



LATIBJONOV
RAHMATILLO ABDURASHID O'G'LI

MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARINING KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYASINI TAKOMILLASHTIRISHDA TRENING TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH

(amaliyotchi psixologlar misolida)



MONOGRAFIYA

ANDIJON – 2026

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA’LIMI VAZIRLIGI**

**ANDIJON VILOYATI
PEDAGOGIK MAHORTA MARKAZI**

LATIBJONOV RAHMATILLO ABDURASHID O‘G‘LI

**MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARINING
KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYASINI TAKOMILLASHTIRISHDA
TRENING TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH
(amaliyotchi psixologlar misolida)**

MONOGRAFIYA

ANDIJON - 2026

UO‘K 37.018.46:37.015.31

KBK 74.56

L24

R.A.Latibjonov. Malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyasini takomillashtirishda trening texnologiyalaridan foydalanish (amaliyotchi psixologlar misolida). [Monografiya] – “Omadbek print number one” MCHJ. Andijon: 2026. – 202 b.

Mazkur monografiyada malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyasini trening texnologiyalari asosida takomillashtirishning nazariy, metodologik va amaliy asoslari yoritilgan. Unda kommunikativ kompetensiyaning mazmun-mohiyati, tarkibiy komponentlari, uni takomillashtirishga ta’sir etuvchi psixologik va pedagogik omillar hamda amaliyotchi psixologlar faoliyatida samarali qo'llaniladigan trening texnologiyalarining imkoniyatlari ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Monografiyada kommunikativ kompetensiyani diagnostika qilish, ijtimoiy-psixologik treninglarni loyihalash va tashkil etish, interfaol metodlar asosida tinglovchilarning muloqot madaniyati, empatiya, faol tinglash, jamoada ishlash hamda konfliktlarni konstruktiv hal etish ko'nikmalarini rivojlantirish masalalari keng yoritilgan. Trening dasturlarining samaradorligini baholash mezonlari, amaliy tavsiyalar va tadqiqot natijalari ham keltirilgan.

Monografiya amaliyotchi psixologlar, pedagoglar, malaka oshirish kursi tinglovchilari, oliy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilari, doktorantlar, magistrantlar hamda kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish masalalari bilan shug'ullanuvchi barcha mutaxassislar uchun foydali ilmiy-amaliy manba hisoblanadi.

Mas’ul muharrir: Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)., dotsent Dumarov M.X

Taqrizchilar:

Abdullayeva M.M - psixologiya fanlari nomzodi, professor

Parmonov B.E - psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)., dotsent

Ushbu monografiya Andijon viloyati Pedagogik mahorat markazi ilmiy – metodik kengashi yig'ilishining 2026-yil, 26-iyundagi 6-son qarori bilan nashrga tavsiya etilgan.

ISBN : 978-9910-293-58-0

9043



© R.A.Latibjonov

© Omadbek print number one

MUNDARIJA

KIRISH.....	5
I BOB. PSIXOLOGIYA FANIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYA MUAMMOSINING NAZARIY TADQIQ ETILISHI.....	13
1.1§. Ijtimoiy psixologik yondashuvda kommunikativ kompetensiyalar haqidagi konsepsiyalar talqini.....	13
1.2§. Yaqin va uzoq xorij mamlakatlari psixologik tadqiqotlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish muammosini yoritilishi.....	26
1.3§. Sharq mutafakkirlari va zamonaviy o‘zbek psixologiyasida kommunikativ kompetensiya muammosining o‘rganilishi.	40
Bob bo‘yicha xulosalar.....	51
 II BOB. MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARNING EMPIRIK O‘RGANILISHI	52
2.1§. Tadqiqotni tashkil etish va tadqiqot maqsadiga mos metodik vositalarni asoslash.....	52
2.2§. Malaka oshirish kursi tinglovchilarida kommunikativ kompetensiyalar takomillashishiga ta’sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillar.....	65
2.3§. Malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalari takomillashishida yosh va jinsga oid omillarni empirik tadqiq etish	81
Bob bo‘yicha xulosalar.....	98
 III BOB. MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARINI TRENING TEXNOLOGIYALARI ORQALI KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH	99
3.1§. Malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalari takomillashishida hudud va pedagogik tajribaga oid xususiyatlarini empirik o‘rganish.....	99
3.2§. Kommunikativ kompetensiyalar va shaxs xususiyatlari orasidagi aloqadorlik	108
3.3§. Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik modeli.....	120
Bob bo‘yicha xulosalar.....	139
 XULOSA	140
FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI.....	143
ILOVALAR.....	154

KIRISH

Jahonda psixologiya sohasida kommunikativ kompetensiyalar professional faoliyatning muhim tarkibiy qismi sifatida e'tirof etilib, shaxslararo munosabatlarni mustahkamlash, psixologik maslahat berish jarayonlarini samarali tashkil etish va ijtimoiy muhitda moslashuvchanlikni ta'minlashda asosiy vosita bo'lib hisoblanmoqda. Xususan, UNESCOning 2023-yilgi global monitoring hisobotiga ko'ra, maktab psixologlarining kommunikativ kompetensiyasi yuqori bo'lgan ta'lim muassasalarida o'quvchilar faolligi 27-35 % ga oshgan, darsga jalb etilish darajasi esa 20 % dan ziyod ko'proq bo'lishi aniqlangan. Shuningdek, 2022-yilgi OECD ma'lumotlariga ko'ra, psixolog-mijoz muloqot sifati yuqori bo'lgan maktablarda o'quvchilarning o'zlashtirish ko'rsatkichlari o'rtacha 15-18 % ga yuqori bo'lishi alohida ta'kidlangan¹. Psixologlar uchun kommunikativ kompetensiyalar ta'lim sohasi ishtirokchilari bilan ishonchli muloqot o'rnatish, ularning psixologik ehtiyojlarini aniqlash, konfliktlarni boshqarish, guruh dinamikasini tushunish va psixologik yordam ko'rsatishda muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Jahon ta'lim va ilmiy muassasalarida psixolog shaxsining kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirish, ularning himoya mexanizmlari bilan bog'liq psixologik xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan ilmiy izlanishlar tobora dolzarb tus olmoqda. Bu izlanishlar natijasida aniqlanishicha, psixolog shaxsining kasbiy rivojlanishi nafaqat bilim va ko'nikmalar tizimiga, balki uning shaxslararo muloqotdagi o'ziga xos psixologik himoya shakllari va refleksiv yondashuvlariga ham bevosita bog'liq bo'lib bormoqda. Shuningdek, UNESCO tomonidan 2019-yil 4-noyabrda ishlab chiqilgan "Psixologlar uchun kompetensiyalar bo'yicha global standartlar"da ham psixologik faoliyatning asosiy tarkibiy qismi sifatida kommunikativ kompetensiyalar, madaniyatlararo muloqot va axborotni to'g'ri yetkazish ko'nikmalari ko'rsatilgan². Bunda psixologning nutq madaniyati, faol tinglash

¹ United Nations (2015). *Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development*. <https://sdgs.un.org/2030agenda>

² UNESCO (2019). *Global Framework of Professional Teaching Standards*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000375693>

qobiliyati, fikrni erkin bildira olish va o'quvchilar bilan empatik aloqani yo'lga qo'yishi psixologik jarayonlarda muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Mamlakatimizda so'nggi yillarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatishni takomillashtirish bo'yicha e'tibor kuchaymoqda va zaruriy me'yoriy-huquqiy asoslar yaratilmoqda. "...Pedagogik jamoalarda sog'lom psixologik muhitni yaratish va qo'llab-quvvatlash, jamoa a'zolarining hissiy-emotsional holatlari, shaxslararo munosabatlar va ziddiyatli xatti-harakatlarni korreksiyalash, ularning psixologik madaniyatini yuksaltirish"³, hamda "shaxsga uning hayotida yuzaga kelgan psixologik muammolarni hal etishda hamda tang (krizisli) vaziyatlarning oldini olishda ko'maklashish"⁴ vazifalari negizida belgilangan dolzarb masalalar mazkur mavzuga yo'naltirilgan tadqiqotlarni amalga oshirishda muhim ahamiyat kasb etmoqda.

O'zbekiston Respublikasining 2024-yil 5-noyabrdagi O'RQ-989-son "Aholiga psixologik yordam ko'rsatish to'g'risida"gi Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 -yil 11- maydagi PF-134-son "2022-2026-yillarda maktab ta'limini rivojlantirish bo'yicha milliy dasturni tasdiqlash to'g'risida"⁵, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019- yil 7- iyundagi 472-son "Psixologiya sohasida kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora-tadbirlari to'g'risida", 2019- yil 17- iyuldagi "O'quvchilarni psixologik-pedagogik qo'llab-quvvatlash ishlarini yanada takomillashtirish to'g'risida"gi 577-son qaror va farmonlari hamda boshqa me'yoriy hujjatlar doirasida belgilangan keng ko'lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qilishi bilan belgilanmoqda.

Tadqiqotning Respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi. Mazkur tadqiqot Respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning I. «Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy,

³ O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qarori, 12.07.2019 yildagi 577-son. <https://lex.uz/docs/-4417140>

⁴ O'zbekiston Respublikasining Qonuni, 05.11.2024 yildagi O'RQ-989-son. <https://lex.uz/uz/docs/-7196808>

⁵ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 11.05.2022 yildagi PF-134-son. 2022 - 2026-yillarda maktab ta'limini rivojlantirish bo'yicha milliy dasturni tasdiqlash to'g'risida. <https://lex.uz/ru/docs/-6008663>

huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda innovatsion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari» ustuvor yo'nalishlariga muvofiq bajarilgan.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. Malaka oshirish kursi tinglovchilarini kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda trening texnologiyalaridan foydalanishni tadqiq etish alohida tadqiqot ob'ekti sifatida o'rganilmagan bo'lsa ham, lekin, Sh.H. Abdullayeva, N.D. Ahmedova, O.E.Hayitov, I.I. Hojiboyev, V.M. Karimova, J.X. Mavlonov, R.N. Melibayeva, N.Mirashirova, Z.T.Nishanova, K.Y.Nazirov va boshqa olimlar tomonidan malaka oshirish jarayonida tinglovchilarning bir qator sifatlarini shakllanishiga oid muammolarning ayrim jihatlarini ilmiy tadqiq etishgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan K.A. Abulxanova-Slavskaya, G.M. Andreeva, A.A. Bodalev, I.V. Dubrovina, Y.P. Ermolaeva, P.Y. Galperin, E.V. Ivanova, Y.N. Kiryanova, O.A. Kraynova, V.A. Labunskaya, T.A. Ladygina, A.N. Leontev, L.V. Mishenko, B.D. Parygin, V.E. Paxalyan, L.A. Verbitskaya, L.S. Vigotskiy, L.B. Shneyder, O.V. Xuxlyayeva, A.V. Yegorov, E.A. Zimnyaya, Y.P. Zinchenko va boshqalarning izlanishlarida inson faoliyatining turi, nutq xususiyatlari, shaxsning ijtimoiy-perseptiv sohasi, munosabatlar tizimi hamda o'zaro bir-birini anglash ilmiy nuqtai nazardan tadqiq etilgan.

Xorijda kommunikativ kompetensiyalarni jarayon sifatida o'rganishda A. Bandura, J. K. Burgoon, R. Dreikurs, E. Goffman, K. Koffka, D. Kolb, K. Lewin, J. Moreno, K.Rojers, V. Shtern, S.T. Toomey, Dj. Xolland va boshqalar tomonidan ilmiy tadqiqotlar olib borilgan. Ammo, malaka oshirish kursi tinglovchilarini kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda ijtimoiy-psixologik treninglardan foydalanish xususiyatlari umumlashtirilgan ilmiy tadqiqot ob'ekti sifatida o'rganilmagan.

Tadqiqotning dissertatsiya bajarilayotgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejasi bilan bog'liqligi. Dissertatsion tadqiqot Andijon davlat pedagogika institutining ilmiy tadqiqot ishlari rejasining OT-F1-126 "Shaxs psixologik rivojlanishining samarali psixologik tadqiqot usullari " (2022-2025 yy.) loyihasi doirasida bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi amaliyotchi psixologlarni kommunikativ kompetensiyalarini trening texnologiyalari yordamida takomillashtirishning o'ziga xos jihatlari tadqiq qilish asosida tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning vazifalari:

amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashishini yosh va jinsga oid xususiyatlarini o'rganish;

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalari rivojlanishida shaxsiy, kasbiy va tashkiliy omillarning ta'sirini aniqlash;

amaliyotchi psixologlarda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlikning shaxslararo o'zaro ta'sir uslubi va tashkilotchilik qobiliyatlariga bog'liqligini tadqiq etish;

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini treninglar orqali takomillashtiruvchi model ishlab chiqish;

Tadqiqotning obekti sifatida psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni trening texnologiyalari orqali takomillashtirish jarayoni olingan bo'lib, tadqiqotga Andijon, Sirdaryo va Jizzax viloyati pedagoglarni malaka oshirish kursi tinglovchilaridan 456 nafar amaliyotchi psixologlar (217 nafar erkak, 239 nafar ayol) respondent sifatida jalb etilgan.

Tadqiqotning predmetini amaliyotchi psixologlarni kommunikativ kompetensiyalarini trening texnologiyalari orqali takomillashtirishning o'ziga xos jihatlari tashkil etadi.

Tadqiqot usullari. Tadqiqot jarayonida kuzatish, suhbat metodlari, shuningdek, E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testi, S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeykalarining "Shaxslararo o'zaro ta'sir uslubini aniqlash" testi, Y.A. Klimovning "Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi (KOC2)", Fey shkalasi bo'yicha "Boshqalarni qabul qilishni diagnostika qilish" metodikasi, M.Snayderning "Muloqot jarayonida o'zini-o'zi nazorat qilish" testi hamda psixologlarni kommunikativ kompetensiya haqidagi fikrlarini o'rganish uchun hammualliflikda "Psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni baholash" so'rovnomasidan (M.X.Dumarov, R.A.Latibjonov), foydalanildi. Olingan natijalarning ishonchlilik darajasi matematik-

statistik metodlaridan Kolmogorov-Smirnov Z mezon, Mann-Uitni U mezon, Kruskal-Vallis H mezon va Spirmen r korrelyatsiyalarini qo'llash orqali tasdiqlandi.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda muloqotdagi mustahkamlik, ishonchlilik, moslashuvchanlik, o'zini tahlil qilish va ijodiy fikrlash qobiliyatining yosh va jinsga oid tafovutlarda o'zaro rivojlanishiga asoslanib, samarali kommunikatsiya va professional faoliyatdagi muvaffaqiyatni kasbiy refleksiya darajasida ta'minlash muhim ekanligi isbotlangan.

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish uchun kollaborativ muhitda tinglash, fikrni aniq ifodalash ko'nikmalarini hamda mentorlar ta'sirini kuchaytirish muhimligi tufayli korporativ treninglar orqali shaxsiy, kasbiy sifatlarning integrativ va barqaror shakllanishiga erishish zarurati aniqlangan.

amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetentlikning shaxslararo o'zaro ta'sir uslubiga ko'ra muloqotdagi to'siqlarni yengish ko'nikmasining tashkilotchilik qobiliyati bilan integrativ rivojlanishi muhim ekanligi asoslanib, ishbilarmonlik uslubining kelishuvchanlik ko'nikmasi bilan uzviy bog'liqligi aniqlangan.

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini treninglar orqali rivojlantiruvchi model ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlikni, o'zgarishlarga ochiqlikni, ichki barqarorlikning kommunikativ sifatlardagi uyg'un namoyon bo'lishi muhimligi tufayli shaxsga yo'naltirilgan, refleksiv yondashuvlar sintezi asosida takomillashtirilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini aniqlash va takomillashtirishga xizmat qiluvchi ilmiy asoslangan model ishlab chiqildi;

kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish jarayonida qo'llash mumkin bo'lgan amaliy metodik tavsiyalar ishlab chiqilib, amaliyotchi psixologlar uchun tavsiya etildi;

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi. Tadqiqot natijalarining ishonchliligi, avvalo, izlanish ob'ektlarining maqsadga mos tanlanganligi, respondentlarning yetarlicha reprezentativligi, foydalanilgan metodikalarning validligi va ishonchliligi,

qo'lga kiritilgan empirik miqdorlarning matematik-statistikaning ishonchli usullari yordamida tahlil qilinganligi, so'rovnoma va statistik usullar asosida kompetentlikni rivojlantirishning psixologik omillari o'ziga xosligi xalqaro hamda mahalliy tajribalar bilan taqqoslangani, xulosa taklif va tavsiyalarning amaliyotga joriy etilgani, olingan natijalarning vakolatli tuzilmalar tomonidan tasdiqlanganligi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati shundaki, unda psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishning ilmiy asoslangan modeli ishlab chiqilgan, bu model orqali o'rganilayotgan muammoning nazariy va amaliy jihatlari chuqur tahlil qilingan. Ushbu ilmiy yondashuv amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishga qaratilgan maxsus dasturlarni ishlab chiqish, kasbiy malakani oshirish jarayonida esa metodik tavsiyalar va psixologik trening modullarini yaratishda qo'llanish imkonini beradi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati shundaki, u malaka oshirish tinglovchilarining kasbiy va shaxsiy sifatlarini rivojlantirishda muhim o'rin tutuvchi psixologik kompetentligini oshirishga qaratilgan samarali trening dasturini ishlab chiqish va amaliyotda qo'llash imkoniyati bilan belgilanadi. Ushbu trening dasturi psixolog va pedagoglarning kommunikativ, diagnostik hamda refleksiv ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Dissertatsiya ishining natijalari psixologlarni tayyorlash va malakasini oshirish jarayonida, shuningdek "Ijtimoiy psixologiya", "Shaxslararo munosabatlar" va "Psixologik trening asoslari" fanlari bo'yicha o'quv dasturlari va metodik qo'llanmalar yaratishda foydalanish uchun amaliy ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda trening texnologiyalaridan foydalanish (amaliyotchi psixologlar misolida)ni tadqiq etish natijalari asosida:

malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda muloqotdagi mustahkamlik, ishonchlilik, moslashuvchanlik, o'zini tahlil qilish va ijodiy fikrlash qobiliyatining yosh va jinsga oid tafovutlarda o'zaro rivojlanishiga asoslanib, samarali kommunikatsiya va professional faoliyatdagi muvaffaqiyatni kasbiy refleksiya darajasida ta'minlash muhim ekanligi isbotlangan,

ma'lumotlar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son buyrug'i bilan "Ijtimoiy psixologiya" va "Shaxslararo munosabatlar" modullariga kiritilgan (O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiiy Markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son ma'lumotnomasi). Natijada tinglovchilarning yoshi va tajribasi ularning kommunikativ kompetensiyalari hamda hayotiy qiyinchiliklarga qarshi kurashish strategiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi aniqlangan.

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish uchun kollaborativ muhitda tinglash, fikrni aniq ifodalash ko'nikmalarini hamda mentorlar ta'sirini kuchaytirish muhimligi tufayli korporativ treninglar orqali shaxsiy, kasbiy sifatlarning integrativ va barqaror shakllanishiga erishish zarurati bo'yicha aniqlangan ma'lumotlar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son buyrug'i bilan Psixologiya o'quv-ilmiiy markazi qoshidagi psixologlarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish kursi o'quv "Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya" va "Psixologik trening asoslari" modullariga kiritilgan. (O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiiy Markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son ma'lumotnomasi). Natijada malaka oshirish jarayonida tinglovchilarning shaxsiy xususiyatlari va psixologik tayyorgarligi ularning muloqot uslubini belgilovchi muhim omil ekanligi aniqlanib, bu jihatlar amaliyotchi psixologlarning kasbiy kompetentligini rivojlantirishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etishi ilmiy asosda aniqlashtirilgan.

amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetentlikning shaxslararo o'zaro ta'sir uslubiga ko'ra muloqotdagi to'siqlarni yengish ko'nikmasining tashkilotchilik qobiliyati bilan integrativ rivojlanishi muhim ekanligi asoslanib, ishbilarmonlik uslubining kelishuvchanlik ko'nikmasi bilan uzviy bog'liqligi ta'sirida aniqlangan yangiliklar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son buyrug'i bilan markaz qoshidagi psixologlarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish kursi o'quv "Ijtimoiy psixologiya" va "Psixologik trening asoslari" modullariga kiritilgan. (O'zbekiston

milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son ma'lumotnomasi). Natijada amaliyotchi psixologlarda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlikning shaxslararo muloqot samaradorligi va tashkilotchilik qobiliyatlariga bog'liqligi aniqlanib, treninglarning bu jarayondagi ijobiy ta'siri ilmiy asosda aniqlashtirilgan.

amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini treninglar orqali rivojlantiruvchi model ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlikni, o'zgarishlarga ochiqlikni, ichki barqarorlikning kommunikativ sifatlardagi uyg'un namoyon bo'lishi muhimligi tufayli shaxsga yo'naltirilgan, refleksiv yondashuvlar sintezi asosida takomillashtirilgan yangiliklar O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son buyrug'i bilan markaz qoshidagi psixologlarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish kursi o'quv "Ijtimoiy psixologiya" va "Psixologik trening asoslari" modullariga kiritilgan. (O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2025-yil 7-oktabrdagi PM-139-son ma'lumotnomasi). Natijada amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishga xizmat qiluvchi psixologik trening modeli amaliy jihatdan samaradorligi aniqlangan.

Tadqiqot natijalarining aprobatyasi. Mazkur tadqiqot natijalari 7 ta xalqaro va 2 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o'tkazilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi. Tadqiqot mavzusi bo'yicha jami 13 ta ilmiy ish, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy Attestatsiya komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlar ro'yhatida 4 ta ilmiy maqola (3 ta respublika va 1 tasi xorijiy jurnalda) chop etilgan.

Dissertatsiya tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya tarkibi kirish, uch bob, 9 ta paragraf, bob bo'yicha xulosalar, xulosa va tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat. Dissertatsiyaning umumiy hajmi ilovalarsiz 152 betni tashkil etadi.

I BOB. PSIXOLOGIYA FANIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYA MUAMMOSINING NAZARIY TADQIQ ETILISHI

1.1§. Ijtimoiy psixologik yondashuvda kommunikativ kompetensiyalar haqidagi konsepsiyalar talqini

Ijtimoiy psixologiya insonlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar va ularning ijtimoiy muhitdagi xatti-harakatlarini o'rganuvchi fan sifatida kommunikativ kompetensiyalarni shaxslararo muloqotning asosiy elementi deb hisoblaydi. Kommunikativ kompetensiyalar shaxslarning o'zaro muloqot jarayonida ma'lumot almashish, his-tuyg'ularni ifodalash, o'zaro tushunish va samarali hamkorlik qilish qobiliyatlarini o'z ichiga oladi. Ushbu ko'nikmalar ijtimoiy psixologik yondashuvda shaxsiy va guruh munosabatlarini mustahkamlash, ijtimoiy moslashuvchanlikni oshirish va muvaffaqiyatli muloqotni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Bu fikr A.A. Bodalev tomonidan ham ilgari surilgan bo'lib, u kommunikativ kompetensiyalar faqat og'zaki nutq bilan cheklanmay, balki tana tili, ovoz tembri va ijtimoiy kontekstni sezish qobiliyatini ham o'z ichiga olishini ta'kidlaydi [54].

Fikrimizcha, kommunikativ kompetensiyalar insonning ijtimoiy muvaffaqiyati uchun asosiy determinant omillardan biridir. Chunki zamonaviy jamiyatda bilim va malakaga ega bo'lishning o'zi yetarli emas, ushbu bilimni boshqalarga yetkazish, jamoa bilan ishlash va konstruktiv muloqot olib borish ham katta ahamiyatga ega. Shaxsning o'z fikrini aniq, ravshan va madaniyatli tarzda ifodalashi uning kasbiy va shaxsiy hayotda muvaffaqiyat qozonishiga bevosita ta'sir qiladi. Ayniqsa, noverbal signallarni to'g'ri qo'llash, tinglay olish madaniyati va empatiya kommunikativ jarayonning sifatini oshiradi.

Kommunikativ kompetensiya insoniy faoliyatning ajralmas qismi bo'lib, psixologiya, ayniqsa ijtimoiy psixologiya doirasida doimiy o'rganish obyekti sifatida qaraladi. Ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan kommunikatsiya faqatgina axborot almashinuvi emas, balki shaxslararo o'zaro ta'sir, munosabatlar tizimi va ijtimoiy rol bajarilishining markaziy mexanizmidir [114]. Bizning fikrimizcha, ta'lim muhitida, pedagoglar uchun kommunikativ kompetensiyalar, samarali o'quv jarayonini tashkil etishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Tarixiy jihatdan bu tushuncha turli maktablar va

yondashuvlar tomonidan turlicha izohlangan, klassik yondashuvlar esa zamonaviy nazariyalar uchun poydevor bo‘lib xizmat qiladi.

Kommunikativ kompetensiyalar haqidagi dastlabki tushunchalar qadimgi Yunoniston falsafasida shakllandi. Qadimgi Yunoniston jamiyati o‘z tuzilishi, ijtimoiy munosabatlari va davlat boshqaruv tizimi bilan muloqotga asoslangan madaniyatga ega edi. Ayniqsa aforizmlar, nutq so‘zlash san’ati, bahs-munozara va jamoat majlislarida fikr bildirish orqali jamiyatda axborot almashinuvi rivojlangan [104]. Yunonistonning ko‘pchilik aholisi savodsiz bo‘lganligi sababli kommunikatsiyaning asosiy shakli og‘zaki nutq edi. Og‘zaki muloqot oila, do‘stlik, diniy marosimlar, teatr tomoshalari, bozor va siyosiy yig‘ilishlarda asosiy rol o‘ynagan. Bu holat xalq ongida muloqot madaniyati va eslab qolish qobiliyatini kuchaytirgan. Yunonlar orasida nutq so‘zlash san’ati yuqori qadrlangan. Har bir fuqaro sudda yoki majlisda o‘z fikrini asoslab, boshqalarga yetkazishga majbur edi [105]. Bu esa kommunikatsiyaning mantiqiy, hissiy va axloqiy jihatlarini birlashtirgan shaklini rivojlantirdi. Ritorika orqali insonlarni ishontirish, fikrini o‘tkazish, murosaga chaqirish imkoniyati kuchli bo‘lgan [47].

Bizningcha, psixologik fikrlarning shakllanishida qadimgi Yunoniston davrida yashab ijod qilgan faylasuflarning o‘rni beqiyosdir.

Platon o‘zining “Dialoglar” asarida muloqot orqali haqiqatni anglashni asosiy g‘oya sifatida ilgari suradi. Platon fikricha, “Chin haqiqatga yetishish uchun insonlar o‘zaro muloqotda sof mantiq va axloqiy mezonlarga asoslanishi zarur” deb yozadi [105; 210-c.]. Fikrimizcha, Platonning bu yondashuvi kommunikativ kompetensiya shunchaki til vositasi emas, balki ong va axloq orqali jamiyatni shakllantirish mexanizmi deb qarashda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Aristotel esa o‘zining “Ritorika” asarida kommunikatsiyaning uch asosiy komponentga bo‘ladi: ethos (axloqiy ishonchlik), pathos (tinglovchiga ruhiy ta’sir o‘tkazish) va logos (mantiqiy asos). Aristotel kommunikativ kompetensiyalarni insonni jamiyatga moslashishida eng zarur vosita deb hisoblaydi. [74]. Aristotelning fikrlarini zamonaviy kommunikatsion nazariyalar bilan solishtirganda, uning

muloqotni emotsional va axloqiy omillar bilan uyg'unlashtirishi, kommunikativ kompetensiyani kompleks tizim sifatida tushunganini anglatadi.

Sokrat, muloqotni o'zini anglash va boshqalarning fikrini chuqur tahlil qilish orqali insoniy ma'naviyatni shakllantirish vositasi deb hisoblagan. U savol-javob shaklida olib borilgan suhbat orqali o'z shogirdlarining tafakkurini rivojlantirishga harakat qilgan. Bu uslub keyinchalik "sokratik metod" deb nom oldi [106; 3-c.].

Darhaqiqat, Sokratning ushbu metodikasi kommunikativ kompetensiyalarning faqat nutqiy emas, balki reflektiv (o'zini anglash) jihatlari ham muhim ekanini ko'rsatadi.

Demokrit muloqotni inson tafakkuri va hissiyotlarini muvofiqlashtirishdagi muhim vosita sifatida talqin etadi. Uning fikricha, inson o'z fikrlarini ifodalash orqali o'z holatini boshqalar bilan baham ko'radi va bu ijtimoiy uyg'unlikni ta'minlaydi [105]. Demokritning yondashuvida kommunikatsiya, ijtimoiy uyg'unlik va emotsional moslikni saqlash vositasi sifatida baholanadi. Bu g'oya bugungi kunda emotsional intellekt va empatiya tushunchalari bilan uyg'unlashadi.

Qadimgi Yunoniston olimlari kommunikativ ko'nikmalarni asosan ritorika va falsafiy munozara doirasida o'rgangan bo'lsa-da, ularning ishlari ijtimoiy o'zaro ta'sirning psixologik asoslarini tushuntirishda muhim hissa qo'shdi [105].

Nuqtai nazarimizcha, Qadimgi Yunonistonda kommunikatsiya masalasi jamiyat hayotining markaziy nuqtalaridan biri bo'lgan. Ayniqsa, kommunikatsiya o'sha davrda demokratik jarayonlarning rivojida, davlat boshqaruvida, sud tizimida va ta'limda muhim vosita sifatida ishlatilgan. Yunon jamiyatida kommunikatsiya og'zaki nutq orqali amalga oshirilgan va bu jarayonda ta'sirchanlik, lo'nda bayon qilish, mantiqiy tuzilma va ritorik san'at muhim rol o'ynagan.

Bugungi kunda pedagoglar uchun ushbu tarixiy tajriba ayniqsa dolzarb hisoblanadi. Chunki ta'lim jarayonida samarali muloqot o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi o'zaro ishonch, bilimni tushunarli yetkazish, savol-javob madaniyatini shakllantirishda beqiyos ahamiyatga ega. Ayniqsa, pedagogik faoliyatda ochiq fikr bildiruvchi, muloqotga kirishuvchan va madaniyatli kommunikatsiyaga ega shaxslar tarbiyasida qadimiy ritorika an'alarini qayta o'rganish foydalidir.

O'rta asrlar inson tafakkuri va axloqiy qadriyatlarining shakllanishida muhim bosqich bo'lib, ayniqsa ta'lim va tarbiya jarayonida muloqot madaniyatining shakllanishi, ustoz-shogird aloqalari, bilim berish usullarida og'zaki nutq va suhbatning asosiy vosita sifatida qo'llanilishi bilan ajralib turadi [83]. Bizning o'ylashimizcha, bu davrda pedagog shaxsining asosiy fazilatlaridan biri bu so'zlashish, fikrni aniq yetkazish, o'rgatishda nutqiy ta'sirchanlik va axloqiy muloqot madaniyati hisoblangan.

Kommunikatsiya vositasi sifatida til va so'zning tarbiyaviy imkoniyatlariga katta e'tibor qaratilgan [57]. Shu sababli, pedagogning har bir so'zi o'quvchida axloqiy, ruhiy va tafakkuriy ta'sir uyg'otishi kerak bo'lgan. O'rgatish usuli sifatida og'zaki suhbat, savol-javob, maslahat, ibratli hikoyalar, iboralar va rivoyatlar keng qo'llanilgan. O'rta asrda pedagogik jarayonda go'zal so'z, muloyim ohang, odobli murojaat orqali shogirdni tarbiyalash asosiy vositalardan biri bo'lgan. U davrda so'z har doim tarbiya vositasi sifatida ishlatilgan. Ta'lim va tarbiyada dars o'tish deyilmay, balki suhbat o'tkazish, ma'rifat berish, ibratli hikmat aytish kabi iboralar ko'proq ishlatilgan. Bu esa muloqot jarayonining hissiy va axloqiy jihatlariga katta e'tibor qaratilganini ko'rsatadi. Mulohazamizga ko'ra, bu usul orqali pedagog o'z nutqi bilan ruhlantirgan, tinchlantirgan, rag'batlantirgan yoki ogohlantirgan.

Mashhur faylasuf va ilohiyotshunos Avreliy Avgustin o'zining "De Doctrina Christiana" asarida muallim nutqining aniq, tushunarli va ilhomlantiruvchi bo'lishi kerakligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, "Muallim o'z nutqi bilan o'quvchining qalbini uyg'ota olishi, uni axloqiy va diniy bilimlar bilan boyitishi zarur" deb ta'kidlaydi [58; 112-c.]. Shuningdek, rabboniy ruhoniylar va pedagog Pyer Abelard o'zining muloqotga asoslangan dialogik ta'lim metodida ta'lim oluvchi bilan teng huquqli muloqot uslubini ilgari surdi. U fikr almashinuvi va savol-javob asosidagi o'qitish usuli orqali o'quvchining tafakkurini rivojlantirishni maqsad qilgan [103].

O'rta asr olimlari har qancha diniy-falsafiy tafakkur doirasida faoliyat yuritgan bo'lishsa-da, ular kommunikativ ko'nikmalarning jamiyat taraqqiyotidagi o'rnini chuqur anglaganlar. O'rta asr pedagogik merosida kommunikatsiya shunchaki bilim uzatish emas, balki axloqiy tarbiya, ruhiy yetuklik, qalbdan qalbgacha yo'l topish vositasi

sifatida qaralgan. Bu davrda pedagog shaxsining nutqiy ko'nikmalari, so'zlashish uslubi, suhbat jarayonidagi mulohazadorligi bularning barchasi kommunikativ kompetensiyaning poydevorini tashkil etishini ko'rishimiz mumkin.

XIX asrga kelib, psixologiya fani falsafiy qarashlardan ajralib, mustaqil ilmiy yo'nalishga aylandi. Bu davrda inson ruhiyati, xatti-harakati va til orqali muloqot qilish qobiliyati ilmiy tahlil markaziga aylandi.

Dastlab, Vilgelm Vundt psixologiyani eksperimental yo'l bilan o'rganishni taklif etdi. U muloqotni inson tafakkuri va til o'rtasidagi murakkab jarayon sifatida baholadi va kommunikatsiya orqali ijtimoiy ongning shakllanishiga urg'u berdi [121]. Fikrimizcha, V. Vundtning ishlari nafaqat psixologiya tarixida, balki zamonaviy pedagogikada ham muhim o'rin tutadi, chunki pedagogik jarayonda o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi o'zaro muloqot doimo psixologik asosga ega.

XIX asr oxirida Vilgelm Shtern tomonidan shaxs psixologiyasi yo'nalishi ilgari surildi. U kommunikatsiyani shaxslararo munosabatlarda o'zini ifoda qilish vositasi sifatida ko'rdi [113].

Menimcha, Shternning qarashlari pedagoglar uchun ahamiyatli, chunki har bir o'qituvchi o'z o'quvchilari bilan emotsional aloqa o'rnatishi zarur, bu esa ijobiy pedagogik muhit yaratadi.

Karl Böhler o'zining "Nutq nazariyasi" (Sprachtheorie) asarida tilni uch funksiyali tizim sifatida ko'rib chiqdi: ifoda (expressive), murojaat (appellative) va mazmun (representative) [55].

Bizning nuqtai nazarimizga ko'ra, o'qituvchilar uchun bu model o'z darslarini samarali tashkil etishda yordam beradi, ular nafaqat axborot yetkazishlari, balki tinglovchilarni ruhlantirish, ishtirok etishga undash va emotsional bog'lanish yaratishlari kerak.

XIX asrda shakllangan pedagogik psixologiya yo'nalishi ham kommunikativ kompetensiyalarni o'rganishga alohida e'tibor berdi. Bu borada Johan Fridrix Herbart o'z pedagogik tizimida o'qituvchining nutqiy muloqotini tarbiyaviy vosita deb qaradi [67]. O'ylashimizcha, bugungi pedagoglar uchun ham samarali muloqot, tarbiya jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. XIX asr psixologiya va pedagogikasi vakillari

tomonidan ilgari surilgan kommunikativ ko'nikma tushunchasi hozirgi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotmagan.

XX asr ta'lim tizimida tub o'zgarishlar, yangi pedagogik yondashuvlar, texnologiyalar va metodikalar shakllangan davr bo'lib, bu jarayonda pedagogik kommunikatsiya tushunchasi alohida ahamiyat kasb etgan. Ushbu davrda o'qituvchining faqat bilim beruvchi emas, balki tarbiyachi, yetakchi, psixolog va muloqot vositachisi sifatidagi roli kuchaydi. Shu sababli, pedagogik faoliyatda kommunikativ kompetensiyalarning mavjudligi samarali ta'limning asosi sifatida qaraldi.

XX asrning birinchi yarmida ijtimoiy psixologiyaning alohida fan sifatida shakllanishi insonlar o'rtasidagi muloqot jarayonlarini tizimli tahlil qilishga asos soldi. 1960-1970 yillarda Erving Goffman o'zining "taassurot boshqaruvi" (impression management) nazariyasi orqali ijtimoiy muloqotni dramatik faoliyat sifatida ko'rib chiqdi [63; 9-c.].

E. Goffmanning ta'kidlaganidek, insonlar o'zaro muloqotda doimiy ravishda boshqalarda ma'lum taassurot qoldirishga harakat qiladilar. Bu pedagog uchun muhim xulosa, o'qituvchi sinfda faqat bilim beruvchi emas, balki o'z holati, ohangi, tana harakati bilan o'quvchilarga namuna va ijtimoiy ko'rsatkich sifatida xizmat qiladi.

Kurt Lewin ijtimoiy maydon nazariyasini ishlab chiqib, inson xatti-harakati va ijtimoiy muhit o'zaro bog'liqligini ko'rsatdi. [84].

Qarashimizga ko'ra, K.Levinning g'oyalari asosida pedagoglar darsdagi ijtimoiy rollar va guruh ta'sirini tahlil qila olishlari, shu orqali o'z o'quvchilari bilan samarali kommunikatsiya olib borishlari mumkin.

Albert Bandura ijtimoiy o'rganish nazariyasini ishlab chiqqan. U odamlar ko'rish, eshitish orqali boshqalardan xatti-harakatni o'rganishini aytgan. [49].

Fikrimizcha, A.Bandura yondashuvi pedagoglarga o'z xulqi orqali o'quvchilarni ruhlantirish va ularda ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish zarurligini uqtiradi.

Shaxslararo munosabatlarning shakllanishi, ijtimoiy fikr, stereotip, ijtimoiy identifikatsiya, guruh dinamikasi kabi ko'plab hodisalar, avvalo, odamlar o'rtasidagi samarali muloqot orqali vujudga keladi. Shu bois XX asrda ijtimoiy psixologiyaning

asoschilaridan boshlab, ko'plab klassik olimlar va psixologik maktablar o'z konsepsiyalarida kommunikatsiyani asosiy o'ringa qo'yganlar.

Zigmund Freyd, psixoanaliz maktabining asoschisi, kommunikativ kompetensiyalarni shaxsning ongsiz jarayonlari va ijtimoiy munosabatlar bilan bog'laydi. Z.Freyd, "shaxslararo muloqot shaxsning ichki konfliktlari va ongsiz istaklarining tashqi ifodasi sifatida namoyon bo'ladi" deb ta'kidlaydi [62; 12-c.].

Tahlillarimizga asoslanib Z. Freydning psixoanalitik nazariyasida kommunikativ kompetensiyalar shaxsning id, ego va superego o'rtasidagi muvozanatga bog'liq bo'lib, muloqot jarayonida shaxsning ichki psixologik holati muhim rol o'ynaydi. Z.Freydning kommunikativ kompetensiyalarni ongsiz jarayonlar bilan bog'lash nazariyasi shaxslararo muloqotni chuqurroq tahlil qilish imkonini beradi. Bu yondashuv psixologlar uchun mijozlarning noverbal xatti-harakatlarini va ongsiz motivlarini tushunishda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi, chunki u muloqotning yashirin jihatlariga e'tibor qaratadi.

Karl Gustav Yung, psixoanaliz maktabining muhim namoyondasi, kommunikativ kompetensiyalarni shaxsning psixologik turlari va kollektiv ongsiz tushunchalari bilan bog'laydi. K. Yungning so'zlariga ko'ra, "shaxslararo muloqot shaxsning individual psixologik xususiyatlari va kollektiv ongsizlikning umumiy arxetiplari o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasida shakllanadi" [71; 560-c.].

Fikrimizcha, K.G. Yung kommunikativ kompetensiyalarni shaxsning introvert yoki ekstravert xususiyatlariga qarab tahlil qiladi va muloqot jarayonida shaxsning psixologik turi muhim rol o'ynaydi deb hisoblaydi. K.G. Yungning kommunikativ kompetensiyalarni psixologik turlar bilan bog'lash nazariyasi shaxslararo muloqotda individual farqlarni tushunish uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi. Darhaqiqat, ushbu nazariya psixologlar uchun muloqot jarayonida shaxsning ijtimoiy ehtiyojlarini hisobga olish va hamkorlikni mustahkamlashda foydali bo'ladi. Yuqoridagi psixoanaliz maktabi namoyondalarining yondashuvlari ijtimoiy psixologik kontekstda kommunikativ kompetensiyani tahlil qilishda turli nuqtai nazarlarni taklif etadi. Z. Freyd muloqotni ongsiz jarayonlar bilan bog'lasa, K. Yung psixologik turlar va kollektiv ongsizlikga e'tibor qaratadi. Ushbu nazariyalar amaliyotchi psixologlar

uchun kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishda muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Behavioristik nazariya vakillari, jumladan J. B. Watson va B. F. Skinner, kommunikatsiyani tashqi ta'sir va unga bo'lgan javoblar orqali izohladi. Ularning fikriga ko'ra, muloqot bu: stimul (xabar) - reaksiya (javob) shaklidagi oddiy jarayondir [119].

Darhaqiqat, bu yondashuvda ichki ruhiy holatlar ikkinchi darajali hisoblangan. Ustoz va o'quvchi o'rtasidagi kommunikatsiyani ham tashqi rag'batlar va mustahkamlovchilar (mukofotlar, jazolar) orqali boshqarish mumkin degan tamoyil ustun edi. Bizning fikrimizcha, bu model zamonaviy ta'limda cheklovli bo'lsa-da, boshlang'ich bosqichdagi o'rgatishda, ya'ni bolaning intizomi, muloqot odatlari shakllanishida hali ham ahamiyatlidir.

Bixevioristik nazariya vakillari, xususan, J.B.Watson va B.F. Skinnerning kommunikativ ko'nikmalarni stimul-reaksiya modeli orqali tahlil qilish yondashuvi ijtimoiy psixologiya doirasida muloqot jarayonlarini tushunish uchun sodda, ammo amaliy asosni taqdim etadi. Ularning muloqotni tashqi rag'batlar va ularga bo'lgan javoblar sifatida ko'rish nazariyasi, ayniqsa, psixologlar uchun shaxslararo muloqotda kuzatiladigan xatti-harakatlarning tashqi omillarga bog'liqligini tahlil qilishda foydali bo'ladi. Ushbu yondashuv, ichki ruhiy holatlarni ikkinchi darajali deb hisoblash orqali, muloqot jarayonini tashqi muhit sharoitlari va mustahkamlovchilar (mukofotlar yoki jazolar) orqali boshqarish imkonini beradi. Bu model psixologik maslahat berishda yoki guruh dinamikasida aniq kuzatiladigan natijalarga e'tibor qaratmoqchi bo'lgan amaliyotchi psixologlar uchun muhim vosita sifatida xizmat qiladi.

Ijtimoiy psixologiya doirasida kommunikativ kompetensiya shaxslararo muloqot, ijtimoiy o'zaro ta'sir va guruh dinamikasini tushunishning muhim omili sifatida qaraladi. Bu ko'nikmalar empatiya, faol tinglash, ijtimoiy sezgirlik va konfliktlarni boshqarish qobiliyatlarini o'z ichiga oladi, ayniqsa, amaliyotchi psixologlar uchun mijozlar bilan ishonchli munosabatlar o'rnatishda asosiy vosita hisoblanadi. Geshtalt psixologiyasi, asosan, idrok va butunlik tushunchalariga e'tibor qaratgan bo'lsa-da, uning namoyondalari kommunikativ kompetensiyalarni

shaxslararo muloqot jarayonlarida butunlik sifatida tahlil qilish nuqtai nazaridan muhim hissa qo'shganlar [36].

Bizning talqinimizga ko'ra, kommunikativ kompetensiyalar ijtimoiy psixologiyada guruh dinamikasi va shaxslararo munosabatlarni tushunishda markaziy o'rin tutadi, chunki ular shaxsning ijtimoiy muhitga moslashishi va konstruktiv muloqotga kirishish qobiliyatini belgilaydi.

Max Wertheimer Geshtalt psixologiyasining asoschilaridan biri, kommunikativ kompetensiyalarni shaxslararo muloqotning butunlik sifatida idrok etilishi bilan bog'laydi. [36]. M. Wertheimer ta'kidlaganidek, Geshtalt nazariyasida muloqot butunlik sifatida qaraladi, ya'ni muloqotning har bir elementi umumiy kontekstda tushuniladi. U shaxslararo muloqotda ishtirokchilarning o'zaro idrokini tahlil qilish orqali kommunikativ kompetensiyalarni butunlik sifatida tushunish mumkin deb hisoblaydi. Shuningdek, M. Wertheimerning muloqotni butunlik sifatida tahlil qilish yondashuvi kommunikativ kompetensiyalarni tushunishda yangi nuqtai nazar beradi.

Kurt Koffka Geshtalt psixologiyasining muhim namoyondasi, kommunikativ kompetensiyalarni ijtimoiy muhitning idrok etilishi bilan bog'laydi. Uning so'zlariga ko'ra, "shaxslararo muloqot shaxsning muhit bilan o'zaro ta'sirining bir qismi sifatida shakllanadi, bu jarayonda idrokning tuzilishi muhim rol o'ynaydi" [79].

Bizning yondashuvimizdan kelib chiqib, K. Koffka muloqot jarayonida shaxsning ijtimoiy muhitni qanday idrok etishi kommunikativ kompetensiyalarning samaradorligini belgilaydi deb hisoblaydi. K. Koffkaning muloqotni ijtimoiy muhitning idrok etilishi bilan bog'lash nazariyasi psixologlar uchun shaxslararo muloqotda muhitning rolini tushunishda muhim vosita hisoblanadi. Bu yondashuv muloqot jarayonida shaxsning ijtimoiy kontekstga moslashuvini tahlil qilish imkonini beradi.

Wolfgang Köhler Geshtalt psixologiyasining yana bir muhim namoyondasi, kommunikativ kompetensiyalarni muammolarni hal qilish va ijtimoiy o'zaro ta'sir jarayonlari bilan bog'laydi. W. Köhler fikricha, "shaxslararo muloqot muammolarni hal qilish jarayoniga o'xshaydi, unda shaxslar o'zaro tushunish uchun umumiy tuzilmani shakllantiradi" [80; 245-c.].

Fikrimizcha, W.Köhlerning yondashuvi muloqotni shaxslarning o‘zaro idroki va umumiy maqsadlarga yo‘naltirilgan harakatlari sifatida tahlil qiladi, bu esa kommunikativ ko‘nikmalarni guruh dinamikasi bilan bog‘laydi.

Geshtalt yondashuvi esa muloqotni nafaqat so‘z almashinuvi, balki hissiy va idrok jarayonlarining yaxlit birikmasi sifatida ko‘rib, uning psixologik ta‘sirini tahlil qiladi [81]. W. Köhler ta‘kidlaganidek, muloqotni, muammolarni hal qilish jarayoni sifatida ko‘rish nazariyasi kommunikativ kompetensiyalarni ijtimoiy kontekstda tahlil qilish uchun foydali yondashuvdir.

Yuqoridagi Geshtalt psixologiyasi olimlarining yondashuvlari ijtimoiy psixologik kontekstda kommunikativ kompetensiyani tahlil qilishda turli nuqtai nazarlarni taklif etadi. M. Wertheimer muloqotni butunlik sifatida ko‘rsa, K. Koffka ijtimoiy muhitning idrok etilishiga, W. Köhler esa muammolarni hal qilish jarayonlariga e‘tibor qaratadi. Ushbu nazariyalar amaliyotchi psixologlar uchun kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Ijtimoiy psixologiya doirasida kommunikativ kompetensiyalar shaxslararo muloqot, ijtimoiy o‘zaro ta‘sir va guruh dinamikasini tushunishning muhim omili sifatida qaraladi [43].

Darhaqiqat, Alfred Adler, Individual psixologiya maktabining asoschisi, kommunikativ ko‘nikmalarni shaxsning ijtimoiy qiziqishlari va jamiyat bilan hamkorlik qilish qobiliyati bilan bog‘laydi. Alfred Adler, “kommunikativ kompetensiyalar shaxsning ijtimoiy muhitda o‘z o‘rnini topish va jamiyat bilan hamkorlik qilish qobiliyatiga bog‘liq” deb yozadi [42; 132-c.].

A.Adlerning nazariyasida muloqot shaxsning ijtimoiy integratsiyasi va o‘ziga xoslikka intilishi bilan uzviy bog‘liq bo‘lib, kommunikativ kompetensiyalar shaxsning ijtimoiy muhitga moslashishi va boshqalar bilan hamkorlik qilish orqali rivojlanadi. Albatta, A. Adlerning kommunikativ kompetensiyalarni ijtimoiy qiziqishlar va hamkorlik bilan bog‘lash yondashuvi shaxslararo muloqotni tahlil qilishda muhim imkoniyatlar beradi. Bu nazariya psixologlar uchun muloqot jarayonida shaxsning ijtimoiy ehtiyojlarini hisobga olish va guruhdagi hamkorlikni mustahkamlashda

muhim yo‘l-yo‘riq bo‘lib xizmat qiladi. Adlarning yondashuvi muloqotni shaxsning ijtimoiy muhitdagi faoliyatiga moslashtirish orqali samarali munosabatlar o‘rnatish imkonini ta‘minlaydi, bu esa psixologik maslahat berishda foydali vosita sifatida qo‘llanilishi mumkin.

Rudolf Dreikurs, A. Adlarning izdoshi sifatida, kommunikativ kompetensiyalarni shaxsning ijtimoiy maqsadlari va guruhdagi o‘zaro ta‘sir bilan bog‘laydi. Uning so‘zlariga ko‘ra, “shaxslararo muloqot shaxsning ijtimoiy muhitda o‘zini tasdiqlash va hamkorlik qilish orqali shakllanadi, bu jarayonda o‘zaro hurmat va tushunish muhim ahamiyatga ega” [59; 35-c.]. R. Dreikursning yondashuvi, A. Adlarning ijtimoiy qiziqishlar tushunchasini rivojlantiradi va kommunikativ ko‘nikmalarni shaxsning guruhdagi o‘rni va ijtimoiy maqsadlari orqali tahlil qiladi. U muloqot jarayonida shaxsning o‘zaro hurmat va hamkorlikka asoslangan munosabatlarni shakllantirish qobiliyatini ta‘kidlaydi, bu esa kommunikativ ko‘nikmalarni ijtimoiy psixologiyaning muhim komponenti sifatida ko‘radi.

Menimcha, R. Dreikursning kommunikativ kompetensiyalarni ijtimoiy maqsadlar va o‘zaro hurmat bilan bog‘lash nazariyasi shaxslararo muloqotda guruh dinamikasini tushunish uchun muhim asos bo‘lib xizmat qiladi. Bu yondashuv psixologlar uchun muloqot jarayonida shaxsning ijtimoiy maqsadlarini aniqlash va o‘zaro hurmatga asoslangan munosabatlarni rivojlantirishda foydali vosita sifatida qo‘llanilishi mumkin.

A.Adler muloqotni shaxsning ijtimoiy qiziqishlari va jamiyat bilan hamkorlik qilish qobiliyati bilan bog‘lasa, R. Dreikurs o‘zaro hurmat va ijtimoiy maqsadlarga urg‘u beradi. Ushbu nazariyalar amaliyotchi psixologlar uchun kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Sotsiometrik va rollar nazariyasi yondashuvi vakili J. Moreno sotsiometriya orqali muloqot va ijtimoiy munosabatlarni empirik tadqiq qildi. Kommunikatsiya nafaqat axborot almashuvi, balki guruhdagi rollar va o‘zaro munosabatlar ko‘rinishidir [92]. Bu yondashuv ta‘limda guruhiiy ishlar, rolli o‘yinlar va kooperativ metodlar orqali kommunikatsiyani rivojlantirishga xizmat qiladi. Shuningdek, pedagoglar bu

yondashuv asosida o'quvchilar orasidagi muloqotni sotsiometrik usullar bilan tahlil qilib, ijtimoiy moslashuvni yaxshilashga erisha oladilar.

Ijtimoiy psixologiya shaxs va jamiyat o'rtasidagi o'zaro ta'sir mexanizmlarini o'rganadi, insonning ijtimoiy guruhlardagi xatti-harakatlari, munosabatlari va emotsional holatlarini tushunishga xizmat qiladi. G.M. Andreeva, ijtimoiy psixologiya sohasida taniqli olim sifatida, kommunikativ ko'nikmalarni shaxslararo muloqotning asosiy elementi deb hisoblaydi. Jumladan, "Kommunikativ kompetensiyalar shaxsning ijtimoiy o'zaro ta'sir jarayonlarida samarali ishtirok etishini ta'minlaydi va guruh dinamikasini tushunishda muhim rol o'ynaydi" deb yozadi [44; 35-c.].

Qarashimizga ko'ra, G.M. Andreeva kommunikativ kompetensiyalarni ijtimoiy psixologiyaning markaziy komponenti sifatida qaraydi, chunki ular shaxsning ijtimoiy muhitda moslashishi va boshqalar bilan ishonchli munosabatlar o'rnatishiga yordam beradi.

Kommunikativ kompetensiyalar shaxsning muloqot jarayonida mazmunli va madaniyatli aloqa o'rnatish, axborotni tushunarli shaklda uzatish, suhbatdoshni faol tinglash, hissiy va ijtimoiy reaksiyalarni adekvat baholash hamda ziddiyatli holatlarda ijtimoiy maqbul tarzda harakat qilish qobiliyatidir [93]. Bu ko'nikmalar shaxslararo muloqotning samaradorligini ta'minlashda, ijtimoiy muhitga moslashishda va guruh dinamikasini boshqarishda muhim rol o'ynaydi. Kommunikativ ko'nikmalar shaxsning ijtimoiy sezgirligini oshirish va konfliktlarni konstruktiv hal qilishda asosiy vosita sifatida qaraladi.

Kommunikativ kompetensiyalar psixik jarayonlar, shaxsiy sifatlar va ijtimoiy tajriba sintezi asosida shakllanib boradi va individual taraqqiyotda muhim rol o'ynaydi [100]. Boris Parygin ijtimoiy psixologiyani mustaqil fan sifatida asoslashda katta hissa qo'shgan. U ijtimoiy muhit va shaxslararo muloqotning pedagog shaxsiyatiga ta'sirini chuqur tahlil qilgan. Uning fikriga ko'ra, kommunikatsiya shunchaki axborot almashinuvi emas, balki shaxslararo munosabatlar tizimida o'zini ifoda etish, boshqalarni anglash va ijtimoiy integratsiyaga erishish vositasidir [100].

Bizning yondashuvimizdan kelib chiqib, B.Paryginning bu fikrlari ayniqsa hozirgi zamonaviy pedagoglar uchun muhim, chunki ular faqat bilim yetkazuvchi emas, balki tarbiyaviy va ijtimoiylashuv funksiyasini ham bajaradi.

Ushbu olimlarning yondashuvlari pedagogika va psixologiyaning zamonaviy holatida alohida ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, o'qituvchining shaxsiyati, kommunikativ yondashuvi va muloqot madaniyati bugungi ta'lim sifati va ta'lim ishtirokchilarida ijtimoiy kompetensiyani shakllantirishda hal qiluvchi omillardandir.

Xulosa qilib aytish mumkinki, pedagogik faoliyatda kommunikativ kompetensiyalar o'tmishdan to hozirgi kungacha doimiy evolyutsiyani bosib o'tdi. Har bir tarixiy bosqich pedagogik muloqotga o'ziga xos ta'sirini o'tkazdi. XX asrga kelib, kommunikatsiya masalasi ta'lim fanining markaziy komponentiga aylandi. Bu davrda pedagogika, psixologiya va sotsiologiya fanlarining integratsiyasi orqali o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi o'zaro muloqotning turli modellarini (masalan, ikki tomonlama aloqa, reflektiv kommunikatsiya, empatik tinglash) yaratish nazariy asoslandi. XXI asrda globallashuv va raqamlashtirishning rivojlanishi pedagogik kommunikatsiyani tubdan o'zgartirdi. Bugungi pedagog multimedaviy vositalar, masofaviy ta'lim platformalari, sun'iy intellekt bilan integratsiyalashgan o'quv muhitida samarali muloqot olib borishga qodir bo'lishi zarur. Pedagogning kommunikativ kompetensiyasi nafaqat nutq madaniyati yoki axborot almashish tezligi bilan, balki uning empatiyasi, emotsional intellekti va o'quvchilarda motivatsiya uyg'ota olish qobiliyati bilan belgilanadi. Shu nuqtai nazardan, XXI asr pedagogik kommunikatsiyasi an'anaviy "o'qituvchi - o'quvchi" modeli doirasidan chiqib, interaktiv, hamkorlikka asoslangan va shaxsga yo'naltirilgan muloqot tizimiga aylanmoqda. Ayniqsa, murakkab mavzularni tushuntirish, ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash va ijobiy o'quv motivatsiyasini shakllantirish jarayonida pedagogning emotsional sezgirligi va reflektiv kommunikatsiyasi yetakchi o'rin egallaydi. Dissertatsiya ishimizning navbatdagi qismida yaqin va uzoq xorij mamlakatlari psixologik tadqiqotlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar hamda olimlar tomonidan keltirilgan ilmiy xulosalar keltirib o'tiladi.

1.2§. Yaqin va uzoq xorij mamlakatlari psixologik tadqiqotlarida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirish muammosini yoritilishi

Hozirgi axborot jamiyatida insonlararo aloqalarning muvaffaqiyatli yo'lga qo'yilishi har qanday kasb egalari, ayniqsa, ta'lim sohasi vakillari uchun muhim omil hisoblanadi. Aynan shu jarayonda kommunikativ kompetensiyalar markaziy o'ringa chiqadi. Bugungi kunda kommunikatsiya nafaqat shaxslararo muloqotni anglatadi, balki u ijtimoiy, madaniy, psixologik va texnologik omillar bilan uzviy bog'liq murakkab tizim sifatida talqin qilinmoqda. Psixologiyada kommunikativ kompetensiyalar shaxsning o'z fikrini ravon, aniq va madaniyatli yetkazish, boshqa insonni tinglash, tushunish va unga empatik javob qaytarish malakalarini qamrab oladi.

Kommunikativ kompetensiyalar ijtimoiy psixologiyada shaxslararo muloqotning asosiy mexanizmi sifatida shaxs va jamiyat o'rtasidagi o'zaro ta'sirni tushuntirishda muhim o'rin tutadi. Ushbu ko'nikmalar shaxsning o'z fikrlarini aniq ifoda etishi, boshqa shaxslarning xabarlarini tushunishi va ijtimoiy kontekstda samarali muloqot qilish qobiliyatini anglatadi. Globallashuv va raqamli texnologiyalar muloqotning yangi shakllarini keltirib chiqardi, ammo virtual muhitda emotsional aloqa va madaniy sezgirlikning cheklovlari psixologik tadqiqotlarda chuqurroq o'rganilishi zarur. Yaqin xorij mamlakatlari (Rossiya, Qozog'iston, Polsha) va uzoq xorij mamlakatlari (AQSh, Yevropa Ittifoqi, Xitoy, Yaponiya) psixologik tadqiqotlari kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish muammosini turli ijtimoiy, madaniy va texnologik kontekstlarda tahlil qiladi. Yaqin xorij mamlakatlarida tadqiqotlar asosan ta'lim, ijtimoiy moslashuv va ko'p millatli muhitda integratsiyaga e'tibor qaratsa, uzoq xorij mamlakatlarida global va raqamli muloqot, madaniyatlararo o'zaro ta'sir va tashkiliy psixologiya masalalariga ko'proq urg'u beriladi [30].

Shuningdek, ushbu tadqiqotlar shaxslarning ijtimoiy kompetensiyasi, professional muvaffaqiyati va madaniyatlararo muloqotdagi rolini tahlil qilib, sohada mavjud bo'shliqlarni aniqlaydi.

Xalqaro miqyosda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish muammosi ko'plab psixologlar, pedagoglar, sotsiologlar tomonidan chuqur o'rganilmoqda. Jumladan, XXI asrning boshlaridan boshlab ko'plab davlatlar ta'lim

strategiyalarida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishni ustuvor yoʻnalish sifatida belgilab olgan. Bu holat nafaqat kasbiy tayyorgarlik, balki shaxsiy va ijtimoiy muvaffaqiyat mezonlariga ham aylangan [21].

Ayni vaqtda, xalqaro tadqiqotlar shuni koʻrsatmoqdaki, har bir davlatda kommunikativ koʻnikmalarni shakllantirishga oid yondashuvlar madaniy anʼanalar, ijtimoiy qadriyatlar, psixologik yondashuvlar va taʼlim tizimi tamoyillariga qarab farqlanadi. Masalan, Yevropa Ittifoqi davlatlarida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish umumiy kalit kompetensiyalar (key competences) qatorida rasmiy tarzda belgilangan boʻlsa, Amerika Qoʻshma Shtatlarida bu yoʻnalish “soft skills” va “21st century skills” doirasida yondashiladi [99; 9-c.].

Fikrimizcha, kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish yondashuvlarining turlicha boʻlishi salbiy holat emas, aksincha, har bir taʼlim tizimining oʻz madaniy va ijtimoiy xususiyatlariga moslashuvchanligini koʻrsatadi. Yevropa mamlakatlarida kommunikativ kompetensiyaning rasmiy ravishda umumiy kalit kompetensiyalar tarkibiga kiritilgani taʼlim jarayonining standartlashtirilgan va tizimlashtirilgan yondashuvga asoslanganini bildiradi. AQShda esa “soft skills” konsepsiyasi orqali muloqot, ijodkorlik, tanqidiy fikrlash kabi koʻnikmalarni amaliyotga yoʻnaltirilgan tarzda shakllantirish ustuvor hisoblanadi.

