydo bo'lishi, birinchi navbatda, amerikalik psixolog J. Rotterning ishi bilan bog'liq bo'lib, u odamlarni o'zlari uchun muhim bo'lgan hodisalar ustidan nazoratni mahalliyashtirishga ko'ra farqlashni taklif qilgan. Bunday lokalizatsiya yoki nazorat o'chog'ining ikkita ekstremal turi mavjud: ichki va tashqi. O'z harakatlarining oqibatlarini vaziyat ta'sirida tushuntirishga moyil bo'lgan tashqi boshqaruv o'chog'iga ega odamlar odatda tashqi deb ataladi, chunki ular o'z faoliyati uchun javobgarlikni faqat tashqi sharoitga bog'laydilar. Qaramaqarshi tur - ichki qismlar. Bunday turdagi odamlar o'z faoliyati natijalari uchun o'zlarini javobgar deb bilishadi. Vaziyat noqulay bo'lsa ham, ichki xatolar yoki muvaffaqiyatsizliklar uchun bahona topmaydi. Birinchi holda, inson o'zi bilan sodir bo'layotgan voqealar, eng avvalo, uning malakasi, maqsadga muvofiqligi, qobiliyat darajasi kabi shaxsiy fazilatlariga bog'liq bo'lib, o'z faoliyatining tabiiy natijasi deb hisoblaydi. Ikkinchi holda, inson o'zining muvaffaqiyatlari yoki muvaffaqiyatsizliklari tasodif, atrof-muhit bosimi,

boshqa odamlar va boshqalar kabi tashqi kuchlarning natijasi ekanligiga ishonch hosil qiladi. Har qanday shaxs ushbu qutbli boshqaruv lokuslari bilan belgilanadigan kontinuumda ma'lum bir pozitsiyani egallaydi.

Shu bilan birga, bu individual psixologik xususiyat, nihoyat, sotsializatsiya jarayonida shakllanganiga qaramay, etarlicha barqaror, kam o'zgaruvchan shaxsiy sifatdir. Ko'p jihatdan nazorat o'chog'ining bunday barqarorligi uning tashqi va ichkilik kabi shaxsning ijtimoiy yo'nalishining ko'rsatkichi bilan deyarli bevosita bog'liqligi bilan bog'liq.

Boshqaruv o'chog'ini o'rganish asosan J. Rotter tomonidan ishlab chiqilgan ichki-tashqilik shkalasi yordamida amalga oshirildi. Ular nafaqat o'z hayoti ustidan nazoratni ichki yoki tashqi manbalarga bog'lash bo'yicha ichki va tashqi o'rtasidagi farqlarni aniqlashga imkon berdi, balki bir qator qiziqarli naqshlarni ham ochib berdi. Shunday qilib, B. Striklend, K. Velston va B. Velston ichki organlar tashqi odamlardan ko'ra ko'proq sog'liq muammolari haqida ma'lumotni faol ravishda izlaydilar, deb hisoblashgan. Shuningdek, ichki a'zolar o'zlarining sog'lig'ini saqlash yoki yaxshilash uchun chekishni tashlash, jismoniy mashqlar qilishni boshlash va muntazam ravishda shifokorni ko'rish kabi ehtiyot choralarini ko'rish ehtimoli tashqi odamlarga qaraganda ko'proq. Bu shuni anglatadiki, ba'zi yozuvchilar tomonidan yaratilgan ishonchli fatalist obrazidan farqli o'laroq, "dengizda tizzagacha chuqur" bo'lgan, stakan va trubkadan ajralmagan va ayni paytda fenomenal sog'lig'i bilan ajralib turadi. , tashqi nazorat o'chog'i, boshqa narsalar qatorida, jiddiy kasalliklar xavfini sezilarli darajada oshiradi. Bundan tashqari, kasallik bo'lsa, ichki nazorat o'chog'i tiklanishga yordam beradi, tashqi tomondan esa, ekstremal holatlarda, orttirilgan nochorlik sindromi, aksincha, uni oldini oladi.

Tashqi shaxslarning psixologik xususiyatlariga quyidagi shaxsiy xususiyatlar kiradi: "tajovuz va hujum" tipidagi o'zini o'zi himoya qilish reaksiyalari va mexanizmlari; "Muhim voqealarni o'z faoliyati natijasi sifatida izohlaydigan ichki" dan farqli o'laroq, shaxsiy hodisalarning tashqarida (boshqa odamlarda, hodisalarda, baxtsiz hodisalarda) sabablarini bilish; muvofiqlik,

boshqa odamlarga qaramlik, muvofiqlik; o'ziga ishonchsizlik, haqiqiy va ideal "men" tasvirlarining tez-tez mos kelmasligi; o'z-o'zini hurmat qilishning etarli emasligi; tashvish, ruhiy tushkunlik va ruhiy kasalliklarga moyillik; etarlicha rivojlangan o'z-o'zini tartibga solish, hissiy beqarorlik, past o'zini-o'zi amalga oshirish; aqliy quvvatdan noratsional foydalanish, ijodiy salohiyatni yetarli darajada amalga oshirmaslik.

