



Nizoli vaziyatlar va shaxslararo munosabatlarda nizoni konstruktiv hal qilishning samarali usullari.

Xojimuxamedova Dilbar Rixsibaevna

Yuristlar malakasini oshirish markazining “Kasbiy konikmalarni rivojlantirish” kafedrasida oqituvchisi

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada nizo tushunchasining mazmun mohiyati, nizo shakllari, nizo eskalatsiyasi, nizoning kelib chiqish sabablari, bosqichlari, rivojlanish dinamikasi, nizoli vaziyatlar va shaxslararo munosabatlarda nizoni konstruktiv hal qilishning samarali usullari haqida soʻz borgan. Stressogen kasblarda faoliyat olib boradigan mutaxassislarining kompetensiyasini rivojlantirish maqsadida stressga chidamlilik, adaptiv intellekt, emosional intellekt koʻnikmalarini rivojlantirishning muhimligi, nizoning kelib chiqishining oldini olish usullari haqida maʼlumotlar keltirib oʻtilgan.

***Kalit soʻzlar:** nizo, nizo eskalatsiyasi, nizoli vaziyatlar, emosional intellekt, stress, adaptiv intellekt, stressga chidamlilik, konstruktiv nizo, destruktiv nizo.*

Zamonaviy jamiyatni modernizatsiya qilish jarayoni bilan bogʻliq holda nizo mavzusi eng dolzarb muammolardan biriga aylandi. Zamonaviy dunyoda yashovchi odam, albatta, uning atrofidagi voqelikning turli hil taʼsiriga yuz tutadi. Bunday holat insonning hayotiy vaziyatlarga, sharoitlarga va oʻzga odamlarga boʻlgan munosabatida va uning atrofidagi odamlarga va albatta odamning oʻziga boʻlgan munosabatida namoyon boʻlishi mumkin. Insonning hayoti ijtimoiy hodisa boʻlib, jamiyatda ijtimoiylashuvlarini turli hil qarama qarshiliklar, ziddiyatlar, konfliktlarsiz tasavvur qilish murakkabdir. Baʼzida bunday munosabat va muloqot davomida nizolarning boʻlishi muqarardir. Real dunyoda faqat yuqori moslashuvchan adaptiv qobiliyatga, stressga chidamlilik koʻnikmalarini



rivojlantirgan, emotsional intellekt ko'nikmalarini rivojlantirgan odamlar o'zlarini qulay his qilishlari mumkin. Ushbu ko'nikmalarni rivojlantirishda albatta bevosita inson hayotining ajralmas qismi bo'lgan nizo, konflikt masalalari ham dolzarbdir. Shaxslararo, guruhlararo munosabatlarda, muloqotlarda, ushbu munosabat, muloqot samarali bo'lishi, nizoli vaziyatlarning iloji boricha yuzaga kelmasligi uchun insonning moslashuvchanlik xususiyatini doimiy rivojlantirish bilan birga albatta nizing mazmun mohiyati, sabablari, individualligi, o'ziga hos xususiyati, rivojlanish dinamikasi, konstruktiv hal qilish va bartaraf etish usullariga oid ko'nikmalarini rivojlantirish muhim.

Nizo shakllarining murakkabligi va hilma-hilligi ushbu holatni o'rganishga yondashuvlarning hilma-hilligini belgilaydi.

Nizo – ijtimoiy o'zaro ta'sir jarayonida yuzaga keladigan manfaatlar, maqsadlar, qarashlardagi qarama-qarshiliklarni hal qilishning eng keskin usuli bo'lib, odatda ushbu qarama-qarshiliklar umuminsoniy qadriyatlardan, qoidalar, normalardan chetga chiqadigan salbiy his-tuyg'ular bilan birga keladi.

Nizo, uning umumiy tushunchasida, ijtimoiy o'zaro ta'sir vaqtida yuzaga keladigan qarama-qarshiliklarni, maqsadlarni, manfaatlarni hal qilishning eng keskin usuli hisoblanadi.

Mojaroning mohiyati uning ishtirokchilarining salbiy his-tuyg'ular bilan birga bo'lgan qarama-qarshiligida yotadi. Ko'pincha bu qarama-qarshilik ijtimoiy me'yorlar va qoidalardan tashqariga chiqadi.