Yaqin xorij mamlakatlarida, xususan, Rossiya, Polsha va Qozogʻistonda kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish muammosi asosan taʼlim, ijtimoiy moslashuv va koʻp millatli muhitda integratsiya kontekstida oʻrganiladi. Rossiyada S.L. Vigotskiyning sotsiokultural nazariyasiga asoslangan tadqiqotlar muloqotni shaxsning kognitiv va ijtimoiy rivojlanishining asosiy vositasi sifatida koʻrib chiqadi. Masalan, A.A. Leontyevning ishlari oʻqituvchilarning kommunikativ kompetensiyalarini oʻquvchilarning ijtimoiy kompetensiyasini oshirish vositasi sifatida tahlil qiladi. Rossiyada oʻtkazilgan empirik tadqiqotlar shuni koʻrsatadiki, oʻqituvchilarning faol tinglash va empatiya qobiliyatlari oʻquvchilarning oʻquv motivatsiyasiga ijobiy taʼsir koʻrsatadi [86].

Demak, Rossiyadagi tadqiqotlarning sotsiokultural yondashuvga tayanishi taʼlimdagi muloqotning muhimligini taʼkidlaydi.

Uzoq xorij mamlakatlarida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish global va raqamli kontekstda kengroq o'rganiladi. AQShda Karl Rogersning shaxs-markazli yondashuvi kommunikativ kompetensiyalarni empatiya va faol tinglash bilan bog'laydi, bu shaxslararo munosabatlarni mustahkamlashda muhim omildir [90].

Menimcha, Karl Rogersning shaxs-markazli yondashuvi kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishda eng kuchli psixologik asoslardan biridir. Chunki empatiya, faol tinglash va shaxsning qadriyatlarini hurmat qilish muloqot jarayonining emotsional poydevorini tashkil etadi.

J. K. Burgoon va uni hamkorlarining tadqiqotlari shaxslararo moslashuvda kommunikativ ko'nikmalarning rolini tahlil qiladi, xususan, ish joyida rahbarlarning muloqot qobiliyatlari jamoaviy muvaffaqiyatga ta'sir qiladi. Shuningdek, AQShdagi tadqiqotlar professional kontekstda kommunikativ kompetensiyalarni chuqur o'rganadi, lekin madaniy xilma-xillikdagi cheklovlar kamroq e'tiborga olinadi.

Buyuk Britaniyada Owen Hargiening tadqiqotlari kommunikativ kompetensiyalarni ta'lim, ish joyi va raqamli muhitda ijtimoiy moslashuvning asosiy omili sifatida ko'rib chiqadi. Hargie faol tinglash, noverbal muloqot va nizolarni boshqarish strategiyalariga urg'u beradi [20].

Talqinimizga ko'ra, Owen Hargiening kommunikativ ko'nikmalarni ijtimoiy moslashuvning asosiy omili sifatida talqin qilishi zamonaviy ta'lim va mehnat bozorining real ehtiyojlariga to'liq mos keladi. Bugungi globallashtirilgan jamiyatda shaxsning muvaffaqiyati ko'p jihatdan uning qanday gapirishi yoki axborot berish qobiliyatidan emas, balki boshqalarni tushunish, ular bilan muvofiqlashish, kelishmovchiliklarni konstruktiv tarzda hal qilish mahoratiga bog'liq.

Buyuk Britaniyada ijtimoiy tarmoqlar va masofaviy ishlash platformalarida muloqotning psixologik cheklovlari alohida o'rganilmoqda [20]. Yevropa Ittifoqi davlatlarida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish madaniyatlararo muloqot va ijtimoiy integratsiya kontekstida o'rganiladi. Geert Hofstedening madaniy o'lchovlar nazariyasi individualistik va kollektivistik madaniyatlar o'rtasidagi muloqot farqlarini ta'kidlaydi [68].

Nazdimizda, Yevropada migratsiya va globallashuv sharoitida kommunikativ kompetensiyalar turli madaniy guruhlar o'rtasida aloqa o'rnatishda muhimdir.

Shuni aytish kerakki, Yevropa tadqiqotlari madaniyatlararo muloqotga katta e'tibor qaratadi. Xitoyda kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish kollektivistik madaniyat va zamonaviy iqtisodiy o'zgarishlar kontekstida o'rganiladi. G. M. Chen muloqotni ijtimoiy uyg'unlik va guruh dinamikasini mustahkamlash vositasi sifatida talqin qiladi. Xitoyda o'tkazilgan tadqiqotlar global biznes kontekstida kommunikativ ko'nikmalarning muhimligini ko'rsatadi [15]. Yaponiyada esa Chie Nakane muloqotni ijtimoiy ierarxiya va guruhdagi hurmatni saqlash vositasi sifatida tahlil qiladi, xususan, noverbal muloqotning roli ta'kidlanadi [94].

Bizning fikrimizcha, Xitoy va Yaponiyadagi tadqiqotlar kollektivistik madaniyatga mos keladi, lekin individualistik madaniyatlar bilan muloqotdagi qiyinchiliklarni o'rganish jarayoniga ham e'tiborni ko'qroq qaratish zarurdir.

Yaqin xorij mamlakatlari, jumladan Rossiya, Qozog'iston va Polsha kabi sobiq ittifoq davlatlarida esa kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish asosan pedagogik-psixologik maktablar doirasida ko'rib, madaniy-muloqot va shaxsiy rivojlanish vositasi sifatida baholanadi [26]. Shu bilan birga, uzoq xorijdagi (AQSh, Yaponiya, Buyuk Briyaniya) kabi ilg'or tajribalar, asosan, kommunikatsiyani raqamli texnologiyalar, inklyuziv ta'lim va empatiya asosida yondashish orqali rivojlantirishni nazarda tutadi [98].

O'ylashimizcha, hozirgi globallashuv jarayonida pedagoglarning, ayniqsa malaka oshirish kurslari tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalarini tizimli ravishda shakllantirish zarurati ortib bormoqda. Afsuski, mazkur kurslarda kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish alohida psixologik yo'nalish sifatida yetarli darajada o'rganilmagan, bu esa o'z navbatida kasbiy o'sish va zamonaviy talablar bilan moslashuvda muayyan to'siqlarni keltirib chiqarmoqda.

W.Gudykunst ta'kidlaganidek, kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish bo'yicha tadqiqotlarda bir qator bo'shliqlar mavjud. Raqamli muhitda muloqotning psixologik mexanizmlari yetarlicha o'rganilmagan, xususan, ijtimoiy tarmoqlardagi

noverbal signallar va madaniyatlararo muloqotda kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishning amaliy strategiyalari cheklangan. [64].

XXI asrda inson salohiyatini ro'yobga chiqarishda ijtimoiy-psixologik omillar, ayniqsa, kommunikativ kompetensiya asosiy o'rin tutmoqda. Bu ayniqsa, Rossiya, Qozog'iston va Polsha kabi mamlakatlarning zamonaviy psixologik tadqiqotlarida keng yoritilgan. Yaqin xorij mamlakatlari, jumladan, Rossiya, Qozog'iston va Polsha psixologik maktablarining tajribalari kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirish masalasiga ko'p qirrali, kompleks va kontekstual yondashuvlarni namoyon etadi. Bu mamlakatlarda kommunikativ kompetensiya nafaqat shaxslararo muloqot vositasi, balki shaxsning sotsializatsiyasi, kasbiy o'sishi va madaniy ijtimoiylashuvining ajralmas elementi sifatida tahlil qilinadi. Ayniqsa, pedagogik faoliyatda samarali muloqot o'qituvchi shaxsining psixologik ishchanligi, emotsional barqarorligi, reflektivligi va empatiya darajasi bilan bevosita bog'liq deb hisoblanadi. Rossiya, Qozog'iston va Polsha olimlarining tadqiqotlari bu jihatlarni chuqur tahlil qilgan holda, kommunikativ kompetensiyalarni nazariy asoslash, amaliy o'rgatish metodikalarini ishlab chiqish va baholash mezonlarini ishlab chiqishga qaratilgan izlanishlari bilan ajralib turadi [60].

Rossiya psixologiyasida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishga oid tadqiqotlar ko'p jihatdan ijtimoiy-psixologik yondashuvga tayangan bo'lib, bu yo'nalish XX asr o'rtalaridan boshlab izchil shakllangan. Ayniqsa, shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy-psixologik moslashuv va muloqot strategiyalarini ishlab chiqish Rossiya olimlari diqqat markazida bo'lgan.

G.M. Andreeva kommunikativ kompetensiyalarni ijtimoiy o'zaro ta'sirning asosiy komponenti sifatida ko'radi. Uning yondashuvida kommunikativ kompetensiyalar uch qismdan iborat: kommunikativ (ma'lumot almashish), interaktiv (o'zaro ta'sir) va pertseptiv (idrok qilish). Bu komponentlar shaxslarning ijtimoiy muhitda samarali muloqot qilishini ta'minlaydi. Pedagogik kontekstda o'qituvchilarning ushbu ko'nikmalari sinfda ijobiy muhit yaratish va o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvini oshirishda muhimdir [44].

Fikrimizcha, G.M.Andreevaning uch komponentli modeli kommunikativ kompetensiyalarni tizimli tahlil qilish imkonini beradi. Bu model zamonaviy ta'limda o'qituvchilar uchun o'quvchilar bilan samarali muloqot strategiyasini shakllantirishda foydali bo'lib, so'zli, psixologik va ijtimoiy jihatlarni qamrab oladi.

B.D. Parigin kommunikatsiyani guruh dinamikasini tashkil qiluvchi asosiy omil deb hisoblaydi. Uning nazariyasida so'zli va noverbal (jestlar, mimika, ko'z aloqasi) muloqot shaxslararo munosabatlarni mustahkamlaydi. Pedagoglar uchun faol tinglash va empatiya o'quvchilar bilan ishonchli munosabatlar o'rnatishda muhimdir [100].

O'ylashimizcha, B.D. Pariginning noverbal muloqotga urg'usi zamonaviy ta'limda dolzarb bo'lib, o'qituvchilarning tana tili va mimikasi o'quvchilarning diqqati va ishonchini jalb qilishda katta rol o'ynaydi. Bu sinfda psixologik qulaylikni ta'minlaydi.

A.A. Leontyev kommunikativ kompetensiyalarni nutq faoliyati va psixolingvistik jarayonlar nuqtai nazaridan o'rganadi. Uning fikricha, o'qituvchining nutq madaniyati, aniq ifoda qilish qobiliyati va o'quvchilarning ehtiyojlariga moslashishi ta'lim jarayonida motivatsiyani oshiradi [86].

Mulohazamizga ko'ra, A.A. Leontyevning nutq faoliyatiga e'tibori o'qituvchilar uchun nutq ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim yo'l-yo'riqdir. Bu yondashuv tilga asoslangan ta'lim muhitlarida ayniqsa samaralidir.

A.A. Bodalev kommunikativ kompetensiyalarni shaxslarning bir-birini tushunish va ta'sir qilish qobiliyati sifatida ta'riflaydi. U noverbal muloqot (ko'z aloqasi, jestlar) va empatiyani o'qituvchilarning o'quvchilar bilan samarali muloqot qurishida muhim deb biladi [52].

Fikrimizcha, A.A. Bodalevning pertsepsiyaga urg'usi o'qituvchilarning o'quvchilarni psixologik holatini tushunish qobiliyatini oshiradi, bu esa sinfda ishonchli va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishga yordam beradi.

Rossiyada o'tkazilgan empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilarning kommunikativ ko'nikmalari sinfdagi ijtimoiy muhitni yaxshilaydi va o'quvchilarning akademik natijalariga ta'sir qiladi. Masalan, Moskva davlat universitetida o'tkazilgan tadqiqotlarda o'qituvchilarning noverbal muloqot qobiliyatlari (masalan, imo-ishoralar

va yuz ifodalari) o'quvchilarning diqqat va motivatsiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi aniqlangan [44]. Rus psixologlarining yondashuvlari kommunikativ kompetensiyalarning ijtimoiy psixologiya va pedagogikada muhimligini ko'rsatadi [47].

O'ylashimizcha, G.M.Andreeva tizimli modelni taklif qilsa, B. Parigin noverbal muloqotga, A.Leontyev nutq faoliyatiga, A. Bodalev esa ijtimoiy pertsepsiyaga e'tibor qaratadi. Menimcha bu yondashuvlar zamonaviy ta'limda o'qituvchilarning kommunikativ kompetensiyasini rivojlantirish uchun muhim nazariy asosdir.

Qozog'istonda so'nggi yillarda ta'lim sohasini modernizatsiya qilish jarayonida pedagog kadrlarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Ayniqsa, o'qituvchining shaxsiy va kasbiy fazilatlari orasida samarali muloqot qila olish, o'quvchi bilan ijtimoiy-psixologik aloqani yo'lga qo'yish va zamonaviy texnologiyalar asosida fikr almashish ko'nikmalari asosiy komponent sifatida qaralmoqda.

Qozog'iston Respublikasi Ta'lim va fan vazirligi tomonidan 2020-yilda tasdiqlangan "2020-2025-yillarda ta'limni rivojlantirish konsepsiyasi"da o'qituvchilarning kommunikativ salohiyatini oshirish asosiy strategik maqsad sifatida belgilangan. Ushbu konsepsiyada o'qituvchilarning til madaniyati, jamoaviy ishlash ko'nikmalari va ijtimoiy-emotsional barqarorligi bilan bog'liq kompetensiyalarni rivojlantirishga urg'u berilgan.

Qozog'istonlik tadqiqotchi M.A. Abisheva o'zining ilmiy ishida, pedagoglar faoliyatida kommunikativ kompetensiyaning shakllanishi "insonparvarlik, dialogga ochiqlik, empatiya, ijtimoiy javobgarlik" kabi qadriyatlar bilan bevosita bog'liqdir" deb yozadi [11].

Menimcha, M.A. Abishevaning ushbu qarashi zamonaviy pedagog shaxsini tasvirlashda juda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. Chunki kommunikativ kompetensiya nafaqat gapira olish yoki axborot berish qobiliyati, balki pedagogning shaxsiy madaniyati, axloqiy pozitsiyasi va insoniy fazilatlari bilan uzviy bog'liqdir.

Aygul Zhumagulova Nur-Sulton (hozirgi Astana) shahridagi Nazarbayev universitetida professor bo'lib, pedagogik psixologiya va o'qituvchilarning nizolarni

boshqarish ko'nikmalariga ixtisoslashgan. A.Zhumagulova Tomas-Kilman nizolarni boshqarish shkalasini Qozog'iston maktablarida qo'llash bo'yicha tadqiqotlar olib borgan [40]. Uning 2019-yilda chop etilgan maqolasida Astana maktablarida o'tkazilgan treninglar natijasida o'qituvchilarning nizolarni boshqarish ko'nikmalari sinfdagi ijtimoiy muhitni 15% ga yaxshilaganligi qayd etilgan. A.Zhumagulova, shuningdek, noverbal muloqotning sinf dinamikasiga ta'sirini tahlil qilib, o'qituvchilarning imo-ishora va yuz ifodalaridan foydalanishini o'rganadi.

Qozog'iston universitetlarida "Pedagogik kommunikatsiya" fani mustaqil modul sifatida o'qitilmoqda. Jumladan, Nazarboyev universiteti, Al-Farobiy nomidagi Qozog'iston Milliy universiteti va boshqa yetakchi oliygohlarda kommunikatsion ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan interaktiv metodlar (rol o'yinlari, key-stady, trening mashg'ulotlari) keng qo'llanilmoqda. Bu orqali pedagogik muloqotda o'zini tutish, ziddiyatli vaziyatlarni hal qilish, ijtimoiy signalni tahlil qilish singari malakalar shakllanadi. Shuningdek, Qozog'iston Respublikasi Prezidentining 2021-yildagi "Yangi inson kapitali-ta'lim orqali" nomli murojaatida ham, pedagoglarning ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi, kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish malakasi ustuvor yo'nalish sifatida ko'rsatib o'tilgan. Shu asosda o'qituvchilarning doimiy kasbiy rivojlanishini ta'minlovchi malaka oshirish kurslari joriy etilgan [108]. Ayniqsa, "O'qituvchi 2.0" dasturi doirasida kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishga doir 72 soatlik maxsus trening modullari ishlab chiqilgan bo'lib, bunda o'qituvchilar psixologik tayyorgarlik, stressni boshqarish, samarali tinglash va emotsional intellekt asoslarini o'rganish imkoniyatiga ega bo'lmoqda [91].

Bizning fikrimizcha, Qozog'iston tajribasi, xususan, "O'qituvchi 2.0" dasturi va pedagoglarning kommunikativ kompetensiyasini oshirishga qaratilgan tizimli yondashuv mintaqadagi ta'lim islohotlari uchun muhim namuna bo'la oladi. Chunki raqamli va global kommunikatsiya kuchayib borayotgan davrda o'qituvchidan faqat metodik bilim emas, balki yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlik, muloqotni boshqarish, stressga chidamlilik kabi ko'nikmalar talab etiladi. Qozog'istonda kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishni davlat strategiyasiga kiritilishi

o'qituvchining kasbiy mahorati jamiyat taraqqiyoti bilan bevosita bog'liq ekanligini ko'rsatadi.

Qozog'iston Respublikasi ta'lim tizimi so'nggi yillarda zamonaviy kompetensiyaviy yondashuv asosida isloh qilinmoqda. Ayniqsa, pedagogik faoliyatda kommunikativ ko'nikmalarning o'rni va ahamiyati alohida e'tirof etilmoqda. Davlat siyosatida ta'lim sifatini oshirishda pedagogning muloqotga tayyorligi, axborot bilan ishlay olishi, interaktiv muloqot usullaridan foydalanishi muhim deb topilgan [91]. Qozog'istonda pedagoglarning kommunikativ kompetensiyalarini oshirish bo'yicha "Nazarboyev Universiteti Ta'lim Markazi", "Pedagogik ustaxonalar" va "O'qituvchini qayta tayyorlash milliy instituti" tomonidan maxsus treninglar tashkil etilmoqda.

Qozog'iston Respublikasi Ta'lim va fan vazirligi tomonidan 2022-yildan boshlab "Innovatsion pedagogika va kommunikatsiyalar" dasturi doirasida onlayn va oflayn formatdagi master-klasslar joriy etilgan. Ular orqali o'qituvchilarga raqamli kommunikatsiya vositalaridan foydalanish, media-madaniyatni shakllantirish bo'yicha bilimlar berilmoqda [29].

Fikrimizcha, kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish bugungi kunda faqat verbal muloqot bilan emas, balki raqamli platformalarda o'z fikrini aniq, madaniyatli va samarali yetkazish bilan ham bog'liq. "Innovatsion pedagogika va kommunikatsiyalar" dasturi orqali o'qituvchilarga media-madaniyat, raqamli savodxonlik va onlayn muloqot etikasi kabi ko'nikmalarning berilishi pedagogning kommunikativ kompetensiyasini yangi bosqichga olib chiqadi.

Ilmiy doirada Qozog'istonda kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirish masalasi bir qator olimlar tomonidan chuqur o'rganilgan. Jumladan:

- A.K. Muminova pedagoglarda dialog madaniyatini shakllantirish muhimligini asoslagan [30].

- R.M. Esentaeva o'qituvchining kommunikativ salohiyatini rivojlantirishda zamonaviy metodik yondashuvlarni ishlab chiqqan [16].

- Z. Tolegenova ta'lim subyektlari o'rtasidagi kommunikatsiya psixologik jarayon sifatida qaralishi lozimligini ta'kidlaydi.

Qarashimizga ko'ra, kommunikativ kompetensiya deganda, o'qituvchining o'z fikrini aniq, tushunarli, madaniyatli tarzda ifoda eta olishi, tinglovchi bilan muloqot o'rnatish qobiliyati, o'quvchilarning savollariga mantiqiy, emotsional va aniq javob bera olishi, turli ijtimoiy vaziyatlarda ijobiy munosabatni saqlay olishi tushuniladi. Qozog'istonda aynan shu ko'nikmalarni rivojlantirish uchun ko'plab metodik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Masalan, professor R.S. Nugmanova o'z tadqiqotlarida ta'lim jarayonida samarali kommunikatsiyani tashkil etishda o'qituvchining shaxsiy nutq madaniyati, muloqotdagi empatiya qobiliyati va tinglovchilar bilan o'zaro hurmat asosidagi munosabatini muhim jihatlar sifatida ko'rsatadi [29].

Fikrimizcha, o'qituvchi bu nafaqat bilim beruvchi, balki madaniy muloqot namunasi bo'lishi kerak. Qozog'iston tajribasi shuni ko'rsatmoqdaki, pedagoglar uchun kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish yakka tartibdagi emas, balki tizimli va bosqichma-bosqich yondashuv asosida amalga oshirilmoqda. Bu esa, birinchidan, o'quvchi shaxsiga yo'naltirilgan yondashuvni mustahkamlasa, ikkinchidan, pedagog shaxsining kasbiy madaniyati va nutqiy savodxonligini oshiradi.

Polshada pedagoglarni kommunikativ kompetensiyalarini shakllantirish ta'lim tizimining Yevropa Ittifoqi standartlariga moslashishi, milliy ta'lim islohotlari va ko'p madaniyatli muhitda ijtimoiy integratsiyani mustahkamlash doirasida muhim yo'nalish sifatida o'rganiladi [18]. Kommunikativ kompetensiyalar o'qituvchilarning o'quvchilar bilan samarali muloqot qilishi, sinfdagi ijtimoiy muhitni yaxshilashi, nizolarni boshqarishi va o'quvchilarning psixologik farovonligini oshirishini anglatadi [18].

Bizningcha, Polshaning ko'p tilli va madaniy muhiti (polyak, ukrain, nemis va boshqa tillar) o'qituvchilarning madaniy sezgirlik va moslashuvchan muloqot qobiliyatlarini talab qiladi.

Polshada pedagoglarni kommunikativ kompetensiyalarini shakllantirish YI doirasidagi Erasmus+ va ET2020 ta'lim dasturlari, shuningdek, milliy ta'lim strategiyasi asosida olib boriladi. Polshaning YI a'zoli va ko'p madaniyatli muhiti (ayniqsa, ukrain va boshqa migrant o'quvchilarning ko'payishi) o'qituvchilarning

madaniyatlararo muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishni talab qiladi [60]. Dastur YI va milliy talablarga moslashtirilgan, lekin raqamli ta'limning jadal rivojlanishi yangi modullarni joriy qilishni talab qiladi.

Polshada pedagoglarni kommunikativ kompetensiyalarini baholash uchun YI ta'lim standartlariga mos mezonlar ishlab chiqilgan bo'lib, ular o'qituvchilarning muloqot samaradorligini o'lchaydi. Ta'lim sohada faoliyat yuritgan Polsha olimlari o'qituvchilarning sinfdagi samarali muloqot, madaniyatlararo sezgirlik, nizolarni boshqarish va faol tinglash ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan tadqiqotlar olib borganlar.

Janusz Kowalski Krakovdagi Yagellon universitetida professor bo'lib, pedagogik psixologiya va o'qituvchilarning nizolarni boshqarish ko'nikmalariga ixtisoslashgan. J.Kowalski, Tomas Kilmann nizolarni boshqarish shkalasini Polsha maktablarida qo'llash bo'yicha tadqiqotlar olib borgan. Uning 2018-yilda chop etilgan maqolasida Krakov maktablarida o'tkazilgan treninglar natijasida o'qituvchilarning nizolarni boshqarish ko'nikmalari sinfdagi ijtimoiy muhitni 10-12% ga yaxshilaganligi qayd etilgan [24].

Shuningdek, J.Kowalski, shuningdek, noverbal muloqotning sinf dinamikasiga ta'sirini tahlil qilib, o'qituvchilarning imo-ishora va yuz ifodalaridan foydalanishini o'rganadi. Uning ishlari Polsha maktablarida ijobiy sinf muhitini yaratishga xizmat qiladi.

Marta Zielinska Lodz universitetida pedagogika va ta'lim psixologiyasi bo'yicha tadqiqotchi sifatida faoliyat yuritadi. Uning asosiy yo'nalishi o'qituvchilarning faol tinglash va emotsional sezgirlik ko'nikmalarini rivojlantirishdir. M.Zielinska Wiemannning Kommunikativ Kompetensiya Shkalasi asosida Polsha maktablarida o'qituvchilarning faol tinglash qobiliyatlarini baholagan. Uning 2019-yilda chop etilgan tadqiqotida Lodz maktablarida faol tinglash treninglari o'quvchilarning sinfdagi ishtirokini 15% ga oshgani aniqlangan [38].

M. Zielinska o'qituvchilarning emotsional sezgirligini rivojlantirish uchun interaktiv metodlar ishlab chiqqan, bu o'quvchilarning psixologik farovonligini oshirishga xizmat qiladi.

Polsha Respublikasi ta'lim tizimida pedagogik faoliyatda kommunikativ kompetensiyaning ahamiyati alohida e'tirof etiladi. Ushbu mamlakatda pedagoglarning samarali muloqot yuritish, o'quvchilar, ota-onalar va kasbdoshlar bilan konstruktiv munosabat o'rnatish salohiyati ularning kasbiy mahoratining ajralmas qismi sifatida qaraladi. Shu sababli, pedagoglar uchun mo'ljallangan professional rivojlanish dasturlarida kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishga alohida urg'u beriladi. Dastur doirasida "Kompetencje Komunikacyjne w Edukacji" nomli trening modullari ishlab chiqilgan bo'lib, ular interaktiv uslublar, roliklar, rol o'yinlari va real vaziyatlar asosidagi mashqlarni o'z ichiga oladi.

Polsha maktablarida kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirishga yo'naltirilgan pedagogik faoliyat quyidagi asosiy yo'nalishlar orqali amalga oshiriladi:

Didaktik treninglar: O'qituvchilar uchun mo'ljallangan maxsus kurslar orqali muloqotning samarali shakllari o'rgatiladi. Ayniqsa, bolalar bilan dialogik yondashuvda ishlash, konfliktsiz muhit yaratish, faol tinglash, savol-javob texnikalari kabi ko'nikmalar ustida ish olib boriladi.

Mentorlik tizimi: Tajribali o'qituvchilar kommunikativ jihatdan endigina faoliyat boshlagan pedagoglarga murabbiylik qiladi. Bu tajriba almashish orqali ijtimoiy va kasbiy muloqotni rivojlantirishga xizmat qiladi [78].

Psixologik-pedagogik xizmatlar bilan hamkorlik: Psixologlar bilan birgalikda o'tkaziladigan seminarlar va mashg'ulotlarda o'qituvchilarda kommunikativ stressni kamaytirish, ota-onalar bilan ijobiy muloqot yuritish, madaniy empatiyani rivojlantirish bo'yicha treninglar o'tkaziladi [87]. Polsha universitetlarida pedagogik yo'nalishlar bo'yicha tahsil olayotgan talabalar o'z dasturlarida maxsus fanlar orqali kommunikatsion tayyorgarlikdan o'tadilar. Masalan, Varshava Universiteti, Krakov pedagogika universiteti va boshqa yirik oliygohlarda "Komunikacja interpersonalna w edukacji", "Psychologia komunikacji" kabi kurslar mavjud bo'lib, ularda zamonaviy muloqot nazariyalari, konfliktologiya, ijtimoiy psixologiya elementlari chuqur o'rgatiladi [25].

Bizning fikrimizcha, pedagoglarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirish nafaqat zamonaviy ta'lim jarayonining muhim jihati, balki butun bir

davlat ta'lim tizimining sifati, raqobatbardoshligi va barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan omildir. Pedagog kadrlarning kommunikativ kompetensiyalarlarini shakllantirish masalasi bugungi kunda xalqaro miqyosda dolzarb muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Yaqin xorij davlatlari jumladan, Rossiya, Qozog'iston va Polsha kabi mamlakatlarda ushbu yo'nalishda tizimli ishlar yo'lga qo'yilgan bo'lib, har bir davlat o'zining ijtimoiy-pedagogik ehtiyojlari va ta'lim siyosatidan kelib chiqib, maxsus dasturlar, modul kurslar, trening mashg'ulotlar hamda zamonaviy o'quv platformalarini joriy etgan.

Tahlil etilgan xorijiy mamlakatlar Rossiya, Qozog'iston, va Polsha tajribasi shuni ko'rsatadiki, har bir mamlakat ushbu masalaga o'zining milliy qadriyatlari, ta'lim siyosati va strategik yo'nalishlari asosida yondashadi.

Rossiya Federatsiyasida kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishga qaratilgan federal darajadagi dasturiy yondashuvlar mavjud bo'lib, bu orqali aniq mezonlar, trening kurslari, modulli o'quv tizimi va baholash indikatorlari ishlab chiqilgan. Bu esa o'qituvchilarning amaliy muloqot kompetensiyasini oshirishda katta ahamiyat kasb etadi.

Polshada esa kommunikativ kompetensiyalar masalasi kasbiy etika, o'zaro hamkorlik va shaxsiy rivojlanish tamoyillariga asoslangan. O'qituvchilar mustaqil fikrlash, samarali muomala yuritish, stressga chidamli muloqot olib borish va ziddiyatlarni hal qilishga doir ko'nikmalarni doimiy ravishda oshirib borishlari uchun muntazam ravishda sertifikatliyadan o'tkaziladi. Polshada pedagoglarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish milliy ta'lim strategiyasining muhim tarkibiy qismi bo'lib, o'qituvchilar zamonaviy psixologik yondashuvlar, gender tengligi, madaniyatlararo muloqot, konfliktologiya va nevro pedagogik bilimlar asosida tayyorlanadi. Ular uchun treninglar, seminarlar, mentorlik dasturlari va amaliy mashg'ulotlar orqali doimiy rivojlanish imkoniyatlari yaratilgan. Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiyalar davrida xorijiy psixologik tadqiqotlarda kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish masalasi dolzarb mavzulardan biriga aylangan. AQSh, Xitoy va Yaponiya kabi uzoq xorij mamlakatlarining yetakchi psixologlari bu ko'nikmalarni inson ijtimoiy hayotining asosi sifatida baholaydilar.

AQSh psixologik maktabida kommunikativ kompetensiyalarni o'rganish kognitiv yondashuv asosida yo'lga qo'yilgan. Masalan, Albert Bandura ijtimoiy o'rganish nazariyasida insonlarni muloqot orqali modellashtirish, kuzatish va taqlid qilish orqali kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishini asoslab beradi [49].

Bu yondashuvga ko'ra, bolaning yoki kattalarning samarali muloqotni o'zlashtirishida ijtimoiy muhit va tajriba hal qiluvchi omillardir. Pedagoglarda kommunikativ ko'nikmalar nafaqat o'quvchilar bilan muloqot, balki ota-onalar, hamkasblar va ma'muriyat bilan samarali hamkorlik qilish uchun ham zarur.

Germaniyada faoliyat yuritgan mashhur psixolog Jürgen Habermas kommunikativ harakatlar nazariyasini ilgari surgan. Jürgen Habermas ta'kidlaganidek, insonlar orasidagi muloqot tushunish, kelishuv va ijtimoiy muvofiqlik asosida amalga oshiriladi. J.Habermasning nazariyasiga ko'ra, muloqot nafaqat axborot almashinuvi, balki ijtimoiy qadriyatlarning mustahkamlanishiga xizmat qiladi [65].

Albatta, Jürgen Habermasning kommunikativ harakatlar nazariyasi pedagogik jarayonda muloqotni faqat axborot almashish jarayoni sifatida emas, balki ijtimoiy mazmun va qadriyatlarni shakllantiruvchi vosita sifatida ko'rishga imkon beradi. Ta'lim muhitida o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi muloqot o'zaro tushunish va kelishuvga asoslanishi, o'quvchining shaxs sifatida qadrlanishini ta'minlaydi.

Yaqin va uzoq xorij mamlakatlar tajribasi shuni ko'rsatmoqdaki, pedagogik kommunikatsiya ta'lim jarayonining markaziy elementi sifatida o'qituvchining nafaqat bilim berish, balki tarbiyaviy ta'sir ko'rsatish funksiyalarini ham o'zida mujassam etadi. Bu jarayonda pedagog faqat bilimlarni yetkazuvchi emas, balki muloqot orqali axloqiy qadriyatlarini shakllantiruvchi shaxs sifatida maydonga chiqadi. O'qituvchining kommunikativ kompetensiyalar darajasi nafaqat dars samaradorligiga, balki o'quvchilarda o'ziga ishonch, emotsional barqarorlik kabi shaxsiy sifatlarning shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi.

Dissertatsiya ishimizning navbatdagi qismida biz, sharq mutafakkirlari va zamonaviy o'zbek psixologiyasida kommunikativ ko'nikma muammosining o'rganilishi bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar, qarashlar va olimlar tomonidan shakllantirilgan nazariy xulosalarga to'xtalib o'tamiz.

1.3§. Sharq mutafakkirlari va zamonaviy o'zbek psixologiyasida kommunikativ kompetensiya muammosining o'rganilishi

Insoniyat taraqqiyotining barcha bosqichlarida muloqot eng muhim ijtimoiy va ruhiy jarayon sifatida e'tirof etilgan. Ayniqsa, kommunikativ ko'nikmalar, ya'ni samarali, mazmunli, maqsadli va madaniyatli muloqot yurita olish qobiliyati har bir shaxsning shaxsiy rivoji, ijtimoiy integratsiyasi va kasbiy muvaffaqiyati uchun hal qiluvchi omil hisoblanadi. Kommunikativ kompetensiyalarning zamonaviy psixologik talqinlari asosan kognitiv, lingvistik va sotsiopsixologik yondashuvlarga tayanadi. Ammo bu ko'nikmalar ildizi, tarixiy shakllanishi, madaniy va axloqiy tamoyillari chuqur falsafiy va ruhiy asoslarda yotadi. Aynan shu nuqtai nazardan, Sharq mutafakkirlarining merosi o'ziga xos ma'naviy zamin va kommunikativ qadriyatlar tizimini taqdim etadi.

Kommunikativ kompetensiyalar zamonaviy jamiyatda insonlar o'rtasidagi munosabatlarni mustahkamlash, ijtimoiy uyg'unlikni ta'minlash va shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlashda muhim ahamiyatga ega. Sharq mutafakkirlari garchi, zamonaviy kommunikatsiya nazariyalari kontekstida ishlamagan bo'lsalarda, o'zlarining falsafiy, axloqiy va pedagogik asarlarida muloqotning inson hayotidagi o'rniga alohida e'tibor berganlar. Sharq mutafakkirlarining muloqotga oid qarashlari nafaqat o'z davrida, balki zamonaviy jamiyatda ham dolzarb bo'lib qolmoqda. Ularning axloqiy va ma'naviy qadriyatlar asosidagi muloqot tushunchasi bugungi kunda global ijtimoiy muammolar, masalan, madaniyatlararo tushunmovchilik va nizolarni hal qilishda muhim yo'l-yo'riq bo'la oladi.

Abu Nasr Forobiy sharqda ilk falsafa maktabiga asos solgan buyuk faylasuflardan biridir. U "Muallim as-soniy" (Ikkinchi ustoz) nomi bilan mashhur bo'lib, Platon va Aristotel merosini davom ettirgan. Abu Nasr Forobiy falsafasida muloqot masalasi ijtimoiy hayot, davlat boshqaruvi va axloqiy kamolot bilan chambarchas bog'liq holda talqin qilinadi. Abu Nasr Forobiyga ko'ra, inson jamiyatda yashar ekan, o'z ehtiyojlarini qondirish va mukammal hayot kechirish uchun boshqalar bilan muloqotda bo'lishi shartdir. U muloqotni ijtimoiylashuvning negizi, bilim almashish vositasi va axloqiy barkamollik omili sifatida izohlaydi. Uning fikricha, har

bir inson o'z kamolotini faqatgina jamiyatdagi muloqot orqali ro'yobga chiqaradi. Uning "Fozil shahar ahli" asarida jamiyatdagi mukammal tuzum, aynan, aql, muloqot va ma'naviy uyg'unlik asosida shakllanishi bayon etiladi. Bu yerda Abu Nasr Forobiy muloqotni faqat so'z almashinuvi emas, balki ma'nolarni anglash, tushunish va ruhiy uyg'unlikka erishish vositasi sifatida ko'radi. Abu Nasr Forobiyning ta'kidlashicha, muloqot qiluvchi shaxslar orasida aql, axloq va ma'naviyat uyg'un bo'lishi kerak, shunda muloqot samarali bo'ladi. Bunday muloqot esa shaxsning axloqiy yuksalishiga xizmat qiladi va jamiyatdagi tinchlikni ta'minlaydi. Bilimli, fazilatli insonlar muloqotda ham boshqalarga yo'l ko'rsatuvchi bo'lishi kerak. Bu jihat Abu Nasr Forobiyning pedagogik qarashlarida ham o'z aksini topgan. U ta'lim jarayonini ham muloqot orqali amalga oshiriladigan axloqiy va aqliy faoliyat deb hisoblaydi [61].

Fikrimizcha, Abu Nasr Forobiy muloqotning ijtimoiy rollar, rahbar va fuqaro o'rtasidagi tushunish, hamda tilning ijtimoiy vazifalari bilan bog'liq jihatlariga ham alohida e'tibor qaratgan. U til vositasi orqali fikrni to'g'ri yetkazish, muomala madaniyatini shakllantirish va insoniy munosabatlarni mustahkamlash imkoniyatlarini ta'kidlaydi. Abu Nasr Forobiy muloqotni shaxsiy, ijtimoiy va siyosiy hayotning ajralmas qismi sifatida talqin etadi. Uningcha, muloqot nafaqat axborot almashinuvi, balki insoniylik, axloqiy yuksalish va jamiyat barqarorligi uchun zarur vositadir.

Abu Ali Ibn Sino o'zining "Tib qonunlari" va "Donishnoma" asarlarida tarbiya va o'qituvchi-o'quvchi munosabatlariga alohida e'tibor bergan. U o'qituvchining muloyimlik va hurmat bilan muloqot qilishi o'quvchining bilim olish jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi. Abu Ali Ibn Sino muloqotni tarbiyaviy jarayonning asosiy vositasi sifatida ko'radi, bunda o'qituvchi o'quvchining qiziqishlarini hisobga olishi va ular bilan ochiq muloqot qurishi kerak. [69].

Mulohazamizga ko'ra, Abu Ali Ibn Sinoning pedagogik muloqotga yondashuvi zamonaviy ta'limdagi "konstruktiv muloqot" tushunchasiga yaqin. Uning o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi hurmatga asoslangan muloqotga urg'u berishi bugungi kunda ham o'qituvchilar uchun muhim yo'l-yo'riq bo'lib xizmat qiladi. Abu Ali Ibn Sinoning bu yondashuvi zamonaviy ta'limda o'quvchilarni faol ishtirok etishga undash va ularning ijodiy fikrlashini rag'batlantirishda qo'llanilishi mumkin. Masalan,

uning muloyimlik va hurmatga asoslangan muloqot tamoyillari sinfda ijobiy muhit yaratishda muhim ahamiyatga ega. Abu Ali Ibn Sino kommunikativ buzilishlarni psixologik muammolar bilan izohlashi zamonaviy logopediya, psixoterapiya va klinik psixologiyada qo'llanilayotgan tamoyillarga asos solgan deb aytish mumkin. Demak, bu yondashuv faqat tarixiy emas, balki amaliy qiymatga ham ega.

Jaloliddin Rumi o'zining "Ma'naviy masnaviy" asarida muloqotni insonning ichki ma'naviy holati bilan bog'laydi. U samimiyat, mehr va poklik orqali muloqot qilishni targ'ib qiladi [110]. J. Rumi fikricha, so'zlar insonning ichki dunyosini aks ettiradi, shuning uchun muloqotda niyatning pokligi muhim ahamiyatga ega. Masalan, u o'z hikoyalarida g'azab va hasadni muloqotning salbiy omillari sifatida ko'rsatadi va ularni mehr va tushunish bilan almashtirishni tavsiya qiladi.

Fikirmizcha, Jaloliddin Rumi muloqotni faqat so'zlar bilan cheklamaydi, balki u insonning ichki holati va niyatlarini ham muloqotning bir qismi sifatida ko'radi. Bu zamonaviy kommunikatsiya nazariyalaridagi noverbal muloqot va emotsional intellekt tushunchalariga yaqin keladi. Jaloliddin Rumi ta'limotlari bugungi kunda ham insonlar o'rtasidagi chuqur va ma'naviy muloqotni rivojlantirishda ilhom manbai bo'lib xizmat qiladi. Jaloliddin Rumi qarashlari zamonaviy psixoterapiya va maslahat xizmatlarida, ayniqsa, emotsional intellektni rivojlantirishda qo'llanilishi mumkin, chunki u insonning ichki holatini tushunish va uni muloqot orqali ifodalashga katta e'tibor bergan.

Yusuf Xos Hojib o'zining "Qutadg'u bilig" asarida muloqotni jamiyatni boshqarish va adolatni ta'minlash vositasi sifatida ko'radi. U rahbar va xalq o'rtasidagi muloqotda adolat, donolik va muloyimlik muhim ekanligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, muloqot jamiyatdagi uyg'unlikni ta'minlashda asosiy omil hisoblanadi. Masalan, u adolatli rahbarning xalq bilan ochiq muloqot qurishi orqali jamiyatda barqarorlikni ta'minlash mumkinligini ko'rsatadi. Yusuf Xos Hojibning muloqotga yondashuvi zamonaviy ijtimoiy psixologiyadagi "ijtimoiy hamkorlik" tushunchasi bilan mos keladi. Uning adolatli muloqotga urg'u berishi bugungi kunda ham davlat boshqaruvi va jamoatchilik bilan aloqalarda dolzarbdir [124].

Yusuf Xos Hojibning qarashlari zamonaviy davlat xizmatchilari va rahbarlari uchun muhim yo‘l-yo‘riq bo‘la oladi, chunki uning ta‘limotlari xalq bilan ochiq va adolatli muloqot qurishni targ‘ib qiladi, bu esa ishonch va hamkorlikni mustahkamlashga xizmat qiladi deb hisoblashimiz mumkin.

Alisher Navoiy o‘zining “Mahbub ul-qulub” asarida insonlar o‘rtasidagi muloqotda axloqiy qadriyatlarning muhimligini ta‘kidlaydi. U muloyimlik, samimiyat va hurmatni muloqotning asosiy tamoyillari sifatida ko‘radi [95].

Alisher Navoiyning fikricha, insonning so‘zi va xatti-harakati o‘zaro uyg‘un bo‘lib, jamiyatda mehr-oqibatni mustahkamlashi kerak. Masalan, u adovatsiz va samimiy muloqot orqali insonlar o‘rtasida do‘stlik va ishonchni mustahkamlash mumkinligini ta‘kidlaydi. Alisher Navoiyning muloqotga yondashuvi zamonaviy psixologiyadagi “empatik muloqot” tushunchasi bilan mos keladi. Uning muloyimlik va samimiyatga urg‘u berishi insonlar o‘rtasidagi ishonch va hamkorlikni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, Alisher Navoiyning bu qarashlari bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlarda yuzaga kelayotgan nizolar va tushunmovchiliklarni bartaraf etishda muhim yo‘l-yo‘riq bo‘la oladi. Misol uchun, Alisher Navoiyning samimiy muloqotga urg‘u berishi onlayn muhitda anonimlik tufayli yuzaga keladigan salbiy muloqotlarning oldini olishda qo‘llanilishi mumkin. Uning qarashlari bugungi o‘quvchilarga nutq madaniyati, xalq oldida mas‘uliyatli muloqot tushunchalarini o‘rgatishda juda boy asos bo‘la oladi.

Fikrimizcha, sharq mutafakkirlari o‘z davrida muloqotni chuqur falsafiy, axloqiy va ruhiy mezonlar asosida yoritganlar. Ularning fikrlarida so‘z faqat aloqa vositasi emas, balki tarbiya, mas‘uliyat, ma‘naviyat va ijtimoiy uyg‘unlik vositasidir. Ushbu yondashuvlarni bugungi zamonaviy psixologik tadqiqotlar bilan uyg‘unlashtirish - nafaqat ilmiy, balki axloqiy vazifadir.

Zamonaviy o‘zbek psixologiyasida kommunikativ kompetensiya shaxsning ijtimoiy faoliyati, o‘zaro munosabatlardagi moslashuvchanligi va muloqot jarayonidagi madaniyatini ifodalaydigan muhim komponent sifatida talqin qilinmoqda. Bu muammo bo‘yicha olib borilgan ilmiy izlanishlar ko‘proq ta‘lim tizimi, pedagogik jarayon, o‘quvchilar va pedagoglarning psixologik holati bilan bog‘liq kontekstda

yoritiladi. Professor V.M. Karimova o'z ilmiy tadqiqotlarida pedagog shaxsining kommunikativ faoliyati uning umumiy psixologik tayyorgarligi, emotsional holati va ijtimoiy-psixologik kompetensiyasiga bevosita bog'liqligini ta'kidlaydi. Samarali muloqot uchun eng muhim omillardan biri bu emotsional intellekt va empatik qobiliyatdir. U o'qituvchi va tarbiyachining kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishni o'zini anglash, refleksiya va o'zaro ta'sir samaradorligi mezonida baholaydi [22].

Bu yondashuv psixologik bilimlarni amaliy faoliyatga integratsiya qilishni taqozo etadi. Garchi bu jarayon murakkab ko'rinsada, u pedagogik samaradorlikni ta'minlovchi asosiy komponentlardan biridir.

V.M. Karimovanning ta'kidlaganidek, pedagogik jarayonda samarali muloqot kommunikativ kompetentlik asosida vujudga keladi va bu kompetentlik insoniy qadriyatlar, empatiya, tafakkur doirasi va tahliliy fikrlash qobiliyati bilan bevosita bog'liqdir [22].

V.M. Karimova pedagog shaxsiyatining ijtimoiy-psixologik o'ziga xos jihatlarini, ayniqsa o'zini boshqalar o'rniga qo'yib ko'ra olish, mulohazalilik, ijtimoiy kechinmalarni anglay olish kabi muhim jihatlarni alohida ta'kidlaydi. V.M.Karimovanning bu qarashi zamonaviy neyropsixologiya va "ijtimoiy ko'nikma" paradigmasi bilan hamohangdir.

XXI asr ta'limida faqat bilim emas, balki o'zaro hamkorlik, hissiy intellekt, ijtimoiy ong, moslashuvchanlik, hamdardlik kabi ko'nikmalarning ahamiyati ortib bormoqda. Shuningdek, raqamli avlod bilan ishlayotgan hozirgi zamon pedagogi uchun bu yondashuv nafaqat dolzarb, balki zarur strategik mezonga aylangan. Bugungi o'quvchilar raqamli texnologiyalar muhitida ulg'aygani bois, ular bilan samarali muloqot o'rnatish, axborot oqimida ruhiy salomatlikni saqlash va ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta'minlash pedagogdan yuqori darajadagi kommunikativ savodxonlikni talab qiladi. V.M.Karimova ilgari surgan fikrlar hozirgi kunda sun'iy intellekt, raqamli didaktika va ijtimoiy-emotsional o'qitish bilan uyg'unlashib, pedagog shaxsini nafaqat bilim yetkazuvchi, balki ruhiy qo'llab-quvvatlovchi, kommunikator, yo'l ko'rsatuvchi murabbiy sifatida shakllantirishga xizmat qilmoqda. Aynan mana shu jihat

pedagogning kommunikativ kompetensiyalarini mustahkamlashda muhim manbaa sifatida baholanishi mumkin. Chunki zamonaviy ta'limda texnologik qurollar bilan qurollangan pedagog emas, balki o'z fikrini tushunarli, ijobiy, ijtimoiy jihatdan maqbul shaklda ifodalay oladigan pedagog muvaffaqiyatga erishadi.

O.E. Hayitov kommunikativ ko'nikmani ijtimoiy-psixologik kompetensiyaning ajralmas bo'lagi sifatida ko'radi. U pedagog shaxsining o'z fikrini ochiq, tushunarli, ta'sirchan va madaniyatga mos ravishda ifoda eta olishini kasbiy muvaffaqiyatning tayanchi sifatida belgilaydi. Uning tadqiqotlarida ko'proq kommunikatsion savodxonlik, ya'ni til, kontekst va mimik ifodalar uyg'unligi alohida e'tiborda tutiladi [66].

Fikrimizcha, O.E. Hayitovning konseptual modeli kommunikativ ko'nikmani faqat og'zaki nutq bilan cheklamaydi, balki pedagog shaxsida mavjud bo'lishi zarur bo'lgan kommunikatsiyaning barcha shakllarini - verbal (so'zlashuv), noverbal (mimika, tana harakati) va paralingvistik (ohang, tembr, pauza, ovoz balandligi) jihatlarini uyg'un holda rivojlantirishga asoslanadi. Bu yondashuv zamonaviy ta'limda ayniqsa dolzarb hisoblanadi, chunki bolalar bilan muloqotda faqat so'z bilan emas, balki tana tili orqali ham ishonchli aloqa o'rnatish muhim ahamiyatga ega.

Pedagog mimikalari, yuz ifodalari, kaft harakatlari, hatto ko'z qarashlari bilan ham o'z fikrini kuchaytirishi, bolalarning e'tiborini qaratishi va darsga jalb etishi mumkin. Ayniqsa maktabgacha ta'lim muassasalari yoki boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan ishlovchi pedagog uchun ovoz tembri, ritmik ohangda so'zlashish, hissiy tus berish bolada tilni eshitish va tushunish refleksi faollashtiradi. O.E. Hayitov bu jihatdan pedagogning kommunikativ kompetensiyasi uning ta'sirchan shaxsiy portretini shakllantiruvchi asosiy omil deb baholaydi. Shu bois, u ilgari surayotgan model zamonaviy pedagogning kommunikativ madaniyati, didaktik uslubi va shaxsiy ta'sirchanligining uyg'un holda shakllanishini talab qiladi. Bu esa, o'z navbatida, nafaqat kasbiy muvaffaqiyatning kafolati, balki o'quvchi bilan barqaror, sog'lom va samimiy muloqot muhitini yaratishning muhim shartidir.

F.A. Akramova tomonidan ilgari surilgan pedagogik kommunikatsiyaning "psixologik hamkorlik" sifatida talqin qilinishi juda muhim nazariy yondashuv bo'lib,

bu yondashuv kommunikativ kompetensiya shunchaki axborot uzatish vositasi sifatida emas, balki insonlar o'rtasida o'zaro ruhiy ishonch, empatiya va madaniy muloqot muvozanatni ta'minlovchi omil sifatida tushunishga undaydi. F.A. Akramova fikricha, o'qituvchi o'z faoliyatida nafaqat bilim beruvchi, balki bolalar qalbini tushunuvchi, ularning psixologik ehtiyojlariga javob bera oluvchi shaxs sifatida shakllanishi zarur. Ayniqsa, u ilgari surgan axloqiy-psixologik ekologiya tushunchasi hozirgi kunda pedagogik amaliyot uchun nihoyatda dolzarbdir. Bu tushuncha ostida pedagogik jarayonni emotsional jihatdan xavfsiz, madaniy bag'rikeng va ruhiy qo'llab-quvvatlovchi muhitda olib borish nazarda tutiladi [22].

O'ylashimizcha, zamonaviy maktablarda faqat bilim berish bilan cheklanilmaydi, balki, bolalarda shaxsiy fazilatlarni shakllantirish, ularning hissiy-irodaviy dunyosiga yondasha olish, ichki dunyosini tinglash va psixologik xavfsizlikni ta'minlash pedagogning eng muhim vazifalaridandir. Bu esa bevosita o'qituvchining kommunikativ ko'nikmasi qanchalik yetukligiga bog'liq. Bu ko'nikma "hissiyot bilan muloqot qilish", ya'ni qalbgga yo'l topa olish san'atidir. Ayniqsa, darsdan tashqari vaziyatlarda, muammo yuzaga kelganda yoki o'quvchi injiq emotsional holatda bo'lsa, pedagogning muomala madaniyati, ovoz ohangi, tanqidiy fikrni yetkazish uslubi o'quvchining ichki dunyosiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. F.A. Akramova ta'kidlaganidek, kommunikativ kompetensiya pedagogda insonparvarlik, tinglay olish, sabr-toqatli bo'lish, hissiy cheklovlarga rioya qilish, doimiy aks aloqaga tayyor bo'lish, ya'ni o'zini boshqalar o'rniga qo'ya bilish kabi jihatlarni o'z ichiga oladi. Bu yondashuvdan kelib chiqib aytish mumkinki, pedagogik kommunikatsiya ruhiy ekologiya vositasi bo'lib, u o'qituvchi va o'quvchi o'rtasida sog'lom emotsional muhitni yaratishga xizmat qiladi. Shu boisdan ham, pedagog tayyorlov jarayonlarida kommunikativ kompetensiyani nafaqat texnik mahorat, balki etika va psixologik sezgirlik asosida rivojlantirishi zarurdir.

R.N. Melibayeva kommunikativ kompetensiyani kross-madaniy yondashuvlar orqali chuqurlashtiradi. U muloqotni faqatgina lingvistik vosita emas, balki madaniy, ijtimoiy va axloqiy kontekstda ham ko'rib chiqadi. Har bir millatning muloqot uslubi, til ohangi, imo-ishoralar tizimi va ifoda shakllari ushbu jamiyatning qadriyatlari,

ijtimoiy tuzilmasi, tarixiy tajribasi bilan chambarchas bog‘liq. Shuning uchun ham, pedagogning vazifasi shunchaki til o‘rgatish yoki aloqa o‘rnatish emas, balki o‘quvchining madaniy tafakkurini shakllantirish, turli madaniyatlarga nisbatan tolerant va empatik yondashuvni rivojlantirishdan iborat. U bolaning madaniy kommunikatsion muhitda to‘laqonli rivojlanishi uchun pedagogni vositachi, tarjimon va yo‘naltiruvchi sifatida ko‘radi [126].

Darhaqiqat, ushbu yondashuv muloqotni universal va bir xilda ishlatiladigan vosita sifatida emas, balki har bir madaniyatga xos va o‘ziga xos semantik va aksiologik (qadriyatga oid) tizimda talqin qilish zarurligini anglatadi. Chunki bir madaniyatda ijobiy bo‘lgan ifoda yoki xatti-harakat, boshqa madaniyatda salbiy yoki noto‘g‘ri talqin qilinishi mumkin. Masalan, ba’zi madaniy muhitlarda to‘g‘ridan-to‘g‘ri ko‘z bilan qarash hurmat belgisi bo‘lsa, boshqa madaniyatda bu tajovuz yoki odobsizlik deb qabul qilinadi. Shu sababli, pedagog til o‘rgatuvchi yoki axborot uzatuvchidan ko‘ra ko‘proq madaniyatlararo vositachi, o‘quvchining madaniy kompetensiyasini shakllantiruvchi shaxs sifatida faoliyat yuritishi kerak. Bu yondashuv hozirgi globallashuv sharoitida pedagogik faoliyatni yanada dolzarb va murakkab qiladi. Chunki hozirgi jamiyatda ko‘p madaniyatli sinflar, turli ijtimoiy guruhlardan bo‘lgan o‘quvchilar soni ortib bormoqda. Demak, pedagog o‘z faoliyatida faqat ona tiliga emas, balki boshqa madaniy tafakkurlarga ham ochiq bo‘lishi, turli kommunikativ kodlarni tushunishi va bu borada o‘quvchilarni yo‘naltira olishi zarur. Zero, kommunikativ kompetensiya zamonaviy insonning madaniyatlararo muloqotga tayyorligi, moslashuvchanligi va ijtimoiy jihatdan barqaror bo‘lishining asosiy mezonidir.

Sharq mutafakkirlarining asarlarida insoniy fazilatlar, axloqiy kamolot, muomala madaniyati va muloqotning ma’naviy-ruhiy ildizlari chuqur tahlil qilingan. Jumladan, Abu Nasr Forobiy, Alisher Navoiy, Abu Ali Ibn Sino, Jaloliddin Rumiy kabi allomalar insonlar orasidagi munosabatlar, fikr almashinuvi, ma’rifat va so‘zning tarbiyani shakllantiruvchi kuchi haqida chuqur falsafiy mulohazalar yuritganlar. Ularning fikricha, til va nutq nafaqat axborot yetkazish vositasi, balki jamiyatda ruhiy uyg‘unlik, axloqiy me’yorlar, insoniylik va mehr-oqibatni qaror toptiruvchi kuchli

ijtimoiy vositadir. Zamonaviy o'zbek psixologiyasida ham kommunikativ ko'nikma keng ko'lamda o'rganilib, ijtimoiy-psixologik taraqqiyotning ajralmas omili sifatida namoyon bo'lmoqda. Jumladan, V.M. Karimova kommunikativ jarayonlarda shaxslararo munosabatlarning rolini aniqlashtirgan, muloqot uslublari va madaniyatini ijtimoiy muhitga mos holda tahlil qilgan. O.E. Xaitov esa yoshlarning kommunikativ kompetensiyasini shakllantirishda psixologik treninglar va interaktiv metodlarning samaradorligini empirik tarzda asoslagan. Maktabgacha va maktab ta'lim bosqichlarida bolalarning til orqali fikr ifodalash, muloqotga kirishish va ijtimoiylashuv jarayonlarini chuqur psixologik nuqtayi nazardan o'rgangan. Uning izlanishlari bolaning kommunikativ faolligini rivojlantirishda ota-ona va pedagoglarning o'rni muhimligini ko'rsatadi. Zamonaviy texnologiyalar ta'sirida kommunikatsiya shakllari qanday o'zgarayotganini, raqamli muhitda shaxslararo muloqotning psixologik jihatlarini tahlil qilgan. U shuningdek, kommunikativ kompetensiya va media savodxonlik o'rtasidagi bog'liqlikka urg'u beradi. Ijtimoiy-emotsional kompetensiya va kommunikativ ko'nikmalar o'rtasidagi o'zaro ta'sir, ayniqsa kasbiy faoliyatda, xususan, pedagog va psixologlar uchun kommunikativ madaniyatning kasbiy muvaffaqiyatga bevosita ta'siriga bog'liqdir. Sharq mutafakkirlari asarlaridagi ruhiy va axloqiy mezonlar zamonaviy psixologik qarashlarga uyg'un ravishda o'zbek olimlari tomonidan ilmiy asoslanmoqda. Muloqotda e'tiborlilik, til madaniyati, hissiy empatiya va axloqiy qadriyatlar bilan uyg'unlikda shakllanayotgan kommunikativ ko'nikmalar bugungi jamiyat taraqqiyotida hal qiluvchi omillardan biridir. Shu jihatdan olib qaraganda, sharq va zamonaviy yondashuvlar sintezida kommunikativ ko'nikmalar nafaqat nutqiy faoliyat sifatida, balki shaxsiy va ijtimoiy o'sishning poydevori sifatida baholanmoqda. Bu esa ilmiy tadqiqotlar, amaliy dasturlar va ta'lim strategiyalarida muhim yo'nalish bo'lib xizmat qilmoqda.

Bundan tashqari kommunikativ ko'nikmalar yoki muloqot jarayonlarini haqida yana bir qator o'zbek olimlari o'rganishgan. Xususan, Sh.H. Abdullayeva o'zbek tilidagi nutqiy aktlar nazariyasi doirasida kommunikativ kompetensiyalarning pragmatik asoslarini o'rgangan. Uning tadqiqotlarida bozor diskursi misolida muloqot

ishtirokchilarining nutqiy xatti-harakatlari tahlil qilinib, kommunikativ maqsadga erishishda kontekstual omillarning ahamiyati ko'rsatilgan. Sh.H. Abdullayeva nutqiy aktlarning kuchini aniqlash orqali kommunikativ kompetensiyani baholashning lingvistik usullarini taklif etgan. I.X.Arifxodjayeva ta'lim jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan (AKT) foydalanish orqali talabalarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishga e'tibor qaratgan. Uning dissertatsiyaviy ishlari va maqolalarida AKT vositasida interfaol muloqot muhitini yaratish, virtual kommunikatsiya ko'nikmalarini shakllantirish va kiberxavfsizlikni ta'minlash masalalari yoritilgan. R.N. Melibayeva kommunikativ ko'nikmalarni ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan o'rgangan bo'lib, muloqotning kommunikativ, interaktiv va pertseptiv jihatlarini ajratib ko'rsatgan. Uning tadqiqotlarida kommunikativ ko'nikmalar insonlar o'rtasidagi o'zaro tushunishning asosi sifatida baholanadi. E.M.Muxtorov o'quv jarayonida o'qituvchi-talaba muloqotida kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishning innovatsion usullarini taklif etgan. Uning dissertatsiyasida an'anaviy va zamonaviy muloqot usullari solishtirilib, talabalarda nutq madaniyati va tinglash ko'nikmalarini shakllantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan. Z.T. Nishanova psixologiya fanlari doirasida o'quvchilarda kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishning yosh xususiyatlarini o'rgangan. Uning tadqiqotlari maktabgacha yoshdagi bolalardan tortib, oliy ta'lim talabalarigacha bo'lgan guruhlarda muloqot psixologiyasini qamrab oladi. Z.T. Nishanova tomonidan ishlab chiqilgan "kommunikativ rivojlanish diagnostikasi" psixologik xizmatda qo'llanilmoqda.

N.Mirashirova ta'kidlaganidek "Bo'lajak psixolog shaxsida quyidagi sifatlar shakllangan bo'lishi lozim: Empatiya, tinglash madaniyati, emotsional barqarorlik, ichki refleksiya (o'zini tahlil qila olish), ijtimoiy faollik va ijobiy muloqot ko'nikmalari, o'z emotsiyalarini boshqarish, emotsional kreativlik, emotsional intellect va h.k... Psixolog shaxsini shakllanishida yuqoridagi barcha jarayonlarning alohida o'rni bor [37].

Bizning fikrimizcha, kommunikativ kompetensiyalarni tadqiq qilishda nafaqat muloqot jarayonidagi tashqi xatti-harakatlar, balki uning psixik negizi, ichki

motivatsiyasi, ehtiyojlar, empatiya, tinglash madaniyati, ijtimoiy idrok, o'zini ifoda etish, ijtimoiy intellekt, ijtimoiy moslashuv kabi kompleks komponentlar muhim deb qaraladi. Bu borada foydalanilayotgan metodlar, trening texnologiyalari, interaktiv yondashuvlar, psixodiagnostik vositalar va baholash tizimlari tobora takomillashib bormoqda. Shu bilan birga, ushbu metodlar milliy mentalitet, urf-odatlar va qadriyatlar negizida boyitilib, o'zbek psixologiyasi yondashuvlarida yanada chuqurroq va mazmunli ko'rinish kasb etmoqda.