Ichki xususiyatlarning o'ziga xos xususiyatlari: hissiy barqarorlik, axloqiy me'yoriylik, ishonchlilik, tasavvur, xushmuomalalik va iroda kuchi. Ko'pgina tadqiqotlar tashqi ta'sirning tashvish va depressiya, dogmatizm va avtoritarizm bilan sezilarli va ijobiy bog'liqligini ko'rsatdi. Umuman olganda, tashqi ko'rinishlar fatalistik tendentsiyalar bilan ajralib turadi.

J. Rotterning ijtimoiy ta'lim nazariyasining asosiy yo'nalishi - qiyin vaziyatlarda inson xatti-harakatlarini bashorat qilishdir. U to'rtta o'zgaruvchining o'zaro ta'sirini diqqat bilan tahlil qilish zarur deb hisoblaydi. Ushbu o'zgaruvchilar xatti-harakat potentsiali, umidlar, mukofot qiymati, psixologik vaziyatni o'z ichiga oladi. J. Rotter, qo'shimcha ravishda, xulq-atvor asosan bizning noyob fikrlash va oldindan ko'rish qobiliyatimiz bilan belgilanadi, deb hisoblardi. Uning so'zlariga ko'ra, odamlarning muayyan vaziyatda nima qilishini bashorat qilishda biz hislar, kutishlar va qadriyatlar kabi kognitiv o'zgaruvchilarni hisobga olishimiz kerak. Shuningdek, insonning xulq-atvori maqsadli, ya'ni odamlar kutilgan maqsadlar sari intiluvchan, degan pozitsiya mavjud. Uning fikricha, insonning xatti-harakati bu harakat oxir-oqibat kelajakdagi mukofotlarga olib kelishini kutish bilan belgilanadi. Kutish va mustahkamlash tushunchalarini bir nazariya doirasida birlashtirish U tizimining o'ziga xos xususiyati hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, inson muayyan vaziyatda nima qilishini bashorat qilishning kaliti xulq-atvor salohiyatini tushunishdadir. Bu atama ma'lum bir xatti-harakatning ba'zi bir vaziyatda yoki biron bir kuchaytiruvchi yoki kuchaytiruvchi bilan bog'liq vaziyatlarda sodir bo'lish ehtimolini anglatadi [19]. Uning xulq-atvor kontseptsiyasi rag'batlantiruvchi vaziyatga javoban inson faoliyatining deyarli barcha turlarini o'z ichiga oladi, uni faqat qandaydir tarzda

aniqlash va o'lchash mumkin. Uning fikricha, kutish muayyan xatti-harakat natijasida ma'lum bir mustahkamlashning yuzaga kelishining sub'ektiv ehtimolini anglatadi. Kutish kontsepsiyasi aniq ko'rsatadiki, agar o'tmishda odamlar ma'lum bir vaziyatda xattiharakatlari uchun mustahkamlangan bo'lsa, ular bu xatti-harakatni ko'pincha takrorlaydilar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Andreeva G.M. Ijtimoiy psixologiya. M., 2001 yil.
2. Bodalev A.A. Shaxslararo muloqot psixologiyasi. Ryazan, 1994 yil.
3. Goryanina V.A. Muloqot psixologiyasi: darslik. M., 2002 yil.
4. U.S. Jumayev. Globalizasiya i kultura narodov. Vestnik. Xarkov, Ukraina. 2012. - Vipusk 43. - B. 90-97.
5. U.S. Jumayev Sosialniy psixologicheskiy osobennosti mejdunarodnix i mejkulturnix svyazax chelovechestva. Pedagogik mahorat jurnali. - Buxoro, 2020. - №2. - B. 64-69.
6. Jumaev U. S. Socio-psychological features of international and intercultural relations of humanity //Journal of Pedagogical Excellence. – 2019. – №. 4. – S. 112-117.
7. Jumaev U. S. Globalizasiya i kultura narodiv //Visnik Xarkivskogo natsionalnogo pedagogichnogo universitetu imeni GS Skovorodi. Psixologiya. – 2012. – №. 43 (1). – S. 90-97.
8. Jumayev U. TOŻSAMOŚĆ NARODOWA JAKO PROBLEM PSYCHOLOGII SPOŁECZNEJ //SENTR NAUCHNYX PUBLIKASIIY (buxdu.uz). – 2021. – T. 4. – №. 4.