Nizing sabablari: Manfaatlar to'qnashuvi, nizoli vaziyatlar orqali chiqariladigan ichki zo'riqish, psixologik nomutonositlik, axborotga emas, balki e'tiborni hissiyotlarga qaratish, hissiy zo'riqish-kuyish, konfliktogenlardan foydalanish, agressiyaning yashirin shakli sifatida g'iybatdan foydalanish, mojaro orqali kelishmovchiliklarni bartaraf etish, odamlar o'rtasidagi tabiiy manfaatlar



qarama-qarshiligi, shaxsning samarali muloqot ko'nikmalarining rivojlanmaganligi, qarashlardagi qarama-qarshiliklar, nuqtai nazarlardagi keskin farq, shaxsning o'z o'ziga bo'lgan ichki bahosining me'yordan yuqoriligi, regidlik (o'jar, qaysarlik), adovatlilik, o'zgalar fikriga toqat qila olmaslik, infantilizm, hissiy noetuklik, adaptiv va hissiy intellektning rivojlanmaganligi, shaxsning refleksiv passivligi.

Konflikt bosqichlari:

mojarodan xabardorlik;

konflikt xatti -harakatlarining namoyon bo'lishi;

konfliktning chuqurlashishi;

mojaroni hal qilish;

mojarodan keyingi (postkonflikt, mumkin, ayniqsa mojaro murosaga erishish yo'li bilan hal qilingan taqdirda.

-insonning infantil tabiati.

Konflikt rivojlanish dinamikasi:

-konfliktli vaziyatning shakllanishi;

-konfliktni anglash (refleksiya);

-konfliktli xatti-harakatlarning namoyon bo'lishi;

-konflikt eskalatsiyasi;

-konfliktni konstruktiv hal qilish.

Bugungi kunda biz stressogen olamda yashamoqdamiz, insonlar bilan muloqot qilar ekanmiz, turli hil psixotip vakillari bilan istaymizmi yo'qmi, ba'zi holatlarda nizo bo'lishi muqarar. Bunday holatning sabablarini yuqorida ko'rib chiqdik. Insonlar bilan muloqot, munosabat jarayonida shuni unutmaslik kerakki, inson siz bilan bo'layotgan muloqot, munosabatni miya orqali qabul qiladi va qaror chiqaradi. Qarshingizdagi inson qanday shaxs, buni siz albatta yaxshi bilasiz, har bir inson individual xarakterologik hususiyatga egadir. Albatta, ushbu suhbatdoshga moslashish, uni psixo-emotsional jihatdan o'rganish lozim. Undan



muloqot, munosabat jarayonida juda katta qutuvlar qilmaslik zarur. Sababi, har bir odam alohida individualdir, har bir insonning o'z individual xarakterologik xususiyati, temperamenti, xulq modeli, dunyoqarashi, sog'lig'i, fikrlash qobiliyati, qarashlari mavjud.

Siz mutaxassis sifatida, muloqotingizni samarali bo'lishini istasangiz, albatta, insonlar bilan muloqotda, ularga moslashishingiz lozim. Sizda empatiya, refleksiya xususiyatingiz rivojlangan bo'lishi kerak. Har qanday holatda ham nizoga nizo bilan javob qaytarish samarali bo'lmaydi, bunday vaziyatlarda albatta nizoning asosiy sababini, maqsadini, konfliktogenlar strategiyasining dinamikasini, qanday pozitsiyani egallash lozimligini va nizoli vaziyatning qanday tugashini prognoz qila bilish, e'tiborni nizoning predmetiga qaratish, nizoning konstruktiv bo'lishiga olib keladi.

Foydalangan adabiyotlar royxati:

- 1.Manba: "Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti" o'quv qo'llanma N.S.Safaev, N. A. Mirashirova, N. G. Odilova, Toshkent 2013 yil.
- 2.I.Mahmudov. "Boshqaruv psixologiyasi" o'quv qo'llanma. Toshkent 2005 yil.
- 3.M. Axmedova . "Pedagogik konfliktologiya" Toshkent .2016 yil.
- 4.N.V.Grishina. "Psixologiya konflikta" 2-e izd Piter .2008 yil.