Mazkur yondashuvning Sharq mutafakkirlari qarashlari bilan uyg'unlashuvi ayniqsa e'tiborlidir. Xususan, Alisher Navoiy, Imom G'azzoliy va Abu Nasr Forobiy kabi allomalar insonning axloqiy barkamolligi, muloqot madaniyati, nutq pokligi, boshqalarni tinglay olish, mehr-oqibat, sabr va halollik kabi fazilatlarni shaxsiy taraqqiyotning asosi sifatida talqin qilganlar. Ular muloqotni nafaqat fikr almashuvi, balki ruhiy-madaniy o'zaro ta'sir va insoniy kamolot vositasi sifatida ko'rganlar. Masalan, Alisher Navoiy "Xamsa" asarlarida muloqotning axloqiy me'yorlari, do'stona va izzatli munosabatlar, samimiyluk va rostgo'ylikni muloqot mezonlari sifatida ilgari surgan ("Til-insonning kalitidir" degan fikr bunga misol bo'la oladi).

Zamonaviy o'zbek psixologiyasi vakillari ana shu boy ilmiy-falsafiy merosga tayangan holda, kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishda milliy psixologik xususiyatlar, ijtimoiy rollar, oila va jamoa qadriyatlari bilan uyg'un yondashuvlarni ishlab chiqmoqdalar.

Xulosa qilib aytganda, sharq mutafakkirlarining muloqotga oid qadimiy qarashlari va zamonaviy o'zbek psixologiyasining ilmiy izlanishlari kommunikativ ko'nikma muammosini bir butun sifatida yoritishda o'zaro uyg'unlik va mantiqiy uzviylik kasb etadi. Sharq mutafakkirlari kommunikativ kompetensiyalarni maxsus ilmiy yo'nalish sifatida o'rganmagan bo'lsalar-da, ularning asarlarida muloqotning axloqiy, ma'naviy va ijtimoiy jihatlari chuqur yoritilgan. Sharq mutafakkirlarining ilmiy-ma'naviy merosi va zamonaviy o'zbek psixologiyasining ilmiy yondashuvlari o'zaro uyg'unlashib, shaxsning ijtimoiy moslashuvi, kasbiy o'sishi va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishda boyituvchi manba bo'lib xizmat qilmoqda.

Bob bo'yicha xulosalar

Demak, zamonaviy ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, kommunikativ kompetensiya muammosi sharq mutafakkirlari va zamonaviy o'zbek psixologiyada ko'p qirrali ilmiy-pedagogik masala sifatida o'rganilgan va o'rganilmoqda. Ushbu yondashuvlarning psixologik tahlili quyidagi xulosalarga asos bo'lishi mumkin:

1. Ta'lim jarayonida pedagog shaxsining kommunikativ kompetensiyasi shakllangan bo'lishi, nafaqat kasbiy samaradorlikni oshirish, balki ta'lim oluvchilarning shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim omil sifatida e'tirof etiladi. Psixologiya fanida bu kategoriya ya'ni kommunikativ kompetensiya, insonning muloqotga kirishish qobiliyati, mazmunli, maqsadli, madaniyatli va moslashuvchan muloqot olib borish qobiliyatlarining integratsiyalashgan shakli sifatida talqin qilinadi.

2. Sharq mutafakkirlari, jumladan, Alisher Navoiy, muloqotni nafaqat vosita, balki insoniy kamolotning asosi sifatida baholagan. Zamonaviy o'zbek psixologiyasida esa kommunikativ ko'nikma ijtimoiy psixologik yondashuv, sotsiokultural moslashuv, psixolingvistik tizimlar va shaxslararo munosabatlar doirasida chuqur tahlil etilmoqda. Jumladan, V.M.Karimova, O.E. Hayitov, F.A. Akramova, J.X.Mavlonov, R.N. Melibayeva, E.M. Muxtorov, Z.T. Nishanova, K.Y. Nazirov hamda N. Mirashirova kabi olimlar o'z tadqiqotlarida pedagogik muloqotning turlari, bosqichlari, komponentlari va ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlarini o'rganib, bu ko'nikmalarning kasbiy muvaffaqiyatdagi rolini asoslab berganlar.

3. Psixologlarning kommunikativ kompetensiyani shakllantirish tizimli psixologik-pedagogik yondashuvni talab qiladi. Ayniqsa, kasbiy rivojlanish, ta'lim texnologiyalarini joriy etish va raqamli muloqot madaniyatini rivojlantirish jarayonlarida bu ko'nikmalarni rivojlantirish muhimdir.

4. Psixologiya fanida kommunikativ kompetensiyalar kategoriyasining nazariy o'rganilishi, sharq mutafakkirlari, yaqin va uzoq xorij mamlakatlari ta'limidagi o'ziga xosliklar va zamonaviy o'zbek psixologiyasi yondashuvlarining integratsiyasi orqali yanada samarali bo'ladi. Bu tahlil o'zbek jamiyatida axloqiy, madaniy va zamonaviy talablarga mos keladigan muloqot madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi.

II BOB. MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARIDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARNING EMPIRIK O‘RGANILISHI

2.1§. Tadiqotni tashkil etish va tadqiqot maqsadiga mos metodik vositalarni asoslash

Malaka oshirish kursi tinglovchilarida kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirish bo‘yicha olib boriladigan ta’limiy hamda amaliy faoliyatlar, o‘qituvchining faollashtiruvchi o‘rni shakllantirish, kommunikativ vaziyatlarni baholash, shaxslararo ta’sir mexanizmlarini anglash va ularni boshqarish strategiyalarini o‘zlashtirishni talab qiladi. Bu esa o‘z navbatida, tadqiqotning kuchli metodologik poydevorga ega bo‘lishini taqozo etadi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda mavzuga mos metodik vositalarni tanlash va asoslash tadqiqot samaradorligining eng muhim tarkibiy qismlaridan biridir. Ayniqsa, kommunikativ ko‘nikma kabi murakkab, ko‘p qatlamli psixologik hodisani o‘rganishda metod tanlash jarayoni nafaqat texnik, balki metodologik, falsafiy va amaliy yondashuvni ham o‘z ichiga oladi. Tadqiqotni puxta tashkil etish, aniq maqsad va vazifalarni belgilash, mos nazariy paradigma asosida tadqiqot dizaynini qurish, ishonchli va valid vositalarni tanlash tadqiqot natijalarining ilmiylik darajasini belgilab beradi.

Biz tadqiqotimizni tashkil etishda metodologik asos sifatida quyidagi psixolog olimlarning yondashuvlarini belgilab oldik.

1. G.M.Andreevaning “Kommunikativ faoliyat sifatida muloqot” konsepsiyasi.
2. T.Lirining “Shaxslararo munosabatlar aylanasi” yondashuvi
3. Y.A. Klimovning “Kasbiy o‘zini aniqlash” nazariyasini asos qilib oldik.

Psixologik tadqiqotlarda kommunikativ kompetensiyalarni aniqlash, baholash va o‘rganish murakkab va ko‘p qirrali metodik yondashuvni talab etadi. Bu jarayon shunchaki tashqi muloqot uslublarini kuzatishdan iborat bo‘lmay, balki shaxsning ichki psixik holatlari, ehtiyojlari, motivatsiyasi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy rollari bilan bog‘liq chuqur psixologik jarayonlarni ham tahlil qilishni nazarda tutadi. Aynan shu sababli, kommunikativ kompetensiyani tadqiq etishda kompleks diagnostik metodikalar so‘rovnomalar, testlar, kuzatuvlar, eksperimental intervyular, kontent-

tahlillar va baholash shkalalari qo'llaniladi. Bu metodlar empirik ma'lumotlar orqali shaxsning muloqotga kirishish darajasi, ijtimoiy moslashuvchanligi, konfliktlarga nisbatan yondashuvi va hissiy intellekt ko'rsatkichlarini aniqlash imkonini beradi.

Bu borada shaxslararo muloqot nazariyasi (interpersonal communication theory) zamonaviy psixologiyada insonlar o'rtasidagi ijtimoiy munosabatlarni tahlil qilishning asosiy nazariy asoslaridan biri hisoblanadi. Ushbu nazariya asosida muloqot jarayoni ikki yo'nalishda axborot uzatish (verbal va noverbal vositalar orqali) va ijtimoiy ta'sir ko'rsatish (munosabat o'rnatish, munosabatni boshqarish, o'zini ifoda qilish) sifatida qaraladi.

Shaxslararo muloqot nazariyasining psixologik talqini doirasida shaxsning muloqotdagi rolini aniqlovchi omillar empatiya, faol tinglash, o'zini-o'zi ifoda qilish darajasi, kayfiyatni tushunish, ijtimoiy signallarni dekodlash qobiliyati, ijobiy aloqa o'rnatish va konfliktni konstruktiv hal etish ko'nikmalari asosiy tahlil obyekti sifatida qaraladi. Ushbu nazariya doirasida o'tkazilgan empirik tadqiqotlar kommunikativ ko'nikmalarning rivojlanishiga ta'sir etuvchi psixologik, ijtimoiy va madaniy omillarni aniqlashga xizmat qiladi. Mazkur nazariya doirasida muloqot oddiygina axborot almashinuvi sifatida emas, balki shaxslararo ta'sir o'tkazish, emotsional o'xshashlik, shaxsiy pozitsiyalarni anglash, o'zaro psixologik yaqinlashuv kabi murakkab ijtimoiy-psixologik jarayonlar majmui sifatida qaraladi.

Nazariyaning asoschilaridan biri G. M. Andreevaga ko'ra, shaxslararo muloqot nafaqat informatsion, balki interaktiv va perseptiv jihatlarini ham o'z ichiga oladigan ko'p qirrali jarayondir. G. M. Andreeva fikricha, muloqot shaxsning ijtimoiylashuvi va o'zini anglashida asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi [44]. Aynan shu yondashuvdan kelib chiqib, tinglovchilarda muloqotga bo'lgan motivatsiya, emotsional anglashuv, ijtimoiy empatiya va o'zaro hurmat kabi jihatlar trening mashg'ulotlari orqali rivojlantiriladi.

Psixologik talqinda esa ushbu nazariyaga G. M. Andreeva muhim hissa qo'shgan. U kommunikativ kompetensiyani shaxsning ijtimoiy munosabatlarga kirishish, boshqa insonlarning holatini anglash, ularning motivlarini talqin qilish va o'zaro hamkorlik o'rnatish qobiliyati sifatida izohlaydi [45]. Ayniqsa, bu yondashuv

malaka oshirish kursi tinglovchilarida treninglar orqali shakllanadigan ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni baholashda metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Shaxslararo muloqot jarayonida insonlar bir-biriga turli uslublarda o'zaro ta'sir qiladi. Bu uslublar shaxsning kommunikativ kompetensiyasini, ijtimoiy vaziyatlarga moslashuvchanligini va umumiy muloqot madaniyatini belgilovchi muhim omillardandir. Shu nuqtai nazardan qaraganda, shaxslararo munosabat uslublari nazariyasi mazkur dissertatsiyaning metodologik asoslaridan birini tashkil etadi. Mazkur nazariyaning tarixiy ildizlari T. Liri tomonidan ishlab chiqilgan "Interpersonal circumplex" modeliga borib taqaladi. U shaxslararo munosabatlarda dominantlik va do'stlik o'qlari bo'yicha shaxsning o'zini tutishini klassifikatsiyalashga uringan. T.Liri o'zining mashhur modelida insonlarning o'zaro ta'sirda bo'lishini bo'ysunuvchan, passiv, agressiv, hukmron, himoyaviy yoki hamkorlikka moyil uslublar sifatida ta'riflagan [82].

Metodik vositalarni tanlash jarayoni, albatta, tadqiqotning muvaffaqiyatli o'tishi va uning ilmiy natijalarining sifatli bo'lishi uchun juda muhim. Har qanday psixologik tadqiqotda, ayniqsa shaxsiy, ijtimoiy va kommunikativ ko'nikmalarni aniqlashga qaratilgan empirik izlanishlarda tanlanadigan metodika oddiy test emas, balki tadqiqotning ilmiy poydevori hisoblanadi.

Dastlab, metodik vositalar tadqiqot maqsad va vazifalariga mosligi bilan ajralib turishi kerak. Ya'ni, agar tadqiqot shaxsning kommunikativ kompetensiyalarini tahlil qilishga qaratilgan bo'lsa, u holda tanlanadigan metodik vosita aynan shu ko'nikmalarning alohida tarkibiy qismlarini (kognitiv, affektiv, motivatsion, aksiologik, sotsial-kommunikativ) baholay olishi lozim. Bu esa tanlovda diagnostik aniqlik va ilmiy ishonchlilik tamoyillariga qat'iy rioya qilishni talab qiladi.

Tadqiqotda asosiy metodika sifatida yuqoridagi metodologik asoslardan kelib chiqib amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini o'rganishda E.G.Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testidan foydalandik. Ushbu metodikadan foydalanishdan ko'zlangan asosiy maqsad amaliyotchi psixologlarning kommunikativ ko'nikmalarini chuqur va tizimli o'rganish, ularning ijtimoiy muhitda muloqotga

kirishish darajasi, empatik idroki, ijtimoiy moslashuvchanligi, o'z fikrini aniq ifodalash va shaxslararo muammolarni hal qilishdagi konstruktiv yondashuvlarini aniqlashdan iborat bo'ldi. Bu test 12 ta shkala va 60 ta savoldan iborat. E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyani (SKK) diagnostika qilish" metodikasi kommunikativ kompetensiyaning kognitiv, affektiv va refleksiv komponentlarini aniqlash imkonini beradi.

Beylina tomonidan keltirilgan fikrlarga tayanib aytish mumkinki, ushbu metodika kommunikativ kompetensiya nazariyasiga tayangan bo'lib, insonning boshqa insonlar bilan ijtimoiy aloqalar o'rnatishdagi salohiyatini, hissiy sezuvchanlik darajasini va o'zini muloqot kontekstida baholay olish qobiliyatini kompleks ko'rinishda o'lchashga xizmat qiladi [13].

Tavsiflovchi statistika natijalari E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testi asosida olingan empirik ma'lumotlarning umumiy tahlili shuni ko'rsatmoqdaki, mazkur metodika amaliyotchi psixologlar, pedagoglar va ijtimoiy soha mutaxassislari uchun ishonchli va mazmunli diagnostik vosita hisoblanadi. O'rganilgan statistik ko'rsatkichlar, o'rtacha qiymat, standart og'ish, assimetriya va eksess parametrlari test shkalalari orqali o'lchanayotgan psixologik konstruktarga tegishli ishonchlilik, diagnostik aniqlik hamda amaliy qo'llash imkoniyatlarining yuqori darajada ekanini ko'rsatadi.

Tadqiqot doirasida qo'llanilgan barcha psixologik diagnostika metodikalar bo'yicha yig'ilgan empirik ma'lumotlar Kolmogorov-Smirnov (K-S) mezoni yordamida tahlil qilindi. Ushbu test ma'lumotlar taqsimotining normal qonuniyatlarga muvofiqligini baholash imkonini berdi. Kolmogorov-Smirnov mezoni yordamida har bir metodika bo'yicha ma'lumotlarning taqsimoti aniqlanib, ularning standart statistik parametrlar bilan bog'liqligi tahlil qilindi. Tahlilning maqsadi ijtimoiy kommunikativ kompetentlikni tashkil etuvchi tarkibiy komponentlar bo'yicha olingan ma'lumotlarning statistik jihatdan ishonchli ekanligini aniqlash, ularning normal taqsimotga mos kelishini baholash va metodikalarning psixometrik barqarorligini tasdiqlashdan iboratdir.

Biz amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni o'rganishda asosiy metodika sifatida E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testini 456 (N=456) nafarida o'tkazib, ulardagi kommunikativ kompetentlikni 12 ta shkala asosida tahlil qildik.

2.1-jadval

"Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi" metodikasini natijalari (Kolmogorov-Smirnov N=456)

	D	Z	p
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	0,125	2,664	0,000
Kelishuvga intilish	0,111	2,377	0,000
Noqaniqlikka toqatsizlik	0,121	2,586	0,000
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	0,119	2,533	0,000
Frustratsion tolerantlik	0,128	2,744	0,000
Faollik, tashabbuskorlik	0,128	2,739	0,000
Baholovchilarga qaramlik	0,091	1,935	0,001
O'zgarishlarga ochiqlik	0,106	2,258	0,000
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	0,105	2,249	0,000
Ichki barqarorlik	0,087	1,848	0,002
Kommunikativ passivlik	0,123	2,620	0,000
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	0,099	2,123	0,000

Bunda, "Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik" shkalasi bo'yicha respondentlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonini asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,125$, $Z=2,664$, $p<0,001$). Bu holat respondentlar orasida ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik darajalari notekis taqsimlanganligini bildiradi. Ya'ni, ayrim respondentlar bu ko'rsatkichda ancha yuqori yoki past ball to'plagan bo'lib, bu shkaladagi individual farqlarni va ehtimolki, tashqi omillar (maktab muhiti, kommunikativ tajriba, shaxsiy xususiyatlar) ta'sirini ko'rsatadi.

“Kelishuvga intilish” shkalasi bo'yicha ishtirokchilarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,111$, $Z=2,377$, $p<0,001$). Bu esa respondentlar orasida mazkur ko'rsatkich bo'yicha sezilarli tafovutlar mavjudligini bildiradi. Bunday tafovutlar, ehtimol, ishtirokchilarning individual psixologik xususiyatlari, kommunikativ tajribasi yoki ularning ijtimoiy muhitdagi sharoitlari (masalan, maktabdagi iqlim, o'qituvchi va o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlar) bilan izohlanadi. Shu bois bu omil shaxslar o'rtasida turlicha darajada namoyon bo'lmoqda.

“Noqaniqlikka toqatsizlik” shkalasi bo'yicha olingan natijalar Kolmogorov-Smirnov testi asosida tekshirilganda, ko'rsatkichlar normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,121$; $Z=2,586$; $p<0,001$). Bu shuni anglatadiki, psixologlar orasida noaniq vaziyatlarga bardoshlilik darajasi bir xil emas – kimdadir yuqori, kimdadir past bo'lishi mumkin. Natijadagi farqlar psixologlarning shaxsiy xususiyatlari, muloqot tajribasi yoki ishlayotgan ijtimoiy muhit bilan bog'liq bo'lishi ehtimoldan xoli emas.

“Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” shkalasi bo'yicha ishtirokchilarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,119$, $Z=2,533$, $p<0,001$). Bu holat ishtirokchilar o'rtasida psixologik farqlar mavjudligini ko'rsatadi. Ularning hayotiy tajribasi, shaxsiy o'ziga baho darajasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlanish holati yoki maktabdagi munosabatlar kabi omillar bu tafovutga sabab bo'lishi mumkin. Natijada, xarakterli sifat har kimda har xil darajada ekanligini ko'rish mumkin.

“Frustratsion tolerantlik” shkalasi bo'yicha psixologlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,128$, $Z=2,744$, $p<0,001$). Mazkur natijalar shuni anglatadiki, psixologlar orasida frustratsiyaga ya'ni, ichki yoki tashqi to'siqlar tufayli maqsadga erisha olmaslik holatlariga nisbatan bardoshlilik darajasi bir xil emas. Bu tafovut psixologlarning shaxsiy xususiyatlari (masalan, temperament, nevrotiklik darajasi), kasbiy tajribasi (yangi boshlagan va tajribali mutaxassislar o'rtasidagi farq), stressga individual munosabati, shuningdek, emotsional o'zini nazorat qilish va psixologik barqarorlik darajasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

“Faollik, tashabbuskorlik” shkalasi bo'yicha psixologlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,128$, $Z=2,739$, $p<0,001$). Bu holat respondentlar orasida “faollik va tashabbuskorlik” darajasi bo'yicha sezilarli tafovutlar mavjudligini ko'rsatadi. Ushbu tafovutlar, ehtimol, ishtirokchilarning shaxsiy xususiyatlari, ularning kasbiy kommunikativ tajribasi, ijtimoiy-madaniy muhitdagi farqlar yoki tashqi motivatsion omillar bilan bog'liqdir.

“Baholovchilarga qaramlik” shkalasi bo'yicha psixologlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,091$, $Z=1,935$, $p<0,001$). Bu esa respondentlar orasida ushbu ko'rsatkich bo'yicha individual farqlar mavjudligini anglatadi. Farqlar psixologlarning shaxsiy xususiyatlari, tajribasi yoki tashqi omillar natijasidir.

“O'zgarishlarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha psixologlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,106$, $Z=2,258$, $p<0,001$). Bu holat psixologlar orasida o'zgarishlarga munosabatda sezilarli individual farqlar mavjudligini ko'rsatadi. Ayrim psixologlar yangilik va o'zgarishlarni tez qabul qilishga moyil bo'lsa, boshqalari ehtiyotkor yoki konservativ yondashuvni afzal ko'rishi mumkin. Bu farqlar, ehtimol, ularning kasbiy tajribasi, shaxsiy xarakteri, moslashuvchanlik darajasi va faoliyat yuritayotgan muhit bilan bog'liq holatlarni o'z ichiga oladi.

“Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha psixologlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,105$, $Z=2,249$, $p<0,001$). Bu esa psixologlarning yangilik va ijtimoiy o'zgarishlarga munosabatida sezilarli individual farqlar mavjudligini ko'rsatadi. Ushbu tafovutlar, ehtimol, kasbiy tajriba, shaxsiy moslashuvchanlik va ish muhiti omillari bilan bog'liqdir.

“Ichki barqarorlik” shkalasi bo'yicha psixologlarning ko'rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida asosida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,087$, $Z=1,848$, $p<0,001$). Bu psixologlarning ichki barqarorlik darajasida sezilarli individual tafovutlar mavjudligini ko'rsatadi. Ya'ni, ularning bir qismi o'zgaruvchan

muhitga moslasha olsa, boshqalari barqaror, tanish sharoitni afzal ko‘radi. Ushbu farqlar kasbiy tajriba, shaxsiy fe‘l-atvor va ijtimoiy ta‘sir omillari bilan izohlanishi mumkin.

“Kommunikativ passivlik” shkalasi bo‘yicha psixologlarning ko‘rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,123$, $Z=2,620$, $p<0,001$). Mazkur holat respondentlar orasida kommunikativ faollik darajasi turlicha ekanligini anglatadi. Ba‘zi psixologlar muloqotda faol va ochiq bo‘lishga moyil bo‘lsa, boshqalar esa passiv, ehtiyotkor yoki tortinchoq bo‘lishi mumkin.

“Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik” shkalasi bo‘yicha psixologlarning ko‘rsatkichlari Kolmogorov-Smirnov mezonida normal taqsimotga mos kelmasligi aniqlandi ($D=0,099$, $Z=2,123$, $p<0,001$). Bu esa respondentlarning yangi va o‘zgaruvchan sharoitlarga munosabatida sezilarli individual tafovutlar mavjudligini ko‘rsatadi. Ya‘ni, ba‘zi psixologlar kutilmagan vaziyatlarda tezda moslasha olish qobiliyatiga ega bo‘lsa, boshqalar esa bu kabi holatlarda ancha ehtiyotkor va sust harakat qiladi. Bunday farqlar turli omillar bilan, xususan, shaxsiy moslashuvchanlik darajasi, kasbiy tajriba, stressga chidamlilik, yangiliklarga ochiqlik va ichki barqarorlik bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, barcha psixologlar bir xil darajada o‘zgaruvchan sharoitlarga tayyor emas, bu esa ularning kasbiy faoliyatida moslashuv mexanizmlarini chuqurroq o‘rganish va zarur hollarda rivojlantirishga ehtiyoj borligini anglatadi.

Yordamchi metodika sifatida S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeykalarining “Shaxslararo o‘zaro ta‘sir uslubini aniqlash” testi tanlab olindi. Bunda amaliyotchi psixologlarning shaxslararo munosabatlardagi xatti-harakat uslublarini aniqlash, ular muloqot jarayonida qanday pozitsiyani egallashga moyil ekanligini (hamkorlik, murosa, raqobat yoki e‘tiborsizlik) baholashdan iborat bo‘ldi. Ushbu test 4 ta shkala va 20 ta savoldan iborat bo‘lib, uning quyidagi shkalalari mavjud: Direktiv uslub (rahbarlikka intilish, buyruqbozlik va qat‘iyatlilik), Kollegial uslub (teng huquqli hamkorlik va ochiq muloqotga moyillik), Aralashmaslik uslubi (muloqotdan chekinish, neytrallik va hissiy betaraflik), hamda Ishbilarmon uslub (maqsadga

yo‘naltirilganlik, funksional aloqa va natijadorlikka intilish). Test natijalari ishtirokchilarning shaxslararo pozitsiyalarini aniq belgilab, treninglar davomida individual yondashuvni shakllantirish uchun muhim diagnostik asos bo‘lib xizmat qiladi. S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeykaning “Shaxslararo o‘zaro ta’sir uslubini aniqlash” testi shaxsning muloqotdagi psixologik pozitsiyasini ya’ni hukmron, bo‘ysunuvchi, agressiv, passiv yoki hamkorlikka yo‘naltirilganligini aniqlaydi. Bu test T. Liri asos solgan shaxslararo munosabat uslublari nazariyasi asosida ishlab chiqilgan bo‘lib, treninglar orqali ushbu uslubni ijtimoiy maqbul shaklga yo‘naltirish imkonini beradi.

Yana bir yordamchi metodika sifatida Y.A. Klimovning “Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi (KOC-2)” tanlab olindi. Mazkur test tinglovchilarning, ayniqsa, pedagogik faoliyatga oid vazifalarni bajarishda ularning muloqotga kirisha olish, boshqalarga ta’sir o‘tkaza olish, jamoada ishlash, tashabbus ko‘rsatish, yetakchilik qilish, tashkiliy mas’uliyatni o‘z zimmasiga olish va vaziyatda optimal qaror qabul qilish kabi ko‘nikmalarini baholashga xizmat qiladi. Y.A. Klimov ushbu metodikani ishlab chiqishda “faoliyat yondashuvi”ga asoslangan. Ya’ni, insonning kommunikativ va tashkiliy salohiyati u qanday faoliyat bilan shug‘ullanishi, qanday ijtimoiy rollarni bajarishi va qanday sharoitlarda o‘zini ko‘rsata olishi orqali aniqlanadi. Shunga ko‘ra, Y.A. Klimov bu test orqali shaxsning kasbiy faoliyatdagi psixologik resurslarini o‘lchashni maqsad qilgan.

Metodikaning nazariy asosi sifatida Y.A. Klimovning “Kasbiy o‘zini aniqlash nazariyasi”ni tanlaganmiz. Bu nazariyada muallif shaxsning kasbiy identifikatsiyasini, ya’ni insonning o‘zini muayyan kasb doirasida anglash jarayonini nafaqat bilim va ko‘nikmalar, balki muloqotga kirishish, o‘zaro aloqalarni yo‘lga qo‘yish, ijtimoiy muhit bilan o‘zaro munosabatni shakllantirish orqali sodir bo‘ladigan murakkab psixologik jarayon sifatida izohlaydi. Ayniqsa, u muloqotni shaxsning kasbiy shakllanishida hal qiluvchi omil deb ta’kidlaydi. Y.A. Klimov fikricha, “Inson kasb tanlash jarayonida nafaqat o‘ziga mos faoliyat turini topadi, balki aynan o‘sha faoliyat orqali o‘zining ichki salohiyatini ham ro‘yobga chiqaradi” [76; 45-c.]. Bir so‘z bilan aytganda, KOC-2 testi orqali pedagogik sohada faoliyat yuritayotgan tinglovchilarning

kommunikativ va tashkilotchilik salohiyati aniqlanadi va bu ko'rsatkichlar ular bilan olib borilgan trening mashg'ulotlari samaradorligini baholashda muhim diagnostik asos bo'lib xizmat qildi.

Tadqiqot doirasida qo'llanilgan yordamchi metodikalardan yana biri psixolog V.Fey tomonidan ishlab chiqilgan "Boshqalarni qabul qilishni diagnostika qilish" metodikasidir. Mazkur metodika shaxslararo munosabatlardagi eng muhim komponentlardan biri hisoblangan, boshqa insonni qanday qabul qilish darajasini aniqlashga qaratilgan. Tadqiqotda bu metodikadan foydalanishdan ko'zlangan asosiy maqsad, amaliyotchi psixologlarning kommunikativ ko'nikmalarini chuqurroq o'rganish, xususan, ularning boshqalar bilan munosabatga kirishishdagi psixologik tayyorgarlik, tolerantlik darajasi, shuningdek, individual farqliliklarni qabul qilish qobiliyatini baholashdir.

Metodika shaxsning boshqa insonlarga nisbatan tasavvurlari, qadriyatlari, sotsial stereotiplari va umumiy munosabatini aniqlashga xizmat qiladi. Fey shkalasi asosan shaxsning ijtimoiy-psixologik qabul qilish darajasini ko'rsatadi. Ushbu metodikada ishtirokchiga turli psixologik holat va xarakteristikasi mavjud bo'lgan kishilar ta'riflari beriladi va undan bu kishilarga bo'lgan munosabatini bildirishi so'raladi. Bu orqali respondentlarning boshqalarni qanday qabul qilishi (pozitiv, neytral yoki negativ) hamda bu qabul qilishga nimalar ta'sir ko'rsatishi (masalan, jins, ijtimoiy mavqe, psixologik holat, kasbiy yo'nalish va h.k.) aniqlanadi.

Fey shkalasi insonni boshqa insonlar bilan ijtimoiy va emotsional muloqotga kirishishga tayyorlovchi asosiy ichki omillardan biri sifatida baholaydi. Ayniqsa, amaliyotchi psixologlar singari kasbiy faoliyati bevosita insonlar bilan muloqotga bog'liq bo'lgan mutaxassislar uchun ushbu ko'rsatkich katta ahamiyatga ega. Zero, boshqalarni ijobiy va neytral qabul qila oladigan psixologlarga bemor, mijoz yoki tarbiyalanuvchiga nisbatan ochiq, empatik va moslashuvchan yondashuv namoyon eta oladi. Bu esa, o'z navbatida, samarali psixologik yordam ko'rsatish jarayonining zaruriy shartidir.

Metodika natijalari orqali psixologlarning boshqa insonlarni individual xususiyatlari bilan birga qabul qilish, ularni hukmsiz tinglash, empatiya qilish, sotsial

farqlarni to'g'ri idrok etish darajasi tahlil qilinadi. Shuningdek, bu metodika orqali kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishga to'sqinlik qilayotgan psixologik omillar (salbiy stereotiplar, ichki qarshiliklar, emotsional blokklar) aniqlanishi mumkin.

Fey shkalasining afzalliklaridan biri bu shaxsning chuqur psixologik tuzilmalariga oid axborotlarni ochib berish imkoniyatidir. Shu sababli, mazkur metodika asosiy SKK diagnostikasi, shuningdek KOC-2 va shaxslararo ta'sir uslubini aniqlash testlari bilan uyg'unlikda qo'llanganda, tadqiqotning diagnostik aniqligini oshirishga xizmat qiladi.

So'nggi metodik vosita sifatida M.Snayder tomonidan ishlab chiqilgan "Muloqot jarayonida o'zini-o'zi nazorat qilish" testi qo'llanildi. Ushbu diagnostik metodika shaxslararo muloqot jarayonida individni o'zining verbal va noverbal xatti-harakatlarini qanday darajada ongli tarzda boshqarishi, vaziyatga moslashuvi va muloqot strategiyalarini moslashtirish salohiyatini baholashga xizmat qiladi.

M.Snayderning ushbu metodikasi asosan o'zini-o'zi kuzatish va nazorat qilish (self-monitoring) konsepsiyasiga asoslangan bo'lib, respondentning ijtimoiy vaziyatlardagi sezgirligi, o'zini qanday tutishini atrofdagilar reaksiyalariga moslashtirish qobiliyati, shuningdek, shaxslararo muloqotda ijtimoiy rollarni o'zlashtirish darajasini aniqlashga imkon beradi. Test orqali yuqori va past o'zini-o'zi nazorat qiluvchilarning kommunikativ xatti-harakatlaridagi farqlar aniqlanadi. Yuqori o'zini nazorat qiluvchilar ko'proq moslashuvchan, o'zini boshqaruvchan, auditoriyaga yo'naltirilgan bo'lsa, past nazoratdagi shaxslar esa o'zlarining shaxsiy qoidalari va ichki qadriyatlariga sodiq qolgan holda muloqotga kirishadilar.

Mazkur test malaka oshirish kursi tinglovchilari o'rtasida kommunikativ kompetensiyani har tomonlama, chuqur va ob'ektiv baholashga xizmat qiluvchi muhim vosita sifatida tadqiqotga jalb qilingan. Chunki aynan pedagogik faoliyatda shaxslararo muloqotda o'zini boshqara olish, vaziyatga qarab o'z xatti-harakatini nazorat qila bilish va auditoriyaga moslasha olish ko'nikmalari katta ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, ushbu metodika muloqotda yuzaga keladigan to'siqlar, noto'g'ri talqin qilishlar, emotsional nomuvofiqlik kabi holatlarning psixologik ildizlarini aniqlashga ham yordam beradi. Shu boisdan, tanlangan metodika faqatgina

statistik baholash emas, balki chuqur psixologik tahlil imkonini beruvchi tadqiqot vositasi sifatida ilmiy ahamiyatga egadir. Ayniqsa, malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ ko'nikmalarini shakllantirish jarayonida mazkur nazariyaning ahamiyati beqiyosdir. Trening mashg'ulotlari mobaynida ishtirokchilarning mavjud muloqotdagi pozitsiyalari aniqlanib, ularning passiv, agressiv yoki kooperativ pozitsiyadan qaysi biri ustun ekani aniqlanadi. So'ngra, ushbu uslubni yanada ijtimoiy maqbul va konstruktiv ko'rinishga yo'naltirish ustida amaliy ishlanmalar olib boriladi.

Muloqot jarayonida o'zini-o'zi nazorat qilish bo'yicha test ijtimoiy treninglar samaradorligini baholashda ishonchli vosita bo'lib xizmat qiladi. Bu test vositasida olingan natijalar asosida tinglovchilarda emotsional o'zini nazorat qilish, ijtimoiy rollarni o'ynash, turli xarakterli shaxslar bilan ijobiy munosabatda bo'lish kabi kompetensiyalar shakllanadi. Bu esa kommunikativ kompetensiyalarning rivojlanishi uchun muhim shartdir. M. Snayderning "Muloqot jarayonida o'zini-o'zi nazorat qilish" testi shaxsning ijtimoiy rollarni bajara olish darajasi, vaziyatga moslashuvchanligi va kommunikativ faolligini baholaydi [33; 526-c.].

Bu test shaxslararo muloqot nazariyasi (Andreeva, Knapp, Gudkunst, Shank) doirasida talqin qilinadi. Nazariyaga ko'ra, muloqot bu faqat axborot uzatish emas, balki ijtimoiy pozitsiyani ifodalash, his-tuyg'ularni bildirish va roli asosida harakat qilish jarayonidir.

Yuqoridagi barcha metodikalar bir butun tizimni tashkil qilib, malaka oshirish kursi tinglovchilarining ijtimoiy-kommunikativ faoliyatini har tomonlama o'rganish va trening orqali uni bosqichma-bosqich shakllantirish imkonini beradi. Bu metodlar orqali shaxslarning muloqotdagi pozitsiyalari, sezgirligi, faoliyatdagi roli, o'zini boshqarish qobiliyati, ijtimoiy sezuvchanlik darajalari aniqlanadi va trening orqali samarali yo'naltiriladi. Shunday qilib, tadqiqotda tanlangan metodologik yondashuvlar kompetensiyaviy faoliyat, kommunikativ, empatik-refleksiv yondashuvlar bir-birini to'ldiradi va ijtimoiy treninglarning tuzilmasini, mazmunini, baholash mezonlarini, maqsadli yo'nalishini aniqlashda ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Tadqiqot doirasida qo'llanilayotgan bunday treninglar, ayniqsa, empatiya va refleksiya kabi psixologik kategoriyalarni rivojlantirishga yo'naltirilgani bilan ajralib turadi. Ushbu treninglarda tinglovchilar nafaqat kommunikativ faoliyatda ishtirok etishadi, balki o'zlarining muloqotdagi ishtiroki, harakat va emotsional javoblari ustida chuqur tahliliy refleksiya olib boradilar. Bu orqali ular o'zlarining shaxslararo muloqotdagi o'rnini, boshqalarning his-tuyg'ulariga nisbatan sezgirlik darajasini hamda o'zaro ta'sir dinamikasini chuqur anglab yetish imkoniga ega bo'ladilar. Empatiya va refleksivlik zamonaviy psixologiyada nafaqat kommunikativ kompetensiyaning tarkibiy qismlari, balki ijtimoiy sezgirlik, emotsional barqarorlik, o'zini-o'zi tartibga solish va shaxslararo moslashuvchanlik kabi qator ijtimoiy-psixologik fazilatlarni rivojlantiruvchi asosiy omillar sifatida e'tirof etiladi. Bu jihatdan olib qaralganda, reflektiv yondashuv va empatik mashqlar nafaqat trening mazmunini belgilab beradi, balki ularning nazariy asosini tashkil etadi.

Tadqiqot doirasida tashkil etilgan trening mashg'ulotlari quyidagi metodik prinsiplarga asoslangan: vaziyatli rollar almashinuvi (rol o'yinlari orqali tinglovchilar boshqalar o'rniga kirib, ularning emotsional holatini his qilishadi), muloqotni tahlil qilish mashqlari (muayyan muloqot jarayoni asosida shaxsning tutumi, til va tana harakati tahlil qilinadi), emotsional aks ettirish (tinglovchi muloqot chog'ida qanday ichki holatlarni kechirganini tahlil qiladi), hamda o'zini-o'zi baholash topshiriqlari (tinglovchi o'zining muloqotdagi kuchli va zaif jihatlarini aniqlaydi). Ushbu yondashuvlar asosida olib borilgan metodik mashg'ulotlar tinglovchilarning kommunikativ o'zini anglash, ijtimoiy vaziyatga moslashish, muloqotda psixologik to'siqlarni bartaraf etish kabi zarur ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qildi. Treninglarda qo'llangan har bir metodika maqsadli vazifaga ega bo'lib, u tinglovchilarning mavjud kommunikativ salohiyatini aniqlash, shaxslararo munosabatlarda paydo bo'ladigan psixologik to'siqlarni aniqlash va kamaytirish, hamda moslashuvchan muloqot strategiyalarini shakllantirish kabi yo'nalishlarda muhim vosita sifatida xizmat qildi. Dissertatsiya ishimizning navbatdagi qismida biz, malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ ko'nikmalari shakllanishiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy psixologik omillarga to'xtalib o'tamiz.

2.2§. Malaka oshirish kursi tinglovchilarida kommunikativ kompetensiyalar takomillashishiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillar

Ta'lim tizimidagi izchil islohotlar, yangilangan pedagogik yondashuvlar, shuningdek, interaktiv va innovatsion metodikalarning faol joriy etilishi natijasida o'qituvchilardan faqatgina kasbiy bilim va malaka emas, balki yuqori darajadagi kommunikativ ko'nikmalarga ega bo'lish ham talab etilmoqda. Ayniqsa, malaka oshirish kurslarida ishtirok etayotgan psixologlar faoliyatida bu jihatlar yanada dolzarb tus olmoqda. Chunki ularning kasbiy rivojlanishi, ta'lim muassasalarida samarali muloqot o'rnatish layoqati, shuningdek, ta'lim oluvchilar bilan ijtimoiy-psixologik jihatdan barqaror munosabat shakllantirish darajasi aynan kommunikativ ko'nikmalarga bog'liq. Ayniqsa, so'rovnomalar asosida olib boriladigan ilmiy tadqiqot ishlari bu yo'nalishdagi real holatni aniqlash, ehtiyojlar va mavjud to'siqlarni aniqlashga xizmat qiladi.

Ijtimoiy so'rovnomalar - jamiyat yoki muayyan ijtimoiy guruh vakillarining fikr-mulohazalari, munosabatlari, ehtiyojlari, psixologik holatlari va xatti-harakatlarini o'rganishga qaratilgan ilmiy asoslangan metoddir.

Ushbu tahlil jarayonida psixologlarning o'zaro hamkorlikdagi muloqot uslubi, tinglash va fikr bildirish ko'nikmalari, empatiya darajasi hamda murosaga kelish qobiliyatlari baholandi. Shuningdek, so'rovnoma orqali malaka oshirish kurslarida qo'llanilayotgan metodlar va o'quv muhitining kommunikativ ko'nikmalar shakllanishiga qanchalik ta'sir qilishi aniqlashtirildi. Ushbu natijalar, tinglovchilar kommunikatsiyasini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik omillarni hisobga olish zarurligini tasdiqlaydi, hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga asos yaratadi. Ijtimoiy so'rovnomalar, o'z navbatida, psixologlarda kommunikativ ko'nikmalarni aniqlash, baholash, ularning mavjud darajasini o'lchash va bu boradagi ehtiyojlarni aniqlashda muhim diagnostik vosita hisoblanadi. Bu metod yordamida psixologlarning:

- Muloqotga bo'lgan psixologik tayyorgarligi,
- Ijtimoiy-emotsional barqarorligi,
- Tinglash va tushunish ko'nikmalari,
- Bahs va muzokaralarda ishtirok etish qobiliyati,

- Muammoli vaziyatlarda muloqotni boshqarish salohiyati,
- Shaxslararo munosabatlardagi pozitsiyasi,
- Jamoada ishlashga bo'lgan munosabati singari jihatlar o'rganiladi.

Shuningdek, ijtimoiy so'rovnomalar natijasida kommunikativ ko'nikmalarga salbiy ta'sir ko'rsatayotgan tashqi va ichki omillar, ya'ni:

- ishdagi stress darajasi,
- rahbariyat bilan o'zaro munosabat,
- mehnat sharoitlari,
- kasbiy motivatsiya darajasi,
- o'zini anglash va baholashdagi ziddiyatlar,
- kommunikatsion muhitning sifat darajasi ham tahlil qilinadi.

Bu esa individual va guruh yondashuvlarni ishlab chiqish, o'qituvchilarning shaxsiy rivojlanish yo'nalishlarini belgilash va malaka oshirish dasturlarini yanada samarali tashkil etish imkonini beradi.

Tadqiqotimizda malaka oshirish kursi tinglovchilarini kommunikativ ko'nikmalarini baholovchi "Psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni baholash so'rovnomasi" nomli mualliflik so'rovnoma o'tkazilib, ilmiy tahlil qilindi.

So'rovnomada 3 ta hududdan (Andijon, Sirdaryo, Jizzax) 456 nafar psixolog ishtirok etdi. Shulardan 171 nafar (38 %) Andijon, 152 nafar (33 %) Sirdaryo va 133 nafari (29 %) Jizzax viloyatidan ishtirok etdi.

2.1-jadval

Hududlar bo'yicha tafovut

Hudud	Jins	Farq	Jami
Andijon viloyati	Erkak	81	171
	Ayol	90	
Sirdaryo viloyati	Erkak	75	152
	Ayol	77	
Jizzax viloyati	Erkak	61	133
	Ayol	72	
Jami:			456

So‘rovnomada qatnashgan psixologlarning jins tarkibi ham alohida tahlil qilindi. Natijalarga ko‘ra, respondentlarning 217 nafari erkaklar bo‘lib, ular umumiy tanlanmaning 48 foizini tashkil etdi. Ayol psixologlar esa 239 nafar bo‘lib, bu jami ishtirokchilarning 52 foiziga tengdir.

Ushbu ko‘rsatkichlar ta‘lim tizimida ayol psixologlar ulushi nisbatan yuqoriroq ekanini, shu bilan birga ikki jins vakillarining ham tadqiqot jarayonida yetarlicha taqdim etilganini ko‘rsatadi. Mazkur nisbat so‘rovnoma natijalarining gender balansini ta‘minlagan bo‘lib, keyingi tahlillarni yanada ishonchli o‘tkazish imkonini berdi.

2.2-jadval

Jinslar farqi		
Jins bo‘yicha		
Jinsi	Erkak	Ayol
456	217	239

So‘rovnomada qatnashgan psixologlarning yosh tarkibi ham alohida tahlil qilindi. Ma‘lumotlarga ko‘ra, respondentlarning 114 nafari (25 %) 20–30 yosh oralig‘idagi yosh psixologlardan iborat bo‘lib, ular ta‘lim jarayoniga endigina kirib kelayotgan, innovatsion yondashuvlarga ochiq bo‘lgan mutaxassislarni ifodalaydi. 137 nafar ishtirokchi (30 %) 31–40 yosh oralig‘ida bo‘lib, bu guruh tajribaga ega, faol professional rivojlanish bosqichidagi psixologlar bilan to‘ldirilgan.

Shuningdek, 112 nafar psixolog (25 %) 41–50 yosh diapazoniga mansub bo‘lib, ular amaliy tajribasi shakllangan, barqaror psixologik mahoratga ega respondentlar hisoblanadi. 93 nafar ishtirokchi (20 %) esa 50 yosh va undan yuqori bo‘lib, bu guruh ta‘lim tizimida uzoq yillik tajribaga ega, metodik jihatdan yetuk mutaxassislarni tashkil etadi.

Mazkur yosh guruhlarining mutanosib taqsimlanishi tadqiqotning barcha avlod vakillarini qamrab olganini va tahlillarni har tomonlama ishonchli amalga oshirish imkonini berganini ko‘rsatadi.

Yosh xususiyatlari

Hudud	Jins	20-30	31-40	41-50	50 va undan yuqori	Jami
Andijon viloyati	Erkak	20	26	19	16	81
	Ayol	22	28	23	17	90
Sirdaryo viloyati	Erkak	18	23	19	15	75
	Ayol	19	23	19	16	77
Jizzax viloyati	Erkak	16	17	15	13	61
	Ayol	19	20	17	16	72
Jami:		114	137	112	93	456

So‘rovnomada qatnashgan psixologlarning pedagogik ish tajribasi bo‘yicha tarkibi ham batafsil o‘rganildi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, respondentlarning 114 nafari (25 %) 1–5 yil mehnat stajiga ega bo‘lib, ular kasbiy faoliyatni endigina boshlagan, innovatsion yondashuvlarni tez o‘zlashtiruvchi yosh mutaxassislarni tashkil etadi. 131 nafar psixolog (29 %) 6–10 yil tajribaga ega bo‘lib, bu guruh o‘z kasbiy kompetensiyasini shakllantirib borayotgan, faol izlanish va rivojlanish bosqichidagi psixologlardan iborat.

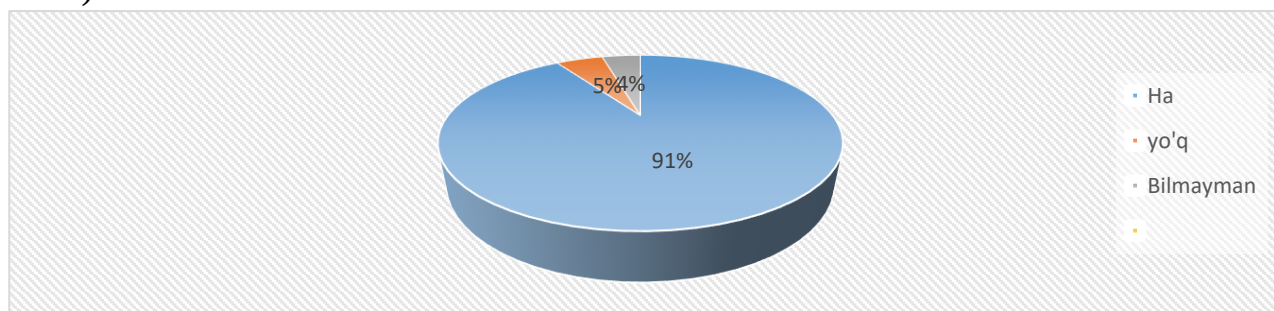
Shuningdek, 109 nafar respondent (24 %) 11–20 yil pedagogik faoliyat tajribasiga ega bo‘lgan, metodik jihatdan yetuk, o‘z kasbining professionallari hisoblanadi. 102 nafar ishtirokchi (22 %) 20 yildan ortiq tajribaga ega bo‘lib, ular ta’lim jarayonida yuqori mahorat, an’anaviy va zamonaviy yondashuvlarni uyg‘un qo‘llay oladigan tajribali psixologlarni ifodalaydi.

Pedagogik tajriba bo‘yicha bunday nisbatan muvozanatli taqsimlanish tadqiqot natijalarini turli avlod vakillari nuqtai nazaridan tahlil qilish imkonini yaratib, umumlashtirilgan xulosalarning ishonchliligini oshirdi.

Pedagogik tajriba

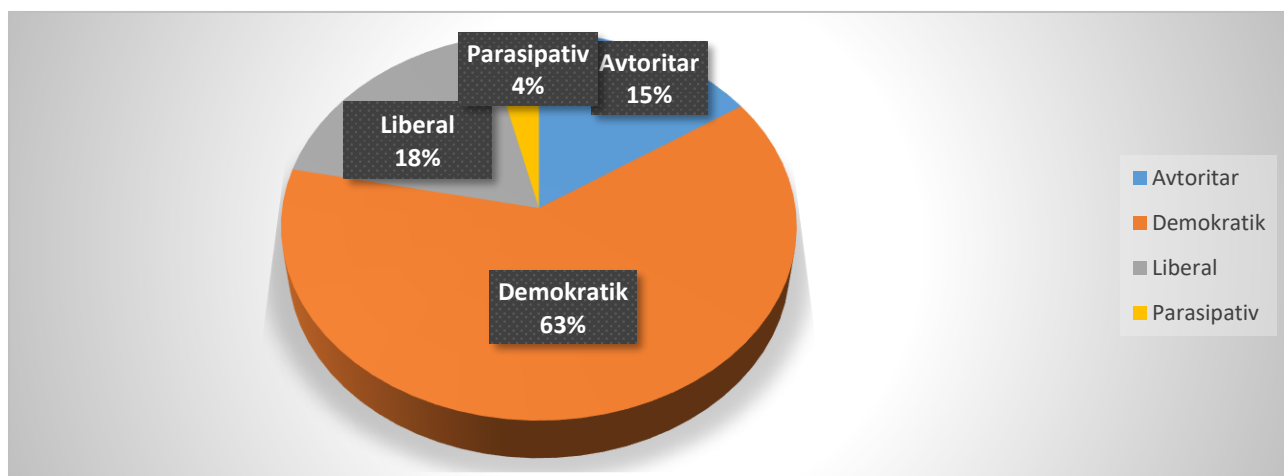
Hudud	Jins	1-5	6-10	11-20	20-yildan ortiq	Jami
Andijon viloyati	Erkak	21	23	19	18	81
	Ayol	22	26	22	20	90
Sirdaryo viloyati	Erkak	18	22	18	17	75
	Ayol	19	23	18	17	77
Jizzax viloyati	Erkak	15	17	15	14	61
	Ayol	19	20	17	16	72
Jami:		114	131	109	102	456

So‘rovnomaning “Psixologlarning o‘zini anglashi va o‘zini-o‘zi baholashi pedagogik faoliyatda kommunikativ ko‘nikmalar shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadimi?” savoliga 456 nafar psixologdan 414 nafari (91%) “Ha” deb javob berdi. Bu omilning kommunikativ ko‘nikmalarni shakllanishiga ta’siri borligini e’tirof etdi. Bu esa zamonaviy pedagogik yondashuvlarda o‘zini-o‘zi rivojlantirish muhimligi haqida keng tushunchaga ega ekanliklarini anglatadi. 23 nafari (5%) “Yo‘q” deb javob berdi va bu fikrga qarshi chiqib, o‘zini anglash va baholashning kommunikativ ko‘nikmalar bilan bevosita bog‘liqligini inkor etdi. Bu ko‘rsatkich ularning bunday ko‘nikmalarni rivojlantirishda tashqi omillar (masalan, ish tajribasi, tashqi treninglar, atrof-muhit)ni ko‘proq ahamiyatli deb bilishlari mumkinligini bildiradi. 19 nafari (4%) esa “Bilmayman” deb baholadi. Bu esa soha vakillari orasida o‘zini anglash va baholashning kommunikativ faoliyat bilan bog‘liqligi haqida aniq tushunchaning shakllanmagani, bu borada metodik savodxonlikni oshirish zarurligini anglatadi. (2.1-rasm)



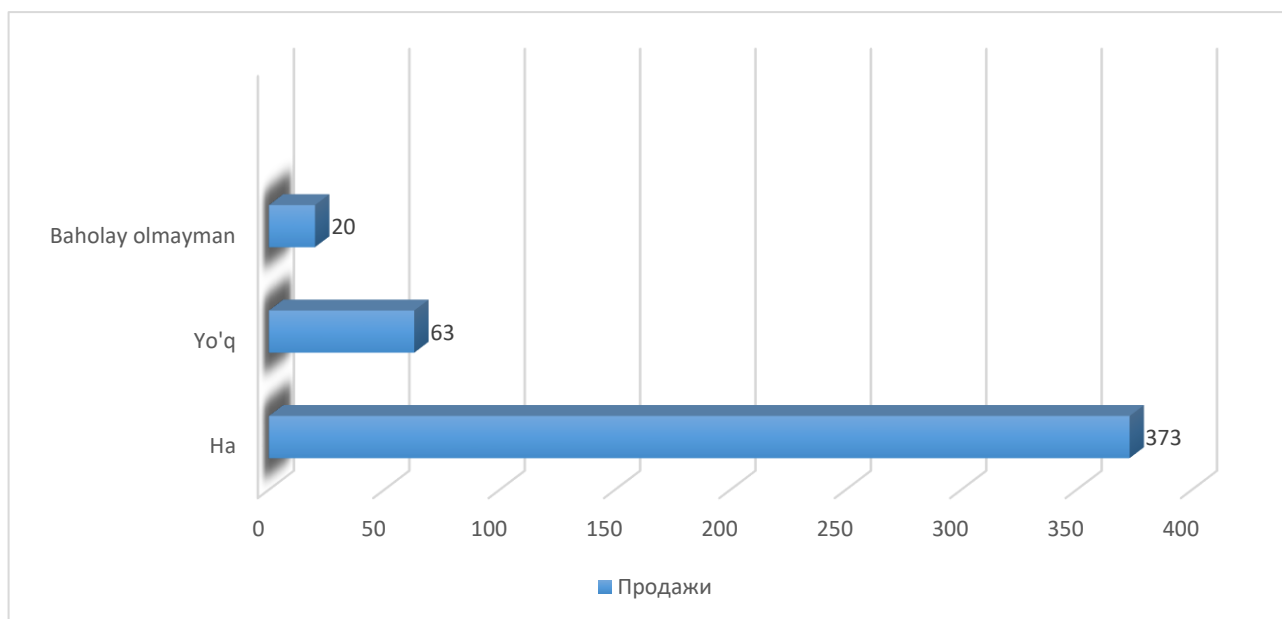
2.1-rasm. Psixologlarning o‘zini anglashi va o‘zini-o‘zi baholashi pedagogik faoliyatda kommunikativ ko‘nikmalar shakllanishiga ta’sir ko‘rsatishi to‘g‘risidagi fikrlari

So‘rovnomaning “Pedagogik faoliyat uslublaridan faoliyatingizda qaysi biriga ko‘proq murojat qilasiz” savoliga 456 nafar psixologdan 286 nafari (63%) “Demokratik” usulni tanladi. Mazkur usulni tanlagani zamonaviy ta’lim jarayonida o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi teng huquqli, hurmat asosidagi, ikki tomonlama muloqotga yo‘naltirilgan yondashuv ustuvor ahamiyat kasb etayotganini ko‘rsatadi. Demak, ko‘pchilik psixologlar muloqotga tayyor, o‘quvchilarning shaxsiy fikrini hisobga oluvchi pozitsiyada ishlamoqda. 82 nafari (18%) “Liberal” usulni tanladi. Bu uslubda o‘quvchilarga katta erkinlik berilishi bilan birga, o‘qituvchi nazorati kuchsizroq bo‘ladi. 71 nafari (15%) “Avtoritar” usulni tanladi. Bu usulni tanlagani esa an’anaviy yondashuvlarning hamon ayrim hollarda ustuvorligini ko‘rsatadi. Bu uslubda o‘qituvchi markazda bo‘lib, muloqot biryoqlama bo‘ladi, ya’ni bu pedagoglar hali ham buyruqbozlikka asoslangan yondashuvni afzal ko‘rishmoqda. 7 nafari (4%) “Parasipativ” usulni tanladi. Bu past ko‘rsatkich ushbu uslubning amaliyotda kam qo‘llanilayotganini bildiradi. Holbuki, parasipativ yondashuv o‘qituvchi va o‘quvchilar o‘rtasida hamkorlik va fikr almashishga asoslangan bo‘lib, kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish uchun eng mos yondashuvlardan biridir. Xulosa sifatida, psixologlarning katta qismi demokratik boshqaruv uslubini tanlagani quvonarlidir, chunki bu muloqot madaniyati va kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish uchun qulay sharoit yaratadi. (2.2-rasm)



2.2-rasm. Pedagogik faoliyat uslublaridan faoliyatingizda qaysi biriga ko‘proq murojat qilasiz savoliga quyidagi javoblar berildi

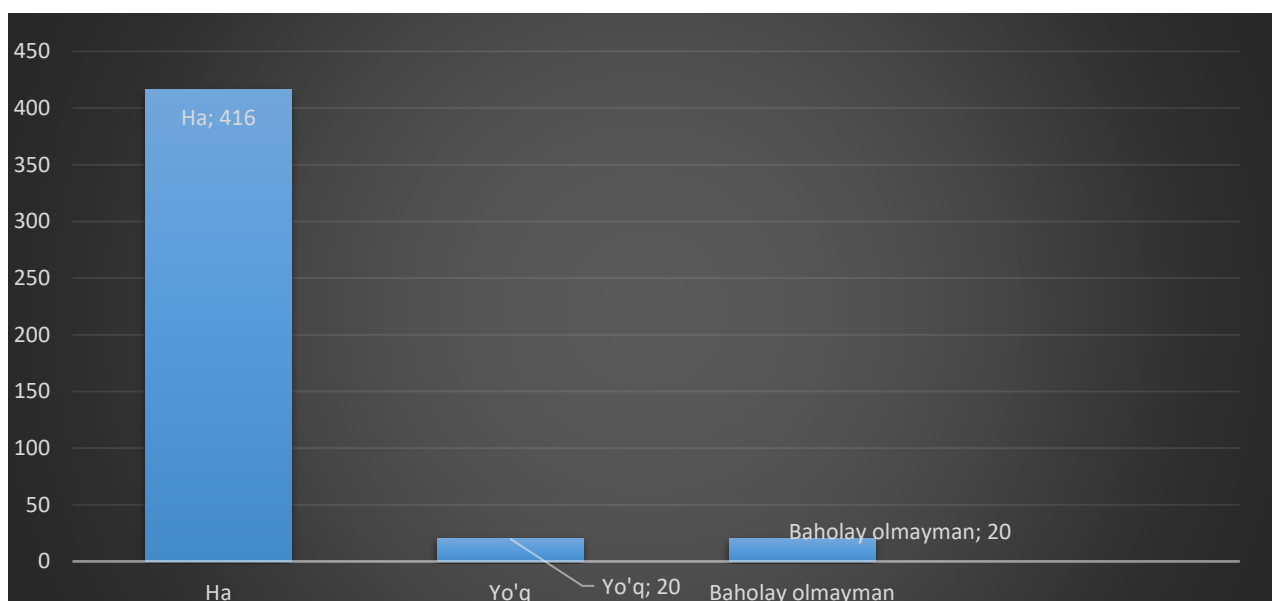
So‘rovnomaning “Sizningcha pedagogik mahorat” sizning uslubingizga ta’sir ko‘rsatadimi” savoliga 456 nafar pedagogning 373 nafari (82%) “Ha” deb javob bergan. Psixologlarning katta qismi o‘zlarining pedagogik mahorati ularning faoliyat uslubiga bevosita ta’sir ko‘rsatishini tan olgan. Bu ko‘rsatkich shuni anglatadiki, o‘qituvchilar o‘zlarining kommunikativ salohiyatini va tajribasini uslubiy yondashuvlar bilan chambarchas bog‘lashadi. 63 nafari (14%) “Yo‘q” deb baholagan. Ular pedagogik mahoratni faoliyat uslubiga bevosita bog‘lamasliklarini bildirgan. Bu toifadagi pedagoglar ehtimol, ta’lim jarayonida tashqi omillar (masalan, rahbariyat talablari, ta’lim standartlari yoki darsliklar formati) ustuvor rol o‘ynaydi, deb hisoblashlari mumkin. 20 nafari esa (4%) “Baholay olmayman” javobini tanlagan. Bu esa ularning mavzu bo‘yicha bilim va tushunchalari yetarli emasligini yoki bunday bog‘liqlik ustida chuqur fikr yuritmaganliklarini ko‘rsatadi. Xulosa qilib aytish mumkinki, pedagogik mahorat ta’lim jarayonining sifati, kommunikatsiya uslublarini tanlash, shuningdek, muloqotdagi samaradorlik va o‘ziga xos yondashuvlarni shakllantirishda muhim omil sifatida qaralmoqda. (2.3-rasm)



2.3-rasm. Sizningcha “pedagogik mahorat” sizning uslubingizga ta’sir ko‘rsatadimi deyilgan savolga psixologlar bergan javoblari natijalari

So‘rovnomaning “Sizningcha “pedagogik tajriba” samarali kommunikatsiya qilishga yordam beradimi” degan savoliga 456 nafar psixologning 416 nafari (91%)

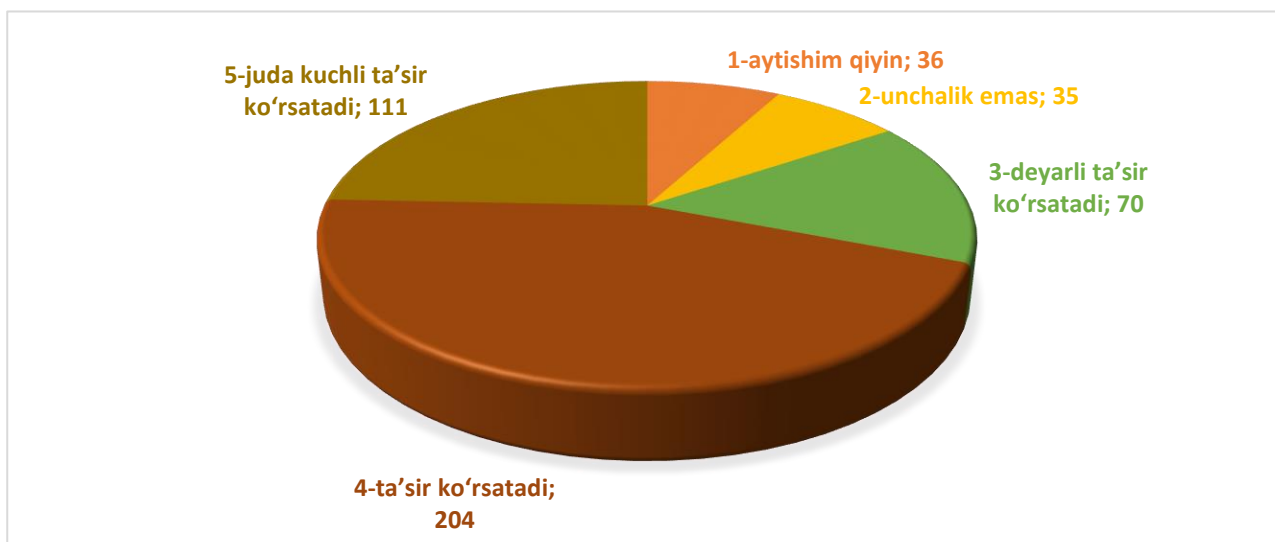
“Ha” deb javob berdi. Bu holat pedagogik tajriba samarali muloqot yuritishdagi muhim omillardan biri ekanini anglatadi. Ushbu ko‘rsatkichdan ko‘rinib turibdiki, tajriba orttirgan psixologlar o‘z kommunikativ faoliyatini yanada samarali, tizimli va ijobiy tarzda olib borishlari mumkin, degan fikr kuchli. 22 nafari (5%) “Yo‘q” deb baholadi. Bu tajribaga qaramay, samarali kommunikatsiya ko‘nikmalari boshqa omillar masalan, shaxsiy xarakter, bilim yangilanishi yoki texnologik savodxonlik bilan bog‘liq bo‘lishi mumkinligini bildiradi. 18 nafari (4%) “baholay olmayman” deb javob berdi. Bu ayrim pedagoglar ushbu savol mohiyatini yetarlicha tushunmagan yoki o‘z tajribasi bilan kommunikatsiya o‘rtasida aniq bog‘liqlikni ko‘ra olmaganidan dalolat beradi. Xulosa sifatida aytish mumkinki, pedagogik tajriba o‘zini va o‘quvchini anglash, muloqotdagi nozik jihatlarni sezish va ta’sirchan nutq yuritish kabi kommunikativ ko‘nikmalarning shakllanishida muhim omil sifatida e’tirof etilmoqda. (2.4-rasm)



2.4-rasm. Sizningcha “pedagogik tajriba” samarali kommunikatsiya qilishga yordam beradimi savoliga bildirilgan fikrlar natijalari

So‘rovnomaning “Pedagogning kommunikativ ko‘nikmasi sinfdagi muvofiqlik va o‘zaro anglashuvni rivojlantirishga ta’sirini qanday baholaysiz (1-aytishim qiyin, 2-unchalik emas, 3-deyarli ta’sir ko‘rsatadi, 4-ta’sir ko‘rsatadi, 5-juda kuchli ta’sir ko‘rsatadi)” savoliga 456 nafar pedagogning 111 nafari (24%) “juda kuchli ta’sir ko‘rsatadi” deb javob bergan. Bu shuni ko‘rsatadiki, har to‘rtinchi respondent kommunikativ ko‘nikmalarni sinfdagi muvofiqlik va o‘zaro anglashuv uchun eng

kuchli ta'sir omili deb hisoblaydi. 204 nafari (45%) "ta'sir ko'rsatadi" deb baholagan. Bu eng ko'p uchragan javob bo'lib, pedagoglarning yarmidan ko'pi bu ko'nikmalarni muhim deb hisoblagan, biroq eng kuchli emas, balki muhim darajada samarali deb baholagan. 70 nafari (15%) "deyarli ta'sir ko'rsatadi" deb baholagan. Ularning nuqtai nazariga ko'ra, kommunikativ ko'nikmalarning ta'siri bor, ammo bu ta'sir ikkilamchi yoki cheklangan doirada bo'lishi mumkin. 35 nafari (8%) "unchalik emas" deb javob bergan. Ularning nazarida, kommunikativ ko'nikma sinf muvofiqligiga deyarli ta'sir o'tkazmaydi. Bu nisbatan past baholov hisoblanadi. 36 nafari (8%) "aytishim qiyin" degan javobni tanlagan. Bu javoblar kommunikativ ko'nikmaning ta'sirini aniqlashtirib baholashda ishtirokchilarda ikkilanma holat yoki yetarli bilimga ega bo'lmaslik ehtimolini ko'rsatadi. (2.5-rasm)



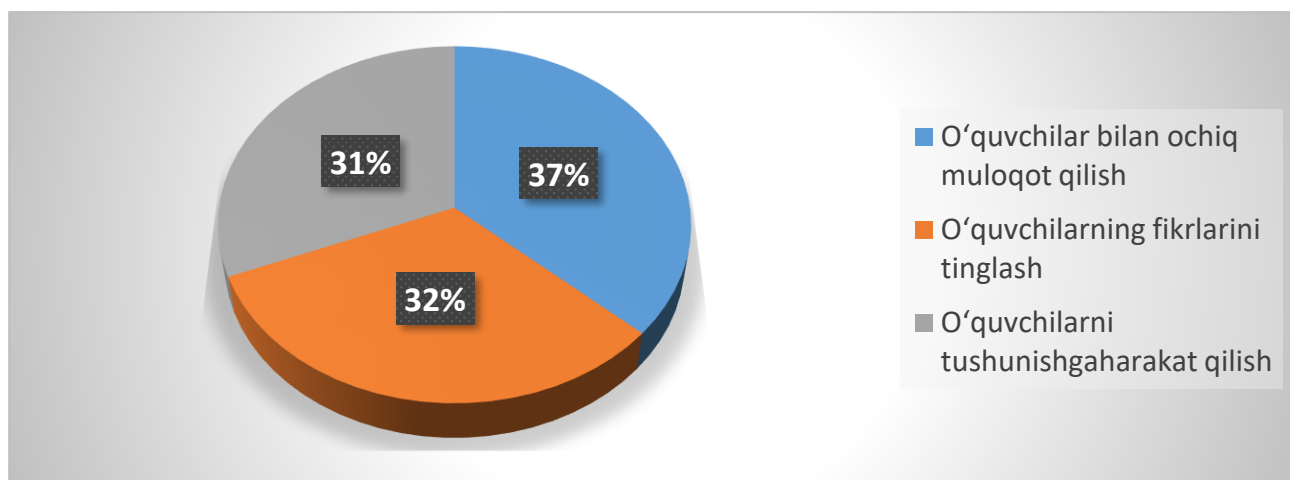
2.5-rasm. Psixologning kommunikativ ko'nikmasi sinfdagi muvofiqlik va o'zaro anglashuvni rivojlantirishga ta'sirini qanday baholashi haqidagi fikrlarini natijalari

So'rovnomaning "Muloqot qilish ko'nikmasini sizni fikringizcha ko'proq qaysi omil yaxshilaydi? Muhimligi bo'yicha darajalang (1.2.3) barchasi tanlanadi" savoliga qatnashgan 456 nafar pedagogdan 303 nafari (37%) ishtirokchi "O'quvchilar bilan ochiq muloqot qilish"ni muloqot ko'nikmasini rivojlantiruvchi eng muhim omil sifatida ko'rsatdi. Bu psixologlar o'zaro ishonch va ochiqlik asosida qurilgan muloqot samarali aloqa vositasi ekanini ta'kidlamoqda.

267 nafar (32%) psixolog esa “O‘quvchilarning fikrlarini tinglash”ni muhim omil deb baholagan. Bu esa ta’lim jarayonida o‘quvchilarni faol ishtirokchi sifatida qabul qilish va ularning qarashlariga e’tibor berish zarurligini ko‘rsatadi.

258 nafar (31%) ishtirokchi “O‘quvchilarni tushunishga harakat qilish” degan javobni tanlagan. Bu natija esa empatiya, individual yondashuv va psixologik qo‘llab-quvvatlashning kommunikativ kompetensiyalardagi o‘rnini aks ettiradi. Bu holat shuni ko‘rsatadiki, ta’lim jarayonida samarali kommunikatsiya o‘qituvchining faqat axborot yetkazuvchi emas, balki o‘quvchining fikrini inobatga oluvchi va u bilan teng muloqotga kirishuvchi shaxs sifatidagi rolini kuchaytiradi.

Demak, o‘qituvchining kommunikativ kompetensiyasini takomillashtirishda psixologik jihatdan qulay muhit yaratish, tinglash va tushunish ko‘nikmalarini shakllantirish asosiy omillardan biri hisoblanadi. (2.6-rasm)



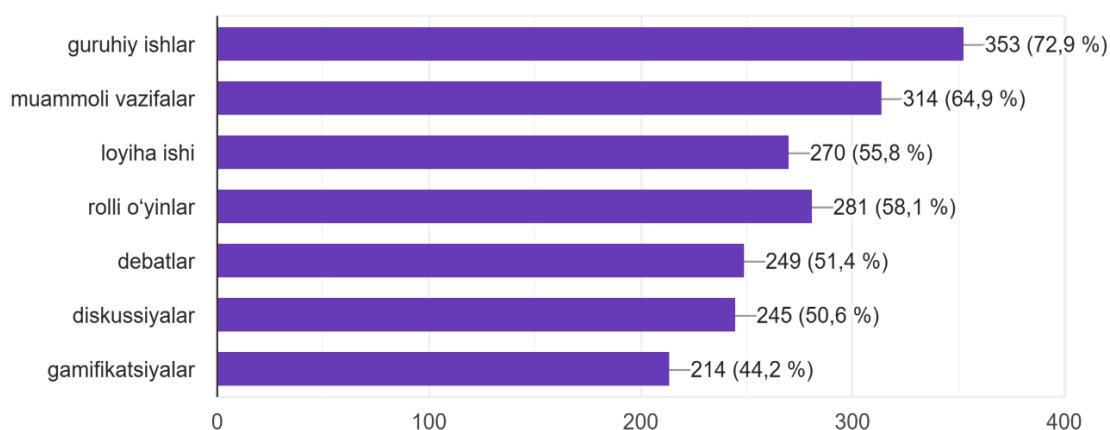
2.6-rasm. Muloqot qilish ko‘nikmasini sizni fikringizcha ko‘proq qaysi omil yaxshilaydi? savoli bo‘yicha fikrlari

So‘rovnomaning “Zamonaviy pedagogik faoliyatda psixologning kommunikativ ko‘nikmalari rivojlanishiga interaktiv ta’lim texnologiyalarini ta’sirini muhimligi bo‘yicha darajalang (1,2,3,4,5,6,7) barchasi tanlanadi” savoliga asosiydan boshlab tanlanganda, 456 nafar psixologning 353 nafari (72.9%) “guruhviy ishlar” ni tanlagan. Bu esa o‘qituvchilar o‘zaro muloqot, hamkorlik va fikr almashinuvi orqali o‘quvchilarda muloqot madaniyatini shakllantirishga intilayotganini ko‘rsatadi. 314 nafari (64.9%) “muammoli vazifalar” javobini tanlagan. 270 nafari (55.8%) “loyiha

ishi” ni tanlagan. 281 nafari (58.1%) “rolli o‘yinlar” deb baholagan. Bu metodlarning tanlanishi pedagoglar ijodkorlik, tanqidiy fikrlash, tahlil qilish va o‘z fikrini asoslab berish kabi kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish ahamiyatini yaxshi anglab yetayotganini bildiradi. 249 nafari (51.4%) “debatlar” degan. 245 nafari (50.6%) “diskussiyalar” deb javob berdi. 214 nafari (44.2%) esa “gamifikatsiyalar” deb baholagan. “Debatlar”, “diskussiyalar” va “gamifikatsiya” texnologiyalari nisbatan kamroq tanlangan bo‘lsa-da, ular ham psixologlar tomonidan yetarli darajada qadrlanmoqda.

Interaktiv texnologiyalarni tizimli ravishda joriy etish ta’lim jarayonida ayniqsa guruhii ishlar va muammoli topshiriqlarni muntazam qo‘llash pedagogik kommunikatsiya samaradorligini oshiradi.

Psixologlar uchun maxsus treninglar o‘tkazish, debatlar va gamifikatsiya kabi kamroq qo‘llanilayotgan uslublarni ham chuqur o‘zlashtirish va amaliyotga joriy etish bo‘yicha seminar va mahorat darslari tashkil etilishi zarur. Tajriba almashish imkoniyatlarini kengaytirish, maktablar va hududlararo pedagoglar o‘rtasida ochiq darslar orqali tajriba almashinuvi samaradorlikni oshiradi. (2.7-rasm)

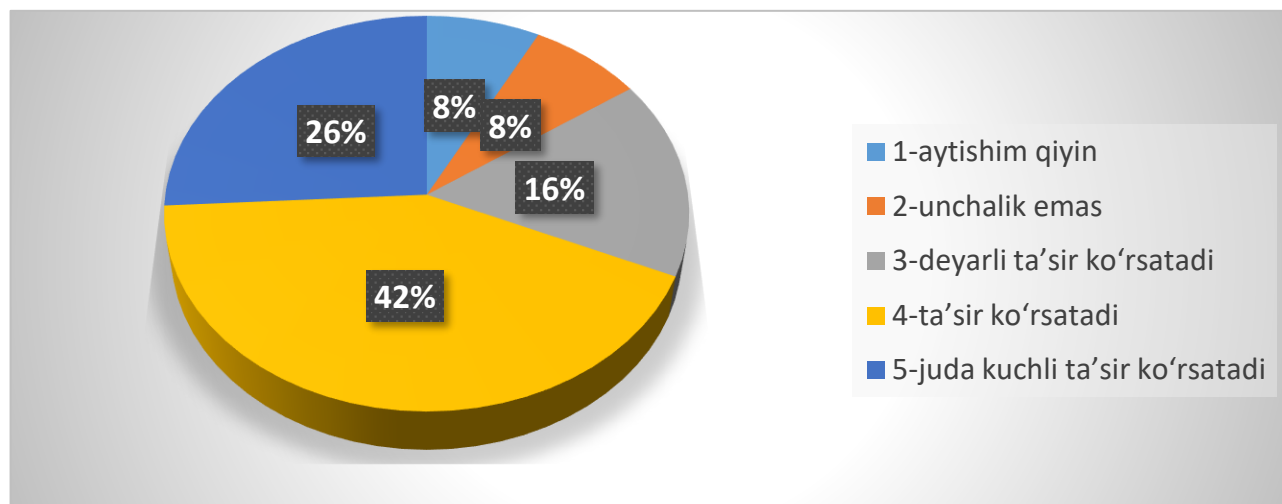


2.7-rasm. Zamonaviy ta’limda psixologning kommunikativ kompetensiyalari rivojlanishiga interaktiv ta’lim texnologiyalarini ta’sirini muhimligi bo‘yicha darajalang (1,2,3,4,5,6,7) barchasi tanlanadi. Savolga pedagoglarning fikrlari.

So'rovnomaning "Internet platformalari (elektron ta'lim platformalari, interaktiv darslar, ijtimoiy tarmoq, masofaviy ta'lim, sun'iy intellekt)ning pedagog kommunikativ ko'nikmasiga ta'sirini qanday baholaysiz. (1-aytishim qiyin, 2-unchalik emas, 3-deyarli ta'sir ko'rsatadi, 4-ta'sir ko'rsatadi, 5-juda kuchli ta'sir ko'rsatadi.)" savoliga 456 nafar psixologdan 118 nafari (26%) "juda kuchli ta'sir ko'rsatadi" deb javob bergan. Bu turdagi psixologlar internet platformalarining, ayniqsa sun'iy intellekt va interaktiv darslar orqali, o'qituvchining muloqot qilish, fikrni ifodalash, savol-javobni tashkil etish kabi ko'nikmalarini sezilarli darajada rivojlantirishini e'tirof etmoqda. Bu zamonaviy texnologiyalarni faol qo'llaydigan o'qituvchilar guruhi hisoblanadi. 194 nafari (42%) "ta'sir ko'rsatadi" deb baholagan. Bu eng katta ulushni tashkil qilgan javob bo'lib, aksariyat pedagoglar internet platformalari kommunikativ kompetensiyalarni oshirishda yordam beradi deb hisoblashadi. Ular uchun texnologiya bu vosita, asosiy vazifa esa muloqotni samarali tashkil etishdir. 74 nafari (16%) "deyarli ta'sir ko'rsatadi" deb javob bergan. Bu guruhdagi respondentlar internet platformalari imkoniyatlarni chegaralagan deb hisoblaydi. Ularning fikricha, kommunikativ ko'nikma ko'proq jonli muloqotda shakllanadi va virtual vositalar bu borada yetarli emas deb hisoblashgan. 35 nafari (8%) "unchalik emas" degan. Bu javob texnologiyalarning pedagogik kommunikatsiyaga kam ta'sir qilishi yoki umuman sezilmasligi haqida shubha bildirganlar ulushini anglatadi. Ehtimol bu psixologlar internet vositalaridan kam foydalanadigan, an'anaviy metodlarga tayanadigan toifadadir. Yana 35 nafari (8%) "aytishim qiyin" degan javobni tanlagan. Bu javobni tanlaganlar texnologiyalarning ta'siri haqida aniq fikrga ega bo'lmasligi mumkin, balki bu boradagi tajribasi kam yoki qarashlari aniq shakllanmagan bo'lishi mumkin. Bu pedagoglar texnologik yondashuvlarga hali tayyor emasligi yoki o'zlashtirish bosqichida bo'lishi ehtimoli bor. Xulosa qilib aytganda, savol natijalari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy internet platformalari, elektron ta'lim tizimlari, ijtimoiy tarmoqlar, masofaviy ta'lim shakllari va sun'iy intellekt vositalari, psixologlarning kommunikativ ko'nikmalariga muhim va sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Jumladan, respondentlarning 68 foizidan ortig'i (312 nafar) bu platformalarni ijobiy va foydali

vosita sifatida baholagan. Bu esa hozirgi ta'lim jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining o'zni tobora ortib borayotganidan dalolat beradi.

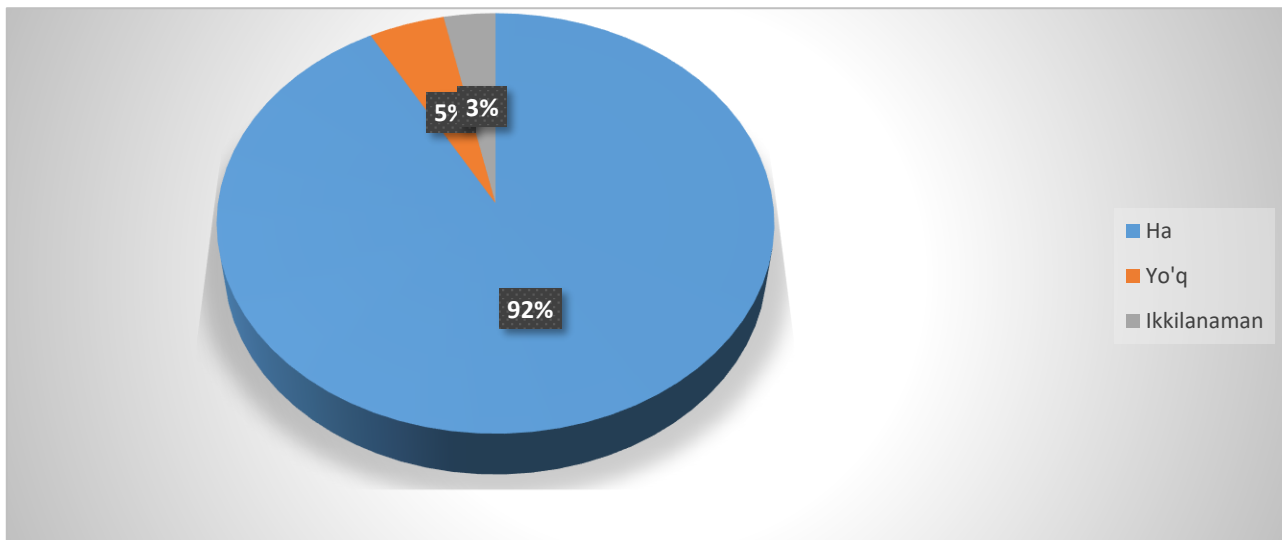
Biroq, bir guruh psixologlar bu vositalarning samaradorligiga shubha bilan qarayotgani yoki hali to'liq foydalanmayotgani ham kuzatildi. Bu holat psixologlar o'rtasida raqamli savodxonlikni yanada kuchaytirish, internet platformalaridan maqsadli va metodik asosda foydalanish bo'yicha o'quv-seminarlarni ko'paytirish zarurligini ko'rsatadi. (2.8-rasm)



2.8-rasm Internet platformalarining psixolog kommunikativ kompetensiyasiga ta'sirini qanday baholaysiz degan savolga ishtirokchilarni javoblari

So'rovnomaning "Jamoadagi psixologik iqlim, o'zaro hurmat, ishonch va qo'llab-quvvatlash muhitining mavjudligi, jamoa a'zolari o'rtasida samarali muloqot va fikr almashishni ta'minlaydi". Shu fikrni qo'llab quvvatlaysizmi savoliga 456 nafar psixologning 419 nafari (92%) "Ha" deb javob berdi. Bu juda yuqori ko'rsatkich bo'lib, psixologlarning aksariyati jamoada ijobiy psixologik iqlim hurmat, ishonch va qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lsa, muloqot kuchayadi, fikrlar erkin aytiladi, hamkorlik rivojlanadi degan fikrda. 22 nafari (5%) "Yo'q" deb baholadi. Bu guruh jamoadagi psixologik muhit muloqotga bevosita ta'sir qilmaydi, degan nuqtai nazarga ega. Ehtimol, bu respondentlar individualistik ishlashga moyil yoki shunchaki jamoada ijobiy muhitning o'zi yetarli emas deb hisoblashadi. 15 nafari (3%) "Ikkilanaman" degan javobni tanladi. Bu javobni tanlaganlar ushbu masala bo'yicha aniq pozitsiyaga ega emas. Ehtimol ular turli xil jamoalarda turlicha tajriba orttirgan, yoki hozirgi

jamoasida bu omillarning rolini aniq his qilmagan bo‘lishi mumkin. Bu natija ta’lim tashkilotlarida barqaror, qo‘llab-quvvatlovchi va ishonchli ish muhitini yaratish, rahbariyat va psixologlar uchun asosiy ustuvor yo‘nalish bo‘lishi lozimligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, salbiy yoki noaniq javob bildirganlar mavjudligi, hali ba’zi jamoalarda bu muhit to‘liq shakllanmaganini bildiradi. (2.9-rasm)



2.9-rasm “Jamoadagi psixologik iqlim, o‘zaro hurmat, ishonch va qo‘llab-quvvatlash muhitining mavjudligi, jamoa a‘zolari o‘rtasida samarali muloqot va fikr almashishni ta’minlaydi”. Shu fikrni qo‘llab quvvatlaysizmi savoliga berilgan javoblar natijalari

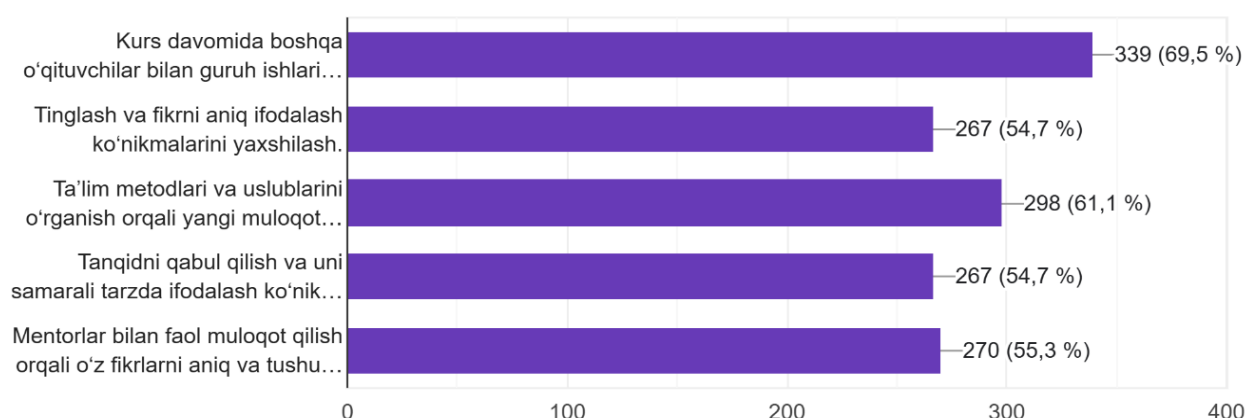
So‘rovnomaning “Sizni fikringizcha malaka oshirish kurslarida pedagoglarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish uchun mashg‘ulotlar jarayonida qaysi jihatlarni hisobga olish kerak. Muhimlik darajasiga ko‘ra (1,2,3,4,5) barchasi tanlanadi” savoliga 456 nafar psixologdan 339 nafari (69.5%) “Kurs davomida boshqa o‘qituvchilar bilan guruh ishlari va muhokamalarda ishtirok etish orqali o‘zaro anglashuvni hisobga olish” degan javobni tanladi. Eng ko‘p tanlangan variant. Bu pedagoglar uchun interaktiv, jonli muloqot va jamoaviy fikr almashuv kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirishda asosiy vosita ekanligini ko‘rsatadi. Guruh ishlari-o‘qituvchining empatiya, tinglash, muloqotga ochiqlik, moslashuvchanlik kabi fazilatlarini kuchaytiradi.

267 nafari (54.7%) “Tinglash va fikrni aniq ifodalash ko‘nikmalarini yaxshilash” deb baholadi. Bu variant pedagoglar orasida passiv va faol muloqot usullarini o‘zlashtirishga e‘tibor kuchli ekanini bildiradi.

298 nafari (61.1%) esa “Ta’lim metodlari va uslublarini o‘rganish orqali yangi muloqot usullarini qo‘llash” degan javobni tanlagan. Bu natija shuni anglatadiki, ko‘plab o‘qituvchilar metodik bilim va texnologiyalarni o‘zlashtirish orqali kommunikatsiyani kuchaytirish zarur deb hisoblaydi. Yangi metodlar yangi yondashuv bu esa zamonaviy muloqot madaniyatining shakllanishiga xizmat qiladi.

267 nafari (54.7%) “Tanqidni qabul qilish va uni samarali tarzda ifodalash ko‘nikmalarini rivojlantirish orqali darslarni tashkil etish” fikrini ma’qullashgan. Tanqidiy fikrga ochiqlik, konstruktiv mulohazalarni bildirish va qabul qilish madaniyati pedagogik muloqotning yetuklik belgisidir.

270 nafari (55.3%) esa “Mentorlar bilan faol muloqot qilish orqali o‘z fikrlarni aniq va tushunarli tarzda ifodalashni tashkil etish” javobini tanladi. Bu fikr ustoz-shogird an’anasini va mentorlik tizimi kommunikativ rivojlanishga qanday psixologik va amaliy turtki bo‘lishini ko‘rsatadi. Psixologlar mentorlik orqali fikrni ifodalash, tanqidni qabul qilish va nutqni aniqlashtirishni o‘rganadilar. Mentor bilan ishlash jarayonida o‘qituvchi o‘z nutqi ustida fikr yuritadi, muloqotdagi kamchiliklarini anglaydi va ularga yechim topadi. (2.10-rasm)



2.10-rasm Sizni fikringizcha malaka oshirish kurslarida psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish uchun mashg‘ulotlar jarayonida qaysi jihatlarni hisobga olish kerak. Bu savolga ishtirokchilarning fikrlari

O'tkazilgan ijtimoiy so'rovnoma umumiy hisobda 456 nafar psixolog ishtirok etdi. So'rovnoma savollari zamonaviy ta'lim jarayonida psixologlarning kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish omillarini aniqlashga qaratildi. Natijalar psixologlarning amaliy ehtiyojlari, psixologik qarashlari va kommunikativ kompetensiyalarga bo'lgan munosabatlarini yoritib berdi.

So'rovnoma javoblari tahlili shuni ko'rsatadiki, ishtirokchilarning katta qismi kommunikativ kompetensiyalarning professional o'sish, o'zaro hamkorlik, o'quvchilar bilan samarali muloqot va kasbiy iqlimni shakllantirishdagi o'rnini yuqori baholashmoqda. Jumladan:

- 339 nafar psixolog (69.5%) malaka oshirish kurslarida guruh ishlari va muhokamalar orqali o'zaro anglashuvni muhim deb bilgan. Bu ko'rsatkich, o'qituvchilarning jamoaviy ishlashga ochiqligini va tajriba almashishga tayyorligini aks ettiradi.

- 298 nafar respondent (61.1%) esa yangi ta'lim metodlari orqali muloqot usullarini yangilash zarur deb hisoblagan. Bu raqam zamonaviy metodologiyalarga bo'lgan ehtiyojning kuchayganini bildiradi.

- Shuningdek, 270 nafar ishtirokchi (55.3%) mentorlar bilan faol muloqot qilish orqali fikrni aniq va tushunarli ifodalash muhimligini ta'kidlagan.

- 267 nafar respondent (54.7%) tomonidan tinglash va tanqidiy fikrga ochiqlik kommunikatsiya samaradorligini oshiruvchi vosita sifatida tan olingan.

- 243 nafar psixolog (50.8%) interaktiv mashg'ulotlarda qatnashish orqali o'zaro ishonch va jamoaviy birdamlik mustahkamlanishini ta'kidlagan. Bu esa ta'lim muhitida ishtirokchilarning psixologik tayyorgarligi va ijtimoiy moslashuv darajasi yuqoriligidan dalolat beradi.

- 225 nafar ishtirokchi (47.4%) kommunikatsion muammolarni yechishda konfliktologiya bilimlariga ega bo'lish zarurligini bildirgan. Bu o'qituvchilar orasida nizolarni hal qilish madaniyatini shakllantirish ehtiyoji mavjudligini anglatadi.

- 212 nafar respondent (44.2%) yozma va og'zaki muloqotda rasmiylik va samimiylik o'rtasida muvozanat saqlashni dolzarb deb hisoblagan. Bu kommunikatsiyada nutq etikasining o'rni muhim ekanligini ko'rsatadi.

- 197 nafar ishtirokchi (40.6%) o'z fikrini erkin bayon etish imkoniyati berilgan muhitda pedagogik tashabbus va ijodkorlik kuchayishini qayd etgan. Bu esa muloqot erkinligi o'qituvchi innovatsion fikrlashiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi.

O'tkazilgan so'rovnomaning yakuniy qismida psixologlarning kommunikativ kompetensiyasini oshirish bo'yicha ishtirokchilardan taklif va tavsiyalari so'ralgan bo'lib, quyida so'rovnoma ishtirokchilari tomonidan bayon etilgan takliflarning ayrimlarini keltirib o'tamiz:

So'rovnoma natijalari asosida shuni xulosa qilish mumkinki, pedagogik jamoalarda kommunikativ ko'nikmalarning rivoji ko'proq ochiqlik, o'zaro ishonch va zamonaviy ta'lim texnologiyalaridan foydalanish bilan bog'liq. Shuningdek, ushbu ko'rsatkichlar kasbiy faoliyatda muloqotga asoslangan hamkorlik, empatiya, faol tinglash, o'zaro hurmat va ijobiy psixologik muhitning o'zaro bog'liqligini ochib beradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, kommunikativ muhit shakllanayotgan jamoalarda axborot almashinuvi tez, o'qituvchilar o'z fikrini erkin bayon eta oladi va qaror qabul qilish jarayoni demokratik tamoyillarga asoslanadi. Bunday jamoalarda nizolar konstruktiv tarzda hal qilinadi, tanqid emas, balki takliflar ilgari suriladi, bu esa o'z navbatida shaxslararo ishonchni kuchaytiradi. O'zaro qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lgan muhitda pedagoglar o'z imkoniyatlarini namoyon qilishga, yangicha metodlarni sinab ko'rishga va o'z ustida ishlashga moyil bo'ladilar. So'rovnoma natijalari shuni tasdiqlaydiki, kommunikativ kompetensiyalar rivojlangan jamoalarda ijobiy psixologik iqlim shakllanadi, bu esa pedagoglarning kasbiy samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Navbatdagi bo'limda biz, malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ ko'nikmalari shakllanishida yosh va jinsga oid omillarni empirik tadqiq etishga to'xtalib o'tamiz.

2.3§. Malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalari takomillashishida yosh va jinsga oid omillarni empirik tadqiq etish

Ta'lim tizimida faoliyat yuritayotgan pedagog kadrlarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish ularning kasbiy salohiyatini oshirishda muhim

ahamiyat kasb etadi. Bu ko'nikmalarning shakllanish jarayoni, ayniqsa, malaka oshirish kurslarida qatnashayotgan pedagoglar orasida yoshi va jinsi bo'yicha turlicha namoyon bo'lishi kuzatiladi. Shu bois, empirik tadqiqotlar doirasida malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ ko'nikmalarini baholashda yosh va jins mezonlari alohida e'tiborga olish zarurati yuzaga keldi. Kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish jarayonida pedagog shaxsining individual-psixologik xususiyatlari, kasbiy tajriba davomida shakllangan muloqot uslubi, shaxslararo munosabatlarga bo'lgan munosabati, shuningdek, ijtimoiy rollarni anglash darajasi muhim o'rin tutadi. Malaka oshirish jarayonida bu omillarni hisobga olish pedagogning kasbiy muloqot jarayonidagi o'zini tutish xatti-harakatlarini, emotsional barqarorligini va shaxslararo moslashuvchanligini yanada rivojlantiradi. Shuningdek, tinglovchilarning kommunikativ kompetensiyasi nafaqat kasbiy tajriba, balki ularning shaxsiy hayotiy qadriyatlari, psixologik holati va ijtimoiy faolligi bilan ham uzviy bog'liqligini ko'rsatadi. Tahlillar davomida aniqlanishicha, psixologlarning kommunikativ faoliyati faqat og'zaki nutq bilan emas, balki noverbal ifodalar yuz ifodalari, tana holati, imo-ishoralar, tovush ohangi orqali ham amalga oshadi. Bu jihat, o'z navbatida, o'qituvchi shaxsining ichki madaniyati, empatik sezgirliги va muloqot jarayonidagi ishonchni shakllantirish qobiliyatiga bevosita ta'sir etadi. Shu sababli, kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishda o'qituvchilarning psixologik tayyorgarligi, ijtimoiy idroki, diqqatni boshqarish, tinglovchini tushunish, hamdardlik bildirish, o'z fikrini aniq va ifodali yetkazish malakalari ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotimiz davomida tinglovchilarning yoshi ularning kasbiy tajribasi va jinsiy tafovutlari kommunikativ kompetensiyaning ayrim komponentlariga qanday ta'sir ko'rsatishini ilmiy jihatdan tahlil qilishni belgilab oldik. Quyidagi jadvalda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik metodikasining tavsiflovchi statistikasi natijalari tahlili keltirib o'tilgan.

2.1-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasini tavsiflovchi statistikasi natijalari (N=456)

	N	Minim um	Maks imum	O‘rtach a qiymat	Standa rt og‘ish	Assime triya	Eksess
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	456	5,00	24,00	13,9518	3,0479 5	-0,107	0,236
Kelishuvga intilish	456	7,00	23,00	14,9276	2,5705 9	0,191	0,474
Noqaniqlikka toqatsizlik	456	5,00	23,00	13,5680	3,0374 6	0,289	0,346
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	456	9,00	23,00	16,0197	1,9458 7	-0,015	0,996
Frustratsion tolerantlik	456	9,00	23,00	15,4211	1,9752 1	0,147	0,855
Faollik, tashabbuskorlik	456	10,00	21,00	14,7917	1,8248 6	0,071	0,495
Baholovchilarga qaramlik	456	6,00	22,00	15,0461	2,6767 3	-0,100	0,058
O‘zgarishlarga ochiqlik	456	5,00	23,00	14,2368	2,7249 0	0,048	0,706
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	456	5,00	26,00	15,2873	2,8498 6	-0,165	0,597
Ichki barqarorlik	456	4,00	25,00	13,9890	3,6863 1	0,123	-0,029
Kommunikativ passivlik	456	5,00	21,00	14,4890	2,1483 2	-0,143	1,092
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	456	2,00	24,00	14,5504	2,9054 1	-0,484	1,853

Biz malaka oshirish kursiga kelgan umumta’lim maktablari amaliyotchi psixologlarida kommunikativ ko’nikmalarni o’rganishda asosiy metodika sifatida E.G.Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi” testini 456 nafar amaliyotchi psixologlarda o’tkazib kommunikativ kompetentlikni o’rtacha normadagi baxosini chiqardik:

“Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” shkalasi bo’yicha norma qiymatlari statistik ko’rsatkichlar asosida quyidagicha belgilandi: minimal norma chegarasi 5,00 maksimal norma chegarasi esa 24,00 ni tashkil etdi. O’rtacha qiymat 14,00, standart og‘ish 3,05 bo’lib, norma oralig‘i 10,95 dan 17,05 gacha belgilandi. Taqsimot assimetriyasi -0,107 bo’lib, bu ma’lumotlar chapga yengil og‘ganini, eksess qiymati -

0,236 esa taqsimotning normal taqsimotga nisbatan tekisroq shaklga ega ekanini anglatadi. Bu ko'rsatkichlar asosida psixologlarning kommunikativ ko'nikmalarini quyidagicha guruhlash mumkin:

Past daraja-10,95 dan past natija ko'rsatganlar. Bu holat, odatda, psixologik muloqotda qiyinchiliklar, moslashuvchanlikning pastligi, turli ijtimoiy vaziyatlarga moslasha olmaslik bilan tavsiflanadi. Bunday mutaxassislar uchun maxsus treninglar, kommunikativ kompetensiyani oshirishga qaratilgan psixologik mashg'ulotlar tavsiya etiladi.

O'rtacha daraja-10,95 dan 17,05 gacha bo'lgan oraliqda. Ushbu diapazondagi natijalar psixologik amaliyotda ijtimoiy moslashuvchanlikning qoniqarli darajada shakllanganligini ko'rsatadi. Bunday mutaxassislar turli ijtimoiy holatlarga moslashishda, mijoz bilan empatik munosabat o'rnatishda yetarli darajada salohiyatga ega bo'ladilar.

Yuqori daraja-17,05 dan yuqori natija ko'rsatganlar. Bunday psixologlar yuqori darajada kommunikativ moslashuvchanlik, sotsial holatlarga tez moslasha olish, muloqotda yetakchilik qobiliyatlariga ega bo'lishi mumkin.

“Kelishuvga intilish” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar asosida norma qiymatlari quyidagicha aniqlandi: minimal norma chegarasi 7,00, maksimal norma chegarasi esa 23,00 ni tashkil etadi. O'rtacha qiymat 14,93, standart og'ish esa 2,57 bo'lib, norma oralig'i 12,36 dan 17,50 gacha hisoblanadi. Taqsimot assimetriyasi 0,191 ni tashkil etib, ma'lumotlarning o'ngga yengil og'ganligini ko'rsatadi. Eksess qiymati 0,474 bo'lib, bu taqsimotning normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilgan shaklga ega ekanligini anglatadi. Ushbu oraliqda bo'lganlar muloqotda moslashuvchan, murosaga tayyor, ziddiyatli vaziyatlarda optimal yechim topishga moyil shaxslar sifatida talqin etiladi. Past ko'rsatkich murosas qilishda qiyinchiliklar, yuqori ko'rsatkich esa ortiqcha moslashuvchanlikka moyillikdan darak berishi mumkin.

“Noqaniqlikka toqatsizlik” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar asosida norma qiymatlari quyidagicha belgilandi: minimal norma chegarasi 5,00, maksimal norma chegarasi esa 23,00 ni tashkil etadi. O'rtacha qiymat 13,56, standart og'ish 3,03 bo'lib, norma oralig'i 10,53 dan 16,59 gacha hisoblanadi. Taqsimot assimetriyasi 0,289

bu, ma'lumotlarning o'ngga yengil og'ganligini ko'rsatadi. Eksess qiymati 0,346 taqsimotning normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilgan shaklga ega ekanligini anglatadi. Bu amaliyotchi psixologlarda noaniq vaziyatlarga nisbatan odatiy darajadagi toqatlilikni bildiradi. 10,53 balldan past ko'rsatkichlar noaniqlikni ortiqcha bardoshlilik bilan qabul qilish, befarqlik yoki reaktivlikning sustligini, 16,59 balldan yuqori natijalar esa yuqori xavotir, noaniq vaziyatlardan qochish, stressga sezuvchanlikni ko'rsatadi. Olingan natijalar amaliyotchi psixologlar noaniqlik sharoitida yetarlicha moslashuvchan, lekin ayrimlari haddan tashqari bardoshlilik yoki yuqori tashvish darajasini namoyon etishi mumkinligini ko'rsatadi. Bu esa psixologlarning kasbiy faoliyatida vaziyatga mos kognitiv-emotsional strategiyalarni rivojlantirish zarurligini ta'kidlaydi.

“Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar asosida norma qiymatlari quyidagicha belgilandi: minimal norma chegarasi 9,00, maksimal norma chegarasi esa 23,00 ni tashkil etadi. O'rtacha qiymat 16,01, standart og'ish 1,94 bo'lib, norma oralig'i 14,07 dan 17,95 gacha hisoblanadi. Taqsimot assimetriyasi -0,015 bo'lib, ma'lumotlarning chapga yengil og'ganligini ko'rsatadi. Eksess qiymati 0,996 bo'lib, taqsimotning normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilgan shaklga ega ekanligini anglatadi. Ushbu oraliqda joylashgan ballar psixologik jihatdan me'yoriy deb hisoblanadi va shaxsda sog'lom motivatsiya, ya'ni muvaffaqiyatsizlikka nisbatan ehtiyotkorligini anglatadi. 14,07 balldan past ko'rsatkichlar muvaffaqiyatsizlikdan umuman qo'rqmaslik, ehtimoliy salbiy oqibatlariga loqaydlik yoki xavfni yetarli darajada anglamaslikka ishora qilishi mumkin. 17,95 balldan yuqori ko'rsatkichlar esa shaxsda kuchli ichki xavotir, muvaffaqiyatsizlikka nisbatan kuchli yondashuv va ehtimoliy salbiy baholanishdan qochish istagining kuchli ekanligini bildiradi. Bu holat motivatsion sohada bloklanish, o'zini past baholash yoki psixologik to'siqlarga olib kelishi mumkin.

“Frustratsion tolerantlik” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar asosida norma qiymatlari quyidagicha aniqlandi: minimal norma chegarasi 9,00, maksimal norma chegarasi 23,00 ni tashkil qiladi. O'rtacha qiymat 15,42, standart og'ish 1,97 bo'lib, norma oralig'i 13,45 dan 17,39 gacha hisoblanadi. Taqsimot assimetriyasi 0,147

ma'lumotlarning o'ngga biroz og'ganligini bildiradi. Eksess qiymati 0,855 bo'lib, taqsimotning normal taqsimotga nisbatan bir oz cho'zilgan shaklda ekanligini ko'rsatadi. Bu ko'rsatkichlar psixologik barqarorlikning maqbul darajasini aks ettiradi. 13,45 balldan past ko'rsatkichlar shaxsning to'sqinliklarga chidamsizligini, impulsiv yoki agressiv javob berishini anglatishi mumkin. 17,39 balldan yuqori ko'rsatkichlar esa shaxsning ortiqcha bardoshlilik ko'rsatishi, ba'zan passivlik yoki ichki holatlarni bostirish holatlariga olib kelishi mumkin.

“Faollik, tashabbuskorlik” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar tahlili natijasida quyidagi norma qiymatlari aniqlangan: minimal norma chegarasi 10,00, maksimal norma esa 21,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 14,79, standart og'ish esa 1,82 ga teng bo'lib, bu ko'rsatkichlar asosida norma oralig'i 12,97 dan 16,61 gacha deb belgilandi. Taqsimotning assimmetriya koeffitsiyenti 0,071 ni tashkil etib, bu qiymat ma'lumotlarning o'ng tomonga biroz siljiganligini ko'rsatadi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti 0,495 bo'lib, bu taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilgan ekanligidan dalolat beradi.

“Baholovchilarga qaramlik” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar tahlili natijasida quyidagi norma qiymatlari aniqlangan: minimal norma chegarasi 6,00, maksimal norma esa 22,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 15,04, standart og'ish esa 2,67 ga teng bo'lib, bu ko'rsatkichlar asosida norma oralig'i 12,37 dan 17,71 gacha deb belgilandi. Taqsimotning assimmetriya koeffitsiyenti -0,100 ni tashkil etib, bu qiymat ma'lumotlarning chap tomonga biroz siljiganligini ko'rsatadi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti 0,058 bo'lib, bu taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilgan ekanligidan dalolat beradi. Bu shkala orqali shaxsning o'zini qanday baholashi, o'z fikrini mustaqil shakllantirish darajasi va tashqi ijtimoiy baholarga qanchalik bog'liqligi o'rganiladi. Bu oraliqda ball to'plagan shaxslar odatda boshqalar fikrini inobatga oladi, lekin o'z qarashlarini yo'qotmaydi.

“O'zgarishlarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha statistik ko'rsatkichlar tahlili natijasida quyidagi norma qiymatlari aniqlangan: minimal norma chegarasi 5,00, maksimal norma esa 23,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 14,23, standart og'ish esa 2,72 ga teng bo'lib, bu ko'rsatkichlar asosida norma oralig'i 11,51 dan 16,95

gacha deb belgilandi. Taqsimotning assimmetriya koeffitsiyenti 0,048 ni tashkil etib, bu qiymat ma'lumotlarning o'ng tomonga biroz siljiganligini ko'rsatadi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti 0,706 bo'lib, bu taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilgan ekanligidan dalolat beradi. Bunday natijalar o'zgaruvchan muhitga moslasha olish, yangiliklarni qabul qilishga tayyorlik, moslashuvchan fikrlash va innovatsion g'oyalarga ochiqlik kabi xususiyatlarning yetarli darajada shakllanganligini bildiradi. Mazkur oraliqdan past natijalar shaxsning o'zgarishlarga nisbatan konservativ, ehtiyotkor yoki qisman yopiq munosabatda ekanligini, yuqoriroq natijalar esa nihoyatda o'zgaruvchan, beqaror yoki doimiy yangilik izlashga moyil bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi.

“Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha statistik tahlil natijalariga ko'ra quyidagi norma ko'rsatkichlari aniqlangan: minimal norma qiymati 5,00, maksimal norma qiymati esa 26,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 15,28, standart og'ish 2,84 bo'lib, ushbu qiymatlarga asoslanib norma oralig'i 12,44 dan 18,12 gacha deb belgilangan. Taqsimotning assimmetriya koeffitsiyenti -0,165 ni tashkil etib, bu ma'lumotlarning chapga tomon siljiganligini bildiradi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti 0,597 bo'lib, bu taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan biroz cho'zilganligini ko'rsatadi. Ushbu natijalar tadqiqot qatnashchilarining shaxslararo munosabatlarga kirishuvchanligi, ijtimoiy kontaktlar o'rnatishga tayyorligi va kommunikativ faolligi me'yoriy darajada hamda barqaror ekanligini ko'rsatadi. Bu holat professional faoliyatda ijtimoiy integratsiya qilish, hamkorlikda ishlash va samarali muloqot yuritish uchun qulay psixologik muhit borligini bildiradi.

“Ichki barqarorlik” shkalasi bo'yicha statistik tahlil natijalari quyidagicha: minimal norma qiymati 4,00, maksimal norma qiymati esa 25,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 13,98, standart og'ish 3,68 ga teng. Ushbu ko'rsatkichlarga asoslanib, norma oralig'i 10,30 dan 17,66 gacha deb belgilangan. Taqsimotning assimmetriya koeffitsiyenti 0,123 bo'lib, bu ma'lumotlarning o'ngga tomon biroz siljiganligini bildiradi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti -0,029 ni tashkil etadi, bu esa taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan deyarli simmetrik va biroz yassilashgan ekanligidan dalolat beradi. Mazkur oraliqdagi natijalar respondentning psixologik

barqarorligi, stressga chidamliligi va o'z emotsiyalarini nazorat qilish qobiliyati o'rtacha yoki me'yordaligini bildiradi.

“Kommunikativ passivlik” shkalasi bo'yicha statistik tahlil natijalariga ko'ra quyidagi norma ko'rsatkichlari aniqlangan: minimal norma qiymati 5,00, maksimal norma qiymati esa 21,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 14,48, standart og'ish 2,14 ga teng bo'lib, ushbu ko'rsatkichlarga asoslanib norma oralig'i 12,34 dan 16,62 gacha deb belgilangan. Taqsimotning assimetriya koeffitsiyenti -0,143 bo'lib, bu ma'lumotlarning chapga tomon biroz siljiganligini bildiradi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti 1,092 ni tashkil etadi, bu esa taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan cho'zilgan ekanligidan dalolat beradi. Agar ishtirokchining natijasi bu chegaralardan past bo'lsa, u holda u juda faol muloqotchi bo'lishi mumkin. Agar natija yuqoriroq bo'lsa, demak, passivlik darajasi me'yordan yuqori, ya'ni shaxs kommunikativ jarayonlarda yetarli ishtirok etmayotganini bildiradi. Bu holat shaxsning ijtimoiy muhitda o'z fikrini ifoda etish, tashabbus ko'rsatish va o'zaro aloqalarni qurishda qiyinchiliklarga duch kelayotganidan dalolat beradi.

“Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik” shkalasi bo'yicha statistik tahlil natijalari quyidagicha: minimal norma qiymati 2,00, maksimal norma qiymati esa 24,00 ni tashkil etadi. O'rtacha arifmetik qiymat 14,55, standart og'ish 2,90 ga teng. Ushbu ko'rsatkichlarga asoslanib, norma oralig'i 11,65 dan 17,45 gacha deb belgilangan. Taqsimotning assimetriya koeffitsiyenti -0,484 bo'lib, bu ma'lumotlarning chap tomonga siljiganligini bildiradi. Shuningdek, eksess koeffitsiyenti 1,853 ni tashkil etadi, bu esa taqsimot shakli normal taqsimotga nisbatan ancha cho'zilgan ekanligidan dalolat beradi. Ya'ni, respondentning ushbu chegaralar ichida ko'rsatgan natijalari uning moslashuvchanlik darajasi ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan yetarli ekanligini bildiradi. Mazkur shkaladan olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, respondentlar yangi vaziyatlarni qabul qilish, o'z xatti-harakatini vaziyatga mos ravishda o'zgartirish va ijtimoiy-psixologik moslashuvchanlikka ega bo'lish bo'yicha yetarli darajada tayyor. Bu esa ularning professional faoliyatda, jamoaviy ishda va ijtimoiy muloqot jarayonlarida samarali ishtirok eta olishlarini ta'minlaydi.

Shuningdek, tadqiqotimizda E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi” testi asosida to‘plangan ma’lumotlarda jinslararo farqlarni aniqlash maqsadida Mann-Uitniy testi yordamida 456 nafar ishtirokchi statistik jihatdan tahlil qilindi. Bu tahlil orqali amaliyotchi psixologlarning kommunikativ ko‘nikmalarini erkak va ayol respondentlar o‘rtasida qanchalik farq qilishi aniqlanishi nazarda tutilgan bo‘lib, aynan shaxslararo o‘zaro ta’sir uslubidagi farqlanishlar, kommunikativ yondashuvdagi tafovutlar va muloqotdagi ustuvor strategiyalar jinsga bog‘liq holda qanday ifodalanishi o‘rganildi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi amaliyotchi psixologlarning shaxslararo munosabatlardagi kommunikativ strategiyalari, ularda shakllangan ijtimoiy-psixologik pozitsiyalar, o‘zaro ta’sir uslublari va bularning jinsiy omillar bilan qanday bog‘liqligini aniqlashdan iborat. Shu orqali, keyingi trening dasturlarini jinsiy xususiyatlarni inobatga olgan holda shakllantirish, shaxslararo muloqotda ko‘proq muammolarga duch kelayotgan guruhlarini aniqlab, individual yondashuvlar ishlab chiqish imkonini beruvchi ilmiy asoslar yaratishga xizmat qilishi ko‘zda tutilgan. Mazkur tadqiqotda amaliyotchi psixologlarning kommunikativ faoliyatidagi samaradorligi, ularning kasbiy muloqot madaniyati, tinglovchilar bilan emotsional aloqani o‘rnatish mahorati va ijtimoiy sezgirlik darajasi chuqur o‘rganildi. Tadqiqotda jins omilining kommunikativ strategiyalarga ta’siri alohida ahamiyat kasb etdi. Chunki erkak va ayol psixologlar o‘rtasidagi muloqot uslublari ko‘pincha emotsional idrok, empatik sezgirlik, o‘z fikrini ifodalash va ijtimoiy rollarni bajarishdagi farqlar bilan ajralib turadi. Quyidagi jadvalda psixologlarda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik xususiyatlarini jinslararo tafovutlari tahlili Mann-Uitniy mezonini asosida keltirib o‘tilgan.

2.2-jadval

**“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari
bo‘yicha jinslararo tafovutlarini o‘rganish (Mann-Uitniy N=456)**

	Jinsi	N	Mean Rank	Sum of Ranks	U	p
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	Erkak	217	215,17	51426,50	22746,500	0,023*
	Ayol	239	243,18	52769,50		
	Jami	456				
Kelishuvga intilish	Erkak	217	243,62	52865,50	22650,500	0,018*
	Ayol	239	214,77	51330,50		
	Jami	456				
Noqaniqlikka toqatsizlik	Erkak	217	214,25	52991,00	22525,000	0,015*
	Ayol	239	244,20	51205,00		
	Jami	456				
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	Erkak	217	211,94	53542,50	21973,500	0,004**
	Ayol	239	246,74	50653,50		
	Jami	456				
Frustratsion tolerantlik	Erkak	217	246,93	53583,00	21933,000	0,004**
	Ayol	239	211,77	50613,00		
	Jami	456				
Faollik, tashabbuskorlik	Erkak	217	244,47	53049,00	22467,000	0,012*
	Ayol	239	214,00	51147,00		
	Jami	456				
Baholovchilarga qaramlik	Erkak	217	213,89	51119,50	22439,500	0,012*
	Ayol	239	244,59	53076,50		
	Jami	456				
O‘zgarishlarga ochiqlik	Erkak	217	250,00	54250,00	21266,000	0,001***
	Ayol	239	208,98	49946,00		
	Jami	456				
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	Erkak	217	211,49	50547,00	21867,000	0,004**
	Ayol	239	247,23	53649,00		
	Jami	456				
Ichki barqarorlik	Erkak	217	245,15	53196,50	22319,500	0,010**
	Ayol	239	213,39	50999,50		
	Jami	456				
Kommunikativ passivlik	Erkak	217	243,10	52752,00	22764,000	0,023*
	Ayol	239	215,25	51444,00		
	Jami	456				
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	Erkak	217	216,01	51627,50	22947,500	0,032*
	Ayol	239	242,25	52568,50		
	Jami	456				

p>0,05, p<0,05*

“Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” shkalasi bo‘yicha olingan natijalar ayollar ko‘rsatkichlari (Mean Rank=243,18) erkaklarga (Mean Rank=215,17) nisbatan yuqoriroq ekanini ko‘rsatdi (U=22746,5; $p < 0,05$). Bu shuni anglatadiki, ayollar yangi ijtimoiy vaziyatlarga tez moslashadi, suhbatga faol kirishadi va kommunikatsiyani

oson yo'lga qo'yadi. Psixologik jihatdan, ayollarning empatiyasi kuchliroq bo'lib, bu ularga muloqot jarayonida moslashuvchanlikni ta'minlaydi. Erkaklar esa odatda vaziyatni tahlil qilib, muloqotga ehtiyotkorroq yondashishga moyil bo'ladi.

“Kelishuvga intilish” shkalasi bo'yicha erkaklar ko'rsatkichlari (Mean Rank= 243,62) ayollarnikiga (Mean Rank= 214,77) nisbatan yuqoriroq chiqdi ($U=22650,5$; $p<0,05$). Bu natija erkaklar muloqot jarayonida kelishuvga erishishga, vaziyatni keskinlashtirmaslikka va murosani tanlashga ko'proq intilishini ko'rsatadi. Psixologik nuqtai nazardan, erkaklar yechim topishga yo'naltirilgan bo'lib, nizoni bartaraf etish va umumiy kelishuvga erishishni afzal ko'radilar. Ayollarda esa jarayon davomida emotsional jihatlar ko'proq rol o'ynashi mumkin.

“Noqaniqlikka toqatsizlik” shkalasi bo'yicha olingan natijalar ayollar ko'rsatkichlari (Mean Rank = 244,20) erkaklarga (Mean Rank = 214,25) nisbatan yuqoriroq ekanini ko'rsatdi ($U = 22525,0$; $p < 0,05$). Bu shuni anglatadiki, ayollar noaniq yoki oldindan rejalashtirilmagan vaziyatlarda o'zini ko'proq noqulay his qilishi, bunday holatlar ularda kuchli tashvish va ichki zo'riqishni yuzaga keltirishi mumkin. Psixologik jihatdan, ayollarning vaziyatni oldindan aniq bilishga bo'lgan ehtiyoji yuqoriroq bo'lib, noaniqlik ularda emotsional beqarorlikni kuchaytiradi. Erkaklarda esa bunday vaziyatlarga nisbatan munosabat nisbatan barqarorroq bo'lib, ular noaniqlikni vaziyatni tahlil qilish orqali qabul qilishga moyildir.

“Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” shkalasi bo'yicha ayollar (Mean Rank= 246,74) erkaklarga (Mean Rank=211,94) nisbatan sezilarli yuqori natijalarni ko'rsatdilar ($U=21973,5$; $p<0,01$). Bu shuni anglatadiki, ayollar muvaffaqiyatsizlikdan qochishga ko'proq moyil bo'lib, salbiy baholanish va xato qilmaslikka intiladi. Psixologik jihatdan, ayollarda noaniqlik va muvaffaqiyatsizlik holatlarida o'zini himoya qilish va ehtiyotkorlik xususiyatlari kuchliroq bo'lib, ular qaror qabul qilishda va faoliyat jarayonida ehtiyotkor yondashadi.

“Frustratsion tolerantlik” shkalasi natijalariga ko'ra, erkaklar (Mean Rank = 246,93) ayollarga (Mean Rank = 211,77) nisbatan sezilarli darajada yuqoriroq natijalar qayd etgan ($U=21933,0$; $p<0,01$). Bu holat erkaklarning kutilmagan yoki noqulay

vaziyatlarga bardoshliligi, muammoli sharoitlarda chidamliror bo'lishi bilan izohlanishi mumkin.

“Faollik, tashabbuskorlik” shkalasi bo'yicha erkaklar (Mean Rank=244,47) ayollarga (Mean Rank=214,00) qaraganda yuqorior natijalarni namoyon etganlar ($U = 22467,0$; $p < 0,05$). Demak, erkaklarda tashabbus ko'rsatish va faol qaror qabul qilish darajasi balandroq.

“Baholovchilarga qaramlik” shkalasi bo'yicha ayollar ko'rsatkichlari (Mean Rank=244,59) erkaklarga (Mean Rank=213,89) nisbatan yuqorior chiqdi ($U = 22439,5$; $p < 0,05$). Bu shuni ko'rsatadiki, ayollar tashqi fikr va baholarga ko'proq ahamiyat berishadi, ijtimoiy tasdiqni olishga intilishadi. Psixologik nuqtai nazardan, bu holat boshqalarning munosabatini sezish va muloqotda ijtimoiy moslashishga bo'lgan ehtiyoj bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Erkaklarda esa mustaqil qaror qabul qilish va tashqi baholardan kamroq ta'sirlanish kuzatiladi.

“O'zgarishlarga ochiqlik” shkalasi natijalarida erkaklar (Mean Rank=250,00) ayollarga (Mean Rank=208,98) qaraganda sezilarli darajada yuqori ko'rsatkichlarga ega bo'lishdi ($U = 21266,0$; $p < 0,001$). Bu erkaklarda yangiliklarni qabul qilishga tayyorlik va moslashuvchanlik yuqoriligini bildiradi.

“Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha esa ayollar (Mean Rank=247,23) erkaklarga (Mean Rank=211,49) qaraganda yuqorior natijalar qayd etgan ($U = 21867,0$; $p < 0,01$). Ayollar ijtimoiy aloqalar o'rnatishga, muloqotda ochiqlik ko'rsatishga nisbatan faolroq bo'lganliklari aniqlandi.

“Ichki barqarorlik” shkalasida erkaklar (Mean Rank = 245,15) ayollarga (Mean Rank = 213,39) qaraganda yuqorior ko'rsatkichlarni namoyon etganlar ($U = 22319,5$; $p < 0,01$). Bu ularning emotsional turg'unlik va psixologik muvozanat darajasi balandroq ekanligini ko'rsatadi.

“Kommunikativ passivlik” shkalasi bo'yicha erkaklar (Mean Rank=243,10) ayollarga (Mean Rank=215,25) qaraganda yuqorior natijalarni qayd etganlar ($U = 22764,0$; $p < 0,05$). Bu erkaklarda muloqotda ko'proq passivlik kuzatilishi mumkinligini anglatadi.

“Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik” shkalasi bo'yicha esa ayollar (Mean Rank=242,25) erkaklarga (Mean Rank=216,01) qaraganda yuqoriroq natijalarni qayd etganlar ($U=22947,5$; $p<0,05$). Bu shuni anglatadiki, ayollar yangi sharoitlarga tezroq moslashish, moslashuvchanlik va ijtimoiy muhitga integratsiyalashishda ustunlikka ega bo'lishlari mumkin.

O'tkazilgan tadqiqot natijalari erkak va ayol respondentlar o'rtasida ijtimoiy-kommunikativ kompetentlikning turli tarkibiy ko'rsatkichlari bo'yicha sezilarli tafovutlar mavjudligini ko'rsatdi. Ayollar ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik, ijtimoiy aloqalarga ochiqlik va yangi vaziyatlarga tez moslashish jihatlarida ustunlik ko'rsatgan bo'lsalar, erkaklarda kelishuvga intilish, frustratsion tolerantlik, faollik va tashabbuskorlik, ichki barqarorlik hamda o'zgarishlarga ochiqlik ko'rsatkichlari yuqoriroq bo'ldi. Shu bilan birga, erkaklarda kommunikativ passivlik va muvaffaqiyatsizlikdan qochish moyilligi kuchliroq namoyon bo'ldi, ayollar esa tashqi baholovchilarga nisbatan ko'proq qaramlik ko'rsatdilar. Umuman olganda, natijalar shuni anglatadiki, gender omili shaxsning ijtimoiy-kommunikativ kompetentligi rivojlanishida muhim ahamiyatga ega bo'lib, ayollar ko'proq ijtimoiy faollik va ochiqlikka moyillik bildirsalar, erkaklarda ichki barqarorlik, yangiliklarga moslashish va murosaga intilish xususiyatlari ustunlik qiladi. Jinsiy farqlar ijtimoiy-kommunikativ ko'nikmalarning shakllanishida va ifodalanishida muhim rol o'ynaydi. Shu sababli, ijtimoiy-psixologik yondashuvda bu farqlarni e'tiborga olish, trening va rivojlantiruvchi dasturlarni diferensial asosda tashkil etish muhim hisoblanadi.

O'tkazilgan tadqiqot doirasida 456 nafar psixolog ishtirokida E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidova tomonidan ishlab chiqilgan “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik” (SKK) diagnostikasi testi asosida to'plangan ma'lumotlar yosh farqlari nuqtai nazaridan tahlil qilindi. Ma'lumotlar statistik jihatdan Kruskal-Vallis mezoni yordamida solishtirildi. Ushbu tahlil orqali amaliyotchi psixologlarning kommunikativ ko'nikmalari turli yosh guruhlari o'rtasida qanchalik farq qilishi aniqlanishi maqsad qilingan bo'lib, aynan shaxslararo o'zaro ta'sir uslubidagi farqlanishlar, kommunikativ yondashuvdagi tafovutlar va muloqotdagi

ustuvor strategiyalar yosh omiliga bog‘liq holda qanday namoyon bo‘lishi chuqur o‘rganildi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi amaliyotchi psixologlarning shaxslararo munosabatlardagi kommunikativ strategiyalari, ularda shakllangan ijtimoiy-psixologik pozitsiyalar va o‘zaro ta’sir uslublarning yosh omili bilan qanday bog‘liqligini aniqlashdan iborat. Ushbu yondashuv orqali, turli yoshdagi mutaxassislar o‘rtasida muloqotda uchraydigan muammolarni aniqlash, yosh xususiyatlarini inobatga olgan holda trening va psixologik rivojlantirish dasturlarini ishlab chiqish uchun zarur bo‘lgan ilmiy asoslar yaratish nazarda tutilgan. Quyidagi jadvalda psixologlarda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik xususiyatlarini yosh tafovutlari tahlili Kruskal-Vallis mezonida keltirib o‘tilgan (Jadvalning to‘liq shakli 7-ilovada keltirilgan).

2.3-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari bo‘yicha yosh xususiyati tafovutlarini o‘rganish (Kruskal-Vallis N=456)

	Yoshi	N	Mean Rank	H	p
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	20-30	114	241,88	5,381	0,046*
	31-40	137	237,99		
	41-50	112	223,83		
	50 dan yuqori	93	203,74		
	Jami	456			
Noqaniqlikka toqatsizlik	20-30	114	248,49	7,032	0,031*
	31-40	137	237,98		
	41-50	112	210,76		
	50 dan yuqori	93	211,39		
	Jami	456			
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	20-30	114	227,04	9,674	0,013*
	31-40	137	250,75		
	41-50	112	218,40		
	50 dan yuqori	93	209,68		
	Jami	456			
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	20-30	114	239,98	8,690	0,034*
	31-40	137	241,27		
	41-50	112	229,90		
	50 dan yuqori	93	193,93		
	Jami	456			

p>0,05, p<0,05*

“Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” shkalasi bo‘yicha 20-30 yoshlarda (rank=241,88), 31-40 yoshlarda (rank=237,99), 41-50 yoshlarda (rank=223,83) va 50

yoshdan yuqorilarda esa ($\text{rank}=203,74$) natijalarda ($H=5,381$; $p<0,05$) ishonchli darajada farqlar aniqlandi. Bu natijalar yosh ortib borishi bilan ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik darajasida nisbiy pasayish kuzatilishini ko'rsatadi. Ayniqsa, 50 yoshdan yuqoridagi ishtirokchilarda bu ko'rsatkich eng past darajada qayd etilgan. Shuni anglash mumkinki, yoshi katta mutaxassislar turli ijtimoiy vaziyatlarda tez moslasha olish, yangi kommunikativ usullarni qabul qilish va zamonaviy muloqot tendensiyalariga moslashish borasida nisbatan sustroq harakat qiladilar. Shu bilan birga, yosh mutaxassislar ya'ni 20-30 va 31-40 yosh guruhidagi ishtirokchilarda ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik darajasi yuqoriroq bo'lib, bu ularning ijtimoiy vaziyatlarga tez moslasha olish, o'zaro muloqotda moslashuvchan strategiyalarni qo'llay olish va zamonaviy kommunikativ vositalarni faol qo'llash imkoniyatlari bilan izohlanadi. Umuman olganda, bu natijalar psixolog mutaxassislar uchun kasbiy faoliyatda kommunikativ moslashuvchanlikni rivojlantirishda yosh omilining ahamiyatini inobatga olish zarurligini ko'rsatadi.

“Noqaniqlikka toqatsizlik” shkalasi bo'yicha 20-30 yoshlarda ($\text{rank}=248,49$), 31-40 yoshlarda ($\text{rank}=237,98$), 41-50 yoshlarda ($\text{rank}=210,76$) va 50 yoshdan yuqorilarda esa ($\text{rank}=211,39$) natijalar ($H=7,032$; $p<0,05$) qayd etildi. Bu holat yosh o'zgarishi bilan noaniqlikka nisbatan psixologik munosabat darajasi o'zgarishini ishonchli asosda tasdiqlaydi. Ayniqsa, 20-30 yosh oralig'idagi ishtirokchilar “noqaniqlikka toqatsizlik” ko'rsatkichi bo'yicha eng yuqori rank qiymatiga ega bo'lishgan. Bu esa, aynan yoshlarning noaniq holatlarga nisbatan sezuvchanligi va bunday holatlarda xavotir darajasining ortishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. 31-40 yoshdagi guruhda bu ko'rsatkich biroz pasaygan bo'lsa-da, hali ham yuqori darajada qolmoqda. Bunga sabab sifatida hayotiy tajriba ortib borishi bilan birga, noaniq vaziyatlarda muvozanatni saqlashga intilish kuchayishini ko'rsatish mumkin.

41-50 va 50 yoshdan yuqori guruhlarda esa “noqaniqlikka toqatsizlik” darajasi sezilarli darajada kamaygan. Bu esa shuni anglatadiki, yosh o'tgani sari insonlar hayotda uchraydigan noaniqliklarni tabiiy hol sifatida qabul qilishga, murosaga va moslashuvchanlikka moyilroq bo'lishadi. Ularning psixologik barqarorligi va hayotiy tajribalari noaniq holatlarga bo'lgan munosabatni boshqarishga yordam beradi.

Mazkur natijalar yosh psixologiyasi doirasida noaniqlikni idrok etish mexanizmlarining bosqichma-bosqich rivojlanishini ham tasdiqlaydi.

“Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” shkalasi bo'yicha yosh guruhleri natijalari o'rtasida sezilarli farq aniqlandi ($H=9,674$; $p<0,05$). 31–40 yosh oralig'idagi ishtirokchilar eng yuqori ko'rsatkichga ega bo'lishdi (Mean Rank = 250,75), bu esa aynan shu davrda muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish va xatodan qochishga bo'lgan moyillik kuchliroq namoyon bo'lishini bildiradi. Bu yoshdagi shaxslar odatda faol kasbiy o'sish, oilaviy barqarorlik va ijtimoiy maqom uchun kurashayotgan bo'lgani sababli, muvaffaqiyatsizlik ularda ko'proq tashvish uyg'otishi tabiiy. 20-30 hamda 41 yosh va undan yuqori guruhlarda esa bu ko'rsatkich pastroq bo'lib, ular xatoni hayotiy tajribaning bir qismi sifatida qabul qilishga moyilroq. 20-30 yoshli ishtirokchilar ham nisbatan yuqori ko'rsatkichga ega bo'lib, bu davrda hayot yo'lini tanlash, kasbiy faoliyatni boshlash va o'zini isbotlash ehtiyoji ularni muvaffaqiyatsizlikdan cho'chitishga olib kelishini ko'rsatadi. Shunga nisbatan, 41-50 yoshdagilar va 50 yoshdan yuqoridagilar pastroq ko'rsatkichlarga ega. Bu natijalar ularning hayotiy tajribalari ortgani, muvaffaqiyatsizlikka bo'lgan munosabatlarida ko'proq realistik va muvozanatli yondashuv shakllanganini ko'rsatadi. Katta yoshdagi ishtirokchilar, odatda, hayotdagi yutuq va muvaffaqiyatsizliklarni tabiiy jarayon sifatida qabul qilishadi va buning salbiy oqibatlaridan qochishga qaratilgan emotsional javoblari kamayadi. “Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha 20-30 yoshlarda (rank=239,98), 31-40 yoshlarda (rank=241,27), 41-50 yoshlarda (rank=229,90) va 50 yoshdan yuqorilarda esa (rank=193,93) natijalar ($H=8,690$; $p<0,05$) qayd etildi. Natijalar shuni ko'rsatmoqdaki, yosh o'sishi bilan “ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” darajasida pasayish kuzatilmoqda. Ayniqsa, 50 yoshdan yuqori ishtirokchilarda bu ko'rsatkich ancha past bo'lib, ularning ijtimoiy aloqalar o'rnatish va ochiq muloqotga tayyorlik darajasi boshqa yosh guruhlariga nisbatan sustroq ekanligi kuzatiladi. Bu holat, ehtimol, yoshi kattalarning psixologik ehtiyotkorligi, yangilikka nisbatan konservativ yondashuvi yoki ilgari shakllangan ijtimoiy doiralarga tayanishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Shuningdek, 31-40 yoshli ishtirokchilar eng yuqori ko'rsatkichga ega bo'lishgan. Ushbu yosh davri faol mehnat va ijtimoiy hayot bosqichi

bo'lib, insonlar o'z kasbiy, oilaviy va ijtimoiy aloqalarini kengaytirishga ehtiyoj sezadilar. Shu sababli, ular ko'proq ijtimoiylashuvga ochiq va moslashuvchan bo'lishlari mumkin. Yana aytish mumkinki, "Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik" darajasi yosh omiliga sezilarli darajada bog'liq bo'lib, bu ko'rsatkich 31-40 yoshda eng yuqori darajada namoyon bo'lgan, 50 yoshdan yuqorida esa pasaygan holda aks etgan. Bu esa yosh guruhlariga yo'naltirilgan kommunikativ treninglar yoki ijtimoiy faollikni qo'llab-quvvatlovchi psixoprofilaktik tadbirlarni ishlab chiqishda muhim diagnostik mezon bo'lib xizmat qiladi. Tadqiqotimiz davomida psixologlarning kommunikativ ko'nikmalarini shakllanishi jarayonida jins va yoshga oid individual xususiyatlar muhim o'rin tutishi ilmiy-empirik ma'lumotlar asosida tasdiqlandi. Jumladan, kommunikativ kompetensiyaning asosiy tarkibiy komponentlari "ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik", "ijtimoiy aloqalarga ochiqlik", "kelishuvga intilish" kabi ko'rsatkichlar bo'yicha har xil yosh guruhlar va erkak hamda ayol psixologlar o'rtasida statistik jihatdan ishonchli farqlar aniqlandi. Jinsiy farqlar tahlili natijalari esa erkak psixologlarda kommunikativ kompetensiyaning bir qator jihatlari, ayniqsa "ijtimoiy aloqalarga ochiqlik" va "kelishuvga intilish" komponentlarining nisbatan yuqoriligi bilan ajralib turdi. Bu holat erkaklar orasida empatiya, hissiy sezgirlik va shaxslararo munosabatlarda mo'tadillik ko'rsatkichlari yuqoriligi bilan bog'liq psixologik farqlarga tayangan holda izohlanadi.

Yosh omili bilan bog'liq tahlillar shuni ko'rsatdiki, 20-30 yosh oralig'idagi psixologlarda ijtimoiy aloqalarga nisbatan ochiqlik, yangilikni qabul qilishga tayyorlik va kommunikativ moslashuvchanlik darajalari nisbatan yuqori bo'lib, bu yosh davrida shaxsiy va kasbiy o'sish uchun yuqori motivatsiya mavjudligi bilan izohlanadi. 50 yoshdan yuqori guruhda esa bu ko'rsatkichlarning pasayishi kuzatildi, bu esa shaxsning barqaror kommunikativ uslublariga sodiqligi, o'zgarishga nisbatan ehtiyotkorlik va psixologik konservatizmga moyillik bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Bir so'z bilan aytganda, tadqiqot natijalari psixologlarning kommunikativ ko'nikmalarini shakllantirishda ularning yosh va jins omillarini inobatga olish zarurligini ta'kidlaydi. Bu natijalar kasbiy trening dasturlarini individual yondashuv asosida tuzishda, muhim ahamiyat kasb etadi.

Bob bo'yicha xulosalar

Demak, malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalarini o'rganishga doir olib borilgan tadqiqotlar bu sohada alohida o'rinni egallaydi. Ushbu ma'lumotlarni psixologik tahlil qilish quyidagi xulosalarga asos bo'lishi mumkin:

1. Tadqiqot metodologiyasi G.M. Andreeva, T. Liri va Y.A. Klimov kabi yetuk psixolog olimlarning nazariy qarashlariga tayanib, kommunikativ kompetensiyalarni shaxsiy, ijtimoiy va kasbiy o'lchamlarda chuqur o'rganishga yo'naltirilgan.

2. Bobda qo'llangan metodik vositalar, SKK (ijtimoiy-kommunikativ kompetensiya) testi, shaxslararo ta'sir uslubi testi (Maksimov va Lobeyka), KOS-2 (Klimov), Fey shkalasi va M. Snayderning o'zini-o'zi nazorat qilish testi orqali tinglovchilarning kommunikativ faoliyati turli jabhalarda baholandi. Har bir metodika turlicha komponentlarni masalan, empatiya, emotsional barqarorlik, kommunikativ sezgirlik, muloqotdagi pozitsiya, shaxslararo moslashuvchanlik va boshqalarni aniqlashga xizmat qildi.

3. Mualliflik "Psixologlarni kommunikativ kompetensiyalarni baholash" so'rovnomasi asosida olib borilgan sotsiologik tahlil psixologlarning muloqotga oid psixologik tayyorgarligi, o'zini-o'zi anglash darajasi, stressni boshqarish qobiliyati, rahbariyat yondashuvining ta'siri va o'qituvchi-rahbar-o'quvchi o'rtasidagi muloqot sifatini chuqur yoritib berdi. 456 nafar tinglovchi ishtirok etgan bu tadqiqotda, jins, yosh, pedagogik tajriba va hududiy omillarga qarab statistik tafovutlar ham e'tiborga olingan.

4. Tadqiqot yakunlari shuni tasdiqladiki, kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish uchun nafaqat metodik vositalar, balki chuqur psixologik tahlil, mos yondashuvlar, ijtimoiy treninglar va shaxsiy refleksiyaga asoslangan tizimli dasturlar zarur. Ikkinchi bobda amalga oshirilgan ilmiy va empirik ishlar malaka oshirish kursi tinglovchilarining ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarini chuqur baholash, shaxsiy salohiyatni rivojlantirish va samarali trening strategiyalarini ishlab chiqishda muhim amaliy asos bo'lib xizmat qiladi deb o'ylaymiz.

III BOB. MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARINI TRENING TEXNOLOGIYALARI ORQALI KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH

3.1§. Malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyalari takomillashishida hudud va pedagogik tajribaga oid xususiyatlarini empirik o'rganish

Ta'lim jarayonining muvaffaqiyati, asosan, pedagog shaxsining kommunikativ kompetensiyalariga, o'z fikrini aniq va ravon ifoda etish, boshqalarni tinglash, hamkorlik qilish, konfliktlarni oldini olish yoki bartaraf etish kabi ko'nikmalariga bevosita bog'liq. Shu nuqtai nazardan, malaka oshirish kurslarida ishtirok etayotgan pedagog kadrlarning kommunikativ ko'nikmalarini empirik jihatdan o'rganish dolzarb ilmiy-amaliy masalalardan biri sanaladi.

Kommunikativ kompetensiyalarning shakllanishi ko'plab omillarga, jumladan, tinglovchilarning yashash hududi, pedagogik tajribasi, professional faolligi, ta'lim muassasasi turi va boshqalarga bog'liq ravishda farqlanishi mumkin. Hududiy farqlar muloqot madaniyatiga, til resurslaridan foydalanish darajasiga, axborot texnologiyalaridan xabardorlikka, madaniy-muloqot an'alariga ta'sir etadi. Pedagogik tajribaning esa, ayniqsa, kommunikatsion vaziyatlarga bo'lgan yondashuvda sezilarli ta'siri kuzatiladi. Tajribali pedagoglar o'zaro munosabatni boshqarish, ijtimoiy-psixologik vaziyatlarni to'g'ri baholashda nisbatan yuqori samaradorlikni namoyon qilishi mumkin.

Tadqiqotimizda asosiy metodika sifatida E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidova tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik" (SKK) diagnostikasi metodikasi asosida o'tkazilgan amaliy tadqiqotlar natijalarini tahlil qildik. Bunda psixologlarning kommunikativ jarayonlarda samarali ishtirok etishi, ijtimoiy muhitga moslashish va muloqotda konstruktiv strategiyalarni qo'llash darajasini hamda, kommunikativ ko'nikmalarini yashash hududi va pedagogik tajribasi orqali solishtirildi. Quyidagi jadvalda psixologlarda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik xususiyatlarini hudud tafovutlari tahlili Kruskal-Vallis mezonini asosida keltirib o'tilgan (Jadvalning to'liq shakli 7-ilovada keltirilgan).

3.1-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari bo'yicha hudud tafovutlarini o'rganish (Kruskal-Vallis N=456)

	Hududingiz	N	Mean Rank	H	p
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	Andijon	170	246,63	8,335	0,015*
	Sirdaryo	153	237,49		
	Jizzax	133	206,22		
	Jami	456			
Faollik, tashabbuskorlik	Andijon	170	244,39	6,522	0,034*
	Sirdaryo	153	229,15		
	Jizzax	133	213,69		
	Jami	456			
O'zgarishlarga ochiqlik	Andijon	170	224,55	7,317	0,026*
	Sirdaryo	153	245,38		
	Jizzax	133	214,13		
	Jami	456			

$p > 0,05$, $p < 0,05^*$

“Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” shkalasi bo'yicha Andijon viloyatida (rank=246,63), Sirdaryo viloyatida (rank=237,49), Jizzax viloyatida esa (rank=206,22) nisbatan statistik jihatdan ishonchli darajada hamda, ($H=8,335$; $p < 0,05$) natijalar qayd etildi. Bu shuni anglatadiki, Andijon va Sirdaryo viloyatlarida istiqomat qiluvchi psixologlarda muvaffaqiyatsizlikka bo'lgan sezgirlik yoki undan qochishga moyillik darajasi nisbatan yuqoriroq. Bunday farqlar, ya'ni psixologlarning “Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” tendensiyasidagi hududlararo tafovutlar, bir qator chuqur psixologik va ijtimoiy omillar bilan izohlanishi mumkin. Avvalo, bu farqlarning yuzaga kelishida ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning ahamiyati katta. Masalan, mehnat bozori raqobatining kuchayishi, daromad darajasining barqarorlashmaganligi yoki yashash sharoitlarini yaxshilashga bo'lgan ehtiyoj kabi omillar shaxslarni yanada faollikka undashi mumkin. Bunday vaziyatlar insonda o'zini rivojlantirish, yangi ko'nikmalar egallash va barqaror hayotiy strategiyalarni shakllantirishga bo'lgan intilishni kuchaytiradi. Natijada, shaxslar o'z oldiga aniq maqsadlar qo'yadi, qaror qabul qilishda ehtiyotkorlik bilan yondashadi va mas'uliyat darajasi oshadi. Shuningdek, kasbiy bosim darajasi ham muhim o'rin tutadi. Ba'zi hududlarda psixologlardan kutilayotgan talab yuqori, biroq kasbiy rivojlanish imkoniyatlari cheklangan bo'lishi mumkin. Bunday sharoitda psixologlar

muvaffaqiyatsizlikdan qochishga ko‘proq moyil bo‘lishadi, chunki har qanday xatolik ularning ijtimoiy maqomiga yoki ish o‘rniga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

“Faollik va tashabbuskorlik” shkalasi bo‘yicha Andijon viloyatida (rank=244,39), Sirdaryo viloyatida (rank=229,15), Jizzax viloyatida esa (rank=213,69) nisbatan statistik jihatdan, ($H=6,522$; $p<0,05$) natijalar qayd etildi. Ushbu natijalar viloyatlar miqyosida psixologlarning faollik va tashabbuskorlik darajasi o‘zgaruvchan va hududiy xususiyatlarga bog‘liq ekanligini yaqqol namoyon etadi. Ba’zi viloyatlarda psixologlar yuqori faollik ko‘rsatgan bo‘lsa, boshqalarida bunday tashabbus pastroq darajada bo‘lishi kuzatilgan. Bu holat, eng avvalo, hududiy kasbiy muhitning sifati bilan bevosita bog‘liq. Masalan, faoliyat yuritayotgan muassasada psixologlarga nisbatan hurmat va e’tibor darajasi, ularning fikrlariga rahbariyat tomonidan e’tibor qaratilishi, ularning g‘oyalari va tashabbuslarini amalga oshirish imkoniyatlari ularning motivatsiyasiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, tashkiliy qo‘llab-quvvatlash darajasi ya’ni, metodik yordam, kasbiy maslahatlar, muntazam malaka oshirish kurslari va treninglar mavjudligi, psixologlar tashabbuskorligining asosiy omillaridan biridir. Yana bir muhim omil bu mahalliy madaniy iqlim va stereotiplar. Ayrim hududlarda psixologik xizmatga bo‘lgan talab yuqori bo‘lsa, boshqa joylarda odamlar hanuzgacha psixologik yordamga ehtiyotkorlik bilan yondashadilar. Bu esa psixologlarning o‘z faoliyatini keng doirada tashkil etishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. Professional rivojlanish imkoniyatlarining mavjudligi masalan, ilmiy-amaliy konferensiyalar, seminarlarda ishtirok etish, tajriba almashish platformalari psixologlarning kasbiy salohiyatini oshirish bilan birga, ularni yangi tashabbuslarga ilhomlantiradi.

“O‘zgarishlarga ochiqlik” shkalasi bo‘yicha o‘tkazilgan statistik tahlil natijalariga ko‘ra, Andijon viloyati (rank=224,55), Sirdaryo viloyati (rank=245,38) va Jizzax viloyati (rank=214,13) o‘rtasida ishtirokchilarning o‘zgaruvchiga nisbatan sezilarli darajadagi tafovutlari aniqlangan bo‘lib, bu farq statistik jihatdan ahamiyatli deb topildi ($H=7,317$; $p<0,05$). Uchta viloyat ishtirokchilari orasida “o‘zgarishlarga ochiqlik” shkalasi bo‘yicha sezilarli farqlar mavjudligi aniqlandi. Bu esa, mazkur xususiyat bo‘yicha viloyatlar kesimida yondashuv, tajriba va qabul qilish darajalari har

xil ekanini ko'rsatadi. Sirdaryo viloyati ishtirokchilari eng yuqori ko'rsatkichga ($\text{rank}=245,38$) ega bo'lgan bo'lsa, bu ularning yangilik va o'zgarishlarga nisbatan eng ochiq, moslashuvchan va tashabbuskor ekanligini anglatadi. Ular ijtimoiy-psixologik jihatdan yangiliklarga ijobiy yondashishga moyil. Andijon viloyati ishtirokchilari esa o'rta darajadagi qiymatga ($\text{rank}=224,55$) ega bo'lib, ular ham o'zgarishlarga ochiq, biroq Sirdaryo viloyati ishtirokchilari darajasidagidek bo'lmagan. Ehtimol, mintaqadagi ijtimoiy-madaniy muhit, yangiliklarni joriy qilishga bo'lgan tayyorgarlik yoki tashkilot ichidagi psixologik muhit bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Jizzax viloyati ishtirokchilari esa nisbatan past qiymatga ($\text{rank}=214,13$) ega bo'lib, bu ularning o'zgarishlarga nisbatan ehtiyotkorroq va konservativ yondashuvini bildiradi. Ular yangiliklarni qabul qilishda ehtimoliy ichki psixologik qarshilikka ega bo'lishi mumkin.

Tadqiqot natijalari viloyatlar kesimida ijtimoiy-kommunikativ ko'rsatkichlar bo'yicha muayyan farqlar mavjudligini ko'rsatdi. Xususan:

“Faollik va tashabbuskorlik” ko'rsatkichlari bo'yicha Andijon viloyatida ishtirokchilarning faollik darajasi nisbatan yuqori bo'lib, statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlar mavjudligi ($H=6,522$; $p<0,05$) aniqlangan. Bu, hududdagi shaxslarning tashabbus ko'rsatish va faol ishtirok etishga moyilligi nisbatan yuqoriligini anglatadi.

“O'zgarishlarga ochiqlik” shkalasi bo'yicha esa Sirdaryo viloyati yuqori rank ko'rsatkichlariga ega bo'lib, bu viloyat ishtirokchilari o'zgarishlarga tez moslasha olish, yangiliklarni qabul qilishga ochiqlik bilan ajralib turishini anglatadi. Bu farqlar ham statistik jihatdan ishonchli ($H=7,317$; $p<0,05$) deb topilgan.

Tadqiqotimizda ishtirok etgan respondentlar orasida tashabbuskorlik, faollik va o'zgaruvchan sharoitlarga moslasha olish qobiliyati yuqori darajada namoyon bo'ldi. Bu holat ularning ijtimoiy-kommunikativ kompetentligini rivojlantirish uchun qulay psixologik asoslar mavjudligini ko'rsatadi. Bunday xususiyatlar shaxsning ijtimoiy faolligi, yangilikka ochiqligi va kasbiy muloqot jarayonlarida faol ishtirok etish layoqatini oshiradi. Quyidagi jadvalda psixologlarda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik xususiyatlarini pedagogik mahorat tafovutlari tahlili Kruskal-Vallis mezonida keltirib o'tilgan (Jadvalning to'liq shakli 7-ildavda keltirilgan).

3.2-jadval

E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari bo‘yicha pedagogik tajriba o‘rtasidagi tafovutlarini o‘rganish (Kruskal-Vallis N=456)

	Pedagogik tajriba	N	Mean Rank	H	p
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	1-5	114	241,13	8,331	0,040*
	6-10	131	241,35		
	11-20	109	229,56		
	20 yildan ortiq	102	196,75		
	Jami	456			
Noqaniqlikka toqatsizlik	1-5	114	250,52	9,708	0,032*
	6-10	131	234,73		
	11-20	109	215,72		
	20 yildan ortiq	102	209,55		
	Jami	456			
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	1-5	114	228,14	9,676	0,033*
	6-10	131	249,32		
	11-20	109	225,53		
	20 yildan ortiq	102	205,33		
	Jami	456			
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	1-5	114	240,73	11,079	0,011* *
	6-10	131	239,21		
	11-20	109	238,35		
	20 yildan ortiq	102	190,54		
	Jami	456			

p>0,05, p<0,05*

“Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” shkalasi bo‘yicha tajriba yillari kesimida sezilarli farqlar kuzatildi: 1-5 yil (rank = 241,13), 6-10 yil (rank = 241,35) tajribaga ega pedagoglar eng yuqori ko‘rsatkichlarni namoyon etganlar. 11-20 yil (rank = 229,56) va 20 yildan ortiq tajribaga ega respondentlarda (rank = 196,75) esa ko‘rsatkichlar pasaygan ($H = 8,331$; $p < 0,05$). Bu natijalar shuni anglatadiki, mehnat faoliyatining dastlabki yillarida psixologlar yanada o‘zgaruvchan, yangi vaziyatlarga tez moslashuvchi va muloqotda faol bo‘ladilar. Tajriba ortgani sari esa odatiy ish uslublariga tayanish, barqaror yondashuvni afzal ko‘rish va o‘zgarishlarga ehtiyotkor munosabat shakllanishi mumkin. Bu holat, moslashuvchanlikning pasayishi emas, balki tajribali psixologlarda kommunikativ strategiyalarning barqarorlashuvi sifatida ham talqin qilinadi. Aksincha, uzoq yillar davomida mehnat qilgan psixologlar orasida “Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” darajasining pasayishi bir necha

psixologik va ijtimoiy omillar bilan izohlanishi mumkin. Ularda kasbiy faoliyatda barqarorlik va odat tusiga kirgan kommunikativ uslublar shakllangan bo'lishi ehtimoli yuqori. Shuningdek, ularning kommunikatsion faoliyatda yangilikka ochiqlik darajasi nisbatan past, yangi kommunikatsion vositalar va metodlarni qabul qilishga ehtiyotkorona yondashuv kuzatiladi. Bu esa, o'z navbatida, o'zgaruvchan kommunikativ vaziyatlarga tez va samarali moslashishni qiyinlashtiradi. Bundan tashqari, uzoq yillar bir xil ijtimoiy va professional muhitda ishlash natijasida yuzaga keladigan "kasbiy harakatsizlik" holati ham moslashuvchanlikning pasayishiga olib kelishi mumkin. Bunday holat psixologning o'z kasbiy sharoitida psixologik qulaylik hissi ortishi bilan bog'liq bo'lib, bu ijobiy jihatga ega bo'lsa-da, ayni paytda tashqi o'zgarishlarga nisbatan reaktivlikni pasaytiradi. Bu esa innovatsion va zamonaviy ta'lim talablariga javob berishda muayyan qiyinchiliklar tug'diradi.

"Noaniqlikka toqatsizlik" ko'rsatkichlari tahliliga ko'ra, ish tajribasi ortgani sayin psixologlarning noaniq vaziyatlarga bo'lgan bag'rikengligi pasayib borayotgani kuzatiladi. 1-5 yil tajriba egalarida ($\text{rank}=250,52$), 6-10 yil tajriba egalarida ($\text{rank}=234,73$), 11-20 yillik tajriba egalarida ($\text{rank}=215,72$) 20-yildan ortiq tajriba egalarida esa ($\text{rank}=209,55$) u farq statistik jihatdan ishonchli hisoblanadi ($H=9,708$; $p<0,05$). Demak, pedagogik tajriba ortgani sari noaniqlikka bo'lgan toqatsizlik darajasi sezilarli darajada kamayadi. Bu holat shuni ko'rsatadiki, tajribali psixologlar noaniq, kutilmagan yoki murakkab vaziyatlarga nisbatan ancha bardoshli, murosali va hissiy barqaror munosabat bildiradilar. Ular noaniq vaziyatlarga tushganida haddan ziyod tashvishlanmasdan, vaziyatni obyektiv tahlil qilish, ehtiyotkorlik bilan yondashish va ongli qarorlar qabul qilishga moyil bo'ladilar. Bunday yondashuv esa ularning kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatli ishlashiga, kasbiy iqlimga tez va samarali moslashuviga, shuningdek, shaxsiy va professional sohalarda psixologik barqarorlikni saqlashiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, bu o'zgarishlar psixologlarning tajriba ortishi bilan faqat amaliy ko'nikmalar emas, balki psixologik moslashuvchanlik va hissiy yetuklik darajasi ham ortib borayotganini ko'rsatadi. Natijada, ular nafaqat o'z ish faoliyatida, balki muloqot va jamoa muhitida ham samaraliroq va ijobiyoq pozitsiyani egallaydilar.

“Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” ko‘rsatkichlari tahliliga ko‘ra, ish tajribasi ortgani sayin psixologlarning noaniq vaziyatlarga bo‘lgan bag‘rikengligi pasayib borayotgani kuzatiladi. 1-5 yil tajriba egalarida ($\text{rank}=228,14$), 6-10 yil tajriba egalarida ($\text{rank}=249,32$), 11-20 yillik tajriba egalarida ($\text{rank}=225,53$) 20-yildan ortiq tajriba egalarida esa ($\text{rank}=205,33$) u farq statistik jihatdan ishonchli hisoblanadi ($H=9,676$; $p<0,05$). Bu holat shuni anglatadiki, ish faoliyatining dastlabki bosqichlarida psixologlar muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqib, noaniqlikdan qochishga moyil bo‘lishadi. Tajriba ortib borgani sari esa ular bunday holatlarga nisbatan barqaror, chidamli va bag‘rikengroq yondashuvni shakllantiradi. Bunday tendensiya tajriba ortishi bilan psixologlarning kasbiy o‘ziga ishonchi kuchayib, muvaffaqiyatsizlikni shaxsiy inqiroz emas, balki o‘rish va rivojlanish uchun imkoniyat sifatida qabul qilishga o‘rganayotganini ko‘rsatadi. Bu esa ularning professionallik darajasi, muammoli vaziyatlarga nisbatan konstruktiv yondashuvi va kasbiy o‘rishining ortib borayotganidan dalolat beradi.

“Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” ko‘rsatkichlari tahliliga ko‘ra, ish tajribasi ortgani sayin psixologlarning noaniq vaziyatlarga bo‘lgan bag‘rikengligi pasayib borayotgani kuzatiladi. 1-5 yil tajriba egalarida ($\text{rank}=240,73$), 6-10 yil tajriba egalarida ($\text{rank}=239,21$), 11-20 yillik tajriba egalarida ($\text{rank}=238,35$) 20-yildan ortiq tajriba egalarida esa ($\text{rank}=190,54$) u farq statistik jihatdan ishonchli hisoblanadi ($H=11,079$; $p<0,05$). Bundan kelib chiqib aytish mumkinki, tajriba ortgani sayin psixologlar noaniq va o‘zgaruvchan ijtimoiy muhitga moslashishda qiyinchilikka duch kelmoqda. Bu holat psixologik va kasbiy jihatdan bir qator omillar bilan izohlanadi.

Psixologlarning ish tajribasi ortishi bilan ularning noaniq va o‘zgaruvchan ijtimoiy muhitga moslashuvchanlik darajasi pasayib borayotganligi kuzatiladi. Bu esa ularning yangiliklarga nisbatan sezuvchanlik va kommunikativ faollik ko‘rsatkichlarini cheklashi mumkin. Tajriba yillarining ko‘payishi bilan “ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” darajasi sezilarli kamaymoqda, demak, yangilikka nisbatan ehtiyotkorlik, qat’iy yondashuvlar va barqaror pozitsiyalarning shakllanishi bilan izohlanadi. Kasbiy faoliyat jarayonida psixolog yoki pedagogning ish tajribasi ortib borishi bilan uning ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik darajasida sezilarli

o'zgarishlar kuzatiladi. Tadqiqotlarda ayniqsa mehnat faoliyatining dastlabki yillarida kommunikativ faollikning yuqori ekani, vaqt o'tishi bilan esa bu ko'rsatkichning asta-sekin pasayishi aniqlangan. Bu holatning yuzaga kelishida bir nechta psixologik va tashkiliy omillar mavjud:

Birinchidan, ish tajribasi ortgan sari inson o'z kasbiy faoliyatini avtomatlashtirib boradi, ya'ni o'zining an'anaviy ish uslublari va kommunikativ strategiyalariga suyanan holda faoliyat yurita boshlaydi. Ular samaradorligi isbotlangan bo'lgani sababli mutaxassis yangi vaziyatlar, yangi yondashuv yoki metodlarni sinab ko'rishga kamroq intiladi. Bunda shaxsning "barqaror kasbiy identifikatsiya" holati shakllanadi, u o'zini kasbiy jihatdan to'liq shakllangan, o'z uslubi yetarli va to'g'ri deb hisoblaydi. Natijada yangi tajriba yoki o'zgarishlarni qabul qilish ehtiyoji pasayadi.

Ikkinchidan, tajriba ortishi bilan shaxsning kognitiv moslashuvchanligi ya'ni, fikrlar va harakatlarni yangi sharoitga mos ravishda qayta yo'naltira olish qobiliyati susayadi. Bu jarayon psixologiyada "fikrlashning qotib qolishi" fenomeni deb izohlanadi. Uzoq yillar davomida shakllangan professional stereotiplar, qaror qabul qilish odatlari va barqaror kommunikativ uslublar insonni yangilikni qabul qilishdan cheklaydi. Natijada mutaxassis "yangilikka ehtiyotkorlik bilan yondashuvchi", "tashabbuskorlikdan ko'ra barqarorlikni afzal ko'ruvchi" turga aylanadi.

Kommunikativ moslashuvchanlikning pasayishiga tashkiliy omillar ham ta'sir ko'rsatadi. Mehnat tajribasi oshgani sari mutaxassisning mas'uliyat doirasi kengayadi, vaqt resurslari qisqaradi, ish yuklamasi ortadi. Bu esa o'z-o'zida yangilikni o'rganish, kommunikatsiya uslublarini takomillashtirish yoki malaka oshirishga sarflanadigan resurslarni kamaytiradi. Natijada mutaxassis yangi kommunikativ talablarni emas, balki mavjud ish jarayonini barqaror bajarishni asosiy maqsad sifatida ko'radi.

Kasbiy faoliyat davomida ortib boradigan yana bir xususiyat bu, xavfga nisbatan ehtiyotkorlikning kuchayishidir. Ish tajribasi yuqori bo'lgan shaxslar ko'pincha xatoga yo'l qo'yish ehtimolini kamaytirishga intiladi. Shu sababli murakkab muloqot vaziyatlaridan chekinish, noaniq ijtimoiy vaziyatlarda o'zini ishonchsiz his qilish holatlari yuzaga keladi. Bu esa kommunikativ jarayonlarda moslashuvchanlikning pasayishiga olib keladi.

Shunday bo'lsa-da, bu jarayon tabiiy emas, balki boshqarilishi mumkin bo'lgan psixologik mexanizmdir. Agar tashkilot doirasida o'qituvchilar va psixologlarning muntazam ravishda malaka oshirishi, refleksiya, tajriba almashish kabi faoliyatlar yo'lga qo'yilsa, bu jarayon orqaga qayta oladi. Tajribali mutaxassislarni yangi metodlarni sinashga jalb etish, kichik loyihalar orqali innovatsion yondashuvga rag'batlantirish, mentorlik tizimini yo'lga qo'yish kommunikativ moslashuvchanlikni saqlab qolishga xizmat qiladi. Bu jarayonlar mutaxassisning faqat bilim darajasini emas, balki uning kognitiv moslashuvchanligini, innovatsion fikrlashini va muloqotga ochiqqligini ham rivojlantiradi. Ish tajribasi ortishi bilan ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlikning kamayishi shaxsning kasbiy kompetentligi bilan bog'liq bo'lgan odatiy jarayondir. Biroq bu pasayishning keskinligi tashkilotning rivojlanish siyosati, professional qo'llab-quvvatlash mexanizmlari va mutaxassisning ichki motivatsiyasiga bog'liq. Doimiy rivojlanish muhitiga ega bo'lgan ta'lim muassasalarida bu salbiy tendensiya sezilmaydi, aksincha, tajriba va moslashuvchanlik uyg'unligi natijasida yuqori darajadagi kommunikativ kompetentlik shakllanadi.

Yuqoridagi tahlillar shuni ko'rsatadiki, psixologlarning ish tajribasi ortib borishi ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Kasbiy faoliyatning dastlabki yillarida mutaxassislar kommunikativ jihatdan yanada faol, moslashuvchan, tashabbuskor hamda yangi ijtimoiy vaziyatlarga ochiq bo'lishadi. Bu holat kasbiy stereotiplar, xavfga bo'lgan ehtiyotkor yondashuv, vaqt resurslarining cheklanishi, yuklamaning ortishi va o'zini yetarli darajada shakllangan mutaxassis sifatida qabul qilish kabi omillar bilan izohlanadi. Psixologlardagi tajriba va moslashuvchanlik o'zaro zid bo'lgan hodisalar emas, balki to'g'ri boshqarilgan taqdirda professional ustunlikni ta'minlaydigan ikki asosiy omildir va bu omillar ta'lim muassasalarida professional rivojlanishning uzluksizligini ta'minlash va ijtimoiy moslashuvchanligini yuqori darajada saqlab qolishning muhim shartlaridan biri hisoblanadi. Keyingi bo'limda biz kommunikativ ko'nikmalar va shaxs xususiyatlari orasidagi aloqadorlikka to'xtalib o'tamiz.

3.2§. Kommunikativ kompetensiyalar va shaxs xususiyatlari orasidagi aloqadorlik

Amaliyotchi psixologlarning malaka oshirish kursidagi kommunikativ kompetensiyalarini chuqur o'rganish uchun turli psixodagnostik metodikalardan foydalanish dolzarb ahamiyatga ega. Bu metodikalar yordamida olingan natijalarni taqqoslash va ularning o'zaro bog'liqligini aniqlash orqali psixologik jarayonlarning murakkab tarkibiy qismlarini aniqlash mumkin bo'ladi. Shu tariqa, tadqiqotning metodologik yaxlitligi saqlanadi va kommunikativ ko'nikmalarni shakllantiruvchi omillar chuqur, kompleks tahlil etiladi. Bu esa empirik asoslangan ilmiy xulosalar chiqarish imkonini beradi. Ayniqsa, bu yondashuv amaliyotchi psixologlarning o'z kasbiy faoliyatida qanday kommunikatsion strategiyalarga tayanishini aniqlash hamda ularning samaradorlik darajasini baholash imkonini ham yaratadi.

Tadqiqotimizda asosiy metodika hisoblangan E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testi asosida aniqlangan kommunikativ ko'nikmalar darajasi, S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeykalarining "Shaxslararo o'zaro ta'sir uslubini aniqlash" testidan olingan ko'rsatkichlar, Y.A. Klimovning "Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi (KOC2)" natijalari, Fey shkalasi bo'yicha "Boshqalarni qabul qilishni diagnostika qilish" metodikasi va M.Snaydarning "Muloqot jarayonida o'zini-o'zinazorat qilish" testlariga asoslangan ko'nikma darajalari o'rtasidagi statistik bog'liqliklar Spirmenning korrelyatsiya koeffitsienti asosida o'rganildi.

Tadqiqotning dastlabki bosqichida E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" metodikasi orqali aniqlangan kommunikativlik ko'rsatkichlari bilan S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeyka tomonidan ishlab chiqilgan "Shaxslararo o'zaro ta'sir uslubini aniqlash" metodikasi natijalari o'rtasidagi o'zaro munosabatlar statistik jihatdan tahlil qilindi. Quyidagi jadvalda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi metodikasi va shaxslararo o'zaro ta'sir uslubini aniqlash metodikalari natijalarining o'zaro bog'liqligi Spirmen korrelyatsiya tahlili asosida keltirib o'tilgan.

3.1-jadval

E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi” va S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeykalarining “Shaxslararo o‘zaro ta’sir uslubini aniqlash” metodikalari natijalarining o‘zaro bog‘liqligi (Spirmen korrelyatsiya tahlili, N=456)

	Direktiv uslub	Kollegial uslub	Aralashmaslik uslubi	Ishbilarmon uslub
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	-0,022	-0,016	-0,035	-0,060
Kelishuvga intilish	-0,118(*)	-0,027	0,007	0,118(*)
Noqaniqlikka toqatsizlik	-0,026	-0,010	-0,022	-0,077
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	-0,090	-0,026	-0,026	-0,038
Frustratsion tolerantlik	0,004	0,084	-0,002	-0,037
Faollik, tashabbuskorlik	-0,067	-0,018	0,036	0,010**
Baholovchilarga qaramlik	0,032	0,023	0,026	0,025
O‘zgarishlarga ochiqlik	-0,045	-0,058	0,061	-0,033
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	0,079	0,023	-0,028	-0,023
Ichki barqarorlik	-0,019	-0,073	-0,045	-0,042
Kommunikativ passivlik	-0,071	0,011	-0,098(*)	-0,038
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	-0,016	0,072*	-0,034	-0,018

p>0,05, p<0,05, p<0,01****

Yuqoridagi korrelyatsion tahlil natijalariga ko‘ra, biz “Direktiv uslub” bilan “Kelishuvga intilish” shkalasi ko‘rsatkichi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0.118$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligini aniqlandik. Ushbu natija direktiv uslubning kelishuvga intilish ko‘rsatkichiga teskari ta’sir ko‘rsatishini anglatadi. Bu natija shuni ko‘rsatadiki, rahbarlikda direktiv (buyruqboz, qat’iy nazoratga asoslangan) uslubdan foydalanish holatlari oshgan sari, xodimlarning kelishuvga intilish darajasi pasayadi. Ya’ni, bunday boshqaruv yondashuvi xodimlarning muloqotga ochiqligi, konstruktiv kelishuvga erishish istagi va hamkorlikka bo‘lgan tayyorligini kamaytirishi mumkin. Mazkur bog‘liqlik salbiy

bo'lishi, direktiv uslub muloqotda qarama-qarshiliklar, psixologik to'siqlar va ob'ektiv fikr almashinuvga monelik tug'dirishini anglatadi. Shu sababli, rahbarlar tomonidan muloqotni qo'llab-quvvatlovchi, empatik va demokratik yondashuvlarni rivojlantirish tavsiya etiladi.

Aksincha, "Ishbilarmon uslub" shkalasi bilan "Kelishuvga intilish" ko'rsatkichi o'rtasida o'rtacha kuchli ($r=0.118$; $p<0,01$) va statistik jihatdan ishonchli musbat bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Bu esa shuni anglatadiki, shaxslararo o'zaro ta'sirda ishbilarmon uslubni afzal ko'radigan ishtirokchilar odatda muloqotda kelishuvga intilish xususiyatini ham yuqoriroq darajada namoyon etadilar. Shu bilan birga, bog'liqlik darajasi o'rtacha kuchli bo'lib, bu ikki o'zgaruvchi o'rtasida bevosita va barqaror munosabat mavjudligini anglatadi. Bunday natijalar ijtimoiy-kommunikativ kompetentlikning ba'zi elementlari, xususan, kelishuvga intilish, shaxslararo ishbilarmon yondashuv orqali yanada samarali shakllanishi mumkinligini ko'rsatadi.

"Ishbilarmon uslub" shkalasi bilan "Faollik va tashabbuskorlik" ko'rsatkichi o'rtasida o'rtacha kuchli ($r=0.010$; $p<0,01$) va statistik jihatdan ishonchli musbat bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Demak, respondentlarda ishbilarmonlik yo'nalishidagi kommunikativ yondashuv kuchaygan sayin, ularning shaxsiy faolligi va tashabbuskorligi darajasi ham ortib bormoqda.

"Aralashmaslik uslubi" bilan "Kommunikativ passivlik" shkalasi ko'rsatkichi o'rtasida o'rtacha kuchli ($r= -0.098$; $p<0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Ushbu natija aralashmaslik uslubining qo'llanilishi bilan kommunikativ passivlik darajasining pasayishi o'rtasida o'zaro bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi. Aralashmaslik uslubi, ya'ni biror vaziyatga aralashmaslik yoki faol ishtirok etmaslik, shaxsning kommunikativ faolligini kamaytirishga olib kelishi mumkin, bu esa passiv xatti-harakatlarning ko'payishiga asos bo'ladi. Bu holatda kommunikativ passivlik deganda muloqotga kirishishni istamaslik, tashabbus bildirmaslik, fikr almashishda qatnashmaslik, kommunikatsion tashabbusni doimo boshqalarga topshirish holatlari tushuniladi. "Aralashmaslik uslubi"da esa shaxs passiv bo'lishga intilmaydi, balki faqat ochiq to'qnashuvdan qochishga harakat qiladi. Natijada, bu uslubda bo'lgan shaxslar passivlik darajasi yuqori bo'lmagan, ammo

shaxsiy chegaralarni saqlagan kommunikatsion pozitsiyani egallaydilar. Shuning uchun ham aralashmaslik kuchaygan sayin, mutlaq passivlik emas, balki nazoratli kommunikatsion ishtirok kuzatiladi va bu holat passivlik ko'rsatkichining pasayishiga olib keladi.

O'tkazilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidova tomonidan ishlab chiqilgan "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" metodikasi hamda S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeyka tomonidan tuzilgan "Shaxslararo o'zaro ta'sir uslubini aniqlash" metodikasi orasida Spirmen korrelyatsion tahlili asosida bir qator o'rtacha va statistik jihatdan ishonchli bog'liqliklar aniqlangan. Natijalar shuni anglatadiki, shaxslararo muloqot uslublari va ijtimoiy-kommunikativ kompetensiya tarkibiy qismlari o'rtasida strukturaviy, lekin moslashuvchan bog'lanishlar mavjud. Bu esa har ikki metodikaning bir-birini to'ldiruvchi diagnostik vosita sifatida ishlatilishini tasdiqlaydi.

Psixolog M.A. Kholodnaya kommunikativ kompetentlik "nafaqat axborot almashinuvi darajasi, balki shaxslararo o'zaro ta'sirning sifati va hissiy kontekstdagi farovonlikni ta'minlaydigan integrativ holatdir deb aytgan [63].

S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeyka fikricha, shaxslararo munosabatdagi uslublar "individdning ichki ijtimoiy yo'naltirilganlik darajasiga bog'liq bo'lib, ular doimiy xarakterga ega emas, balki situatsion tarzda o'zgaruvchan" [89]. Shu sababli, bu ikki metodika o'zaro muvofiqlashtirilgan holda qo'llanilganda, shaxsning muloqotdagi holati va strategiyalarini kompleks o'rganish imkonini beradi. Bu ikki metodikaning bog'liqliklarini o'rganish natijasi shuni ko'rsatadiki, shaxsning ijtimoiy-kommunikativ kompetentligi, shunchaki bilim yoki ko'nikma emas, balki u shaxsning doimiy ravishda tanlanadigan muloqot strategiyalariga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi psixologik omil hisoblanadi. Shaxsning kommunikativ kompetentligi qanchalik rivojlangan bo'lsa, uning muloqot jarayonida vaziyatni adekvat baholash, boshqalar his-tuyg'ularini sezish va konstruktiv strategiyani tanlash qobiliyati shunchalik yuqori bo'ladi. Quyidagi jadvalda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi metodikasi va kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi natijalarining o'zaro bog'liqligi Spirmen korrelyatsiya tahlili asosida keltirib o'tilgan.

E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi” va Y.A. Klimovning “Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi (KOC2)” natijalarining o‘zaro bog‘liqligi (Spirmen korrelyatsiya tahlili, N=456)

	Kommunikativlikka moyillik	Tashkilotchilikka moyillik
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	0,188	-0,129(**)
Kelishuvga intilish	0,152(**)	-0,110(*)
Noqaniqlikka toqatsizlik	-0,156(**)	-0,015
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	-0,130(**)	-0,081
Frustratsion tolerantlik	-0,096(*)	-0,087
Faollik, tashabbuskorlik	0,002	0,090
Baholovchilarga qaramlik	-0,142(**)	-0,032
O‘zgarishlarga ochiqlik	0,243(**)	-0,115(*)
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	0,117	0,030
Ichki barqarorlik	0,169	0,116(*)
Kommunikativ passivlik	-0,140(**)	-0,036
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	0,063	-0,071

p>0,05, p<0,05, p<0,01****

Yuqoridagi korrelyatsion tahlil natijalariga ko‘ra, “Tashkilotchilik moyillik” shkalasi bilan “Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” shkalasi ko‘rsatkichi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0,129$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Mazkur natija shuni ko‘rsatadiki, tashkilotchilikka yuqori moyillik bildirgan shaxslar ko‘pincha o‘zini kommunikativ sharoitlarga moslashtirishda yetarlicha moslashuvchanlik ko‘rsata olmaydilar. Bu holat ba’zan liderlik rolga intiluvchanlik, o‘z fikrini qat’iy ilgari surish va o‘zini ustun qo‘yish ehtiyoji bilan izohlanadi. M.A.Kholodnaya ijtimoiy-kommunikativ kompetentlikni “shaxsning o‘zaro munosabatda turli rollarni bajara olish, muloqotning kontekstual xususiyatlarini tushunish va o‘zini mos ravishda tutish qobiliyati” sifatida ta’riflaydi [27; 124-c.].

Bizning fikrimizcha, bu yerda mos ravishda tutish degani, moslashuvchanlik bilan chambarchas bog‘liq. S.V.Maksimov va Yu.A. Lobeyka esa kommunikatsion uslublarni aniqlash orqali shaxslararo ta’sir shakllarining strukturaviy xususiyatlarini o‘lchashga urinadilar va bu uslublarning ichida kommunikatsion dominantlik,

tashabbuskorlik va tashkilotchilik kabi omillar ustuvorlik qiladi. Biroq, bu omillar moslashuvchanlik talab qilinadigan muloqot sharoitlarida har doim ham samarali natija bermasligi mumkin.

“Kommunikativlikka moyillik” shkalasi bilan “Kelishuvga intilish” shkalasi ko‘rsatkichi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = 0,156$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli musbat bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Bu shuni anglatadiki, shaxsning kommunikativlikka moyillik darajasi oshgani sari, u o‘zaro kelishuvga intilish darajasining pasayishi ehtimoli mavjud. Boshqacha aytganda, ko‘proq tashabbuskor, muloqotda faol bo‘lgan shaxslar ayrim hollarda kelishuvchanlikdan ko‘ra o‘z fikrini qat’iy ilgari surish va turib olishga moyil bo‘lishadi. Bundan tashqari, “Tashkilotchilikka moyillik” shkalasi bilan “Kelishuvga intilish” shkalasi ko‘rsatkichi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0,110$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Ushbu natijalar bir-birini to‘ldiradi va shaxslar orasidagi kommunikativlik darajasi oshgan sari ular orasida kelishishga moyillik biroz susayishi mumkinligini ko‘rsatadi.

Mazkur tahlillar shuni ko‘rsatadiki, faol, tashabbuskor muloqotga intilish har doim ham ijtimoiy kelishuvchanlik bilan bog‘liq bo‘lmasligi mumkin. Bu esa shaxsning o‘z fikrida turishi, murosasizligi yoki boshqalar fikriga yetarlicha quloq solmasligi kabi jihatlar bilan izohlanadi.

“Kommunikativlikka moyillik” shkalasi bilan “Noaniqlikka toqatsizlik” shkalasi ko‘rsatkichi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0,156$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Respondentlarda kommunikativlik darajasi oshgani sari, ularning noaniq vaziyatlarga bo‘lgan toqatsizlik darajasi pasayishga moyil. Ya’ni, kommunikativlikka yuqori moyillikka ega shaxslar, odatda, noaniqlikni yengilroq qabul qiladi, unga barqaror psixologik javob qaytaradi. Aksincha, kommunikativ jihatdan passivroq bo‘lgan shaxslar noaniqlik holatlarida ko‘proq xavotirlanishadi va psixologik noqulaylikni boshdan kechiradilar.

“Kommunikativlikka moyillik” shkalasi bilan “Muvaffaqiyatsizlikdan qochish” shkalasi ko‘rsatkichi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0,130$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Shaxsning kommunikativlikka

moyilligi oshgan sari, u muvaffaqiyatsizlikdan qochish ehtimoli kamayadi, ya'ni bu ikki omil o'zaro teskari bog'liq. Aksincha, muvaffaqiyatsizlikdan qochishga intilish kuchli bo'lgan shaxslar odatda yangi ijtimoiy muloqot holatlariga kirishdan qochadi, ya'ni ular kommunikatsion faoliyatda sustroq bo'lishi mumkin. Psixologik jihatdan qaraganda, muvaffaqiyatsizlikdan qochish strategiyasini tanlaydigan shaxslar ko'pincha o'zining salohiyatiga past baho beradi, ijtimoiy vaziyatlarda tanqid yoki rad etilishdan cho'chidi. Bu esa ularning erkin fikr almashish, yangi insonlar bilan tanishish yoki ochiq muloqotga kirishish imkoniyatlarini chegaralaydi.

O'tkazilgan tahlil natijalariga ko'ra, "Kommunikativlikka moyillik" bilan "Frustratsion tolerantlik" ko'rsatkichlari o'rtasida o'rtacha darajadagi yo'nalgan va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog'liqlik aniqlandi ($r = -0.096$; $p < 0.01$). Ushbu natija shuni anglatadiki, shaxsning kommunikativ faoliyatga bo'lgan yuqori moyilligi frustratsion holatlarga nisbatan kamroq bardoshlilik bilan kechishi mumkin. Psixolog L.N. Sobchik frustratsion holatlarga chidamlilik shaxsning psixologik barqarorlik darajasiga bog'liqligini ta'kidlagan holda, kommunikativ jihatdan faol shaxslar doim ham yuqori stressga bardosh bera olmaydi, deb qayd etadi [112].

"Kommunikativlikka moyillik" bilan "o'zgarishlarga ochiqlik" ko'rsatkichlari o'rtasida o'rtacha darajadagi, yo'nalgan va statistik jihatdan ishonchli musbat bog'liqlik aniqlandi ($r = 0.243$; $p < 0.01$). Mazkur natija shuni ko'rsatadiki, shaxsning kommunikativlik darajasi ortib borgani sari uning o'zgarishlarga ochiqligi ham oshib boradi. Bu holat kommunikativ faoliyatga moyil shaxslarning yangi g'oyalar, yangicha yondashuvlar va o'zgaruvchan ijtimoiy sharoitlarga moslashishga nisbatan nisbatan ochiq va moslashuvchan bo'lishi bilan izohlanadi. Bunday shaxslar muloqot jarayonida turli fikrlar va qarashlar bilan to'qnash kelishi natijasida o'z dunyoqarashini kengaytiradi hamda innovatsion yondashuvlarni qabul qilishga tayyor bo'ladi.

Shuningdek, "Tashkilotchilikka moyillik" bilan "o'zgarishlarga ochiqlik" ko'rsatkichlari o'rtasida o'rtacha darajadagi, yo'nalgan va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog'liqlik aniqlandi ($r = -0.115$; $p < 0.01$). Bu natijalar shuni ko'rsatadiki, shaxsda boshqalarga yetakchilik qilish, tashkil qilish, nazoratni o'z qo'lga olishga bo'lgan ehtiyoj ortgan sari, u o'zgarishlarga nisbatan kamroq ochiq bo'ladi.

Tashkilotchilikka yuqori moyillik, odatda, mavjud tizimni saqlash, vazifalarni oldindan rejalashtirish, aniqlik va izchillikni talab qiladi. Bunday shaxslar noaniqlikni yoqtirmaydi va kutilmagan o'zgarishlar ularning tashkiliy faoliyatini izdan chiqarishi mumkin.

Keyingi ko'rsatkichlar, "Tashkilotchilikka moyillik" bilan "Ichki barqarorlik" ko'rsatkichlari o'rtasida o'rtacha darajadagi, yo'nalgan va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog'liqlik aniqlandi ($r = -0.116$; $p < 0.01$). Bu ko'rsatkich shuni bildiradiki, yuqori darajadagi tashabbuskorlik, faol ijtimoiy tashkiliy rolga intilish va liderlik xususiyatlari ayrim hollarda shaxsning ichki barqarorligini pasaytirishi mumkin. Ehtimol, tashkilotchilik faoliyatiga xos bo'lgan tashqi bosim, javobgarlik va ijtimoiy rollar sonining ko'pligi bu shaxslar ichki muvozanatini buzishga olib keladi.

"Kommunikativlikka moyillik" shkalasi bilan "Kommunikativ passivlik" shkalasi ko'rsatkichi o'rtasida o'rtacha kuchli ($r = -0.140$; $p < 0.01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Ushbu natija shuni ko'rsatadiki, respondentlarda kommunikativlikka moyillik darajasi oshgani sari, kommunikativ passivlik darajasi pasayadi. Boshqacha aytganda, muloqotga faol intiluvchi shaxslar odatda passiv muloqot uslublaridan yiroq bo'ladilar.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, respondentlarning "Kommunikativlikka moyillik" darajasi ularning ijtimoiy-psixologik holatlari bilan sezilarli darajada bog'liq. Jumladan, "Kommunikativlikka moyillik" va "Kommunikativ passivlik" ($r = -0.140$; $p < 0.01$) o'rtasida o'rtacha darajadagi manfiy, statistik jihatdan ishonchli bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Bu shuni anglatadiki, shaxsning kommunikativ faolligi ortgani sari uning ichki ruhiy barqarorligi, ijtimoiy aloqalarda haddan ziyod ochiqdigi hamda passiv kommunikativ xatti-harakatlari kamayadi. Boshqacha aytganda, faol va tashabbuskor muloqotga intiluvchi shaxslar ko'proq psixologik barqarorlikka ega bo'ladi va ular passivlik yoki haddan tashqari ochiqlik holatidan yiroq turadi.

Shuningdek, "Tashkilotchilikka moyillik" bilan "Ichki barqarorlik" o'rtasida ham musbat bog'liqlik mavjudligi ($r = 0.116$; $p < 0.01$) aniqlangani, tashabbuskor va yetakchilikka intiluvchi shaxslarning psixologik barqarorlik holati bilan bog'liq

jihatlarida muayyan ziddiyatlar bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi. Bu esa, tashkilotchilik qobiliyatiga ega bo'lgan shaxslar ayrim holatlarda ichki ruhiy muvozanatni saqlashda qiyinchiliklarga duch kelish ehtimolini bildiradi. Umuman olganda, natijalar shuni ko'rsatmoqdaki, shaxsning kommunikativ faoliyati va ichki psixologik holati o'rtasida sezilarli darajada bog'liqlik mavjud. Quyidagi jadvalda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi metodikasi va boshqalarni qabul qilishni diagnostika qilish metodikasi natijalarining o'zaro bog'liqligi Spirmen korrelyatsiya tahlili asosida keltirib o'tilgan.

3.3-jadval

E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” va Fey shkalasi bo'yicha “Boshqalarni qabul qilishni diagnostika qilish” metodikasi natijalarining o'zaro bog'liqligi (Spirmen korrelyatsiya tahlili, N=456)

	past (29 ball va undan past)	o'rtacha, pastlikka moyillik (30-44 ball)	o'rtacha, yuqoriga intilish (45-59 ball)	juda yuqori (60 ball)
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	-0,412	0,057	-0,104	0,062
Kelishuvga intilish	0,019	0,032	-0,073	0,182
Noqaniqlikka toqatsizlik	-0,173	-0,135	-0,152(*)	0,149
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	-0,136	-0,054	-0,016	0,322
Frustratsion tolerantlik	-0,193	0,092	-0,058	-0,002
Faollik, tashabbuskorlik	0,600	-0,031	0,052	0,525(*)
Baholovchilarga qaramlik	0,723(*)	-0,023	-0,021	0,309
O'zgarishlarga ochiqlik	0,052	0,050	0,093	0,640(**)
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	0,337	0,064	-0,045	-0,118
Ichki barqarorlik	0,023	0,134	-0,062	0,247
Kommunikativ passivlik	0,384	0,007	-0,086	-0,472(*)
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	0,042	-0,023	-0,070	-0,075

p>0,05, p<0,05, p<0,01****

Yuqoridagi korrelyatsion tahlil natijalari asosida “Juda yuqori” ko'rsatkichi bilan “Faollik va tashabbuskorlik” shkalasi o'rtasida o'rtacha kuchli ($r=0,525$; $p<0,01$) va statistik jihatdan ishonchli musbat bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Ushbu natija shuni anglatadiki, respondentlarning “Juda yuqori” darajadagi baholanishi ular shaxsiy

faollik, tashabbus ko'rsatish hamda muloqotga ochiqlik kabi ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bilan bevosita bog'liqdir.

Ushbu bog'liqlik ijtimoiy-psixologik omillar o'rtasida mazmunli o'zaro ta'sir mavjudligini tasdiqlaydi. Bu esa shuni ko'rsatadiki, faollik va tashabbuskorlik darajasining yuqoriligi shaxsning umumiy kommunikativ va ijtimoiy moslashuvchanlik salohiyati bilan uzviy bog'liq bo'lib, bu yo'nalishdagi tadqiqotlar uchun muhim metodologik asos vazifasini o'tashi mumkin.

"Past" ko'rsatkichi bilan "Baholovchilarga qaramlik" shkalasi o'rtasida o'rtacha kuchli ($r=0,723$; $p<0,01$) va statistik jihatdan ishonchli musbat bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Natijalar aytmoqdaki, respondentlarning "Past" deb baholangan ko'rsatkichlari oshgan sari, ularning baholovchilarga nisbatan qaramlik darajasi ham ortib borgan. Musbat yo'nalishdagi korrelyatsiya bu ikki o'zgaruvchi o'rtasida birgalikda oshish tendensiyasini bildiradi. Ya'ni, past ko'rsatkichlarga ega shaxslar o'z fikrini erkin ifoda etishdan ko'ra, tashqi baholovchilarning fikri, tasdig'i va mulohazasiga ko'proq bog'liq bo'lishadi. O'zini "past" baholagan respondentlar o'z harakatlari, qarorlari va o'zini anglashda tashqi baholovchilarning fikriga yuqori darajada tayanadi. Bu holat ularning ichki motivatsiya darajasining nisbatan pastligi va o'zini-o'zi baholashda mustaqillik yetishmasligini anglatadi. Natija psixologik jihatdan baholovchi tashqi omillarga bog'liqlik darajasining yuqoriligini aks ettiradi hamda shaxsiy o'sish va ichki avtonomiyani rivojlantirish zarurligini ko'rsatadi.

Korrelyatsion tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, "Juda yuqori" ko'rsatkich bilan "O'zgarishlarga ochiqlik" shkalasi o'rtasida o'rtacha kuchli va ijobiy bog'liqlik mavjud ($r=0,640$; $p<0,01$). Bu shuni anglatadiki, ko'rsatkichi yuqori bo'lgan respondentlar o'zgaruvchan vaziyatlarga tez moslashadi, yangiliklarni qabul qilishga tayyor bo'ladi va o'zini rivojlantirishga ochiqroq bo'ladi. Ya'ni, insonning o'zini yuqori baholashi uning moslashuvchanligi va o'zgarishlarga ijobiy munosabat bildirishiga bevosita taalluqli. Shunday qilib, o'zgarishlarni qo'llab-quvvatlash va yangilikdan qo'rqmaslik shaxsning rivojlanish va o'sish uchun muhim psixologik resurs ekanligini ko'rish mumkin.

“Juda yuqori” ko‘rsatkichi bilan “Kommunikativ passivlik” shkalasi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0,472$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. “Juda yuqori” baholangan respondentlar kommunikativ jihatdan faol, tashqi muhitga ochiq va muloqotda passivlikdan yiroq bo‘lishadi. Bu holat ularning shaxsiy ijtimoiy-psixologik tayyorgarligi, o‘z fikrini erkin ifoda eta olish qobiliyati va ijtimoiy o‘zaro ta’sirga ijobiy munosabatini ifodalaydi.

O‘tkazilgan korrelyatsion tahlillar natijalari respondentlarning shaxsiy baholash ko‘rsatkichlari bilan ularning kommunikativ xususiyatlari o‘rtasida muhim va ishonchli bog‘liqliklar mavjudligini ko‘rsatdi. Jumladan, “Juda yuqori” ko‘rsatkichiga ega shaxslar faollik, tashabbuskorlik va o‘zgarishlarga ochiqlikda yuqori natijalar ko‘rsatgan, biroq ularning kommunikativ passivligi esa past bo‘lgan. Quyidagi jadvalda ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi metodikasi va muloqot jarayonida o‘zini-o‘zi nazorat qilish testi natijalarining o‘zaro bog‘liqligi Spirmen korrelyatsiya tahlili asosida keltirib o‘tilgan.

3.4-jadval

E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” va M.Snaydarning “Muloqot jarayonida o‘zini-o‘zi nazorat qilish” testi natijalarining o‘zaro bog‘liqligi (Spirmen korrelyatsiya tahlili, N=456)

	past (0-3 ball)	o‘rtacha (4-6 ball)	yuqori (7-10 ball)
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	-0,168	-0,144(**)	-0,078
Kelishuvga intilish	-0,072	-0,049	0,170
Noqaniqlikka toqatsizlik	0,121	-0,007	0,112
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	-0,076	-0,053	0,014
Frustratsion tolerantlik	-0,059	-0,068	0,062
Faollik, tashabbuskorlik	0,037	-0,046	0,046
Baholovchilarga qaramlik	0,099	-0,056	0,217
O‘zgarishlarga ochiqlik	0,162	-0,041	0,163
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	-0,039	-0,042	0,051
Ichki barqarorlik	-0,066	-0,069	0,033
Kommunikativ passivlik	0,152	-0,088	0,124
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	-0,270(*)	-0,060	0,208

$p > 0,05$, $p < 0,05^{**}$, $p < 0,01^{**}$

Metodikalar tahlili natijasida, “O‘rtacha” ko‘rsatkichi bilan “Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik” shkalasi o‘rtasida o‘rtacha kuchli ($r = -0,144$; $p < 0,01$) va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjudligi aniqlandi. Xulosa shuki, respondentlarda o‘zini “o‘rtacha” darajada baholash holatlari ko‘paygan sari, ularning ijtimoiy-psixologik vaziyatlarga moslashish, mos kommunikativ xatti-harakatni tanlay olish va o‘zaro ta’sirga kirishish qobiliyati pasayadi.

Manfiy korrelyatsiya ikki ko‘rsatkich o‘rtasidagi teskari bog‘liqlikni bildiradi, ya’ni “o‘rtacha” baholanish ortgan sari kommunikativ moslashuvchanlik kamayib boradi. Bu esa shaxsning o‘zini ishonchli, barqaror va moslasha oladigan subyekt sifatida his qilmasligi mumkinligini anglatadi.

Korrelyatsion tahlil natijalari shuni ko‘rsatadiki, “Past” ko‘rsatkich bilan “Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik” shkalasi o‘rtasida o‘rtacha kuchli va statistik jihatdan ishonchli manfiy bog‘liqlik mavjud ($r = -0,270$; $p < 0,01$). Bu shuni anglatadiki, shaxs o‘zini past baholagan sari yangi yoki o‘zgaruvchan vaziyatlarga moslashishi qiyinlashadi. Ya’ni, o‘ziga ishonchsizlik kuchaysa, inson noaniqlikdan cho‘chiydi, yangiliklardan qochadi va ijtimoiy-psixologik moslashuvchanligi pasayadi. Demak, past o‘zini-o‘zi baholash moslashuvchanlikni cheklaydigan omil sifatida namoyon bo‘ladi. Manfiy korrelyatsiya mavjudligi shuni ko‘rsatadiki, o‘zini “past” deb baholaydigan shaxslar yangi sharoitlarga moslashishda qiyinchiliklarga duch kelishi, noaniqlik oldida inqirozli holatlarga tushishi yoki o‘zini ishonchsiz tutishi mumkin. Bu holat moslashuvchanlik darajasining pastligi bilan bevosita bog‘liqdir. Shuningdek, $p < 0,01$ ko‘rsatkichi bu bog‘liqlikning statistik jihatdan ishonchli ekanini bildiradi, ya’ni natija tasodifiy emas, balki ishonchli psixologik qonuniyatni ifodalaydi.

Yuqoridagi tahlillar asosida xulosa qilish mumkinki, respondentlarning ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik darajalari ularning shaxslararo munosabatlardagi faoliyati, yangi vaziyatlarga nisbatan yondashuvi hamda umumiy kommunikativ faolligi bilan uzviy bog‘liqdir. Navbatdagi bo‘limda amaliyotchi psixologlarda kommunikativ ko‘nikmalarni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik modeliga to‘xtalib o‘tamiz.

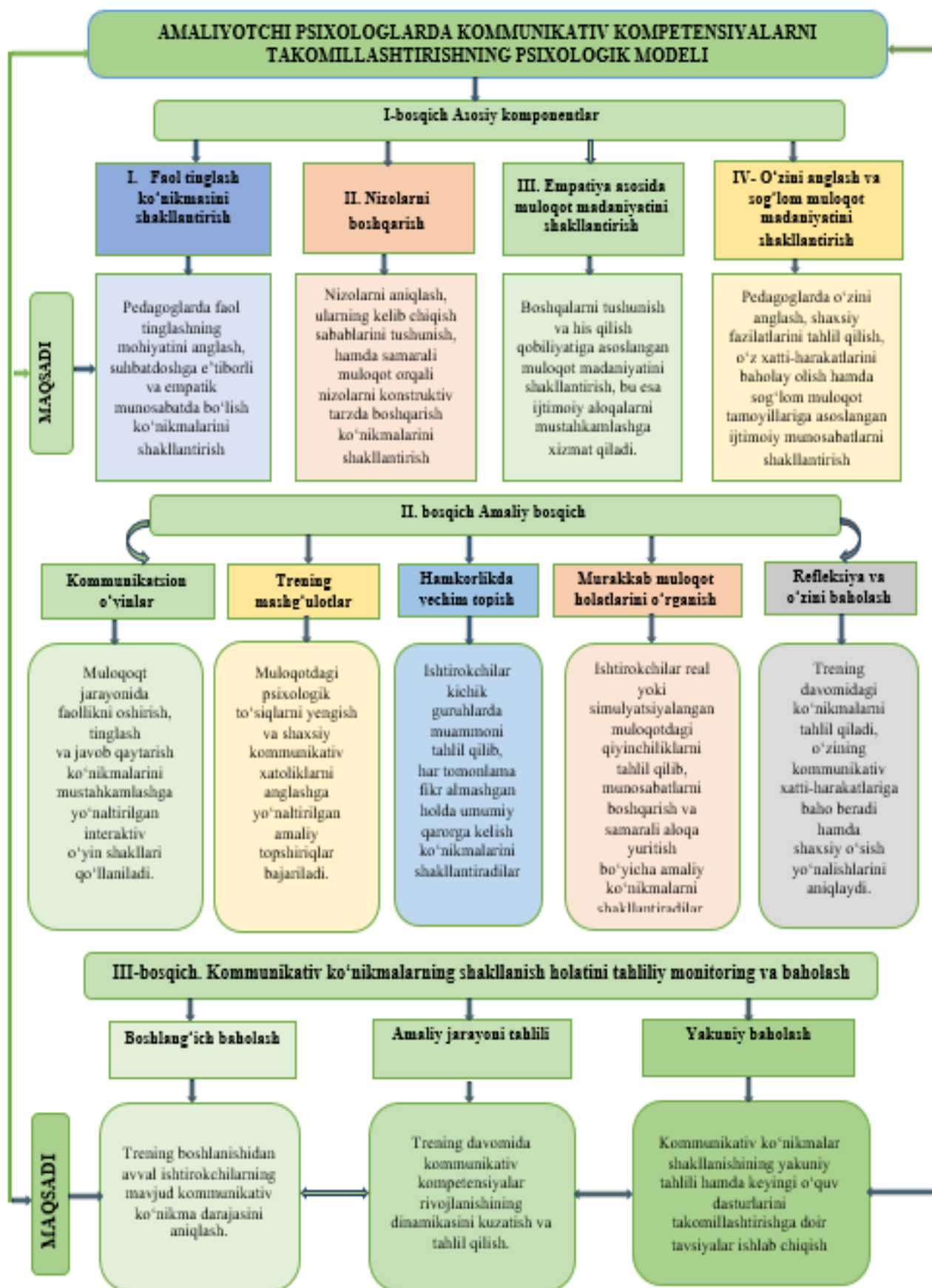
3.3§. Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik modeli

Psixologik amaliyotda ijtimoiy-psixologik treninglar shaxsning kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish, o'zini anglash, empatiya, muloqot strategiyalari va o'zaro munosabatlarni takomillashtirish vositasi sifatida keng qo'llaniladi. Treninglar odatda kichik guruhlar shaklida o'tkazilib, ishtirokchilarning faol ishtirokini, his-tuyg'ularini, fikrlash jarayonini va ijtimoiy o'zaro ta'sirni rag'batlantiradi [84].

Bizning fikrimizcha, ijtimoiy-psixologik treninglar shaxsning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishda eng samarali metodlardan biridir. Chunki treninglar faqat nazariy bilim berish bilan cheklanmaydi, balki ishtirokchini faol vaziyatga jalb etadi, u boshqalar bilan muloqot qilish, o'z fikrini ifodalash, tinglash, bahs yuritish, muammoli vaziyatlarda konstruktiv yechim topish ko'nikmalarini real tajriba asosida o'rganadi.

Ijtimoiy treninglar qat'iy struktura va psixologik metodlarga asoslangan o'quv-amaliy mashg'ulotlar tizimi bo'lib, ular shaxslararo muloqotni o'rganish, shaxsning ijtimoiy moslashuvi va kommunikativ samaradorligini oshirishga qaratilgan. Ular, ayniqsa, pedagog, psixolog, rahbar yoki jamoa bilan faoliyat yurituvchi mutaxassislar uchun ahamiyatlidir. Bu treninglarning samaradorligi trening dasturining tuzilishiga, metodologik modelga va ishtirokchilarning tayyorgarlik darajasiga bevosita bog'liq. Treninglarda psixodrama, rolda o'ynash, guruh muhokamasi, o'zini tahlil qilish kabi metodlardan foydalaniladi [65].

O'ylashimizcha, ijtimoiy treninglar kommunikativ kompetensiyaning shakllanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Pedagogik faoliyatda bu kompetensiya ziddiyatlarni oldini olish va ta'sirchanlikni oshirish kabi jihatlarni o'z ichiga oladi. Taniqli psixolog G.M.Andreeva fikricha, "Ijtimoiy treninglar orqali shaxsda o'zaro tushunish, muloqotning reflektiv shakllari, axloqiy va ijtimoiy mas'uliyatni anglash jarayonlari shakllanadi". G.M. Andreevaning qarashi ijtimoiy treninglarning eng muhim jihatini ochadi, ya'ni treninglar shunchaki muloqot texnikalarini o'rgatmaydi, balki shaxsning ichki madaniyatini, ijtimoiy ongini va mas'uliyatlilik darajasini shakllantiradi. Aynan shu jihat treningni odatiy ta'lim jarayonidan farqlaydi.



3.1 rasm AMALIYOTCHI PSIXOLOGLARDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARNI TAKOMILLASHTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MODELI

Modelning nomlanishi. Ushbu model “Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishning psixologik modeli” deb nomlanadi. Model psixologik xizmat ko‘rsatuvchi mutaxassislarning professional faoliyatida zarur bo‘lgan samarali muloqot olib borish, mijoz bilan interaktiv va empatik aloqani yo‘lga qo‘yish, shuningdek, ijtimoiy munosabatlarda moslashuvchanlikni rivojlantirishga yo‘naltirilgan.

Modelning maqsadi. Amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda trening texnologiyalaridan foydalanish orqali modelni nazariy va amaliy asoslash, uning tarkibiy komponentlarini hamda samaradorligini eksperimental yo‘l bilan aniqlashdan iborat.

Modelning vazifalari:

1. Trening texnologiyalari asosida kommunikativ kompetensiyani takomillashtirishga xizmat qiluvchi bosqichli texnologiyalarni ishlab chiqish;
2. Kommunikativ faoliyatdagi tipik xatoliklar, psixologik to‘siqlar va ularni bartaraf etish yo‘llarini aniqlash;
3. Faol tinglash, empatiya, ziddiyatlarni konstruktiv boshqarish va sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirishga yo‘naltirilgan trening topshiriqlari majmuasini ishlab chiqish;
4. Shaxsning o‘zini-o‘zi baholash, kommunikativ tajribasini tahlil qilish va reflektiv yondashuvni shakllantirishga doir mexanizmlarni aniqlash;

Modelning predmetini psixologlarni kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tashkil etadi.

Nima uchun ushbu yangi modelga zarurat tug‘ildi?

Hozirgi holatda insonlar o‘rtasidagi ijtimoiy munosabatlar tobora murakkablashib borayotgan bir davrda, ayniqsa, psixologik yordamga ehtiyoj yuqori bo‘lgan sharoitlarda amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyasi eng muhim kasbiy ko‘nikmalardan biri sifatida e’tirof etilmoqda. Bu holat quyidagi sabablarga ko‘ra ushbu yangi modelga ehtiyoj tug‘ilishiga asos bo‘ldi:

1. Amaliyotchi psixologlar faoliyatida muloqot asosiy vosita sifatida namoyon bo‘lmoqda. Psixologik xizmat ko‘rsatuvchi mutaxassis mijoz bilan muloqot orqali

uning holatini aniqlaydi, tashxis qo'yadi, maslahat beradi va yordam ko'rsatadi. Shunday ekan, kommunikativ ko'nikmalarning yetarli darajada shakllanmagani psixologik yordam samaradorligini pasaytiradi.

2. Psixologik xizmat sohasidagi kasbiy stress va kommunikativ to'siqlar ortib bormoqda. Ish joyidagi stress, ta'lim sohasi vakillari bilan ishlashdagi psixologik bosim, noto'g'ri kommunikatsiya oqibatida yuzaga keladigan nizolar psixologlarning ish samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Bu esa barqaror kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish zaruratini kuchaytiradi.

3. Psixologik yordamda empatik va moslashuvchan muloqot ko'nikmalari yetishmayapti. Ko'plab holatlarda psixologlar muloqotda o'zini tuta bilmaslik, mijoz holatiga noxolis yondashish, baholovchi ohangda gapirish, tinglamaslik kabi muammolarga duch kelmoqda. Bu esa kompleks ijtimoiy-psixologik model asosida uzviy kommunikativ yondashuvga ehtiyoj borligini ko'rsatadi.

4. Psixologlarning o'z faoliyatini tahlil qilish va o'zini-o'zi rivojlantirish madaniyati sust. Kommunikativ xatoliklar ustida ishlash, o'z uslubini tahlil qilish, konstruktiv fikr almashish kabi jihatlar hali ham ko'plab amaliyotchi psixologlar faoliyatida rivojlanmagan. Bu esa reflektiv komponentga ega bo'lgan ijtimoiy-psixologik model zarurligini taqozo etadi.

Modelning asosiy tizimlari. "Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik modeli" o'zining murakkab, lekin bir-biri bilan uzviy bog'liq tarkibiy tizimlari orqali amaliyotchi psixologning kasbiy faoliyatida samarali muloqot olib borish kompetensiyasini takomillashtirishga xizmat qiladi. Model quyidagi asosiy tizimlar asosida tuzilgan:

Maqsadli tizim bu tizim modelning konseptual yo'nalishini belgilaydi va uning yakuniy natijasi ya'ni kommunikativ kompetensiyani takomillashtirishni ta'minlovchi asosiy motivatsion va maqsadli asosdir. Bu tizimda:

- Psixologning kasbiy rivojlanishidagi kommunikativ kompetensiyalarning roli va zaruriyati aniqlanadi;
- Professional shaxs sifatida o'zini anglash, o'zini takomillashtirishga intilish kuchaytiriladi;

- Kommunikatsion ehtiyoj va muammolarning individual xarakteri aniqlanadi.

Tarkibiy-tuzilmaviy tizim modelning mazmuniy asoslarini, ya'ni kommunikativ ko'nikmalarning strukturaviy komponentlarini o'z ichiga oladi, bular:

- Kognitiv komponent: kommunikatsiya nazariyalari, muloqot turlari, psixologik tinglash, verbal va noverbal aloqa haqida bilimlar.
- Affektiv komponent: empatiya, tolerantlik, hurmat, ijobiy munosabat kabi hissiy va ijtimoiy qadriyatlar.
- Faoliyat komponenti: amaliy mashqlar, rolli o'yinlar, muammoli vaziyatlarda samarali muloqot olib borish malakalari.

Faoliyat tizimi psixologning real amaliy faoliyatidagi kommunikativ muammolarni bartaraf etish, tajriba asosida o'rganish va interaktiv mashg'ulotlar orqali ko'nikmalarni mustahkamlashga qaratilgan, jumladan:

- Ijtimoiy-psixologik trening mashg'ulotlari;
- Faol tinglash, qayta aks ettirish, savol berish texnikalari;
- Real holatlarni rolli sahnalarda modellash va tahlil qilish.

Diagnostik-baholash tizim modelning muhim qismlaridan biri bo'lib, u kommunikativ ko'nikmalarni aniqlash, rivojlanish dinamikasini baholash va monitoring qilishni ta'minlaydi, bularga:

- Boshlang'ich va yakuniy diagnostika vositalari (test, anketa, kuzatuv);
- O'zini baholash va refleksiya so'rovnomalari;
- Kompetensiyaning rivojlanish xaritasi va baholovchi mezonlar tizimlari kiradi.

Reflektiv-analitik tizim psixolog shaxsining o'z kasbiy kommunikatsiyasi ustida ishlashiga, uni anglashiga va rivojlantirishga qaratilgan tizim:

- Kommunikativ tajriba tahlili;
- O'zini-o'zi kuzatish kundaliklari;
- Shaxsiy strategiyalarni ishlab chiqish;
- Jamoada tahliliy muhokamalar.

Natijaviy tizim model yakunida shakllanadigan kompetensiya darajalarini, ularning ifodasini va amaliy jihatdan namoyon bo'lishini aks ettiradi, bular:

- Mijoz bilan empatik, ochiq va ishonchli muloqot olib borish qobiliyati;

- Murakkab va bahsli holatlarda kommunikativ to‘siqlarni yengish;
- Tashkiliy-ijtimoiy munosabatlarda o‘zining muloqot strategiyasini moslashtirish;
- Muloqotga oid xatolarni tahlil qilish va ularni bartaraf etishga yo‘naltirilgan reflektiv yondashuv.

Mazkur modelning har bir tizimi uzviy bog‘langan bo‘lib, ular birgalikda psixologning kommunikativ kompetensiyasini kompleks, bosqichma-bosqich va barqaror shakllantirishga xizmat qiladi. Har bir tizim mustaqil o‘rganilishi va amaliyotga joriy etilishi mumkin, biroq ularning integratsiyalashuvi modelning muvaffaqiyatli tatbiq etilishini kafolatlaydi.

Modelning bosqichlari:

Bu modelning amaliyotga joriy etilishi bosqichma-bosqich amalga oshiriladi.

1. Tayyorlov bosqichi. Bu bosqichda ishtirokchilarning kommunikativ kompetensiya holati, ehtiyojlari va tayyorgarlik darajasi aniqlanadi. Trening jarayoniga kirishishdan oldin zarur sharoitlar yaratiladi: ishonchli ijtimoiy-psixologik muhit, ochiq muloqot, o‘zini erkin ifoda etish imkoniyati. Asosiy yo‘nalishlar:

- Boshlang‘ich psixodagnostika (testlar, so‘rovnomalar, kuzatuvlar);
- Trening ishtirokchilarining ehtiyojlarini aniqlash;
- Muloqotda ishtirok etish motivatsiyasini kuchaytirish;
- O‘zaro ishonch va ochiqlikka asoslangan guruh muhiti yaratish.

2. Rivojlantirish bosqichi. Bu bosqich modelning markaziy qismini tashkil etadi. Unda ijtimoiy-psixologik treninglar orqali kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishga qaratilgan turli metodlar qo‘llaniladi: rolli o‘yinlar, muammoli vaziyatlar tahlili, guruhli bahslar va interaktiv mashg‘ulotlar. Asosiy faoliyatlar:

- Faol tinglash va aks ettiruvchi muloqot mashqlari;
- Empatiyani rivojlantirishga doir topshiriqlar;
- Ziddiyatli vaziyatlarni tahlil qilish va konstruktiv yondashuv;
- Guruhli va juftlikda ishlash orqali muloqot madaniyatini shakllantirish;
- Real muloqot vaziyatlarini modellashtirish orqali mustahkamlash.

3. Mustahkamlash bosqichi. Mazkur bosqichda ishtirokchilar rivojlantirgan ko'nikmalarini real sharoitda qo'llash, mustahkamlash va ichki refleksiya asosida baholashga o'rganadilar. Asosiy faoliyatlar:

- Kasbiy faoliyatda muloqot texnikalarini qo'llash;
- O'zining kommunikativ kuchli va zaif tomonlarini tahlil qilish;
- Reflektiv kundaliklar yuritish;
- Interaktiv topshiriqlar orqali o'zgarishlarni kuzatish;
- Treningda o'zlashtirilgan bilimlarni real ish jarayoniga integratsiyalash.

4. Baholash va refleksiya bosqichi. Modelning yakuniy bosqichi bo'lib, bunda ishtirokchilarning kommunikativ kompetensiyasi darajasi yakuniy diagnostika asosida aniqlanadi. Bu bosqichda kelgusidagi kasbiy rivojlanish strategiyalari ham ishlab chiqiladi. Asosiy faoliyatlar:

- Yakuniy baholash: testlar, o'zini baholash anketalari, kuzatuvlar;
- Kompyuterli yoki vizual xaritalar asosida rivojlanish dinamikasini tahlil qilish;
- Trening samaradorligini aniqlash va guruh fikrlarini yig'ish;
- Har bir ishtirokchiga individual tavsiyalar ishlab chiqish;
- Kasbiy o'sishni davom ettirish uchun yo'l xaritalarini belgilash.

Bosqichlar bir-biriga uzviy bog'langan bo'lib, har bir bosqichning muvaffaqiyati keyingi bosqich sifatini belgilab beradi. Bosqichma-bosqich yondashuv orqali amaliyotchi psixologlar muloqotda mustahkam, ongli, empatik va strategik yondashuvga ega bo'lib boradilar.

Modelning ilmiy-nazariy asoslari. Ushbu model quyidagi ilmiy nazariyalar va tadqiqotlarga asoslanadi:

- A. Banduraning "Ijtimoiy o'rganish nazariyasi": Kommunikativ ko'nikmalar guruhdagi o'zaro ta'sir, modellash va feedback orqali rivojlanadi. Nazariya IPTning amaliy mashqlar orqali o'rganishni ta'minlashdagi muhimligini ta'kidlaydi [50].

- L.S. Vygotskiyning "Sotsiokultural rivojlanish nazariyasi": Muloqot ko'nikmalari ijtimoiy kontekstda, xususan guruhdagi hamkorlik orqali shakllanadi [118].

- D. Golemanning “Hissiy intellekt nazariyasi”: Empatiya, o‘zini anglash va stressni boshqarish kommunikativ kompetensiyalarning asosiy komponentlaridir.

- Spitzberg va Cupachning “Kommunikativ kompetensiya modeli”: Muloqot samaradorligi bilim, motivatsiya va amaliy ko‘nikmalarga bog‘liq.

Empirik asoslar:

- Hargie IPTning muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishdagi samaradorligini tasdiqlaydi [20].
- Cherniss va Goleman hissiy intellektni rivojlantirishda treninglarning ta‘sirini ko‘rsatadi. [56].
- Kirk Patrickning ta‘lim natijalarini baholash modeli trening samaradorligini o‘lchashda xalqaro standart hisoblanadi.

Mazkur modelni amaliyotga joriy etish amaliyotchi psixologlarning real kasbiy faoliyatida kommunikativ kompetensiyalarni bosqichma-bosqich va tizimli tarzda takomillashtirishga xizmat qiladigan metodik harakatlar tizimini shakllantirish demakdir. Modelning amaliyotga tatbiqi orqali kommunikativ kompetensiyaning asosiy tarkibiy qismlari faol tinglash, emotsional sezgirlik, empatiya, fikr almashish, nizolarni boshqarish kabi ko‘nikmalar mustahkamlanadi.

Modelni amaliyotga joriy etish quyidagi asosiy mexanizmlar orqali amalga oshiriladi:

1. Kasbiy kontekstga moslashtirilgan holatda qo‘llash. Model amaliyotchi psixologlarning faoliyat yuritayotgan kontekstiga (Malaka oshirish kursi va ta‘lim muassasalari) mos tarzda tatbiq etiladi. Har bir sohada kommunikatsiya xarakteri turlicha bo‘lganligi sababli, model moslashuvchan va individual yondashuv imkonini beradi.

2. Diagnostika orqali ehtiyojni aniqlash. Joriy etishdan avval, psixologlarda mavjud kommunikativ ko‘nikmalar darajasi aniqlanadi. Maxsus testlar (masalan, SKK testi, o‘zini baholash anketalari) va suhbatlar orqali ehtiyojlar tahlil qilinadi. Bu bosqich tayanch nuqtani aniqlash va individual strategiyani belgilashda muhimdir.

3. Trening texnologiyalarini qo‘llash. Modelning amaliy yadrosi bu ijtimoiy-psixologik treninglar tizimidir. Unda quyidagilar aks ettiriladi:

- Kommunikativ kompetentlik tushunchasini shakllantirish;
- Muloqot uslublarini aniqlash va qo'llashni shakllantirish;
- Tashkilotchilik ko'nikmalarini rivojlantirish;
- Empatik muloqot ko'nikmalarini shakllantirish;
- Stressli muloqotda o'zini boshqarish.
- Faol tinglash ko'nikmalarini rivojlantirish.
- Ziddiyatlarni hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish.
- Ko'nikmalarni mustahkamlash va baholash.

Har bir trening mashg'uloti amaliyotchi psixologni muloqotdagi maqsadga yo'naltirilgan, o'ziga ishonchli, ochiq va barqaror shaxs sifatida shakllantirishga xizmat qiladi.

4. Real ish sharoitida qo'llash va mustahkamlash. Model asosida o'rgatilgan ko'nikmalar real psixologik ish faoliyatiga qo'llaniladi. Mijozlar bilan suhbatlar, konsultatsiyalar, guruh bilan ishlash jarayonlarida kommunikativ yondashuvlar sinovdan o'tkaziladi. Shu tariqa nazariy bilim va amaliy ko'nikma integratsiyasi yuz beradi.

5. Refleksiya va o'zini-o'zi baholashni yo'lga qo'yish. Amaliyot davomida psixologlar o'z kommunikativ tajribasini tahlil qiladi. Har bir mashg'ulotdan so'ng "Men qanday muloqot qildim?", "Qayerda xatolik bo'ldi?", "Nimani boshqacha qilgan bo'lardim?" kabi savollar asosida refleksiya mashqlari olib boriladi. Bu esa psixologik o'sish va o'zgarishlarni ongli boshqarishga xizmat qiladi.

6. Natijalarni baholash va tahlil qilish. Treningdan avval va keyingi bosqichlarda o'tkazilgan diagnostik testlar natijalari solishtiriladi. Kommunikativ kompetensiyaning qanchalik shakllangani o'rganiladi. Baholash vositalari sifatida quyidagilar tavsiya etiladi:

- Kommunikativ ko'nikmalar testi (SKK);
- O'zini-o'zi baholash anketalari;
- Kuzatuv kartalari;
- Trening yakuni bo'yicha ekspert mulohazalari.

Modelning amaliyotga joriy etilishi bu faqat nazariy yondashuv emas, balki real kasbiy faoliyatda muloqotni chuqur va ongli tashkil etish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Modelning asosiy komponentlari

1. Faol tinglash ko'nikmasini shakllantirish. Ta'lim-tarbiya jarayonida psixologning tinglash madaniyati muloqotning eng muhim jihatlaridan biridir. Ayniqsa, faol tinglash faqatgina eshitish emas, balki suhbatdoshning fikriga chuqur e'tibor qaratish, uni tushunishga intilish, ichki holatini sezish va fikrini samimiy anglashga harakat qilishdir. Bunday tinglash orqali nafaqat axborot olinadi, balki ishonchli psixologik muhit ham shakllanadi.

Faol tinglashni shakllantirish uchun psixologlar maxsus mashqlar, rolli o'yinlar, treninglar va reflektiv tahlillar orqali o'z ustida ishlashi zarur.

2. Nizolarni aniqlash, ularning sabablari va konstruktiv boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish. Pedagogik jamoada yuzaga keladigan ijtimoiy va kasbiy munosabatlar turli fikrlar, qarashlar, xatti-harakatlar to'qnashuvi natijasida ba'zida nizoli holatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Pedagogik faoliyatda bu holatlarni befarqlik bilan chetlab o'tish emas, balki ularni vaqtida aniqlash, sabablarini anglash va ijobiy yo'l bilan boshqarish muhim ahamiyatga ega.

3. Empatiyaga asoslangan muloqot madaniyatini shakllantirish. Insonlar o'rtasidagi sog'lom va barqaror ijtimoiy munosabatlar samarali muloqotga bevosita bog'liqdir. Bunday muloqotning asosi esa empatiyadir. Empatiya - boshqalarning ichki holatini, kechinmalarini, hissiyotlarini, ehtiyojlarini sezish va tushunishga bo'lgan ongli va samimiy intilishdir.

4. O'zini anglash va sog'lom muloqot madaniyatini shakllantirish.

O'zini anglash shaxsning o'z fikr va his-tuyg'ulari, xatti-harakatlari, qadriyatlari va emotsional holatini anglashga qaratilgan ongli jarayondir. U orqali inson o'zining kuchli va zaif jihatlarini tahlil qiladi, o'z ustida ishlashga intiladi va atrofdagilarga nisbatan hurmat asosida munosabat bildiradi [80].

Pedagogik jarayonda o'zini anglash muhim bo'lib, bu:

- shaxsiy fazilatlarni tahlil qilish;

- xatti-harakatlarni baholay olish;
- emotsiyalarni idrok etish va boshqarish;
- o'zini turli ijtimoiy rollarda ko'ra olish;
- faol refleksiya yurita olishni talab qiladi.

Bunday anglash sog'lom muloqot madaniyatini shakllantirishga olib keladi.

II. bosqich Amaliy bosqich

Ta'lim-tarbiya jarayonida shaxsning muloqot madaniyatini shakllantirish, ijtimoiy-psixologik muhitda erkin fikr almashishi, o'z fikrini ochiq ifoda etishi, boshqalarni tushunish va tinglay olish ko'nikmalarini rivojlantirish bugungi kunda pedagogik faoliyatning ajralmas qismiga aylanmoqda. Bu jarayonda kommunikatsion o'yinlar muhim metodik vosita sifatida alohida o'rin egallaydi.

Kommunikatsion o'yinlar - maxsus tashkil etilgan mashg'ulotlar bo'lib, ular muloqotga kirishish, fikr almashish, guruh bilan ishlash, o'zini ifoda qilish va boshqalarga nisbatan empatik munosabatni shakllantirishga qaratilgan. Bunday o'yinlarda ishtirokchilar turli ssenariylar, rollar, mavzular orqali o'zaro o'zgaruvchan vaziyatlarda kommunikatsion qobiliyatlarini sinab ko'radilar, mustahkamlab boradilar.

Ushbu o'yinlarning asosiy maqsadi:

- Shaxslararo muloqotni faollashtirish;
- Ishtirokchilarda faol tinglash, fikr bildirish va fikrga hurmat bilan yondashish ko'nikmalarini rivojlantirish;
- Nizoli vaziyatlarda murosali va ijobiy yondashuvni shakllantirish;
- Guruh bilan ishlashda hamkorlik, mas'uliyat, fikr birligi va liderlik fazilatlarini rivojlantirish;
- Shaxsning o'zini anglash, o'z fikrini aniq va lo'nda ifoda eta olish qobiliyatini mustahkamlash.

Pedagogik amaliyotda qo'llaniladigan kommunikatsion o'yinlar quyidagi turlarga ajratilishi mumkin:

Tanishtiruvchi o'yinlar - ishtirokchilarni bir-biri bilan tanishtirish, muloqotga ochiqlikni kuchaytirish;

Ishonchni oshirish o'yinlari - guruh a'zolari o'rtasida ishonchli muhitni yaratish;

Rol o'ynash o'yinlari-turli hayotiy vaziyatlar orqali shaxslararo munosabatlarni modellashtirish;

Bahsli vaziyatlarga asoslangan o'yinlar - nizolarni hal qilish ko'nikmasini rivojlantirish;

Jamoaviy muammoli topshiriqlar - guruh bo'lib yechim topish va strategik fikrlashni rag'batlantirish.

Refleksiya va o'zini baholash. Amaliyotchi psixologlar uchun kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishda refleksiya va o'zini baholash jarayoni muhim o'rin tutadi. Reflektiv yondashuv amaliyotchi psixologning o'zini anglash, o'z xatti-harakatlarini tahlil qilish, kommunikativ vaziyatlardagi reaksiyalarini tushunish orqali doimiy rivojlanishga yo'naltirilgan.

Mazkur bosqichda quyidagi komponentlar asosiy ahamiyat kasb etadi:

- **Kommunikativ tajribani tahlil qilish:** Amaliyotchi o'zining muloqot jarayonlaridagi ishtirokini, so'zlashuv uslubi, emotsional ta'sir va tinglash madaniyatini tahlil qiladi;

- **Ichki refleksiya:** O'z hissiyotlari, munosabatlari, qadriyatlari orqali yuzaga kelgan muloqotdagi noaniqlik yoki mojarolarni aniqlab, o'zini anglashga intiladi;

- **Baholash mezonlari asosida o'zini-o'zi baholash:** Oldindan ishlab chiqilgan diagnostik vositalar (testlar, o'zini baholash so'rovnomalari) yordamida o'zining kommunikativ kompetensiyasini baholaydi;

- **Keyingi strategiyasini belgilash:** O'z kuchli va kamchilikli jihatlarini anglagan holda, shaxsiy rivojlanish rejasini tuzadi.

Bu bosqichda eng muhim jihat psixologning o'z ustida ishlashga bo'lgan ichki ehtiyoji va kasbiy o'sishga yo'naltirilgan motivatsiyasidir. Shu orqali u o'z muloqot faoliyatini takomillashtirish va professional sifatlarini chuqurlashtirish imkoniga ega bo'ladi.

III-bosqich. Kommunikativ kompetensiyalarning takomillashish holatini tahliliy monitoringi va baholash

Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish samaradorligini oshirishda tizimli monitoring va baholash jarayonining ahamiyati nihoyatda muhimdir. Zero, har qanday ijtimoiy-psixologik modelni amaliyotga joriy etishda uning samaradorlik darajasini aniqlash, rivojlanish dinamikasini kuzatib borish hamda o'zgarishlar istiqbolini belgilash zarur bo'ladi. Shunday yondashuv doirasida kommunikativ ko'nikmalarning shakllanish jarayonini tahliliy monitoring qilish faqatgina aniqlash emas, balki mavjud kamchiliklar, to'siqlar, motivatsion holatlar va rivojlanish ehtiyojlarini aniqlab, ularga mos psixologik yondashuvni ishlab chiqishni taqozo etadi.

Shuningdek, bunday monitoring tizimi quyidagi imkoniyatlarni beradi:

- amaliyotchilarning kommunikativ faollik darajasini aniqlash;
- shaxslararo muloqotdagi muvaffaqiyat yoki muammolarni aniqlash;
- trening va psixologik ta'sir metodlarining individual samaradorligini baholash;
- rivojlanish dinamikasini bosqichma-bosqich kuzatib borish;
- model asosida amalga oshirilgan aralashuvlarning natijalarini sifat va miqdor jihatdan baholash.

Boshlang'ich baholash psixolog yoki ishtirokchining dastlabki bilim, ko'nikma va kompetensiyalar darajasini aniqlashga yo'naltirilgan diagnostik bosqich bo'lib, ta'limiy jarayonni individuallashtirish va maqsadli rejalashtirish uchun asos yaratadi.

Ushbu bosqichda quyidagilarga e'tibor qaratiladi:

- **Nutq madaniyati** (og'zaki va yozma muloqotdagi aniqlik, mantiqlilik, ifodaviylik);
- **Faol tinglash** ko'nikmasi (qarshi fikrni anglash, savol berish va muammoni aniqlash qobiliyati);
- **Ijtimoiy muloqotdagi ishtirok** (hamkorlikda fikrlash, fikr almashish, liderlik va kuzatuvchanlik);
- **Emosional yetuklik va empatiya** (boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish, munosabat bildirish).

Shakllanish jarayoni tahlili. Trening davomida kommunikativ ko‘nikmalar shakllanishining dinamikasini kuzatish va tahlil qilish quyidagi yo‘nalishlar asosida amalga oshiriladi:

1. Ishtirokchilarning faol ishtiroki va o‘zaro muloqoti, mashg‘ulotlar davomida ishtirokchilarning faol tinglashi, savol-javoblarda qatnashishi, jamoaviy ishlarda fikr bildirish darajasi muntazam kuzatilib boriladi. Ayniqsa, ishtirokchilarning avvalgi bosqichdagi passivligi bilan trening oxiridagi faolligi solishtiriladi.

2. Kommunikativ vazifalarni bajarish sifati turli amaliy topshiriqlarda (rol o‘yinlari, vaziyatli mashqlar, debatlar) ishtirokchilarning nutq ravonligi, fikrni aniq yetkazish, suhbatdoshga munosabati, ijtimoiy hissiy javoblari baholanadi. Har bir topshiriqda kuzatilgan o‘zgarishlar yozib boriladi.

3. O‘zini-o‘zi baholash natijalari ishtirokchilarga treningning turli bosqichlarida o‘z kommunikativ qobiliyatlariga nisbatan qayta baho berishi so‘raladi. Dastlabki o‘zini baholash natijalari bilan yakuniy baholar o‘rtasidagi farq kommunikativ o‘rishni ko‘rsatadi.

4. Trener kuzatuvlari va qaydnomalari mashg‘ulotlar jarayonida trener tomonidan olib borilgan yozma kuzatuvlar, har bir ishtirokchining rivojlanish trayektoriyasi bo‘yicha yozuvlar asosida chuqur tahlil o‘tkaziladi. Bu kuzatuvlar asosida individuallashtirilgan tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Yakuniy baholash. Kommunikativ kompetensiyalar rivojlanishining yakuniy tahlili hamda keyingi dasturlarni takomillashtirishga doir tavsiyalar ishlab chiqish. Bu bosqichda dastlabki baholashda qo‘llanilgan vositalar va mezonlar qayta qo‘llaniladi hamda o‘zgarishlar miqdoriy va sifat jihatdan aniqlanadi. Ayniqsa, quyidagi holatlar tahlil qilinadi:

- Muloqotdagi faol tinglash, empatiya va samimiylik ko‘rsatkichlari;
- Konflikt vaziyatlarida konstruktiv muloqot olib borish qobiliyati;
- Jamoa ichidagi rollarni anglash va o‘zini tutishdagi ijobiy o‘zgarishlar;
- Moslashuvchanlik, tashabbuskorlik va fikr almashishdagi erkinlik.

Yakuniy baholash natijalari asosida ishtirokchilar kommunikativ kompetentlik darajasidagi o'zgarishlarni chuqur tahlil qilish imkoniga ega bo'ladilar. Ushbu tahlillar asosida quyidagi tavsiyalar ishlab chiqiladi:

1. Individuallashtirilgan yondashuv har bir ishtirokchi uchun mustahkamlashga muhtoj bo'lgan jihatlar aniqlanib, qo'shimcha mashg'ulotlar rejalashtiriladi.
2. Trening dasturiga o'zgartirishlar kiritish, ayrim bosqichlar va mashg'ulotlar ishtirokchilarning ehtiyojlari asosida takomillashtiriladi.
3. Qo'llab-quvvatlovchi vositalarni joriy etish, muloqot ko'nikmalarini mustahkamlovchi audio, video va interaktiv materiallar tavsiya qilinadi.
4. Uzviylikni ta'minlash kommunikativ ko'nikmalar boshqa fan va yo'nalishlarda ham rivojlantirilishi uchun o'quv dasturlari o'zaro integratsiyalashtiriladi.

Yakuniy baholash nafaqat psixologlarning erishgan yutuqlarini aniqlaydi, balki kelgusidagi ta'lim jarayonlarini yanada samarali tashkil etish uchun ishonchli poydevor bo'lib xizmat qiladi. Bu model pedagoglarda kommunikativ ko'nikmalarni bosqichma-bosqich va tizimli ravishda shakllantirishga yo'naltirilgan bo'lib, ijtimoiy-psixologik treninglar asosida tashkil etiladi. Model orqali nafaqat nazariy bilimlar, balki amaliy ko'nikmalar ham rivojlantiriladi.

Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish uchun trening dastur

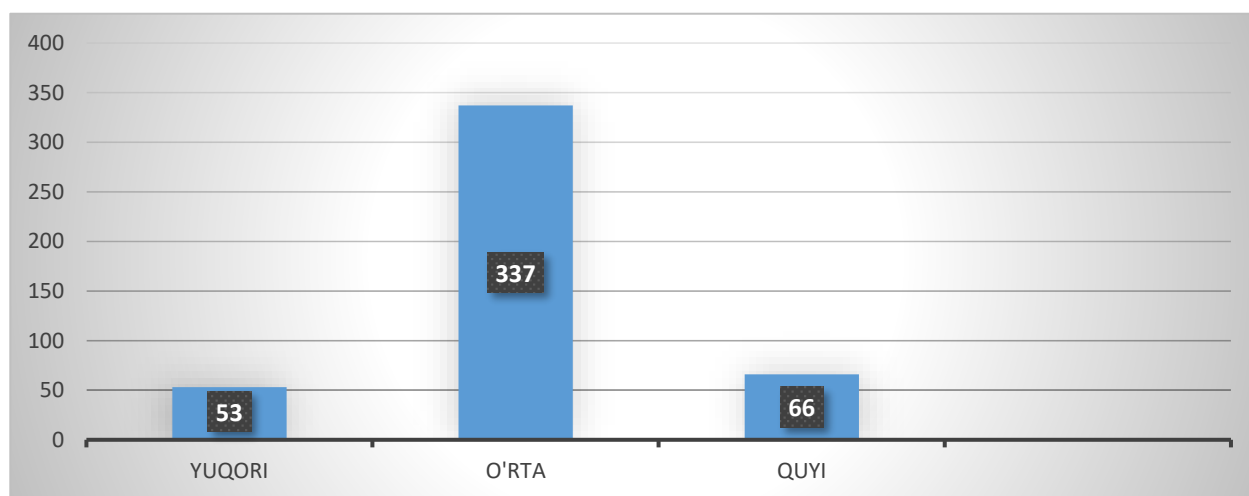
Tadqiqotimizda asosiy metodika E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N.Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testi hisoblanadi. Ushbu metodika *рышчцдог* shaxsining kommunikativ kompetentligini baholashga xizmat qiladi. Ayniqsa, ijtimoiy muloqotga bo'lgan ehtiyoj, empatiya, muloqotdagi erkinlik, o'z fikrini aniq ifodalash va psixologik moslashuv kabi mezonlar asosida aniqlanadi.

Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishga qaratilgan trening dasturimiz o'n olti (16) soatga mo'ljallangan bo'lib haftasiga ikki marotaba ikki soatdan o'tkazish nazarda tutilgan. Ushbu jarayonda trening guruhini shakllantirish qoidasiga ko'ra bitta guruhda o'n to'rt nafar va ikkinchi

guruhda o‘n olti nafardan gender tafovutni hisobga olingan holatda psixologlar tanlab olindi.

Birinchi galda eksperimental tadqiqotimizga jalb etilgan jami 456 nafar psixologlarning kommunikativ ko‘nikma darajalarini aniqlash maqsadida E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi” testini o‘tkazdik hamda olingan empirik natijalar bo‘yicha barcha ishtirokchilar quyidagi to‘rt guruhga ajratdik:

1. Maksimal qiymat 17,05 dan yuqori bo‘lgan psixologlar “Yuqori” guruhga (53 nafar, 11.6%);
2. Normadagi qiymat ya’ni 10,95 dan 17,05 gacha bo‘lgan psixologlar “O‘rta” guruhga (337 nafar, 73.9%);
3. Minimal qiymatdan past bo‘lganlar ya’ni 10,95 dan pastdagilar “Quyi” guruhlariga (66 nafar, 14.5%) ajratildi.



3.2-rasm. E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning “Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi” testi natijalari

Mazkur natijalarni inobatga olgan holatda “Quyi” kommunikativlik darajasiga ega bo‘lgan sinaluvchilar orasidan 30 nafar psixolog eksperimental guruh uchun tasodifiy psixologlar tanlab olindi. Eksperimental guruh bilan “Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish” nomli 16 soatlik trening dastur asosida tizimli psixologik mashg‘ulotlar olib borildi.

Biz ishlab chiqqan “Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish”ga yo‘naltirilgan trening dastur orqali ishtirokchilarda shaxslararo muloqotga nisbatan ijobiy munosabatni kuchaytirish, empatiya va faol tinglash ko‘nikmalarini shakllantirish, stressli vaziyatlarda o‘zini-o‘zi nazorat qilish, shuningdek, ijtimoiy-psixologik muhitda kommunikativ barqarorlikni ta’minlash maqsad qilingan.

3.1-jadval

Psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirish bo‘yicha trening dasturi

Haf ta	Mavzu	Maqsad	Texnikalar	Tayanch test	Davo miylik	Kutilgan natija
1	Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik asoslari	Kommunikativ kompetentlik tushunchasini shakllantirish	SKK tuzilishi, muloqotning o‘rni, mashq: “Muloqot to‘siqlari”	E.G. Gelfman va boshq. – SKK diagnostikasi	2 soat	SKK darajasini baholash, asosiy elementlarni tushunish
	Shaxslararo o‘zaro ta’sir uslublari	Muloqot uslublarini aniqlash va qo‘llash	Uslublar (dominant, passiv, hamkorlik), mashq: “Muloqot stsensariylari”	S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeyka – O‘zaro ta’sir testi	2 soat	Muloqot uslubini tahlil qilish, moslashuvchanlik oshirish
2	Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari	Tashkilotchilik ko‘nikmalarini rivojlantirish	Tashkilotchilik, guruh dinamikasi, mashq: “Guruh loyihasi”	Y.A. Klimov – KOS-2 metodikasi	2 soat	Guruh muloqotini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish
	Boshqalarni qabul qilish va empatiya	Empatik muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish	Empatiya, qabul qilish usullari, mashq: “Empatik tinglash”	T. Fey – Boshqalarni qabul qilish shkalasi	2 soat	Ishonchli munosabat o‘rnatish ko‘nikmalari
3	Muloqotda o‘zini-o‘zi nazorat qilish	Stressli muloqotda o‘zini boshqarish	Nazorat mexanizmlari, strategiyalar, mashq: “Stressli suhbat”	M. Snayder – O‘zini-o‘zinazorat testi	2 soat	Stressda o‘zini nazorat qilishni mustahkamlash
	Faol tinglash va savol berish texnikasi	Faol tinglash ko‘nikmalarini rivojlantirish	Tinglash printsiplari, savol texnikasi, mashq: “Ochiq suhbat”	E.G. Gelfman va boshq. – SKK (tinglash komponenti)	2 soat	Mijoz ehtiyojlarini tushunish uchun tinglash ko‘nikmalari

4	Konfliktlarni boshqarish va muzokara	Ziddiyatlarni hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish	Konflikt turlari, strategiyalar, mashq: "Konflikt stsenariysi"	S.V. Maksimov va Yu.A. Lobeyka – O'zaro ta'sir testi	2 soat	Konfliktlarni konstruktiv hal qilish usullarini o'rganish
	Refleksiya va natijalarni baholash	Ko'nikmalarni mustahkamlash va baholash	Ko'nikmalarni tahlil, refleksiya, mashq: "Yakuniy suhbat"	Barcha testlarning umumiy natijalari	2 soat	Ko'nikmalarni baholash, qo'llash rejalarini tuzish

Trening dastur yakunida tajriba (eksperimental) guruhidagi ishtirokchilarga E.G. Gelfman, M.A. Kholodnaya va L.N. Demidovalarning "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testi asosida takroriy (yakuniy) diagnostikani o'tkazdik. Bu bosqichda olingan natijalar dastlabki (boshlang'ich) diagnostika ko'rsatkichlari bilan qiyoslab tahlil qilindi. Kommunikativ kompetensiyalar darajasidagi o'zgarishlar miqdoriy jihatdan qay tarzda namoyon bo'lganini aniqlash maqsadida Styudent t-me'zoni yordamida statistik jihatdan ishonchli tahlillar bajarildi. Ushbu tahlil orqali trening dastur samaradorligini empirik dalillar asosida asoslab berish imkoniyati yaratildi.

3.2-jadval

Respondentlarning treningdan oldin va keyingi ko'rsatkichlari natijalari (Styudent-t N=30)

Tajriba guruhi		Nazorat guruhi		t
M1	M2	M1	M2	-2,16***
7.7	11.5	7.7	7.9	

p<0,001***

Statistik tahlillarimiz shuni ko'rsatmoqdaki, tajriba guruhida "Ijtimoiy kommunikativ kompetentlik" darajasi dastur yakuniga kelib sezilarli darajada oshdi. Jumladan, ularning o'rtacha balli dastlabki 7.7 ko'rsatkichdan 11.5 ballgacha ko'tarilgan bo'lsa, nazorat guruhida bu ko'rsatkich deyarli o'zgarmay, 7.9 ball atrofida qolgan. Ushbu tafovut trening dasturimiz ta'siri ostida yuzaga kelgan samarali o'zgarishlar mavjudligini anglatadi.

Styudent t mezoni orqali o'tkazgan statistik tahlilimizda ikki guruh o'rtasidagi farq $t=-2,16$ qiymat bilan ($p<0,001$) ishonchli darajada ahamiyatli deb topildi. Bu esa

olib borgan mashg'ulotlarimiz ya'ni ijtimoiy trening dasturimiz asosida tuzilgan metodik yondashuvlarimiz tajriba guruhi respondentlarining kommunikativ ko'nikmalariga bo'lgan munosabatiga ijobiy ta'sir ko'rsatganini tasdiqlaydi.

Trening dasturimizning dastlabki bosqichida ishtirokchilarimizda ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik darajasini o'lchashga doir bo'lgan asosiy psixodiagnostik metodikalardan biri "Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (SKK) diagnostikasi" testidan foydalanib subtestning birinchi ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik treningdan oldin 9, treningdan kegin 12 darajaga,

Kelishuvga intilish treningdan oldin 9, treningdan kegin 11 darajaga, Noqaniqlikka toqatsizlik treningdan oldin 7, treningdan kegin 11 darajaga, Muvaffaqiyatsizlikdan qochish treningdan oldin 8, treningdan keyin 12 darajaga ortganligini va Frustratsion tolerantlik treningdan oldin 9, treningdan kegin 12 darajaga, Faollik, tashabbuskorlik treningdan oldin 7, treningdan kegin 11 darajaga, Baholovchilarga qaramlik treningdan oldin 8, treningdan kegin 11 darajaga, O'zgarishlarga ochiqlik treningdan oldin 7, treningdan kegin 13 darajaga, Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik treningdan oldin 6, treningdan kegin 10 darajaga, Ichki barqarorlik ochiqlik treningdan oldin 7, treningdan kegin 11 darajaga, Kommunikativ passivlik ochiqlik treningdan oldin 7, treningdan kegin 6 darajaga kamaygani va oxirgi shkala Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik treningdan oldin 9, treningdan kegin 14 darajaga ortganini guvohi bo'ldik, asosiy omil ushbu testni ishlash jarayonidagi ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlikni sabab sifatida keltirishimiz mumkin.

Xususan, ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlikning barcha subskala natijalari: kelishuvga intilish, noaniqlikka toqatsizlik, muvaffaqiyatsizlikdan qochish, frustratsion tolerantlik, faollik va tashabbuskorlik, baholovchilarga qaramlik, o'zgarishlarga ochiqlik, ijtimoiy aloqalarga ochiqlik, ichki barqarorlik va yangi vaziyatlarga moslashuvchanlik treningdan keyin sezilarli darajada oshdi, kommunikativ passivlik darajasi esa pasaydi.

Ushbu natijalar shuni ko'rsatadiki, asosiy omil sifatida trening jarayonida olib borilgan ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlikni rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar o'z samarasini berdi.

Bob bo'yicha xulosalar

Demak, ushbu bob amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini treninglar orqali takomillashtirishning empirik va amaliy asoslarini o'rganishga bag'ishlandi. Tadqiqotda psixologlarning muloqot qobiliyatlari, yashash hududi va pedagogik tajribaga bog'liq holda tahlil qilish quyidagi xulosalarga asos bo'lishi mumkin:

1. Tadqiqot natijalariga ko'ra, hududiy farqlar psixologlarning muloqot uslublariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Turli viloyatlarda ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar, kasbiy muhit va madaniy omillar tufayli psixologlarning tashabbuskorlik, yangi sharoitlarga moslashish va muvaffaqiyatsizlikka munosabati turlicha namoyon bo'ladi. Masalan, ba'zi hududlarda psixologlar muvaffaqiyatsizlikdan qochishga moyil bo'lib, xavfsiz va tanish muloqot usullarini afzal ko'radi, boshqa hududlarda esa yuqori faollik va tashabbuskorlik kuzatiladi.

2. Pedagogik tajriba nuqtai nazaridan, yangi boshlovchi psixologlar (1-5 yil tajriba) yangi vaziyatlarga ochiq, moslashuvchan va faol bo'lib, zamonaviy usullar va texnologiyalarni qabul qilishga tayyor. Tajribali mutaxassislar (20 yildan ortiq) esa barqaror muloqot uslublariga ega bo'lib, yangi o'zgarishlarga nisbatan ehtiyotkor yondashuvni afzal ko'radi. Bu holat tajribaning ortishi bilan psixologik barqarorlik va noaniq vaziyatlarga chidamlilik oshishi bilan izohlanadi.

3. Biz ishlab chiqqan model psixologik treninglar orqali kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishga qaratilgan bo'lib, beshta tizimdan iborat: maqsadli (rivojlanish yo'nalishlarini belgilash), tarkibiy-tuzilmaviy (kognitiv, affektiv va faoliyat komponentlari), faoliyat (amaliy mashqlar va rolli o'yinlar), diagnostik-baholash (ko'nikmalarni monitoring qilish) va reflektiv-analitik (o'zini tahlil qilish). Model uch bosqichda amalga oshiriladi: asosiy komponentlar (ehtiyojlarni aniqlash), amaliy bosqich (treninglar orqali ko'nikmalarni shakllantirish) va baholash (natijalarni tahlil qilish).

4. Modelning amaliy ahamiyati psixologlarning kasbiy samaradorligini oshirish, ta'lim ishtirokchilari bilan ishonchli va empatik muloqot o'rnatish, nizolarni konstruktiv boshqarish va psixologik to'siqlarni yengishda namoyon bo'ladi.

XULOSA

“Malaka oshirish kursi tinglovchilarini kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishda trening texnologiyalaridan foydalanish” mavzusidagi dissertatsiya ishimiz natijasida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Tadqiqot muammosiga doir nazariy va metodologik manbalar tahlili, o‘tkazilgan empirik izlanishlar shuni ko‘rsatdiki, amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashishi ularning kasbiy faoliyati samaradorligini ta‘minlashning muhim jihati ekanligi o‘z tasdig‘ini topdi.

2. Psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirishdan ko‘zlangan asosiy maqsad psixologik yordam ko‘rsatish jarayonida samarali, ongli va professional muloqotni ta‘minlaydigan, shaxslararo aloqada psixologik sezgirlikka ega, empatik, faol tinglovchi va konstruktiv suhbatdosh bo‘lgan mutaxassis shaxsini shakllantirishdan iboratdir.

3. Tadqiqot natijalari psixolog mutaxassislarning ijtimoiy-kommunikativ kompetentligida yosh omilining muhim rol o‘ynashini ko‘rsatdi. “Ijtimoiy kommunikativ moslashuvchanlik”, “noqaniqlikka toqatsizlik”, “muvaffaqiyatsizlikdan qochish” va “ijtimoiy aloqalarga ochiqlik” shkalalari bo‘yicha turli yosh guruhlarida o‘rtasida ishonchli statistik farqlar aniqlandi. 20-30 yoshdagi mutaxassislar yuqori kommunikativ moslashuvchanlik va ijtimoiy aloqalarga ochiqlikni namoyish qilgan bo‘lsa, 31-40 yosh guruhida muvaffaqiyatsizlikdan qochish eng yuqori darajada qayd etildi. 41-50 yosh oralig‘ida ko‘rsatkichlar o‘rtacha, 50 yoshdan yuqorilarda esa bu ko‘rsatkichlar eng past bo‘lib, yosh ortishi bilan kommunikativ kompetensiyalarda o‘zgarishlar kuzatilishi aniqlandi. Bu yoshga bog‘liq psixologik konservatizm va barqaror muloqot uslublariga moyillik bilan izohlandi.

4. Kommunikativ kompetensiyalar shaxsning kasbiy muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi va munosabatlarida muhim ahamiyatga ega bo‘lib, ularning rivojlanishi hayotning turli jabhalarida ijobiy o‘zgarishlarni ta‘minlaydi.

5. Shaxsda kommunikativ kompetensiyalarning samarali takomillashishi bir qator ijtimoiy-psixologik xususiyatlarga bog‘liq. Ushbu xususiyatlar, avvalo,

shaxsning muloqotga bo'lgan ichki ehtiyoji, hissiy holati, ijtimoiy tajribasi va ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqasining sifati orqali yuzaga chiqadi va mustahkamlanadi.

6. Kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish nazariy konsepsiyalarga asoslangan bo'lsada, ularning haqiqiy samarasi bevosita amaliy faoliyat jarayonida yuzaga chiqadi. Ayniqsa, psixologik, pedagogik yoki ijtimoiy soha vakillari uchun bu ko'nikmalar kasbiy kompetensiyaning ajralmas bo'lagi hisoblanadi.

7. “Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik modeli” psixolog shaxsida kasbiy samaradorlikni ta'minlovchi asosiy kompetensiyaning bosqichma-bosqich, tizimli va maqsadli shakllantirishga yo'naltirilgan. Modelda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish uchun psixologik treninglar, reflektiv tahlil va baholash mexanizmlaridan foydalanildi.

TAVSIYALAR

Tadqiqot natijalari asosida amaliyotchi psixologlar uchun quyidagi amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi:

1. Malaka oshirish kurslarida amaliyotchi psixologlar uchun ijtimoiy-psixologik treninglarga asoslangan maxsus modullar joriy etish zarur. Ushbu modullar faol tinglash, empatiya va nizolarni boshqarish kabi ko'nikmalarni shakllanishiga qaratilgan bo'lishi maqsadga muvofiqdir.

2. Amaliyotchi psixologlarning kommunikativ kompetensiyalarini takomillashtirish uchun o'quv dasturlariga va o'quv rejalarga o'zgartirishlar kiritish orqali ulardagi kommunikativ imkoniyatlarini oshirish mumkin. Shuningdek, kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirishga xizmat qiluvchi o'quv-uslubiy qo'llanmalar va elektron materiallar ishlab chiqish zarur.

3. Malaka oshirish jarayonida amaliyotchi psixologlar uchun tuzilgan o'quv ishchi dasturlariga “Professional kommunikatsiya asoslari” hamda “Ijtimoiy-psixologik treninglar va ularning amaliyotda qo'llanilishi” kabi maxsus kurslarni kiritish lozim.

4. Malaka oshirish jarayonida amaliyotchi psixologlarning muloqot jarayonini, unga ta'sir etuvchi omillar va mexanizmlarni, shuningdek, uni shakllanish usullarini o'rganishga bag'ishlangan seminar-treninglar, davra suhbatlari hamda onlayn muloqotlarni muntazam ravishda tashkil etish darkor.

5. Psixologlarning yosh xususiyatlarini inobatga olgan holda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish uchun yoshga moslashtirilgan trening va psixoprofilaktik dasturlar ishlab chiqilishi zarur. 20-30 yoshdagi mutaxassislar uchun noaniqlikka bardoshlilik va stressga chidamlilikni oshirish, 31-40 yoshdagilar uchun muvaffaqiyatsizlikdan konstruktiv qochish va qaror qabul qilish ko'nikmalarini mustahkamlash, 41-50 yosh oralig'idagi shaxslar uchun kommunikativ moslashuvchanlikni saqlash va yangiliklarga ochiqlikni rag'batlantirish, 50 yoshdan yuqorilar uchun esa ijtimoiy aloqalarga ochiqlikni oshirish hamda zamonaviy kommunikativ vositalardan faol foydalanishni ta'minlashga qaratilgan faoliyatlar tashkil etilishi muhimdir.

6. Amaliyotchi psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni takomillashtirish va mustahkamlash jarayonida jamoaviy faoliyat, interaktiv munozaralar hamda guruhli loyihalarga alohida e'tibor qaratish maqsadga muvofiqdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

I. NORMATIV-HUQUQIY HUJJATLAR VA METODOLOGIK

AHAMIYATGA MOLIK NASHRLAR

1. O'zbekiston Respublikasi 2020-yil 23-sentabrdagi O'RQ-637-son "Ta'lim to'g'risida" Qonuni // <https://lex.uz/docs/-5013007>.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "2022–2026-yillarda maktab ta'limini rivojlantirish bo'yicha milliy dasturni tasdiqlash to'g'risida" 2022-yil 11-maydagi PF-134-son Farmoni // <https://lex.uz/docs/6008663>.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 26-maydagi "Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi hamda uning tizimidagi tashkilotlar faoliyatini samarali tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida" PF-79-son Farmoni. <https://lex.uz/docs/-6476175>.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi "2022 — 2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida" PF-60-son Farmoni. <https://lex.uz/docs/-5841063>.
5. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 2-fevralda qabul qilingan "Ta'lim sohasidagi islohotlarni jadallashtirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" PQ-54-son Qarori. <https://lex.uz/docs/-6788002>.
6. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» 2017 yil 30 sentyabrdagi PF-5198-son Farmoni. <https://lex.uz/ru/docs/-3362886>
7. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida» 2019 yil 8 maydagi PQ-4312-son Qarori. <https://lex.uz/ru/docs/-4327235>
8. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik - har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. – Toshkent: «O'zbekiston», 2017. - 104 b. <https://e-library.sammu.uz/ru/book/346>
9. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. T.: «O'zbekiston», 2017. – 488 b. <https://e-library.sammu.uz/ru/book/976>

10. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 12 iyuldagi «O‘quvchilarni psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash ishlarini yanada takomillashtirish to‘g‘risida» 577-son Qarori. <https://lex.uz/uz/docs/-4417140>.

II.MONOGRAFIYA, ILMIY MAQOLA, PATENT, ILMIY TO‘PLAMLAR

11. Абишева К. М. Мастерство переводчика: лингвокреативные стратегии транслятора. Учебное пособие./ Абишева К. М., Симбаево С. О., Юсбекова Н. Н., Капанова А. Нур-Султан: Туран-Астана, 2019. - 202с.

12. Олдридж Дж. Януш Корчак: Голос ребёнка. Educational Review, -2014. 66(3), 364 с.

13. Бейлина Н. С. Формирование коммуникативной компетентности студентов технических вузов в процессе изучения дисциплины «Психология социальных коммуникаций». Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. -2021. 23(80), С. 11–17. 53 bet.

14. Чагина Алина Владимировна, Александр Александрович Максименко, & Татьяна Леонидовна Крюкова. Активное наставничество и эмпатия российских учителей. Теоретическая и экспериментальная психология - (2024). 17 (2), 112-127. doi: 10.11621/TEP-24-15

15. Chen G.-M. A harmony theory of Chinese communication. China Media Research. - 2009. 4(4). pp. 1-5. https://digitalcommons.uri.edu/com_facpubs/93/

16. Есентаева Р. М. Развитие коммуникативного потенциала учителя: современные методики. Алматы: Казахский университет. -2017. С. 58–61.

17. Есентаева Р. М. Компетентностный подход в подготовке педагога. Алматы: Казахский университет. -2019. С. 35-39.

18. European Journal of Social Sciences. Teachers’ intercultural competence and teacher education: A case of Poland. European Scientific Journal, 5(3). -2009. С. 1343–1352. <https://eujournal.org/index.php/esj/article/view/1343/1352>

19. Гельфман Е. Г., Холодная М. А., и Демидова Л. Н. Диагностика социально-коммуникативной компетентности. Психология. -2010. с. 12–18.

20. Hargie O. Skilled Interpersonal Communication: Research, Theory and Practice (5th ed.). London: Routledge, pp. -2011. C. 133-142.
21. Helm F., Guo, S., & Hampel, R. Intercultural communicative competence in higher education through telecollaboration: Typology and development. Education and Information Technologies. -2023. 28. C. 13885 13912. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11751-3>
22. Karimova V.M., Akramova F.A., Ochilova G.O., Musaxanova G.M. Pedagogika psixologiya. O'quv qo'llanma – T-: TDIU, 2010 - 393 b.
23. Kowalski J. Conflict management in Polish schools: A communicative approach. Journal of Pedagogical Studies. -2018. 15(2). -C. 45–60.
24. Ковальски, Я. Разрешение конфликтов в школе: применение шкалы Томаса-Килмана в польском образовательном контексте. Краков: Научное издательство Ягеллонского университета. - 2018. С. 45–53.
25. Kwiatkowski T., & Nowak, M. Komunikacja interpersonalna i psychologia komunikacji w kształceniu nauczycieli w Polsce. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego, pp. -2020. C. 58-72.
26. Logvinova O. K., & Zhumagulova, G. A. Multicultural education in the Russian Federation and the Republic of Kazakhstan: General trends and national peculiarities. International Journal of Environmental & Science Education. -2016. 11(18) C. 13045-13055. <https://www.iejme.net/download/multicultural-education-in-the-russian-federation-and-the-republic-of-kazakhstan-general-trends-and>
27. Маланов И. А., и Шустикова, М. В. Сущность социально-коммуникативной компетентности личности. Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. -2020. 6(34). С.124–128.
28. Муминова А. К. Формирование культуры диалога у педагогов: психологический аспект. Алматы: Казахский университет. -2018. С. 74–76.
29. Nugmanova R. S. Ta'lim jarayonida kommunikatsiyani samarali uyımdastıru: Pedagog ning nutq madeniyati, empatiya h m h rmet negızinde muomala. Almaty: Kazakh University Press. -2019. С. 88-92.

30. Ørmen J., Helles, R., & Jensen, K. B. Converging cultures of communication: A comparative study of Internet use in China, Europe, and the United States. *New Media & Society*. -2021. 23(7), С. 1751-1772. <https://doi.org/10.1177/1461444820912533>
31. Сатыбалдина Е. В. Формирование коммуникативных компетенций педагога в системе повышения квалификации. Алматы: Эверо
32. Sikorska I. *Psychologia komunikacji w edukacji nauczycieli*. Poznań: UAM Press. -2022. 243 с.
33. Snyder M. Self-monitoring of expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. - 1974. 30(4), -С. 526-537.
34. Tulegenova A.G., Stylnaya O.O. Value orientations of youth subcultures // V.I. Vernadsky Crimean Federal University scientific notes. *Sociology. Pedagogy. Psychology*. -2014. № 3. pp. 18-34.
35. Walther J. B. Theories of computer-mediated communication and interpersonal relations. In M. L. Knapp & J. A. Daly (Eds.), *The SAGE handbook of interpersonal communication*. - 2011. (pp. 443–479). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
36. Wertheimer M.. *Untersuchungen zur Lehre von der Gestalt. Psychologische Forschung*. -1923. 4.- С. 301–350.
37. Mirashirova, N., & Qorabayeva, M. Bo'lajak psixologlarni kasbiy shakllantirishning psixologik xususiyatlari. *Журнал академических исследований нового Узбекистана*, -2025 2(4). С. 155–158. извлечено от <https://inlibrary.uz/index.php/yoitj/article/view/80751>
38. Zielinska M. Active listening in Polish educational settings. *Educational Psychology Review*. -2019. 22(4). -С. 78-92.
39. Л. Ф. Чупрова, А. В. Берлова, Международная научная школа "Парадигма". *Лето - 2015. В 8 т. Т. 4: Психология: сборник научных трудов / под ред. // РЕМ: Psychology. Educology. Medicine*. 2015. №1.
40. Zhumagulova A. Conflict resolution skills in Kazakhstani schools: A pedagogical perspective. *Journal of Central Asian Education*. -2019. 12(1). -С. 34-50.
41. Юлия Астахова Леонидовна. "Методы управления конфликтами в педагогическом коллективе школы" *Концепт*, no. 3 (19), 2013, pp. 105-111.

III. FOYDALANILGAN BOSHQA ADABIYOTLAR

42. Adler A. The Practice and Theory of Individual Psychology. London: Routledge & Kegan Paul, 1927. -p. 132-135.
43. Adler A. Understanding Human Nature. New York: Greenberg, 1927. -p. 168-175.
44. Андреева Г. М. Психология межличностного общения: Теория и практика. Москва: Педагогическое общество России. -2010. -С. 35-48.
45. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений. М.: Аспект Пресс, 2000. 376 с.
46. Argyle M. The psychology of interpersonal behaviour (5th ed.). London: Penguin Books. -1994. 362 с.
47. Aristotle. Rhetoric. Trans. by W. Rhys Roberts. New York: Modern Library, 1954. - P. 37-42.
48. Рындин Дмитрий Геннадиевич,. "«Исповедь» Августина как опыт понимания события" Vox. Философский журнал, no. 12, 2012, pp. 150-172. doi:10.24411/2077-6608-2012-00011
49. Bandura A Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. -1977 - P. 22-28.
50. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: W.H. Freeman. - 1997. 610 с.
51. Bartlett R. Medieval panorama: The English scene from conquest to reformation. London: Thames & Hudson. -2011. 801 с.
52. Бодалев А.А. Столин В.В. Аванесов В.С. ОБЩАЯ ПСИХОДИАГНОСТИКА СПб.: Изд-во «Речь», 2000. -440 стр. ISBN 5-9268-0026-1 ISBN 5-9268-0015-3
53. Бодалёв А.А. Личность и общение. – Москва: Педагогика, 1983. – 73-75 С.
54. Бодалев А. А., Столин, В. В., и Аванесов, В. С. Общая психодиагностика. Санкт-Петербург: Речь. - СПб.: Изд-во «Речь», 2000. -440 стр.
55. Bühler K. Sprachtheorie: Die Darstellungsfunktion der Sprache. Jena: Fischer. - 1934. -С. 28-35.

56. Cherniss C., & Goleman, D. The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations. San Francisco: Jossey-Bass. 2001, p. 54-60.
57. Снобчик Л.Н. (2003). Универсальная методика ориентировочной диагностики УМОД: Теория и практика. Санкт-Петербург: Речь. 2003. 624 с.
58. Compayré, G. History of Pedagogy. New York: D. Appleton. -1907. -P. 100-112.
59. Dreikurs R. Psychology in the Classroom. New York: Harper & Row. -1968. pp. 35-50.
60. European Agency for Special Needs and Inclusive Education. Professional development programmes for teachers in Poland: Focusing on communication competence. Odense: European Agency. -2021. 190 с. <https://www.european-agency.org/resources/publications/professional-development-programmes-teachers-poland>
61. Фигурин А. Н. Избранные произведения: Философия, политика, этика. Москва: Наука, -1990, С. 122-130.
62. Freud S. The ego and the Id. In J. Strachey (Ed. & Trans.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud. London: Hogarth Press Vol. XIX. -1920. pp. 12-20.
63. Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life. New York: Doubleday Anchor Books.- 1959. -P. 1-9.
64. Gudykunst W. B. Theorizing about intercultural communication. Thousand Oaks. CA: SAGE Publications. -2005. pp. 73-85.
65. Habermas J. The theory of communicative action, Volume One: Reason and the rationalization of society. Boston: Beacon Press. -1984. pp. 286-312.
66. Hayitov O.E. Boshqaruv psixologiyasi [Matn]: darslik / O.E. Hayitov. - Toshkent: «Istiqlol» nashriyoti, 2021. - 236 b. ISBN 978-9943-5726-3-8
67. Herbart J. F. Outlines of Educational Doctrine. (A. F. Lange, Ed.; A. Lange & C. De Garmo, Trans.). New York: Macmillan. -1901. -P. 35-40.
68. Hofstede G. J., & Minkov, M. Cultures and organizations: Software of the mind (3rd ed.). New York: McGraw-Hill. -2010. 567 стр.

69. Ibn Sīnā. *Al-Qānūn fī al-Ṭibb* / Законодательство о медицине (Т. М. Mirzaev, tarj.). Toshkent: Fan. -2005. С. 210-215.
70. Jaeger W. *Paideia: The ideals of Greek culture* (Vol. 1). Oxford: Oxford University Press. -1965. 544 с.
71. Jung C. G. Psychological types. In H. Read, M. Fordham, & G. Adler (Eds.), *The collected works of C. G. Jung*. Princeton, NJ: Princeton University Press. -1923. Vol. 6, pp. 560-575.
72. Jung C. G. Psychological types: or, the psychology of individuation. *Psychological types*. London: Routledge & Kegan Paul. -1923. pp. 686.
73. Баркова Элеонора Владиленовна. "Межсубъектные связи в современном мире: опыт экофилософского анализа" *Вестник Российского экономического университета им. Г. В. Плеханова*, no. 8 (74), 2014, pp. 12-23.
74. Kennedy G.A. *Aristotle on Rhetoric: A Theory of Civic Discourse*. New York: Oxford University Press, 2007. -P. 37-44.
75. М.А. Холодная Психология интеллекта: парадоксы исследования. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. — 2-е изд., перераб. и доп. — СПб.: 1итер, 2002. — 272 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
76. Климов Е. А. (Психология профессионального выбора. Москва: Наука. - 1981. С. 45-47.
77. Е.А. Климова. Психология личности: Введение в психологическое знание о человеке. Москва:— 3-е изд., перераб. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. - 208 с
78. Knapp M. L., & Hall, J. A. *Nonverbal communication in human interaction* (7th ed.). Boston, MA: Wadsworth. -2010. pp. 134.
79. Koffka K. *Principles of Gestalt Psychology*. New York: Harcourt, Brace. -1935. pp. 730-743.
80. Köhler W. *The Mentality of Apes*. London: Routledge & Kegan Paul. -1925. pp. 245-260.
81. Köhler, W. *Gestalt psychology*. New York: Liveright. -1929. pp. 372.

82. T Leary. Interpersonal Diagnosis of Personality. New York: Ronald Press, 1957. p. 123-125.
83. Le Goff J. The Medieval World. Chicago: University of Chicago Press. -1988. -P. 145-160.
84. Левин, Л. Д. Социально-психологический тренинг: теория и практика. Москва: Педагогика-Пресс. -2004, С. 78-82.
85. Леонтьев А. А. Основы психолингвистики. М.: смысл, 1997. 287 с
86. Леонтьев, А.А. Психология общения: учебное пособие / А.А. Леонтьев. – 3-е издание. – Москва: Смысл: Академия, 2005. – 368 с. – (Психология для студента).
87. Justyna jarska. komunikacja nauczyciela i ucznia ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w nauczaniu języka angielskiego w klasach i-iii szkoły podstawowej. - 2023. 310 с.
88. Ломов, Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б.Ф. Ломов. – Москва: Наука, 1984. – 448 с.
89. Максимов С. В., и Лобейко, Ю. А. Методика изучения межличностного взаимодействия. Витебск: ВГПУ. -2004. 162 с.
90. McLeod, S. Carl Rogers - Person-centered approach. Simply Psychology. -2019. pp. 57. <https://www.simplypsychology.org/carl-rogers.html>
91. Ministry of Education and Science of the Republic of Kazakhstan. Programma “O’qituvchi 2.0”: Razvitie kommunikativnykh navykov u uchiteley. Astana: MES RK Press. -2020.
92. Moreno J.L. Who Shall Survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama. Beacon House. -1953. pp. 15-18.
93. Мудрик А. В. Социальная педагогика. Москва: Академия. -2004. С. 145-147.
94. Nakane C. Japanese society. Berkeley: University of California Press. -1970. pp. 45-48.
95. Navoiy A. Mahbub ul-qulub. -Toshkent: Yoshlar nashriyot uyi, 2018. -172 b.
96. Nosiriddinov N. Forobiy falsafasida inson va jamiyat. – Toshkent: Fan, 2007. 7. Navoiy, A. Mahbub ul-qulub. – Toshkent: Sharq, 2001. 8.

97. OECD. The future of education and skills: Education 2030. Paris: OECD Publishing. -2018. 23 с.
98. OECD. Digital equity and inclusion in education. Paris: OECD Publishing. -2023. 149 с. [https://one.oecd.org/document/EDU/WKP\(2023\)14/en/pdf](https://one.oecd.org/document/EDU/WKP(2023)14/en/pdf)
99. Partnership for 21st Century Skills. P21 framework definitions. Washington, DC: P21. -2009. 9 с. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED519462.pdf>
100. Парыгин Б. Д. Основы социально-психологической теории. Москва: Мысль. -1971. 352 стр.
101. Perelman C., & Olbrechts-Tyteca, L. The new rhetoric: A treatise on argumentation. Notre Dame, IN: University of Notre Dame Press. -1969. 114 с.
102. Perls F. S., Hefferline, R. F., & Goodman, P. Gestalt therapy: Excitement and growth in the human personality. New York: Julian Press. -1951. 20 с.
103. Peter Abelard. (12th century). Sic et Non. [Vol. 30, No. 1 \(1992\)](#), pp. 97-109 (13 pages)
104. Платон. Горгий. – Москва: Мысль, 1994. -С. 449-452.
105. Plato. The Collected Dialogues of Plato. Edited by Edith Hamilton and Huntington Cairns. Princeton: Princeton University Press, 1961. -P. 210-215.
106. Plato. The Collected Dialogues of Plato. Edited by Edith Hamilton and Huntington Cairns. Princeton: Princeton University Press, 1961. -P. 3-12.
107. Президент Республики Казахстан. Новый человеческий капитал – через образование: Послание Президента РК 2021 года. Астана: Акорда Пресс.
108. Qozog‘iston Respublikasi Ta’lim va fan vazirligi. 2020–2025 yillarga arnalgan bilimni rivojlantirish tujirimdamasi. Nursultan: BFM nashriyoti. -2020.
109. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. - СПб.: Питер, 2008. - 512 с. - (Практикум по психологии). - тверд. обл. ISBN 978-5-94723-288-2
110. Nabi Pardaboyevich Jumaboyev. "Sharq mutafakkirlarining ta’lim-tarbiyaga oid ma’naviy va axloqiy qarashlari" Oriental Art and Culture, vol. 2, no. 4, 2021, pp. 526-531.
111. Иванова Светлана Павловна. "Психологическая устойчивость личности как фактор противодействия негативным влияниям социальной среды в ранней

- юности и молодости" Вестник Псковского государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки, no. 9, 2009, pp. 99-108.
112. Собчик, Л.Н. Психология индивидуальности: теория и практика психодиагностики / Л.Н. Собчик. – Санкт-Петербург: Речь, 2018. – 480 с.
113. Stern W. Allgemeine Psychologie auf personalistischer Grundlage. 1: Barth. - 1935. -S. 60-75.
114. Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument. Group & Organization Studies. -1976. 1, 249-251.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/105960117600100214?journalCode=go>
[ma](#)
115. Thomas R. Literacy and orality in ancient Greece. Cambridge: Cambridge University Press. -2002. pp.19
116. UNESCO This publication is available in Open ... Paris, UNESCO ISBN 978-92-3-100088-1. -2015. Page 54.
117. UNESCO. Education for sustainable development goals: Learning objectives. Paris: UNESCO Publishing. -2017. Page 54.
118. Бессонов Борис Николаевич. "Формирование высших психических функций человека в контексте марксистской методологии" Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Философские науки, no. 4 (20), 2016, pp. 11-20.
119. Watson J.B. Behaviorism. New York: The People's Institute Publishing. -1924. pp. 10-35;
120. Wundt W. Grundzüge der physiologischen Psychologie. Leipzig: Wilhelm Engelmann. -1874. pages 872.
121. Wundt W. Völkerpsychologie: Eine Untersuchung der Entwicklungsgesetze von Sprache, Mythos und Sitte (10 vols.). Leipzig: Engelmann. -Bd. –1920. 1-2, S. 664.
122. I.Saifnazarov, A.Muxtarov, T.Sultanov, N.Nazarov, N.Raximbabayeva, X.Doniyorov, F,Usmonov. Falsafa. Darslik. – T.: "Innovatsion rivojlanish nashriyotmatbaa uyi", 2021 – 424 b.

123. С. А. Богомолов. - Москва: Издательство Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, 1985. - 369 с. : ил. - 1.50 р.
124. Yoqub Siddiqovich Saidov. "Yusuf Xos Hojib «Qutadg‘u bilig» asarining til xususiyatlari" Science and Education, vol. 6, no. 6, 2025, pp. 901-906.
125. Ш.Абдуллаева. (2025). Профессиональное самоопределение и выбор профессии учащимися в психологическом знании. Вестник интегративной психологии. Вестник № 35, часть 1. 32-37
126. Шамшетова А. К, Мелибаева Р. умумий психология. маъруза матни - Т.:, 2016. - 230 б
127. Z.T. Nishanova. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya [Matn]: darslik / Z.T. Nishanova va boshq. — Toshkent: «O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati» nashriyoti, 2018. — 600 b.
128. Тищенко В.А.. "Коммуникативные умения: к вопросу классификации" Казанский педагогический журнал, no. 2, 2008, pp. 15-22.
129. <https://www.apa.org>
130. <https://psycnet.apa.org>
131. <https://www.Lex.uz>
132. <https://www.disertat.ru>
133. <https://www.psyh.uz>

ILOVALAR

Ijtimoiy-psixologik tadqiqotimizda ishlatilgan usullar to‘g‘risida umumiy ma’lumot

№	Tadqiqot usullarining nomi	Metodikaning muallifi va (yoki) modifikatsiya qilgan shaxs	Respondentlar soni
1	Psixologlarda kommunikativ kompetensiyalarni baholash so‘rovnomasi	M.X.Dumarov R.A.Latibjonov	N=456 ⁶
2	Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik (skk) diagnostikasi testi	E.G. Gelfman M.A.Kholodnaya L.N.Demidova	N=456 ⁷
3	Shaxslararo o‘zaro ta’sir uslubini aniqlash metodikasi	S.V. Maksimov Yu.A. Lobeyko	N=456 ⁸
4	Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi (KOC2)	Y.A. Klimov	N=456 ⁹
5	Boshqalarni qabul qilishni diagnostika qilish testi	V.Fey	N=456 ¹⁰
6	Muloqot jarayonida o‘zini-o‘zi nazorat qilish testi	M. Snayder	N=456 ¹¹
7	Dissertatsiya doirasidagi metodikalarning to‘liq tavsifi		N=456 ¹²
8	Treninglar to‘plami		N=16 ¹³

⁶ Ushbu so‘rovnoma 456 nafar amaliyotchi psixologlar orasida o‘tkazildi.

⁷ Mazkur test 456 nafar psixologda kommunikativlikni aniqlash borasida o‘tkazilgan

⁸ Ushbu metodika 456 nafar psixologlarda muloqotda ta’sir uslubini aniqlash uchun o‘tkazildi

⁹ Mazkur metodika 456 nafar psixologda kommunikativ va tashkilotchilikni aniqlash borasida o‘tkazilgan

¹⁰ Ushbu test 456 nafar psixologda boshqalarni qabul qilish darajasini aniqlash uchun o‘tkazildi

¹¹ Mazkur test 456 nafar psixologlarda muloqotdagi nazorat darajasini aniqlash borasida o‘tkazilgan

¹² Ushbu so‘rovnoma 456 nafar amaliyotchi psixologlar orasida o‘tkazildi.

¹³ Trening dasturi 16 nafar amaliyotchi psixologlarda o‘tkazildi.

**PSIXOLOGLARDA KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARNI BAHOLASH
SO‘ROVNOMASI**

(Amaliyotchi psixologlar) (n=456¹⁴)

(M.X.Dumarov, R.A.Latibjonov)

1. O‘zingiz haqingizdagi ma’lumotlar:	
Yoshingiz	
Jinsingiz	
Pedagogik tajriba	
Hududingiz	
2. Pedagogning o‘zini anglashi va o‘zini-o‘zi baholashi pedagogik faoliyatda kommunikativ ko‘nikmalar shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadimi.	
	Ha
	Yo‘q
	Bilmayman
3. Pedagogning o‘zini-o‘zi boshqarishi va stressni boshqarish qobiliyati, muloqot samarali bo‘lishiga ta’sir ko‘rsatadimi.	
	Ha
	Yo‘q
	Bilmayman
4. Pedagogik faoliyat uslublaridan faoliyatingizda qaysi biriga ko‘proq murojat qilasiz.	
	Avtoritar
	Liberal
	Demokratik
	Parasipativ
5. Sizningcha “pedagogik mahorat” sizning uslubingizga ta’sir ko‘rsatadimi.	
	Ha
	Yo‘q
	Baholay olmayman
6. Sizningcha “pedagogik bilim” samarali kommunikatsiya qilishga yordam beradimi.	
	Ha
	Yo‘q
	Baholay olmayman
7. Sizningcha “pedagogik tajriba” samarali kommunikatsiya qilishga yordam beradimi.	
	Ha
	Yo‘q
	Baholay olmayman

¹⁴ Andijon, Sirdaryo, Jizzax viloyati malaka oshirish kursida qatnashayotgan amaliyotchi psixologlardan 456 nafari ishtirok etdi.

8. Pedagogning kommunikativ ko'nikmasi sinfdagi muvofiqlik va o'zaro anglashuvni rivojlantirishga ta'sirini qanday baholaysiz.	
	1-aytishim qiyin
	2-unchalik emas
	3-deyarli ta'sir ko'rsatadi
	4-ta'sir ko'rsatadi
	5-juda kuchli ta'sir ko'rsatadi
9. Muloqot qilish ko'nikmasini sizni fikringizcha ko'proq qaysi omil yaxshilaydi? Muhimligi bo'yicha darajalang (1,2,3) barchasi tanlanadi.	
	O'quvchilar bilan ochiq muloqot qilish
	O'quvchilarning fikrlarini tinglash
	O'quvchilarni tushunishga harakat qilish
10. "Pedagogik faoliyatdagi stress sizning o'quvchilar bilan muloqot qilishda samaradorligingizni pasaytiradimi?"	
	1-aytishim qiyin
	2-unchalik emas
	3-deyarli ta'sir ko'rsatadi
	4-ta'sir ko'rsatadi
	5-juda kuchli ta'sir ko'rsatadi
11. Sizningcha pedagogik faoliyatda stressni samarali boshqarish o'quvchilar bilan muloqot qilish samaradorligiga qay darajada ta'sir ko'rsatadi?	
	1-aytishim qiyin
	2-unchalik emas
	3-deyarli ta'sir ko'rsatadi
	4-ta'sir ko'rsatadi
	5-juda kuchli ta'sir ko'rsatadi
12. Zamonaviy pedagogik faoliyatda pedagogning kommunikativ ko'nikmalari rivojlanishiga interaktiv ta'lim texnologiyalarini ta'sirini muhimligi bo'yicha darajalang (1,2,3,4,5,6,7) barchasi tanlanadi.	
	guruhiy ishlar
	muammoli vazifalar
	loyiha ishi
	rolli o'yinlar
	debatlar
	diskussiyalar
	gamifikatsiyalar
13. Internet platformalari (elektron ta'lim platformalari, interaktiv darslar, ijtimoiy tarmoq, masofaviy ta'lim, sun'iy intellekt)ning pedagog kommunikativ ko'nikmasiga ta'sirini qanday baholaysiz.	
	1-aytishim qiyin
	2-unchalik emas
	3-deyarli ta'sir ko'rsatadi
	4-ta'sir ko'rsatadi
	5-juda kuchli ta'sir ko'rsatadi

14. Sizningcha pedagogning kommunikativ ko'nikmalari rivojlanishida maktab rahbariyatining pedagogik yondoshuvlari va ko'rsatmalari muhimmi.	
	Ha
	Yo'q
	Baholay olmayman
15. "Jamoadagi psixologik iqlim, o'zaro hurmat, ishonch va qo'llab-quvvatlash muhitining mavjudligi, jamoa a'zolari o'rtasida samarali muloqot va fikr almashishni ta'minlaydi". Shu fikrni qo'llab quvvatlaysizmi.	
	Ha
	Yo'q
	Baholay olmayman
16. Sizni fikringizcha malaka oshirish kurslarida pedagoglarning kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirish uchun mashg'ulotlar jarayonida qaysi jihatlarni hisobga olish kerak. Muhimlik darajasiga ko'ra (1,2,3,4,5) barchasi tanlanadi.	
	Kurs davomida boshqa o'qituvchilar bilan guruh ishlari va muhokamalarda ishtirok etish orqali o'zaro anglashuvni hisobga olish
	Tinglash va fikrni aniq ifodalash ko'nikmalarini yaxshilash.
	Ta'lim metodlari va uslublarini o'rganish orqali yangi muloqot usullarini qo'llash.
	Tanqidni qabul qilish va uni samarali tarzda ifodalash ko'nikmalarini rivojlantirish orqali darslarni tashkil etish.
	Mentorlar bilan faol muloqot qilish orqali o'z fikrlarni aniq va tushunarli tarzda ifodalashni tashkil etish.

IJTIMOIY-KOMMUNIKATIV KOMPETENTLIK (SKK) DIAGNOSTIKASI

Gelfman E.G., Kholodnaya M.A., Demidova L.N.

Javob variantlari va ularning belgilanishi:

- Bayonotga to'liq qo'shilaman – !
- Ko'proq qo'shilaman – +
- Bilmayman, ikkilanaman – ?
- Ko'proq qo'shilmayman – –
- Umuman qo'shilmayman – --

№	Bayonotlar	Variantlar (! + ? - --)
1.	Suhbatda uzoq pauza bo'lsa, vaziyatni saqlab qolish uchun odatda hech narsa xayolimga kelmaydi.	
2.	Odamlarning men haqidagi fikrlariga katta ahamiyat beraman.	
3.	Noaniq yoki burun ohangida gapiradigan odamlar meni g'azablantiradi.	
4.	Qiyinchiliklarni ko'rib, ishga kirishmasdan avval qo'rqib qolaman.	
5.	Ayblovlar bilan yuzma-yuz kelganimda o'zimni tutishimni oson yo'qotaman.	
6.	Kim bilandir do'stlashish menga qiyin.	
7.	Biror masalada pozitsiya egallashdan avval boshqalarning fikrini bilishga harakat qilaman.	
8.	Qiyin vaziyatlarda ichki xavotir meni erta qaror qabul qilishga majbur qiladi.	
9.	Men optimistman.	
10.	Vaqtı-vaqtı bilan sabrim tugab, g'azablanib ketaman.	
11.	Oldin uchrashmagan odamlar bilan jamiyatda erkin suhbatlasha olaman.	
12.	Mehnat jamoasida kelishmovchiliklar yuz bersa, chetda turishga harakat qilaman.	
13.	Ziddiyatli, oldindan aytib bo'lmaydigan odamlar bilan muloqotdan qochaman.	
14.	Ko'pincha kayfiyatim yomon bo'ladi.	
15.	Meni osongina ranjitish mumkin.	
16.	Sayohatlarda tasodifiy yo'lovchilar bilan deyarli hech qachon suhbatlashmayman.	
17.	Munozarali masalalarda har doim o'z fikrimni bildiraman.	
18.	Film yoki kitob oxirida voqea yakunlanmagan bo'lsa, yoqmaydi.	
19.	Agar biror ishda omadim kelmasa, keyingi safar albatta muvaffaqiyat qozonaman, deb o'ylayman.	
20.	Munozara vaqtida odatdagidan balandroq ovozda gapiraman.	
21.	Butunlay notanish odamlarni suhbatga torta olaman.	
22.	Vaziyat keskinlashgandan ko'ra murosas qilishni afzal ko'raman.	
23.	Qabul qilingan qarorlarni kechiktirish majburiyati meni bosim ostida qoldiradi.	
24.	Ko'pincha hafsalasizlikdan o'zimga istaklarimni bajarishga ruxsat bermayman.	
25.	Ba'zida jiddiy qabul qilmaydigan tahdidlarni aytib qo'yaman.	
26.	Jamiyatga jonlilik olib kirish menga oson.	
27.	Rahbarimni tanqid qilishdan qochaman, hatto bu kerak bo'lsa ham.	
28.	Ba'zi narsalarni tasodifga topshirishni xohlayman.	
29.	Har qanday holatda yaxshi tomonini topa olaman.	
30.	O'zimni portlash arafasidagi barut qutisi kabi his qiladigan paytlarim bo'ladi.	
31.	Turmush o'rtog'im meni ogohlantirmasdan mehmon chaqirsa, yoqmaydi.	
32.	Rejalarim yoki niyatlarim haqida boshqalar salbiy fikr bildirsa, ularni rad etishim oson.	

33.	“Yetti o‘lchab, bir kes” degan maqolaga amal qilaman.	
34.	Kimdir va‘da bersa, uni bajarmaydi, deb xavotir olaman.	
35.	G‘azabim chiqqanda jismoniy ish bilan o‘zimni tinchlantiraman.	
36.	Yangi tanishlar topish menga har yerda oson.	
37.	Meni nohaq ayblashsa, ko‘pincha sukut saqlayman, rozi bo‘laman.	
38.	Ko‘plab variantlar orasidan bittasini tanlash menga qiyin bo‘ladi.	
39.	Kamdan-kam tushkun kayfiyatda bo‘laman.	
40.	Ba‘zida arziyas sabablar bilan boshqalarga jahl qilaman.	
41.	Menda kamdan-kam mehmonlar bo‘ladi.	
42.	Jamiyat fikriga qo‘shilish menga osonroq.	
43.	Kutilmagan voqealar kun tartibimni buzishini yoqtiraman.	
44.	Ishlarda “jasurlik - shaharlarni oladi”, tamoyiliga amal qilaman.	
45.	Menga uzoq qarshi chiqishsa, o‘zimni tutolmay qolaman.	
46.	Meni kamdan-kam mehmondorchilikka taklif qilishadi.	
47.	Bolaligimda boshqalarning fikriga rozi bo‘lganman, hatto unga qo‘shilmasam ham.	
48.	Taklif etilgan ziyofatda kimlar bo‘lishini va qanday o‘tishini oldindan bilishni yoqtiraman.	
49.	Biror ish muvaffaqiyatsiz chiqsa, tezda taslim bo‘laman.	
50.	Ko‘pincha g‘azabimni nazorat qila olmayman.	
51.	Uzoq ko‘rilmagan tanishlarim bilan suhbatni birinchi bo‘lib boshlashni xohlamayman.	
52.	Ish yig‘ilishlarida rahbar fikriga qo‘shilishim osonroq.	
53.	Kutilmagan voqealar meni chalg‘itib yuboradi.	
54.	Boshqalar xursand bo‘layotganida, ba‘zida o‘zimni zerikkan yoki xafa his qilaman.	
55.	Umuman olganda, xotirjam odamman, meni g‘azablantirish oson emas.	
56.	Do‘stlarimning uyida notanish odamlarni ko‘rsam, o‘zimni noqulay his qilaman.	
57.	Yaxshilab o‘ylab ko‘rsam, tan olishdan ko‘ra tanqid qilishga moyil bo‘laman.	
58.	Ishning natijasi oldindan ma‘lum bo‘lsa ham, uni bajargim keladi.	
59.	Kundalik hayotim qiziqarli va zavqli o‘tadi.	
60.	Ko‘pincha og‘zimdan chiqib ketgan fikrlarimni aytmaganim yaxshi bo‘lardi, deb o‘ylayman.	

Natijalarni qayta ishlash va talqin qilish

1. Har bir javobga mos ball belgilanadi:

Javob varianti	Ballar	Teskari savollar uchun ballar
To‘liq qo‘shilaman – !	5	1
Ko‘proq qo‘shilaman – +	4	2
Bilmayman, ikkilanaman – ?	3	3
Ko‘proq qo‘shilmayman – –	2	4
Umuman qo‘shilmayman – – –	1	5

Diqqat: Teskari savollar uchun ballar jadvalda aks ettirilgan tarzda teskari hisoblanadi (quyida ularning raqamlari ko‘rsatilgan).

2. Har bir shkalada ballarning yig‘indisi aniqlanadi.

Buning uchun quyidagi **shkala deshifatori (parchalanishi)**dan foydalaniladi:

Shkala	Savol raqamlari
1. Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	1, 2, 3, 4, 5
2. Kelishuvga intilish	6, 7, 8, –9, 10
3. Noaniqlikka toqatsizlik	–11, 12, 13, 14, 15
4. Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	16, –17, 18, 19, 20

5. Frustratsion toletrantlik (chidamlilik)	–21, 22, 23, 24, 25
6. Faollik, tashabbuskorlik	26, 27, –28, –29, 30
7. Baholovchilarga qaramlik	31, 32, –33, 34, 35
8. O‘zgarishlarga ochiqlik	–36, 37, 38, –39, 40
9. Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	41, 42, –43, –44, 45
10. Ichki barqarorlik	46, 47, 48, 49, 50
11. Kommunikativ passivlik	51, 52, 53, 54, –55
12. Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	56, –57, –58, –59, 60

Diqqat: “–” belgisi bilan berilgan savollar teskari bo‘lib, ular uchun ballar yuqoridagi jadval bo‘yicha teskari tartibda hisoblanadi.

3. Har bir komponent bo‘yicha ifodalilik darajasi aniqlanadi.

Ballar yig‘indisi asosida har bir komponent uchun quyidagicha baholanadi:

Ballar oralig‘i	Ifodalilik darajasi
0 dan 20 gacha	Past
21 - 30	O‘rtachadan past
31 - 40	O‘rta
41 - 50	O‘rtachadan yuqori
51 va undan yuqori	Yuqori

SHAXSLARARO O‘ZARO TA’SIR USLUBINI ANIQLASH**(S.V. Maksimov, Yu.A. Lobeyko)**

Yo‘riqnoma: Quyidagi har bir bayonot bilan tanishib va o‘zingizga qanchalik mos kelishiga qarab **1 dan 5 gacha** ball qo‘ying. (**5 - Doimo, 4 - Tez-tez, 3 - Ba’zida, 2 - Kamdan-kam, 1 - Hech qachon**)

№	Bayonot	Ball (1–5)
1	Odamlarga nima qilish kerakligini ko‘rsataman.	
2	Boshqalar fikrini tinglayman.	
3	Qaror qabul qilishda boshqalarga ishtirok etish imkonini beraman.	
4	Boshqalarga mustaqil harakat qilish imkoniyatini beraman.	
5	Qanday qilib biror ishni qilish kerakligini qat’iyat bilan tushuntiraman.	
6	Odamlarga qanday ishlashni o‘rgataman.	
7	Boshqalar bilan maslahatlashaman.	
8	Boshqalarga ishlashga halal bermayman.	
9	Qachon ishlash kerakligini ko‘rsataman.	
10	Boshqalarning muvaffaqiyatlarini inobatga olaman.	
11	Tashabbusni qo‘llab-quvvatlayman.	
12	Boshqalarning faoliyat maqsadlarini belgilashiga aralashmayman.	
13	Qanday ishlashni ko‘rsataman.	
14	Ba’zida boshqalarga muammoni o‘ylab ko‘rishda ishtirok etish imkonini beraman.	
15	Suhbatdoshlarni diqqat bilan tinglayman.	
16	Agar boshqalarning ishiga aralashsam, bu faqat ish yuzasidan bo‘ladi.	
17	Boshqalarning fikriga qo‘shilmayman.	
18	Kelishmovchiliklarni hal qilishga harakat qilaman.	
19	Nizo va tortishuvlarni yumshatishga harakat qilaman.	
20	Har kim o‘z iste’dodini imkon qadar ishlatishi kerak deb hisoblayman.	

Natijalarni hisoblash uchun:

Jami ballarni quyidagi 4 uslub bo‘yicha ajratib hisoblang:

Uslub nomi	Tegishli bayonot raqamlari	Jami ball
Direktiv uslub	1, 5, 9, 13, 17	
Kollegial uslub	3, 7, 11, 15, 19	
Aralashmaslik uslubi	4, 8, 12, 16, 20	
Ishbilarmon uslub	2, 6, 10, 14, 18	

Har bir guruh bo‘yicha maksimal darajada 25 ball to‘plash mumkin. Agar biror guruhda 20 yoki undan ortiq ball to‘plangan bo‘lsa, bu test topshiruvchining ushbu (1, 2, 3 yoki 4) uslubga yaqqol moyilligini bildiradi. Agar biror guruhda 12-14 ball to‘plangan bo‘lsa, bu shaxsning ba’zan shu uslubda harakat qilishga moyilligini ko‘rsatadi.

Test bo‘yicha umumiy natija:

70-80 ball - bu shaxsning odamlar bilan o‘zaro munosabatga kirishishga, faol muloqotga intilishini bildiradi.

30-49 ball - bu esa shaxsning guruh faoliyatida passivligini bildiradi.

Tavsiya:

Test natijalarini faqat o‘zini-o‘zi baholash sifatida emas, balki rahbarlar va hamkasblar tomonidan berilgan baholar bilan solishtirish ham muhimdir. Aynan shunday solishtirish asosida o‘z shaxsiy faoliyat uslubini anglab yetish va uni ongli tarzda to‘g‘rilash (korrektirovka qilish) mumkin bo‘ladi.

“KOMMUNIKATIV VA TASHKILOTCHILIK QOBILIYATLARINI ANIQLASH METODIKASI (KOC2)”

Y.A. Klimov

Yo‘riqnoma:

Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi 40 ta savoldan iborat. Har bir savolga “ha” yoki “yo‘q” tarzida javob berish kerak. Agar javob berishda qiynalsangiz, baribir muqobil variantlardan birini tanlashingiz lozim (+ yoki -). Metodikani bajarish uchun 10-15 daqiqa vaqt ajratiladi.

№	Savollar	+	-
1.	Sizda odamlarni o‘rganishga va turli odamlar bilan tanishishga intilish bormi?		
2.	Jamoat ishlarida ishtirok etish sizga yoqadimi?		
3.	Do‘stlaringizdan biri tomonidan sizga yetkazilgan ranjish uzoq vaqtgacha sizni bezovta qiladimi?		
4.	Tanqidiy vaziyatlarda yo‘nalishni aniqlash siz uchun har doim qiyinmi?		
5.	Sizda doimiy muloqot qiladigan do‘stlaringiz ko‘pmi?		
6.	O‘z fikringizni ko‘pchilikka qabul qildirish sizga tez-tez nasib etadimi?		
7.	To‘g‘rimi, siz odamlar bilan vaqt o‘tkazganingizdan ko‘ra, kitob o‘qish yoki boshqa mashg‘ulotlar bilan band bo‘lganingizni afzal bilasiz?		
8.	Maqsadingizga erishishda to‘siqlar paydo bo‘lsa, undan voz kechish siz uchun osonmi?		
9.	O‘zingizdan katta yoshdagi odamlar bilan tezda aloqa o‘rnata olasizmi?		
10.	Do‘stlaringiz bilan turli o‘yinlar va ko‘ngilochar tadbirlar tashkil qilish sizga yoqadimi?		
11.	Yangi guruhga (jamoaga) qo‘shilish siz uchun qiyinmi?		
12.	Bugun bajarilishi kerak bo‘lgan ishlarni boshqa kunga qoldirasizmi?		
13.	Notanish odamlar bilan tezda aloqa va muloqot o‘rnatish sizga osonmi?		
14.	Do‘stlaringiz sizning fikringiz asosida harakat qilishlariga intilasizmi?		
15.	Yangi guruhda o‘z o‘rningizni topish siz uchun qiyinmi?		
16.	To‘g‘rimi, do‘stlaringiz va tanishlaringiz va‘dalarini bajarmasalar siz hech qachon ular bilan ziddiyatga kirmaysiz?		
17.	Imkon tug‘ilganda yangi odamlar bilan tanishishga va suhbat qurishga harakat qilasizmi?		
18.	Muhim masalalarni hal qilishda tashabbusni o‘zingizga olishga tez-tez urinib ko‘rasizmi?		
19.	Atrofdagilar sizni tez-tez asabiylashtiradimi va yolg‘izlikda bo‘lishni xohlaysizmi?		
20.	To‘g‘rimi, siz notanish vaziyatlarda o‘zingizni noqulay his qilasiz?		
21.	Doim odamlar orasida bo‘lish sizga yoqadimi?		
22.	Boshlangan ish yakunlanmasa, bu sizni asabiylashtiradimi?		
23.	Yangi odam bilan tanishish uchun tashabbus ko‘rsatish siz uchun qiyinmi?		
24.	Do‘stlaringiz bilan tez-tez muloqot qilish sizni charchatadimi?		
25.	Jamoaviy o‘yinlarda qatnashishni yoqtirasizmi?		
26.	Do‘stlaringiz manfaatiga tegishli masalalarni hal qilishda tez-tez tashabbus ko‘rsatasizmi?		
27.	Notanish odamlar orasida o‘zingizni noxush va ishonchsiz his qilasizmi?		

28.	To'g'rimi, siz kamdan-kam hollarda o'z fikringiz to'g'riligini isbotlashga harakat qilasiz?		
29.	Notanish guruhda muhitni jonlantirish sizga qiyinchilik tug'dirmaydimi?		
30.	Maktabda (yoki ishda) jamoat ishlarida qatnashasizmi?		
31.	Tanishlaringiz doirasini cheklashga intilasizmi?		
32.	To'g'rimi, sizning fikringiz darhol qabul qilinmasa, uni himoya qilishga intilmaysiz?		
33.	Yangi jamoaga tushganingizda o'zingizni erkin his qilasizmi?		
34.	Do'stlaringiz uchun tadbirlar tashkil qilishni mamnuniyat bilan boshlaysizmi?		
35.	To'g'rimi, siz katta guruh oldida so'zlashda o'zingizni ishonchsiz va bezovta his qilasiz?		
36.	Ish uchrashuvlari va uchrashuvlarga tez-tez kech kelasizmi?		
37.	Do'stlaringiz ko'pmi?		
38.	Do'stlaringiz orasida siz ko'pincha diqqat markazida bo'lasizmi?		
39.	Notanish odamlar bilan muloqotda tez-tez hayajonlanasizmi yoki o'zingizni noqulay his qilasizmi?		
40.	To'g'rimi, siz o'zingizni katta do'stlar guruhida ishonchsiz his qilasiz?		

Test natijalarini qayta ishlash

Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari darajasi, ushbu ikki parametrlar bo'yicha yig'ilgan ballar asosida aniqlanadi. Har bir parametrlar uchun maksimal ball - **20 ball**.

Ballar alohida-alohida quyidagicha hisoblanadi:

Kommunikativ qobiliyatlari

Tashkilotchilik qobiliyatlari

Kommunikativlikka moyillik	Javoblar
	(+) ha 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 (-) yo'q 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
Tashkilotchilikka moyillik	(+) ha 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38 (-) yo'q 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

Har bir "ha" yoki "yo'q" javobi uchun, agar bayonot kalitda belgilangan mos moyillik turi bilan mos kelsa, 1 ball beriladi. Tajribaviy jihatdan kommunikativ va tashkilotchilik moyilliklarining besh darajasi aniqlangan.

Quyida ushbu darajalar bo'yicha taxminiy ballar taqsimoti keltirilgan:

Ballar yig'indisi	Moyillik darajasi
1-4	Juda past daraja
5-8	Past daraja
9-12	O'rta daraja
13-16	Yuqori daraja
17-20	Eng yuqori daraja

BOSHQALARNI QABUL QILISHNI DIAGNOSTIKA QILISH (FEY SHKALASI BO'YICHA)

Yo'riqnoma:

So'rovnomaga bayonotlardan iborat. Har bir bayonotni diqqat bilan o'qing (yoki eshitib). Agar siz ushbu fikr sizning o'zingizga va boshqa odamlarga bo'lgan munosabatingizni aks ettiradi, deb hisoblasangiz, quyidagi javoblar shkalasidan foydalanib, har bir bayonot raqamiga mos ravishda sizning rozilik darajangizni belgilang:

Yulduzcha (*) bilan belgilangan bayonotlar teskari mazmunga ega.

№	Savolnoma	Deyarli doim	Tez-tez	Ba'zan	Tasodifan	Juda kam hollar da
1.	Odamlarni aldash juda oson.					
2.	Men tanish bo'lgan odamlarga mehr bilan qarayman.					
3.	Hozirgi zamonda odamlarning axloqiy me'yorlari juda past.					
4.	Ko'pchilik odamlar o'zlarining ijobiy jihatlari haqida o'ylashadi, salbiy tomonlariga esa kamdan-kam murojaat qilishadi.					
5.	Men deyarli har qanday odam bilan o'zimni erkin va qulay his qilaman*.					
6.	Hozirgi kunda odamlar faqat filmlar, televizor va shu kabi behuda narsalar haqida gapirishadi.					
7.	Kimdir boshqalarga yaxshilik qila boshlasa, odamlar unga nisbatan hurmatini yo'qota boshlaydi.					
8.	Odamlar faqat o'zlari haqida o'ylashadi.					
9.	Odamlar doim norozi bo'lishadi va doim yangi narsani izlaydi.					
10.	Ko'pchilik odamlarning g'alati odatlariga chiday olish juda qiyin.					
11.	Odamlarga kuchli va aqli yetakchi zarur.					
12.	Yolg'izlikda, odamlar yo'q joyda bo'lish menga yoqadi.					
13.	Odamlar boshqalar bilan har doim ham halol munosabatda bo'lavermaydi.					
14.	Men boshqalar bilan birga bo'lishni yoqtiraman*.					
15.	Ko'pchilik odamlar nodon va izchillikdan yiroq.					
16.	Mening qarashlarimdan farq qiladigan qarashlarga ega odamlar bilan birga bo'lishni yoqtiraman*.					
17.	Har kim boshqalar uchun yoqimli bo'lishni xohlaydi*.					

18.	Odamlar ko'pincha o'zlaridan norozi bo'lishadi.					
-----	---	--	--	--	--	--

Natijalarni qayta ishlash

Har bir javobingizni quyidagi ballar asosida baholang:

- 1- deyarli har doim;
- 2- tez-tez;
- 3- ba'zan;
- 4- tasodifan;
- 5- juda kamdan-kam.

So'ngra umumiy ballarni hisoblang.

Baholash mezonlari:

60 ball va undan yuqori - boshqalarni qabul qilishning yuqori darajasi;

45-59 ball - boshqalarni qabul qilishning o'rtacha darajasi, yuqoriga intilish tendensiyasi bilan;

30-44 ball - boshqalarni qabul qilishning o'rtacha darajasi, pastlikka moyillik bilan;

29 ball va undan past - boshqalarni qabul qilishning past darajasi.

**“MULOQOT JARAYONIDA O‘ZINI-O‘ZI NAZORAT QILISH”
(M. SNAYDER TESTI)**

Ko‘rsatma: quyida berilgan holatlarni diqqat bilan qayta o‘rganib chiqing. Ularning har biriga bo‘lgan mulohazalaringizni “to‘g‘ri” (T) yoki “noto‘g‘ri” (NT) mazmundagi javoblar bilan belgilang va maqbul variantlarni doira ichiga oling.

№	Holatlar	1	0
1	Menimcha, boshqalarning xatti-xarakatlariga taqlid qilish juda qiyin	NT	T
2	Boshqalar e‘tiborini tortish yoki ularni kuldirish uchun jinnilik qilishim mumkin	T	NT
3	Mendan yomon aktyor chiqmagan bo‘lardi	T	NT
4	Mening holatim boshqalarda, garchi unday bo‘lmasa-da, nima haqidadir chuqur qayg‘urayotgandek taassurot qoldiradi	T	NT
5	Men do‘stlar davrasida kamdan kam e‘tibor markazida bo‘laman	NT	T
6	Turli xil insonlar bilan muloqotda men o‘zimni turlicha tutaman	T	NT
7	Men faqat o‘zim qattiq ishongan yoki yaxshi bilgan narsalar to‘g‘risida baxslashishim mumkin	NT	T
8	Ishda va atrofdagilar bilan muloqotda men o‘zimni ular xohlaganday tutaman yoki shunday bo‘lishga xarakat qilaman	T	NT
9	Men o‘zim yoqtirmaydigan kishilar bilan ham do‘stona munosabatda bo‘la olaman	T	NT
10	Men qanday bo‘lsam shundayman	T	NT

Natijalarni hisoblash:

- 1) Birinchi ustunda doiraga olingan harflarni hisoblab chiqing (ularning har biri 1 ballga teng), natija Sizning yakuniy ballingizdir;
- 2) to‘plangan ballar tahliliga kirishing.

Ballar miqdori quyidagilarni anglatadi:

0-3 ball - Siz kirishimli emassiz, aksincha, cho‘rstkesarsiz va bundan faxrlanasiz. Siz biror kimsa yoki biror narsaga moslasha olmaysiz. Biroq, muloqot jarayonida muloyim va ochiqko‘ngilsiz. Ko‘pchilik sizni shuning uchun yaxshi ko‘radi. Ayrimlar sizni “qo‘rs” inson deb biladilar. Bu o‘quvchilar bilan ishlashda noqulayliklar tug‘dirishi mumkin.

4-6 ball - Siz o‘rtacha darajada muloqot qilish layoqatiga egasiz. Muloqot chog‘ida yetarlicha samimiy bo‘la olasiz va aytadigan so‘zlaringizni obdon o‘ylaysiz. Odatda muloqot jarayonida siz uchun muammolar tug‘ilmaydi.

7-10 ball - Siz muloqotni yuqori darajada nazorat qila olasiz va “Butun dunyo -teatr, insonlar esa - aktyorlar” degan fikrga to‘la qo‘shilasiz. Vaziyat o‘zgarishini xotirjamlik bilan qabul qilasiz va atrofdagilarga ko‘rsatadigan ta‘sirangizni yaxshi his qilasiz. Ba‘zan jo‘rttaga shunday qilasiz. Siz o‘zingizni qachon va qayerda qanday tutishni juda yaxshi bilasiz. Kasbiy muloqot siz uchun muammo

emas, ammo gap chuqur munosabatlar haqida ketganda, siz o'zingizni odatiy niqoblaringizsiz noqulay sezasiz.

7-ilova

2.1-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasini tavsiflovchi statistikasi natijalari (N=456)

	N	Minim um	Maksim um	O'rtac ha qiymat	Standart og'ish	Assimetriya	Ekses s
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	456	5,00	24,00	13,951 8	3,04795	-0,107	0,236
Kelishuvga intilish	456	7,00	23,00	14,927 6	2,57059	0,191	0,474
Noqaniqlikka toqatsizlik	456	5,00	23,00	13,568 0	3,03746	0,289	0,346
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	456	9,00	23,00	16,019 7	1,94587	-0,015	0,996
Frustratsion tolerantlik	456	9,00	23,00	15,421 1	1,97521	0,147	0,855
Faollik, tashabbuskorlik	456	10,00	21,00	14,791 7	1,82486	0,071	0,495
Baholovchilarga qaramlik	456	6,00	22,00	15,046 1	2,67673	-0,100	0,058
O'zgarishlarga ochiqlik	456	5,00	23,00	14,236 8	2,72490	0,048	0,706
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	456	5,00	26,00	15,287 3	2,84986	-0,165	0,597
Ichki barqarorlik	456	4,00	25,00	13,989 0	3,68631	0,123	-0,029
Kommunikativ passivlik	456	5,00	21,00	14,489 0	2,14832	-0,143	1,092
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	456	2,00	24,00	14,550 4	2,90541	-0,484	1,853

2.2-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari bo'yicha jinslararo tafovutlarini o'rganish (Mann-Uitniy N=456)

	Jinsi	N	Mean Rank	Sum of Ranks	U	p
	Erkak	217	215,17	52769,50	22746,500	0,023*

Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	Ayol	239	243,18	51426,50		
	Jami	456				
Kelishuvga intilish	Erkak	217	243,62	52865,50	22650,500	0,018*
	Ayol	239	214,77	51330,50		
	Jami	456				
Noqaniqlikka toqatsizlik	Erkak	217	244,20	52991,00	22525,000	0,015*
	Ayol	239	214,25	51205,00		
	Jami	456				
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	Erkak	217	246,74	53542,50	21973,500	0,004**
	Ayol	239	211,94	50653,50		
	Jami	456				
Frustratsion tolerantlik	Erkak	217	246,93	53583,00	21933,000	0,004**
	Ayol	239	211,77	50613,00		
	Jami	456				
Faollik, tashabbuskorlik	Erkak	217	244,47	53049,00	22467,000	0,012*
	Ayol	239	214,00	51147,00		
	Jami	456				
Baholovchilarga qaramlik	Erkak	217	213,89	53076,50	22439,500	0,012*
	Ayol	239	244,59	51119,50		
	Jami	456				
O'zgarishlarga ochiqlik	Erkak	217	250,00	54250,00	21266,000	0,001***
	Ayol	239	208,98	49946,00		
	Jami	456				
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	Erkak	217	211,49	53649,00	21867,000	0,004**
	Ayol	239	247,23	50547,00		
	Jami	456				
Ichki barqarorlik	Erkak	217	245,15	53196,50	22319,500	0,010**
	Ayol	239	213,39	50999,50		
	Jami	456				
Kommunikativ passivlik	Erkak	217	243,10	52752,00	22764,000	0,023*
	Ayol	239	215,25	51444,00		
	Jami	456				
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	Erkak	217	216,01	52568,50	22947,500	0,032*
	Ayol	239	242,25	51627,50		
	Jami	456				

$p>0,05$, $p<0,05^*$

2.3-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari bo'yicha yosh xususiyati tafovutlarini o'rganish (Kruskal-Vallis N=456)

	Yoshi	N	Mean Rank	H	p
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	20-30	114	241,88	5,381	0,046*
	31-40	137	237,99		
	41-50	112	223,83		
	50 dan yuqori	93	203,74		
	Jami	456			

Kelishuvga intilish	20-30	114	226,87	2,035	0,565
	31-40	137	235,01		
	41-50	112	235,34		
	50 dan yuqori	93	212,67		
	Jami	456			
Noqaniqlikka toqatsizlik	20-30	114	248,49	7,032	0,031*
	31-40	137	237,98		
	41-50	112	210,76		
	50 dan yuqori	93	211,39		
	Jami	456			
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	20-30	114	227,04	9,674	0,013*
	31-40	137	250,75		
	41-50	112	218,40		
	50 dan yuqori	93	209,68		
	Jami	456			
Frustratsion tolerantlik	20-30	114	222,54	1,270	0,736
	31-40	137	236,18		
	41-50	112	232,57		
	50 dan yuqori	93	219,59		
	Jami	456			
Faollik, tashabbuskorlik	20-30	114	221,49	1,170	0,760
	31-40	137	231,40		
	41-50	112	223,46		
	50 dan yuqori	93	238,89		
	Jami	456			
Baholovchilarga qaramlik	20-30	114	216,89	2,102	0,551
	31-40	137	234,14		
	41-50	112	238,93		
	50 dan yuqori	93	221,87		
	Jami	456			
O'zgarishlarga ochiqlik	20-30	114	227,91	0,907	0,824
	31-40	137	236,32		
	41-50	112	226,55		
	50 dan yuqori	93	220,05		
	Jami	456			
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	20-30	114	239,98	8,690	0,034*
	31-40	137	241,27		
	41-50	112	229,90		
	50 dan yuqori	93	193,93		
	Jami	456			
Ichki barqarorlik	20-30	114	238,20	0,901	0,825
	31-40	137	226,31		
	41-50	112	222,59		
	50 dan yuqori	93	226,96		
	Jami	456			
Kommunikativ passivlik	20-30	114	243,02	2,579	0,461
	31-40	137	228,15		
	41-50	112	226,00		
	50 dan yuqori	93	214,23		
	Jami	456			

Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	20-30	114	233,93	0,733	0,865
	31-40	137	220,97		
	41-50	112	229,01		
	50 dan yuqori	93	232,32		
	Jami	456			

p>0,05, p<0,05*

3.1-jadval

“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari bo‘yicha hudud tafovutlarini o‘rganish (Kruskal-Vallis N=456)

	Hududingiz	N	Mean Rank	H	p
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	Andijon	170	229,07	0,012	0,994
	Sirdaryo	153	227,58		
	Jizzax	133	228,83		
	Jami	456			
Kelishuvga intilish	Andijon	170	237,23	1,228	0,541
	Sirdaryo	153	224,23		
	Jizzax	133	222,26		
	Jami	456			
Noqaniqlikka toqatsizlik	Andijon	170	239,50	2,342	0,310
	Sirdaryo	153	226,65		
	Jizzax	133	216,56		
	Jami	456			
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	Andijon	170	246,63	8,335	0,015*
	Sirdaryo	153	237,49		
	Jizzax	133	206,22		
	Jami	456			
Frustratsion tolerantlik	Andijon	170	221,01	2,176	0,337
	Sirdaryo	153	224,88		
	Jizzax	133	242,23		
	Jami	456			
Faollik, tashabbuskorlik	Andijon	170	244,39	6,522	0,034*
	Sirdaryo	153	229,15		
	Jizzax	133	213,69		
	Jami	456			
Baholovchilarga qaramlik	Andijon	170	219,36	1,714	0,425
	Sirdaryo	153	238,44		
	Jizzax	133	228,75		
	Jami	456			
O'zgarishlarga ochiqlik	Andijon	170	224,55	7,317	0,026*
	Sirdaryo	153	245,38		
	Jizzax	133	214,13		
	Jami	456			
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	Andijon	170	234,15	0,840	0,657
	Sirdaryo	153	229,32		
	Jizzax	133	220,34		
	Jami	456			

Ichki barqarorlik	Andijon	170	226,04	1,429	0,490
	Sirdaryo	153	221,61		
	Jizzax	133	239,57		
	Jami	456			
Kommunikativ passivlik	Andijon	170	236,91	3,178	0,204
	Sirdaryo	153	233,76		
	Jizzax	133	211,69		
	Jami	456			
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	Andijon	170	239,34	2,156	0,340
	Sirdaryo	153	225,93		
	Jizzax	133	217,60		
	Jami	456			

$p>0,05$, $p<0,05^*$

3.2-jadval

**“Ijtimoiy-kommunikativ kompetentlik diagnostikasi” metodikasi natijalari
bo‘yicha pedagogik tajriba o‘rtasidagi tafovutlarini o‘rganish (Kruskal-Vallis
N=456)**

	Pedagogik tajriba	N	Mean Rank	H	P
Ijtimoiy-kommunikativ moslashuvchanlik	1-5	114	241,13	8,331	0,040*
	6-10	131	241,35		
	11-20	109	229,56		
	20 yildan ortiq	102	196,75		
	Jami	456			
Kelishuvga intilish	1-5	114	227,61	2,613	0,455
	6-10	131	237,78		
	11-20	109	234,22		
	20 yildan ortiq	102	211,47		
	Jami	456			
Noqaniqlikka toqatsizlik	1-5	114	250,52	9,708	0,032*
	6-10	131	234,73		
	11-20	109	215,72		
	20 yildan ortiq	102	209,55		
	Jami	456			
Muvaffaqiyatsizlikdan qochish	1-5	114	228,14	9,676	0,033*
	6-10	131	249,32		
	11-20	109	225,53		
	20 yildan ortiq	102	205,33		
	Jami	456			
Frustratsion tolerantlik	1-5	114	223,96	0,568	0,904
	6-10	131	233,64		
	11-20	109	231,78		
	20 yildan ortiq	102	223,47		
	Jami	456			
Faollik, tashabbuskorlik	1-5	114	222,21	1,004	0,800
	6-10	131	231,54		
	11-20	109	223,14		
	20 yildan ortiq	102	237,36		

	Jami	456			
Baholovchilarga qaramlik	1-5	114	216,50	1,899	0,594
	6-10	131	234,46		
	11-20	109	237,87		
	20 yildan ortiq	102	224,24		
	Jami	456			
O'zgarishlarga ochiqlik	1-5	114	229,54	1,424	0,700
	6-10	131	238,45		
	11-20	109	224,45		
	20 yildan ortiq	102	218,88		
	Jami	456			
Ijtimoiy aloqalarga ochiqlik	1-5	114	240,73	11,079	0,011**
	6-10	131	239,21		
	11-20	109	238,35		
	20 yildan ortiq	102	190,54		
	Jami	456			
Ichki barqarorlik	1-5	114	241,65	1,583	0,663
	6-10	131	222,56		
	11-20	109	226,49		
	20 yildan ortiq	102	223,58		
	Jami	456			
Kommunikativ passivlik	1-5	114	243,02	2,974	0,396
	6-10	131	228,77		
	11-20	109	228,02		
	20 yildan ortiq	102	212,44		
	Jami	456			
Yangi vaziyatlarga nisbatan moslashuvchanlik	1-5	114	232,59	1,172	0,760
	6-10	131	218,97		
	11-20	109	228,39		
	20 yildan ortiq	102	236,28		
	Jami	456			

$p > 0,05$, $p < 0,05^*$

I- FAOL TINGLASH KO'NIKMASINI SHAKLLANTIRISHGA DOIR TRENING MASHG'ULOTLARI

Tanishuv mashg'uloti: “Guruh do'stligi”

Maqsad: Guruh a'zolarini bir-biriga tanishtirish va ishonchli muhit yaratish.

O'tkazish usuli: Ishtirokchilar doira shaklida o'tiradi. Har bir ishtirokchi o'z ismi, professional tajribasi va treningdan kutgan maqsadini qisqacha aytadi. Trener guruhni “ism topish” o'yiniga jalb qiladi: har bir ishtirokchi o'ngdagi qo'shnisining ismini eslab, qaytaradi.

Davomiylik: 10 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Guruhda ochiq muhit shakllanishi va ishtirokchilarning bir-biri bilan tanishishi.

Baholash usuli: Guruh muhitiga faol qo'shilish va tanishuv jarayonidagi ochiqlik.

1-mavzu: Faol tinglash va savol berish texnikasi

1-trening mashg'uloti

“Faol tinglash asoslari”

Maqsad: Ishtirokchilarda faol tinglashning mohiyatini anglash, uning bosqichlari va tamoyillarini o'rganish, amaliy mashqlar orqali uni mustahkamlash.

Vazifalar:

- ✓ Faol tinglash tushunchasi va ahamiyatini ochib berish.
- ✓ Faol tinglashning bosqichlarini (diqqat, aks ettirish, aniqlik kiritish, hissiy javob) tushuntirish.
- ✓ Ishtirokchilarda tinglash madaniyatini shakllantirish uchun amaliy mashqlarni o'tkazish.

Psixologik asos: Faol tinglash texnikasi insonlararo muloqotda samimiylik, tushunish va hurmat muhitini yaratishga xizmat qiluvchi muhim kommunikativ ko'nikmalardan biridir. Ushbu yondashuvning nazariy asosi mashhur amerikalik psixolog Karl Rojers (Carl R. Rogers, 1902-1987) tomonidan ishlab chiqilgan gumanistik psixologiya konsepsiyasiga tayanadi. Rojers o'zining “Client-Centered Therapy” asarida terapevtik jarayonning eng muhim unsuri sifatida empatik tinglash va shartsiz qabul qilish (unconditional positive regard) tamoyillarini ilgari surgan. K.Rojersga ko'ra, inson tabiatan o'sishga, o'zini anglashga va takomillashishga intiluvchi mavjudotdir. Biroq bu jarayon faqatgina xavfsiz psixologik muhitda, ya'ni suhbatdosh samimiy tinglovchi bo'lganida sodir bo'ladi. Shu sababli faol tinglashning

asosiy maqsadi – suhbatdoshga “meni tinglashmoqda, tushunishmoqda va qadrlashmoqda” degan hissiy tajribani berishdir. Bu holat insonda ichki ochiqlikni, o‘z fikrini erkin ifoda etish va o‘zini tahlil qilish qobiliyatini rivojlantiradi.

Trening manbasi: Rogers, C. R. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin. 1951.

Mashg‘ulot mazmuni:

1. Nazariy qism (10 daqiqa): Faol tinglash ta’rifi, uning afzalliklari, muloqotdagi o‘rni.
2. Amaliy qism (20 daqiqa):
 - Mashq “Diqqatli tinglovchi”: ishtirokchilar juftlikda suhbatlashadi, biri hikoya qiladi, ikkinchisi tinglaydi va keyin eshitganlarini qayta aytadi.
 - Mashq “Tana tili”: tinglovchi suhbatdoshning tana tilini takrorlaydi va o‘zini qanday his qilganini baham ko‘radi.
3. Refleksiya (5 daqiqa): Olingan his-tuyg‘ular muhokamasi, xatolar va to‘g‘ri yondashuvlarni tahlil qilish.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, qog‘oz va ruchkalar, stikerlar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar (optimal guruh).

Davomiyligi: 35 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar faol tinglashning nazariy asoslarini biladi va amaliyotda tinglash bosqichlarini qo‘llay oladi.

Baholash:

- Kuzatuvchi-psixolog tomonidan tinglash jarayoni tahlili.
- Ishtirokchilarning o‘zini-o‘zi baholash varaqasi (tinglash darajasini 1-5 ballik shkalada belgilash).

2-trening mashg‘uloti
“Savol berish texnikasi”

Maqsad: Ishtirokchilarda samarali savol berish ko‘nikmasini rivojlantirish, ochiq va yopiq savollardan to‘g‘ri foydalanishni o‘rgatish.

Vazifalar:

- ✓ Savol berishning psixologik mohiyatini tushuntirish.
- ✓ Ochiq, yopiq, aniqlashtiruvchi va reflektiv savollar farqlarini o‘rgatish.
- ✓ Amaliy mashqlar orqali savol berish texnikasini mustahkamlash.

Psixologik asos: Savol berish texnikasi inson tafakkurini faollashtirish, suhbatdoshni mustaqil fikrlashga undash, ichki resurslarini aniqlash hamda o‘z qarashlarini ongli tahlil qilishga yo‘naltiruvchi muhim kommunikativ ko‘nikmadir. Mazkur texnika o‘zining nazariy asoslarini qadimiy yunon faylasufi Sokrat tomonidan ilgari surilgan Sokratik dialog (Socratic Dialogue) tamoyillaridan olgan. Sokratning fikricha, inson o‘z bilim va tushunchalarini chuqurroq anglash uchun tayyor javoblarga emas, balki to‘g‘ri savollar orqali fikrlash jarayoniga yo‘naltirilishi zarur. Shu sababli,

savol berish - o'qitish, o'rganish va o'z-o'zini anglash jarayonining eng samarali vositasi sifatida qaralgan.

Sokratik yondashuvning mohiyati shundaki, u suhbatdoshni fikr yuritishga, o'z e'tiqodlari va qarashlarini tahlil qilishga undaydi. Bu jarayonda o'qituvchi yoki psixolog tayyor javoblarni bermaydi, balki shunday savollar beradi-ki, suhbatdosh o'z fikrini mustaqil shakllantirish imkoniga ega bo'ladi. Ushbu yondashuv zamonaviy psixologiyada kognitiv yondashuv (Cognitive Approach) asoschisi A.Bek (A. Beck) tomonidan davom ettirildi. Beckning fikricha, to'g'ri berilgan savollar insonning irratsional fikrlarini aniqlash va ularni sog'lom tafakkur bilan almashtirish imkonini beradi.

Kognitiv psixologiyada savol berish jarayoni metakognitiv faollikni, ya'ni insonning o'z fikrlash jarayonini kuzatish va boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Shu sababli savol berish texnikasi nafaqat axborot olish vositasi, balki psixoterapevtik va rivojlantiruvchi muloqot vositasi sifatida ham muhim ahamiyatga ega.

Gumanistik psixologiya vakillari - K. Rogers va T. Gordon ham savol berish jarayonini shaxslararo muloqotda ochiqlik va empatiya yaratish vositasi deb bilganlar. K. Rogers fikricha, savollar samimiy, tanqidiy bo'lmagan, suhbatdoshni himoya holatiga tushirmaydigan shaklda berilganda, inson o'z his-tuyg'ularini erkin ifoda etadi. T. Gordon esa o'qituvchilar va psixologlar uchun "rivojlantiruvchi savollar" texnikasini ishlab chiqqan bo'lib, bunda savol suhbatdoshni fikrlashga undashi, lekin unga yo'l-yo'riq bermasligi kerakligini ta'kidlagan.

Trening manbasi: Beck, A. T. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International Universities Press. 1976.

Mashg'ulot mazmuni:

1. Nazariy qism (10 daqiqa): Savollar turlari, samarali savolning xususiyatlari.
2. Amaliy qism (20 daqiqa):
 - o Mashq "Savol zanjiri": ishtirokchilar bir mavzu bo'yicha ketma-ket ochiq savollar berib, suhbatni davom ettiradilar.
 - o Mashq "Noto'g'ri savollarni to'g'rilash": berilgan agressiv yoki yopiq savollarni yumshoq va neytral shaklga keltirish.
3. Refleksiya (5 daqiqa): Qaysi savollar muloqotni rivojlantirganini, qaysilari to'sqinlik qilganini muhokama qilish.

Jihozlar: Flipchart, rangli markerlar, misollar yozilgan kartochkalar, rolli o'yin uchun stullar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar ochiq savollar yordamida suhbatni rivojlantira oladi, yopiq savollarni minimallashtiradi va muloqot jarayonini nazorat qila oladi.

Baholash:

- Trener tomonidan rolli o‘yin natijalarini baholash.
- Ishtirokchilar o‘z hamkorini baholaydi (savol berishning qanchalik qulay va rivojlantiruvchi bo‘lganini 5 ballik shkalada belgilash).

Mazkur ikki bosqichli trening dasturi ishtirokchilarni faol tinglash va samarali savol berishning nazariy va amaliy jihatlarini bilan tanishtiradi, ularda ochiq, samimiy va chuqur muloqot yuritish kompetensiyasini shakllantiradi. Natijada, ular ijtimoiy-psixologik muhitda o‘zaro tushunishni yaxshilash, nizolarni oldini olish va mijoz ehtiyojlarini to‘g‘ri anglash qobiliyatiga ega bo‘ladilar.

2-mavzu: Muloqotda o‘zini-o‘zi nazorat qilish

Tayorgarlik mashg‘uloti: “Muloqot xaritasi”

Maqsad: Ishtirokchilarni o‘z muloqot uslublarini kashf etishga tayyorlash va guruhda ochiq, ijodiy muhit yaratish.

O‘tkazish usuli: Ishtirokchilar 4-5 kishilik kichik guruhlariga bo‘linadi. Har bir guruhga katta qog‘oz varag‘i va rangli markerlar beriladi. Trener har bir ishtirokchidan o‘z muloqot uslubini “xarita” sifatida tasvirlashni so‘raydi. Xarita chizishda ishtirokchilar o‘zlarining muloqotdagi kuchli va zaif tomonlarini, afzal ko‘rgan uslublarini (masalan, faol tinglovchi, rahbar, murosa qiluvchi yoki ijodiy yondashuvchi) ramziy tasvirlar, so‘zlar yoki diagrammalar orqali ifodalaydi. Masalan, “tinglovchi” uslubni quloq shaklida chizish, “rahbar” uslubni yo‘l-yo‘riq ko‘rsatuvchi belgi sifatida tasvirlash mumkin.

Keyin har bir guruh o‘z xaritalarini taqdim etadi, boshqa guruhlar savol beradi yoki fikr-mulohaza bildiradi. Trener muloqot uslublari haqida qisqa ma’lumot beradi (masalan, hamkorlik, raqobat, moslashuvchanlik uslublari) va ularning professional faoliyatdagi ahamiyatini tushuntiradi. Mashg‘ulot oxirida guruhlar umumiy “guruh muloqot xaritasi”ni yaratadi, unda har bir ishtirokchining uslubi guruh dinamikasiga qanday hissa qo‘shishi ko‘rsatiladi.

Psixologik asos: Muloqotda o‘zini-o‘zi nazorat qilish insonning o‘z hissiyotlari, fikrlari va xatti-harakatlarini ongli ravishda boshqarish, kommunikativ vaziyatga mos ravishda o‘zini tutish qobiliyatidir. Ushbu kompetensiya shaxsning ijtimoiy-psixologik yetukligini, emotsional barqarorligini va reflektiv fikrlashini namoyon etadi. Muloqotda o‘zini nazorat qilishning psixologik ildizlari sotsial psixologiya, gumanistik psixologiya hamda kognitiv-behavioral yondashuvlarga borib taqaladi.

Mazkur yondashuvlarning asoschisi sifatida M. Snyder (Mark Snyder, 1974) “Self-Monitoring Scale” metodikasini ishlab chiqib, shaxslarning muloqotdagi o‘zini tutish darajasi individual farqlarga ega ekanligini ta’kidlagan. Unga ko‘ra, yuqori darajada o‘zini nazorat qiluvchi shaxslar vaziyat talabiga qarab o‘z xatti-harakatlarini

moslashtira oladilar, past darajadagilar esa ko‘proq o‘z ichki holatlariga tayanadilar. Shu bilan birga, bu jarayon shaxsning metakognitiv faolligi va emotsional intellekti bilan ham chambarchas bog‘liqdir.

Daniel Golemanning “Emotional Intelligence” konsepsiyasida ham o‘zini-o‘zi nazorat qilish shaxsning ijtimoiy muvaffaqiyatida muhim o‘rin tutadi. Goleman fikricha, o‘zini boshqarish insonning o‘z his-tuyg‘ularini tan olish, ularni anglab boshqarish, impulsiv harakatlarni cheklash va mos ijtimoiy xatti-harakatni tanlash qobiliyatidir. Shunday qilib, muloqotda o‘zini nazorat qilish faqat hissiy barqarorlik emas, balki ijtimoiy moslashuvchanlik va kommunikativ yetuklik belgisi hamdir.

Trening manbasi: Snyder, M. *Self-Monitoring of Expressive Behavior*. Journal of Personality and Social Psychology, 1974. 30(4), 526-537.

Davomiylik: 10 daqiqa (5 daqiqa xarita chizish, 5 daqiqa taqdimot va muhokama).

Kutilayotgan natija:

- Ishtirokchilarning o‘z muloqot uslublarini ijodiy tarzda kashf etishi.
- Guruhda ochiq va ishonchli muhit shakllanishi.
- Muloqot uslublarining xilma-xilligi haqida tushuncha hosil bo‘lishi.
- Keyingi mashg‘ulotlarga faol ishtirok uchun motivatsiya ortishi.

Baholash usuli:

- Xaritaning ijodiy va aniq ifodalanishi (masalan, ramziy tasvirlarning muloqot uslubiga mosligi).
- Taqdimotdagi ochiqlik va o‘zini ifoda etish sifati.
- Guruh muhokamasiga faol qo‘shilish va boshqa ishtirokchilarning xaritalariga qiziqish bildirish.
-

1-trening mashg‘uloti

“Stressli muloqotda o‘zini boshqarish”

Maqsad: Stressli muloqot vaziyatlarida xotirjam qolish va konstruktiv munosabatni saqlash ko‘nikmasini rivojlantirish.

Vazifalar:

- Stressning psixologik va fiziologik belgilarini tanish.
- Stressni kamaytiruvchi nafas olish va tana bo‘shashtirish texnikasini o‘rgatish.
- Konflikt paytida hissiyotlarni nazorat qilishni mashq qilish.

Psixologik asos: Mazkur trening G. Selye (Hans Selye) tomonidan ishlab chiqilgan “Stress nazariyasi”, shuningdek D. Golemanning “Emotsional intellekt modeli” asosida qurilgan. G. Selye nazariyasiga ko‘ra, stress bu tashqi yoki ichki talablar organizm imkoniyatidan oshib ketganda yuzaga keladigan holat bo‘lib, u uch bosqichda kechadi: signal (alarm), qarshilik (resistance) va charchash (exhaustion)

bosqichlari. Stress muloqot jarayonida, ayniqsa konfliktli yoki bahsli vaziyatlarda shaxsning fikrlash, idrok va hissiy nazorat tizimiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. D. Goleman (1995) tomonidan ilgari surilgan emotsional intellekt konsepsiyasi esa stress holatlarida o'z hissiyotlarini anglash, ularni boshqarish va boshqalar hissiyotlariga mos ravishda munosabat bildirish qobiliyatini asosiy ko'nikma sifatida belgilaydi. Unga ko'ra, shaxs o'zini nazorat qila olmasa, muloqotdagi stressni konstruktiv boshqarishi qiyinlashadi. Shu bois bu trening ishtirokchilarda emotsional o'zini boshqarish va ichki muvozanatni tiklash mexanizmlarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Trening manbasi: Selye, H. *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill. 1956.

Mashg'ulot mazmuni:

- Nazariy qism (10 daqiqa): Stress va muloqotning o'zaro ta'siri, stress reaksiyalarining turlari.

- Amaliy qism (20 daqiqa):

- Mashq "Stressni chiz": ishtirokchilar stress vaziyatini chizib tasvirlaydi.

- Mashq "3-2-1 Nafas": chuqur nafas va mushaklarni bo'shashtirish texnikasi.

- Rol o'ynash: "Qiyin suhbat" - stressli vaziyatda konstruktiv javob berish.

- Refleksiya (5 daqiqa): Mashqlar paytidagi his-tuyg'ularni muhokama qilish.

Jihozlar: Flipchart, qog'oz, rangli qalamlar, tinch fon musiqasi, stullar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar stressli vaziyatlarda hissiy zo'riqishni tezda pasaytirish va suhbatni konstruktiv yo'nalishga burish ko'nikmasiga ega bo'ladilar.

Baholash:

- Rol o'yinlarida ishtirokchilarning o'zini tutish darajasi trener tomonidan baholanadi.

- Treningdan so'ng qisqa so'rovnoma (stress darajasini 5 ballik shkalada baholash).

-

2-trening mashg'uloti

"Muloqotda o'zini-o'zi nazorat qilish"

Maqsad: Ishtirokchilarda muloqot jarayonida o'zini kuzatish va impulsiv reaksiyalarni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish.

Vazifalar:

- ✓ O'zini-o'zi kuzatishning psixologik mohiyatini tushuntirish.

- ✓ Salbiy hissiyotlarda pauza qo'yish va "to'xtash" strategiyasini o'rgatish.

- ✓ Rol o'yinlari orqali o'zini nazorat qilishni mashq qilish.

Psixologik asos: Mazkur trening kognitiv-xulqiy psixologiya (Cognitive-Behavioral Psychology) tamoyillariga asoslanadi. Bu yo'nalishning asoschisi A. Bek (Aaron T. Beck) bo'lib, u insonning hissiy holati va xatti-harakatlarini uning fikrlash

jarayoni bilan chambarchas bog‘lagan. A. Bek nazariyasiga ko‘ra, inson o‘z fikrlarini ongli tarzda nazorat qila olsa, salbiy hissiyotlar va impulsiv javoblarni kamaytirish imkoniyatiga ega bo‘ladi. Shuning uchun o‘zini kuzatish (self-monitoring) shaxsning o‘z fikr va hissiyotlarini tan olish, baholash va boshqarish mexanizmi sifatida qaraladi.

Treningda qo‘llaniladigan “pauza qo‘yish”, “ichki kuzatuvchi” va “to‘xtash strategiyasi” elementlari A. Bek, A. Ellis (Ratsional-emotiv terapiya asoschisi) va D. Goleman (Emotsional intellekt modeli) ishlanmalariga tayangan holda ishlab chiqilgan. Ushbu yondashuv shaxsning ichki impulsini boshqarish, o‘z xatti-harakatlarini baholash va vaziyatga ongli javob qaytarish qobiliyatini shakllantirishga yordam beradi.

Trening manbasi: Beck, A. T. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International Universities Press. 1976.

Mashg‘ulot mazmuni:

❖ Nazariy qism (10 daqiqa): O‘zini nazorat qilishning ahamiyati, “ichki kuzatuvchi” kontsepsiyasi.

❖ Amaliy qism (20 daqiqa):

❖ Mashq “Pauza sanog‘i”: ishtirokchilar stressli gap eshitganda 5 soniya sukut saqlashni mashq qiladilar.

❖ Rol o‘ynash: “Keskin vaziyatga javob” – ishtirokchilar turli provokatsion gaplarga konstruktiv javob berishga harakat qiladi.

❖ Refleksiya (5 daqiqa): Qaysi strategiya eng samarali bo‘lganini guruhda muhokama qilish.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, rolli o‘yin ssenariylari, qog‘oz va ruchkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar o‘z hissiyotlarini tezda aniqlay oladi, muloqot jarayonida shoshilinch yoki keskin javoblardan tiyilish ko‘nikmasi rivojlanadi.

Baholash:

❖ Trener tomonidan kuzatuv varaqalari asosida ishtirokchilarning o‘zini boshqarish darajasi baholanadi.

❖ Ishtirokchilar “o‘zini nazorat qilish kundaligi”ni to‘ldirib, qayta tahlil qiladilar.

II-NIZOLARNI BOSHQARISHGA DOIR TRENING MASHG‘ULOTLARI

3-mavzu: Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari

Tayyorgarlik mashg‘uloti: “Guruh birligi”

Maqsad: Guruh hamkorligini mustahkamlash va tashkilotchilik mashg'ulotlarga tayyorlash.

O'tkazish usuli: Ishtirokchilar doira shaklida o'tiradi. Trener "birgalikda hikoya yaratish" o'yinini o'tkazadi: har biri hikoyaga bir jumlaning qo'shadi. Maqsad - guruhning hamkorlik qobiliyatini sinash.

Davomiylik: 10 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Guruhda hamkorlik muhiti shakllanishi va tashkilotchilik mashqlarga tayyorgarlik.

Baholash usuli: Hikoya yaratishda faol ishtirok etish va guruh hamkorligiga qo'shilish.

1-trening mashg'uloti

"Nizolar turlari va ularni xususiyatlari"

Maqsad: Ishtirokchilarda nizolarning asosiy turlarini (shaxslararo, guruhlararo, ichki) ajratish va ularni erta bosqichda aniqlash ko'nikmasini shakllantirish.

Vazifalar:

- Nizolar turlari va xususiyatlarini tushuntirish.
- Nizolarning alomatlarini (hissiy, verbal, xulqiy) aniqlashni o'rgatish.
- Guruhda konflikt vaziyatlarini tahlil qilish ko'nikmasini shakllantirish.

Psixologik asos: Mazkur trening mashg'uloti Kurt Levinning "Maydon nazariyasi" hamda Ralf Darendorfning "Konflikt nazariyasi" g'oyalariga tayanadi. K. Levin o'zining maydon nazariyasida inson xulqi tashqi muhit va ichki motivatsiyalar o'rtasidagi dinamik kuchlar maydonida shakllanishini ta'kidlaydi. Uning fikricha, har bir inson o'z faoliyati davomida "qarama-qarshi kuchlar" ta'sirida bo'ladi, bu esa ichki ziddiyat (konflikt) holatini yuzaga keltiradi. Shunday qilib, nizolar inson psixikasining tabiiy qismi bo'lib, ular to'g'ri boshqarilsa, o'sish va rivojlanishga xizmat qiladi (Levin, *Field Theory in Social Science*, 1951).

R. Darendorf esa konfliktni ijtimoiy hayotning doimiy elementi sifatida talqin etadi. Unga ko'ra, ijtimoiy tizimda kuch va hokimiyatning notekis taqsimlanishi ziddiyatlarni keltirib chiqaradi. Darendorfning fikricha, nizolarni inkor etish emas, balki ularni konstruktiv boshqarish jamiyat va shaxs rivojining manbai hisoblanadi (*Class and Class Conflict in Industrial Society*, 1959). Mazkur trening ana shu ikki nazariyaning integratsiyasiga asoslanib, ishtirokchilarda nizolarning tabiiyligini anglash, ularni erta bosqichda aniqlash va boshqarish ko'nikmasini shakllantirishga qaratilgan. Bu yondashuv amaliyotchi psixologlarda muloqotda hissiy barqarorlikni saqlash, empatik tinglash, va konstruktiv fikr bildirish malakasini rivojlantiradi.

Trening manbasi: Lewin, K. *Field Theory in Social Science*. Harper & Row. 1951.

Mashg'ulot mazmuni:

- Nazariy qism (10 daqiqa): Nizo va uning turlari, boshlang'ich belgilari.
- Amaliy qism (20 daqiqa):
 - Mashq "Nizo belgilarini top": rolli vaziyatlar o'qib eshittiriladi, ishtirokchilar nizoning qaysi bosqichida ekanini aniqlaydi.
 - Mashq "Signal kartalari": ishtirokchilar turli konflikt signallarini (intonatsiya, tana tili) tasvirlaydi, boshqalar uni tanib oladi.
- Refleksiya (5 daqiqa): Har kim o'z ish joyi yoki sinfda uchraydigan nizo belgilarini misol keltiradi.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, rolli vaziyatlar matni, rangli kartochkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar nizo turlarini farqlay oladi, erta bosqichda ularni tanib, konstruktiv chora ko'ra boshlaydi.

Baholash:

- ✓ Trener kuzatuv varaqasi asosida nizoni aniqlash ko'nikmasini baholaydi.
- ✓ Qisqa yozma test: "Bu vaziyatda qaysi turdagi nizo?" - deb so'raladi.

2-trening mashg'uloti

"Nizolarning kelib chiqish sabablarini tahlil qilish"

Maqsad: Ishtirokchilarda nizolarning asosiy sabablari va ularni konstruktiv hal etish yo'llarini tahlil qilish ko'nikmasini rivojlantirish.

Vazifalar:

- ✓ Nizo sabablarini (resurs yetishmasligi, shaxsiy qadriyatlar to'qnashuvi, noto'g'ri muloqot) aniqlash.
- ✓ Guruhli tahlil orqali muammo ildizini topishni o'rgatish.
- ✓ Konstruktiv yechim izlashda "g'alaba-g'alaba" modelini qo'llashni mashq qilish.

Psixologik asos: Ushbu trening mashg'uloti T. Gordonning "Men-xabar" (I-message) konsepsiyasi hamda K. Tomas va R. Kilmannning konfliktni hal etish uslublari nazariyasiga tayangan holda ishlab chiqilgan.

T. Gordon o'zining "Parent Effectiveness Training" va "Teacher Effectiveness Training" dasturlarida insonlar o'rtasidagi nizolar ko'pincha noto'g'ri muloqotdan kelib chiqishini ta'kidlaydi. U "Men-xabar" konsepsiyasini ilgari surib, shaxs o'z his-tuyg'ularini "Sen aybdorsan" shaklidagi ayblovsiz, balki "Men o'zimni noqulay his qilyapman, chunki ..." kabi subyektiv, empatik shaklda ifodalash zarurligini asoslab bergan. Bu usul nizo sabablarini chuqurroq tushunish va emotsional bosimni kamaytirish orqali konstruktiv yechim topish imkonini beradi (Gordon, *Teacher Effectiveness Training*, 1974).

K. Tomas va R. Kilmann esa konfliktni hal etishda besh asosiy strategiyani (raqobat, muros, moslashuv, chekinish, hamkorlik) ajratib ko'rsatgan. Ularning "Tomas–Kilmann Conflict Mode Instrument" modeli insonning nizolarga nisbatan xulqiy yo'nalishini aniqlaydi va konstruktiv uslub sifatida "hamkorlik" (collaboration) strategiyasini, ya'ni "g'alaba–g'alaba" yondashuvini taklif etadi.

Ushbu trening ana shu nazariyalarni uyg'unlashtirib, amaliyotchi psixologlarda nizo sabablarini aniqlash, vaziyatni neytral tahlil qilish, hissiy barqarorlikni saqlash va barcha tomonlar manfaatini hisobga olgan holda "g'alaba–g'alaba" modelida muloqot yuritish malakasini rivojlantiradi.

Trening manbasi: Gordon, T. *Teacher Effectiveness Training: The Program Proven to Help Teachers Bring Out the Best in Students of All Ages*. New York: David McKay Company. 1974.

Mashg'ulot mazmuni:

- ✓ Nazariy qism (20 daqiqa): Nizolarning asosiy sabablarini tahlil qilish modeli (insoniy, resurs, muloqot sababli).
- ✓ Amaliy qism (50 daqiqa):

- Mashq "Sabab daraxti": berilgan konflikt vaziyati uchun sabab va oqibatlarni daraxt shaklida chizish.

- Rol o'ynash: "Mediator" - ikki tomon bahsini tinglab, asosiy muammoni nomlash va taklif berish.

Refleksiya (5 daqiqa): Qaysi sabablar eng ko'p uchrashi haqida guruh fikr almashadi.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, rangli stikerlar, konflikt vaziyatlari yozilgan kartochkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar konfliktning faqat ko'rinadigan tomonini emas, balki uning chuqur sabablarini ham aniqlay oladi va konstruktiv yechim ishlab chiqadi.

Baholash:

- Trener tomonidan "Sabab daraxti" ishlarini baholash (to'g'ri sabablarni topish darajasi).

- Ishtirokchilarning o'zaro baholash kartalari (mediator sifatida qanchalik samarali bo'lganini 5 ballik shkalada belgilash).

Mazkur ikki trening mashg'uloti ishtirokchilarga nizolarni erta aniqlash va ularning kelib chiqish sabablarini to'g'ri tahlil qilish ko'nikmasini shakllantirishga xizmat qiladi. Birinchi mashg'ulot davomida ishtirokchilar nizo turlarini (shaxsiy, guruh, ichki) farqlashni o'rganadilar, ularning boshlang'ich belgilari va tashqi ifodalarini tanib olish malakasiga ega bo'ladilar. Rolli vaziyatlar va signal kartalari

yordamida amaliy mashqlar o'tkazilishi, nazariy tushunchalarni real hayotiy misollar bilan bog'lashga imkon beradi.

4-mavzu: Nizolarni konstruktiv boshqarish

“Nizolarni anglash va konstruktiv yechim yo'llarini topish”

Tayyorlov mashqi (Har ikkala trening boshida qo'llash uchun)

Mashq nomi: “Assotsiatsiya zanjiri”

Maqsad: Ishtirokchilarni treningga ruhiy tayyorlash, diqqatni jamlash va o'zaro muloqotga kirishishni osonlashtirish.

O'tkazish tartibi:

1. Trener ishtirokchilarga “NIZO” so'zini aytadi.
2. Ishtirokchilar navbatma-navbat shu so'z bilan bog'liq birinchi kelgan fikrini aytishadi (masalan: bahs, stress, kelishmovchilik, yechim, tinchlik va hokazo).
3. Trener barcha javoblarni doskaga yoki flipchartga yozib boradi.
4. Oxirida barcha assotsiatsiyalarni guruh bo'lib muhokama qiladi: qaysilari salbiy, qaysilari ijobiy va nega.

Davomiyligi: 7-10 daqiqa.

Psixologik asos: Ushbu mashq K. G. Yungning assotsiativ fikrlash nazariyasi hamda L. S. Vigotskiyning tafakkur va so'z o'rtasidagi bog'liqlik haqidagi konsepsiyasi asosida ishlab chiqilgan.

K. G. Yung ta'kidlaganidek, inson ong ostidagi kechinmalar so'zlar orqali bevosita ifodalanmasa ham, assotsiativ reaksiyalar yordamida namoyon bo'ladi. Shuning uchun “NIZO” so'zi bilan bog'liq birinchi fikr ishtirokchining konfliktga nisbatan ichki munosabatini aks ettiradi. Bu mashq ishtirokchilarning ong ostidagi salbiy yoki ijobiy munosabatlarini aniqlashga yordam beradi.

L. S. Vigotskiy fikricha, so'z inson tafakkurining tashuvchi vositasi bo'lib, har bir assotsiatsiya shaxsning tajribasidan kelib chiqqan ma'nodir. Shu bois ushbu mashq fikrlarni erkin ifoda etish, og'zaki tafakkurni faollashtirish va guruhda erkin muloqot muhitini shakllantirish uchun juda muhim.

Psixologik nuqtai nazardan, mashq affektiv (hissiy) va kognitiv (aqliy) faollikni uyg'unlashtiradi, bu esa asosiy trening mashg'ulotiga psixologik tayyorgarlikni oshiradi. Nizo mavzusidagi yashirin xavotir, stereotip va salbiy emotsiyalarni yuzaga chiqarish orqali **katarsis (emotsional tozalanish)** effekti yuzaga keladi.

Trening manbasi: Jung, C. G. *The Association Method*. American Journal of Psychology, 21(2), 219-269. 1910.

Jihozlar: Flipchart va markerlar. Xohlovchilar uchun rangli stikerlar (ijobiy va salbiy assotsiatsiyalarni ranglarga ajratish uchun).

1-trening mashg'uloti

Maqsad: Ishtirokchilarda nizolarning asosiy sabablari va ularni konstruktiv hal etish yo'llarini tahlil qilish ko'nikmasini rivojlantirish.

Vazifalar:

- ✓ Nizo sabablarini (resurs yetishmasligi, shaxsiy qadriyatlar to'qnashuvi, noto'g'ri muloqot) aniqlash.
- ✓ Guruhli tahlil orqali muammo ildizini topishni o'rgatish.

Psixologik asos: Mazkur trening mashg'uloti Tomas-Kilmann (T. Thomas & R. Kilmann, 1974) tomonidan ishlab chiqilgan konfliktni yechish uslublari modeli asosida qurilgan bo'lib, insonlarning nizoli vaziyatlardagi xulq-atvori va munosabat strategiyalarini tushuntiradi.

Tomas va Kilmann modeliga ko'ra, shaxsning konfliktga munosabati ikki asosiy o'qqa tayanadi:

1. O'z manfaatlarini himoya qilish darajasi (assertivlik)
2. Boshqa tomon manfaatlarini hisobga olish darajasi (hamkorlik)

Ushbu o'lchovlar asosida beshta asosiy strategiya ajratiladi:

- Raqobat (Competition) – shaxs o'z manfaatlarini ustun qo'yadi, murosaga kam tayyor.
- Murosa (Compromise) – har ikki tomon o'rtacha yo'lni tanlaydi.
- Hamkorlik (Collaboration) – o'zaro manfaatli, “g'alaba-g'alaba” yechim izlanadi.
- Moslashuv (Accommodation) – boshqalarning manfaatini o'zidan ustun qo'yish.
- Chekinish (Avoidance) – nizodan butunlay qochish, sust faoliyat.

Treningda aynan shu model asosida ishtirokchilar nizolarning kelib chiqish sabablarini tahlil qilish bilan bir qatorda, o'zlarining xulq strategiyalarini anglash imkoniga ega bo'ladilar. Konfliktni konstruktiv yo'l bilan hal etishning asosi, uning sababini to'g'ri aniqlashdan boshlanishi ta'kidlanadi.

Shuningdek, mashg'ulotda G. Selyening stress nazariyasi hamda D. Golemanning emotsional intellekt konsepsiyasi elementlari qo'llaniladi. Zero, konflikt paytidagi hissiyotlarni boshqarish va stressni kamaytirish shaxsning o'zini tahlil qila olish qobiliyatini oshiradi, bu esa “g'alaba-g'alaba” modelining samaradorligini ta'minlaydi.

Trening manbasi: Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. *Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument (TKI)*. CPP, Inc. 1974.

Mashg'ulot mazmuni:

- Nazariy qism (10 daqiqa): Nizolarning asosiy sabablarini tahlil qilish modeli (insoniy, resurs, muloqot sababli) tushuntiriladi.

- Amaliy qism (20 daqiqa):
 - Rol o'ynash "Mediator": Ikki tomon bahsini tinglab, mediator asosiy muammoni nomlaydi va yechim taklif qiladi.

Refleksiya (5 daqiqa): Guruh qaysi sabablar eng ko'p uchrashi haqida umumiy xulosa qiladi.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, rangli stikerlar, konflikt vaziyatlari yozilgan kartochkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar konfliktning ko'rinadigan tomonini emas, balki uning chuqur sabablarini aniqlashni o'rganadi va konstruktiv yechim ishlab chiqadi.

Baholash:

- Ishtirokchilarning o'zaro baholash kartalari (mediator sifatida qanchalik samarali bo'lganini 5 ballik shkalada belgilash).

2-trening mashg'uloti

"Nizolarni konstruktiv boshqarish va yechim strategiyalarini qo'llash"

Maqsad: Ishtirokchilarda nizolarni hal qilishda "hamkorlik" va "g'alaba-g'alaba" strategiyasini qo'llash ko'nikmasini shakllantirish.

Vazifalar:

- ✓ Nizo paytida hissiy nazoratni saqlashni mashq qilish.
- ✓ Qarama-qarshi tomon manfaatlarini uyg'unlashtirishga qaratilgan muloqot usullarini qo'llash.
- ✓ Tomas-Kilmann strategiyalarini amaliyotda sinab ko'rish.

Psixologik asos: Ushbu trening K. Tomas va R. Kilmann tomonidan ishlab chiqilgan konflikt yechish strategiyalari modeliga tayangan. Mazkur model shaxslarning nizoli vaziyatlarda o'zini tutish usullarini ikki asosiy o'lchov orqali tasniflaydi:

1. O'z manfaatlarini himoya qilish darajasi (assertivlik)
2. Boshqalar manfaatlarini hisobga olish darajasi (hamkorlik)

Bu o'lchovlar kesishmasida beshta asosiy strategiya shakllanadi:

- Raqobat (Competition) — o'z fikrini ustun qo'yish, g'alabaga intilish;
- Moslashuv (Accommodation) — boshqa tomon manfaatlarini ustun qo'yish;
- Chekinish (Avoidance) — nizodan qochish, sust pozitsiya;
- Murosa (Compromise) — ikki tomon o'rtasida o'rtacha yechimga kelish;
- Hamkorlik (Collaboration) — "g'alaba-g'alaba" tamoyiliga asoslangan, manfaatlarni uyg'unlashtiruvchi strategiya.

Treningda asosiy e'tibor hamkorlik strategiyasiga qaratiladi. Bu strategiya nizo ishtirokchilari o'rtasida o'zaro hurmat, ochiqlik va konstruktiv muloqot asosida umumiy yechim topishni nazarda tutadi.

Mazkur yondashuv T. Gordonning "Men-xabar" konsepsiyasi bilan uzviy bog'liq bo'lib, u konflikt paytida ayblovlari yoki himoyaga o'tish o'rniga, o'z his-tuyg'ularni ifodalash va boshqa tomon pozitsiyasini tushunishga qaratilgan muloqotni ilgari suradi. Shuningdek, D. Golemanning emotsional intellekt modeli asosida hissiy nazorat va empatiya konfliktini konstruktiv hal etishda hal qiluvchi omil sifatida ko'riladi.

Konstruktiv konflikt boshqaruvi, psixologik jihatdan, ijtimoiy o'zaro ta'sirning sog'lom shakli bo'lib, u shaxslararo ishonch, hamkorlik va ijobiy munosabatlarni rivojlantiradi. Trening jarayonida ishtirokchilar o'zlarining konflikt holatlaridagi xulq strategiyasini anglaydilar, "raqobat" yoki "chekinish" kabi samarasiz usullardan "hamkorlik" modeliga o'tish malakasini shakllantiradilar.

Trening manbasi: Goleman, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books. 1995.

Mashg'ulot mazmuni:

Nazariy qism (10 daqiqa): Tomas-Kilmann strategiyalarining qisqacha sharhi, ularning afzallik va kamchiliklari.

Amaliy qism (20 daqiqa):

o Mashq "Strategiyani tanlash": Har bir guruhga konflikt stsenariysi beriladi va ular qaysi strategiyani tanlashni asoslaydi.

o Mini-rolli o'yin: Hamkorlik strategiyasidan foydalanib, nizoli vaziyatni sahnalashtirish.

Refleksiya (5 daqiqa): Ishtirokchilar o'z tanlagan strategiyasi samarali bo'lganmi, degan savolga yozma javob berishadi.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, strategiya nomlari yozilgan kartochkalar, rolli o'yin uchun rekvizitlar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar konfliktini "g'alaba-g'alaba" asosida hal etishga intilishadi, qarama-qarshi tomon manfaatlarini inobatga olgan holda yechim topish ko'nikmalariga ega bo'ladilar.

Baholash:

- ❖ Har bir guruhning strategiyani tanlash asoslanganligi bo'yicha trenerning reytingi.
- ❖ Rol o'ynashdagi ishtirokchilar faolligi va samaradorligi (5 ballik baho).
- ❖ Guruhning umumiy xulosasi va yozma refleksiya sifatini tahlil qilish.

Yuqoridagi ikki trening mashg'ulotlari "Nizolarni tahlil qilish va ildiz sabablarini aniqlash" hamda "Nizolarni konstruktiv boshqarish va yechim strategiyalarini qo'llash" ishtirokchilarda konfliktologik kompetensiyani shakllantirishga qaratilgan bo'lib, ularning ijtimoiy-psixologik savodxonligini oshiradi.

III-EMPATIYA ASOSIDA MULOQOT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHGA DOIR TRENING MASHG'ULOTLARI

Tayyorgarlik mashg'uloti: "Tinchlanish daqiqasi"

Maqsad: Stressli mashqlarga tayyorlash va o'zini-o'zi boshqarishga tayyorlanish.

O'tkazish usuli: Ishtirokchilar tinch muhitda o'tiradi. Trener 2-3 daqiqalik nafas olish mashqini o'tkazadi (chuqur nafas olish va bo'shashish). Ishtirokchilar stressni boshqarish haqida fikr almashadi.

Davomiylik: 10 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Stressli vaziyatlarga tayyorgarlik va o'zini-o'zi boshqarishga kirish.

Baholash usuli: Mashqda faol ishtirok etish va tinchlanishga qo'shilish.

5-mavzu: Empatiya va o'zini-o'zi nazorat qilish

1-trening mashg'uloti

"Empatiya: boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish"

Maqsad: Ishtirokchilarda empatiya ko'nikmasini shakllantirish, boshqalarning emotsional holatini to'g'ri sezish va unga mos javob berish malakasini rivojlantirish.

Vazifalar:

- Empatiya tushunchasi va uning psixologik ahamiyatini tushuntirish.
- Boshqalarning his-tuyg'ularini sezish va nomlash ko'nikmasini rivojlantirish.
- Faol tinglash orqali empatik javob berish mashqlarini o'rgatish.

Psixologik asos: Mazkur trening K. Rojersning gumanistik psixologiya nazariyasi hamda D. Golemanning "emotsional intellekt" konsepsiyasiga tayanadi. Gumanistik psixologiya inson shaxsini o'z-o'zini anglaydigan, o'zini rivojlantirishga intiladigan faol mavjudot sifatida talqin etadi. Rojers fikricha, empatiya, bu boshqa insonning his-tuyg'ularini ularning o'z nigohi bilan ko'ra bilish, ularni baholamasdan tushunish qobiliyatidir. U bunday yondashuvni shaxslararo muloqotning eng muhim elementi deb bilgan. Shartsiz qabul qilish, chin dildan tinglash va samimiyat Rojers tomonidan terapevtik muloqotning "uch tayanchi" sifatida ko'rsatib o'tilgan.

Shuningdek, D. Goleman empatiyani insonning emotsional intellektining markaziy komponenti sifatida ta'riflaydi. Unga ko'ra, boshqalarning hissiyotlarini tushunish va ularga mos tarzda javob qaytarish shaxsning ijtimoiy barqarorligini, yetakchilik fazilatlarini va kommunikativ madaniyatini oshiradi. Empatik tinglash jarayonida inson o'z e'tiborini butunlay suhbatdoshga qaratadi, bu esa ishonch va o'zaro hurmat hissini mustahkamlaydi.

Trening jarayonida ishtirokchilar Rojersning "empatik tinglash" usulini amaliy mashqlar orqali o'rganadilar. Ular suhbatdoshning so'zlariga e'tibor bilan quloq solish, uning emotsional holatini yuz ifodalari va ovoz temбри orqali aniqlash, shuningdek, fikrini aks ettirish ("sen shunday his qilyapsan, to'g'rimi?") kabi usullarni mashq qiladilar. Bu amaliy yondashuv empatiyani nazariy tushunchadan real kommunikativ ko'nikmaga aylantiradi.

Empatiya ko'nikmasi rivojlangan shaxs o'z his-tuyg'ularini boshqarish, boshqalarning holatini tushunish, ziddiyatlarni yumshoq hal qilish va ijtimoiy munosabatlarda muvozanatni saqlash qobiliyatiga ega bo'ladi. Shu bois mazkur trening amaliyotchi psixologlar, pedagoglar hamda rahbarlar uchun ham muhim kompetensiyani shakllantirishga xizmat qiladi.

Trening manbasi: Rogers, C. R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin. 1961.

Mashg'ulot mazmuni:

- Nazariy qism (10 daqiqa): Empatiyaning turlari (kognitiv, emotsional, xulqiy), empatik tinglash bosqichlari.
- Amaliy qism (20 daqiqa):
 - Mashq "Oyna": juftliklardan biri hissiyotini gapiradi, ikkinchisi uni qayta ifodalaydi.
 - Mashq "Empatik savollar": his-tuyg'uni chuqurlashtiruvchi ochiq savollar berish.

Refleksiya (5 daqiqa): Empatik javob berishning muloqotga ta'siri muhokama qilinadi.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, his-tuyg'u kartalari, stikerlar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar boshqalarning hissiyotlarini aniqlay oladi, faol tinglash orqali empatik javob bera oladi va o'z muloqotini sezilarli darajada yumshatadi.

Baholash:

- Trener kuzatuv (empatik javoblarning to'g'riligi).
- Juftliklarning o'zaro bahosi (5 ballik shkalada).

2-trening mashg'uloti

“Stressli muloqotda o‘zini-o‘zi nazorat qilish”

Maqsad: Ishtirokchilarda stress vaziyatida emotsional barqarorlik va o‘zini tutish qobiliyatini rivojlantirish.

Vazifalar:

- Stressni tanib olish va unga bo‘lgan shaxsiy reaksiyalarni tushunish.
- O‘zini-o‘zi nazorat qilishning psixologik mexanizmlarini o‘rgatish.
- Stressni kamaytirish va konstruktiv muloqotni davom ettirish strategiyalarini mashq qilish.

Psixologik asos: Mazkur treningning nazariy asosi R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv baholash nazariyasi (Cognitive Appraisal Theory of Stress) hamda M. Snayderning “O‘zini-o‘zi nazorat qilish” (Self-Monitoring) konsepsiyasiga tayangan.

Lazarus va Folkman ta’kidlaganidek, stress insonni o‘rab turgan vaziyatning o‘zi emas, balki shaxsning bu vaziyatni qanday baholashi bilan belgilanadi. Ya’ni, inson muammoni xavf sifatida emas, balki muammoli, lekin boshqarish mumkin bo‘lgan holat sifatida qabul qilsa, u holda emotsional javob konstruktiv yo‘nalishga ega bo‘ladi. Shu bois, trening ishtirokchilarida stressli muloqot vaziyatlarida kognitiv baholashni ijobiy tomonga yo‘naltirish ko‘nikmasi shakllantiriladi.

M. Snayder tomonidan ilgari surilgan o‘zini-o‘zi nazorat qilish nazariyasiga ko‘ra, shaxs ijtimoiy vaziyatga qarab o‘z xatti-harakatini moslashtira oladi. O‘zini nazorat qila oladigan insonlar muloqot davomida hissiyotlarini jilovlaydi, salbiy ta’sirlarni kamaytiradi va suhbatni konstruktiv yo‘nalishda davom ettira oladi. Ushbu yondashuv stressli muloqotda hissiy o‘zini boshqarish, pauza strategiyasi va reflektiv javob kabi muhim komponentlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Trening davomida ishtirokchilar stressni tanib olish (fiziologik va psixologik belgilar orqali), “to‘xtash va nafas olish” texnikasi, ichki nutqni boshqarish, hamda “men-xabar” orqali muloqot qilish kabi psixotexnik mashqlarni bajaradilar. Ushbu mashqlar Lazarusning stress baholash modeli bilan uyg‘un holda, insonni o‘z emotsional holatini idora qilishga, stress ta’sirini kamaytirishga va ijobiy kommunikatsiyani saqlashga o‘rgatadi.

Trening manbasi: Lazarus, R. S., & Folkman, S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company. 1984.

Tayyorlov mashqi: “*Stress signallari*” - ishtirokchilar stress vaziyatida o‘zlarida paydo bo‘ladigan jismoniy va hissiy belgilarni yozadilar, guruhda bo‘lishadilar. (5-7 daqiqa)

Mashg‘ulot mazmuni:

• Nazariy qism (5 daqiqa): Stress reaksiyalari, “kurash yoki qochish” mexanizmi, o‘zini nazorat qilish strategiyalari.

- Amaliy qism (20 daqiqa):
- Mashq “Stressli suhbat”: ishtirokchilar stressli vaziyatni rolli o‘yin orqali sahnalashtiradilar va nazorat strategiyalarini qo‘llaydilar.
- Mashq “3-3-3 usuli”: chuqur nafas olish, uchta ijobiy fikr, uchta konstruktiv javob.

Refleksiya (5 daqiqa): Qaysi strategiyalar eng samarali bo‘lganini tahlil qilish.

Jihozlar: Flipchart, markerlar, stress vaziyatlari yozilgan kartochkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar stress signallarini erta sezadi, o‘zini tinchlantirish va nazorat qilish strategiyalarini qo‘llay oladi, muloqotni konfliktga aylantirmasdan davom ettira oladi.

Baholash:

- Trener kuzatuv (strategiya qo‘llash darajasi).
- Guruh bahosi (har bir ishtirokchi boshqasining nazorat darajasini baholaydi).

“Empatiya va o‘zini-o‘zi nazorat qilish” mavzusidagi ikki trening mashg‘uloti ishtirokchilarda o‘z his-tuyg‘ularini boshqarish, boshqalar his-tuyg‘ularini anglash va ularga hamdardlik bildirish ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratildi. Birinchi treningda ishtirokchilar empatiya mohiyatini tushunib, boshqalar hissiyotlarini tinglash va to‘g‘ri munosabat bildirishni amaliy mashqlar orqali o‘rganadilar. Ikkinchi trening esa o‘zini-o‘zi nazorat qilish strategiyalarini ishlab chiqish, salbiy hissiyotlarni boshqarish va konstruktiv yechim topishga yo‘naltiriladi.

6-MAVZU: HISSIYOTLARNI ANIQLASH VA AKS ETTIRISHGA DOIR TRENING MASHG‘ULOTLARI

Tayyorlov mashqi

Mashq nomi: “Hissiyotlar palitrasi”

Maqsad: Ishtirokchilarda o‘z hissiyotlarini tan olish va nomlash ko‘nikmasini shakllantirish, mashg‘ulotga emotsional tayyorgarlik yaratish.

Vaqt: 10 daqiqa

Jihozlar: Karta (rangli kartochkalar), qalam, doska yoki vatman.

O‘tkazish tartibi:

1. Ishtirokchilarga rangli kartochkalar tarqatiladi. Har bir rang ma’lum bir hissiyotni anglatadi (masalan: qizil - g‘azab, ko‘k - xotirjamlik, yashil - quvonch, sariq - hayajon).
2. Trener: “Bugungi kayfiyatingizni aynan qaysi rang ifodalaydi?”-deb so‘raydi.
3. Ishtirokchilar rangni tanlab, tanlov sababini qisqacha tushuntiradilar.

4. Mashq yakunida guruh bo'lib eng ko'p tanlangan hissiyot va uning sabablari muhokama qilinadi.

Natija: Guruh a'zolari o'z kayfiyatini tushunish va ifodalashga tayyor bo'ladilar, treningga emotsional jihatdan moslashadilar.

1-trening mashg'uloti **“Hissiyotlarni aniqlash”**

Maqsad: Ishtirokchilarda asosiy hissiyotlarni (quvonch, g'azab, qo'rquv, hayrat, nafrat, xafalik) farqlash va nomlash ko'nikmasini shakllantirish.

Vazifalar:

- Hissiyotlarning asosiy turlarini va ularning belgilari (mimika, ovoz, tana tili)ni o'rgatish.
- Kundalik hayotiy vaziyatlarda hissiyotlarni aniqlashni mashq qilish.
- Hissiyotlar to'g'risida ochiq gapirish odatini shakllantirish.

Psixologik asos: Mazkur treningning nazariy poydevori Pol Ekman va K. Izardning asosiy hissiyotlar nazariyasi (Basic Emotions Theory) hamda emotsional tanish (recognition) jarayoniga oid psixologik yondashuvlarga asoslanadi.

Pol Ekman o'z tadqiqotlarida insonning hissiyotlari universal ekanini, ya'ni ular madaniyatdan qat'i nazar, barcha insonlarda o'xshash mimik ifodalar orqali namoyon bo'lishini isbotlagan. U quvonch, g'azab, qo'rquv, hayrat, nafrat va xafalikni olti asosiy hissiyot sifatida ajratgan. Ekman fikricha, inson o'z hissiyotini aniqlay olganda, u o'z xatti-harakatini ongli tarzda boshqarish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shu sababli, hissiyotlarni aniqlash, emotsional intellektning boshlang'ich bosqichi hisoblanadi.

K. Izard esa “Differensial hissiyotlar nazariyasi”ni ilgari surib, har bir hissiyotning alohida fiziologik va motivatsion vazifasi borligini ta'kidlagan. Unga ko'ra, hissiyotlar inson xulqining tabiiy tartibga soluvchi tizimi bo'lib, ularni anglash va to'g'ri nomlash shaxsga o'z ichki holatini nazorat qilish, boshqalar hissiyotlarini sezish va u bilan hamdardlikda bo'lish imkonini beradi.

Trening manbasi: Ekman, P. *Emotion in the Human Face*. New York: Pergamon Press. 1972.

Mashg'ulot mazmuni:

Nazariy qism (10 daqiqa):

- Trener asosiy hissiyotlar va ularning psixofiziologik belgilarini tushuntiradi.
- “Hissiyotlar g'ildiragi” (Plutchik modeli) namoyish etiladi.

Amaliy qism (20 daqiqa):

○ Mashq “Hissiy mimika” - trener mimika namoyish etadi, ishtirokchilar hissiyotni topadilar.

○ Vaziyat kartochkalari - ishtirokchilar kichik guruhlarda kartochkadagi vaziyatni o'qib, qaysi hissiyotga tegishli ekanini aniqlashadi.

o Guruhli muhokama - noto'g'ri talqinlar sabablarini birga ko'rib chiqish.

Refleksiya (5 daqiqa):

o Ishtirokchilar qaysi hissiyotlarni aniqlash osonroq va qaysilari qiyin bo'lganini yozib, guruh bilan muhokama qiladilar.

Jihozlar: Hissiyot kartalari, Plutchik g'ildiragi posteri, markerlar, flipchart.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar hissiyotlarni aniq farqlashni, ularni to'g'ri nomlashni va kundalik vaziyatlarda tan olishni o'rganadilar.

Baholash:

- ❖ Guruh ishlari va kartochka mashqlari tahlili.
- ❖ Trenerning individual kuzatuv qaydlari (hissiyotlarni to'g'ri aniqlash foizi).

2-trening mashg'uloti

“Hissiyotlarni aks ettirish va ifodalash”

Maqsad: Ishtirokchilarni o'z hissiyotlarini konstruktiv tarzda ifodalash va boshqalarning hissiyotiga empatik javob berishga o'rgatish.

Vazifalar:

- “Men-xabar” texnikasidan foydalanib hissiyotni to'g'ri ifodalash.
- Boshqa odam hissiyotini aks ettirish (aktiv tinglash) ko'nikmasini rivojlantirish.
- Konflikt vaziyatlarida tinchlantiruvchi kommunikatsiya usullarini mashq qilish.

Psixologik asos: Mazkur trening T. Gordonning “Men-xabar (I-message)” konsepsiyasi hamda K. Rogersning empatik tinglash nazariyasi asosida ishlab chiqilgan bo'lib, uning markazida shaxsning o'z hissiyotlarini ochiq, ammo boshqalarni ayblamasdan ifodalash va suhbatdosh hissiyotiga sezgirlik bilan javob qaytarish tamoyillari yotadi.

T. Gordon tomonidan ishlab chiqilgan “Men-xabar” texnikasi shaxslararo muloqotda ziddiyatni kamaytiruvchi vosita sifatida qo'llanadi. Bu uslubda shaxs o'z his-tuyg'ularini “men” shaklida ifodalaydi (masalan: “Men ranjidim, chunki fikrim inobatga olinmadi”), bu esa suhbatdoshni himoyalash holatiga tushmaslikka yordam beradi. Gordon ta'kidlaganidek, “Men-xabar” insonni o'z hissiyotiga egalik qilishga va uni boshqalarga tajovuzsiz tarzda yetkazishga o'rgatadi. Bu ko'nikma shaxsda ichki nazorat, hissiy yetuklik va munosabatlarda ochiqlikni shakllantiradi.

K. Rogersning gumanistik psixologiya nazariyasida esa “empatik tinglash” tushunchasi asosiy o'rin tutadi. Unga ko'ra, haqiqiy muloqotda shaxs suhbatdoshining so'zlarini emas, balki u so'zlar orqali ifoda etayotgan ichki hissiy holatini anglashga intiladi. Empatik tinglash “boshqaning ichki dunyosiga kirish” jarayoni bo'lib, u ishonchli munosabat, samimiy aloqa va nizolarni tinch yo'l bilan hal qilishga xizmat qiladi.

Mazkur treningda ushbu ikki yondashuv integratsiya qilinadi:

- “Men-xabar” orqali o‘z hissiyotini konstruktiv tarzda ifoda etish,
- “Empatik tinglash” orqali suhbatdosh hissiyotini aks ettirish va tushunish.

Bu ikki komponent o‘zaro uyg‘unlashganda shaxsda quyidagi psixologik kompetensiyalar shakllanadi:

- Emotsional o‘zini anglash va ifoda etish qobiliyati;
- Shaxslararo muloqotda tinchlantiruvchi va qo‘llab-quvvatlovchi ohangni tanlash;
- Nizoli vaziyatlarda muloqotni konstruktiv yo‘nalishda davom ettirish.

Shunday qilib, hissiyotlarni aks ettirish va ifodalash - emotsional intellektning kommunikativ ifodasi bo‘lib, u ijtimoiy moslashuvchanlikni, muloqot madaniyatini va psixologik barqarorlikni kuchaytiradi.

Trening manbasi: Gordon, T. *Parent Effectiveness Training: The Proven Program for Raising Responsible Children*. New York: Wyden Books. 1970.

Mashg‘ulot mazmuni:

Nazariy qism (10 daqiqa):

- “Men-xabar” tuzilmasi: “Men ... his qildim, chunki ...”.
- Empatiya va aktiv tinglash tamoyillari.

Amaliy qism (20 daqiqa):

◦ Rol o‘ynash “Empatiya juftligi” - ishtirokchilar juftliklarda o‘zaro hissiy vaziyatlarni aytadi, sherigi ularni “Men-xabar” shaklida aks ettiradi.

◦ Mashq “Eshit va qaytar” - ishtirokchi sherigining so‘zini qaytarib aytadi va uning hissiyotini so‘z bilan nomlaydi (“Siz xafa bo‘ldingiz, shuning uchun jim qoldingiz”).

◦ Guruh muhokamasi – qaysi iboralar ko‘proq yordam berdi?

Refleksiya (5 daqiqa):

- Ishtirokchilar o‘zlariga foydali bo‘lgan yangi iboralarni yozib oladilar.
- “Bugun qaysi hissiyotingizni boshqarishni o‘rgandingiz?” savoliga javob beradilar.

Jihozlar: Rol o‘ynash stsenariylari, markerlar, stikerlar, flipchart.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar o‘z hissiyotini boshqarish, boshqalarnikini aks ettirish va konfliktlarda tinchlantiruvchi muloqot olib borish ko‘nikmalariga ega bo‘ladilar.

Baholash:

- ❖ Juftlikdagi mashqlarni baholash kartalari (5 ballik shkala).
- ❖ Trenerning kuzatuv: empatiya darajasi va konstruktiv ifodalash foizi.

IV-O‘ZINI ANGLASH VA SOG‘LOM MULOQOT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHGA DOIR TRENING MASHG‘ULOTLARI

7-mavzu: O‘zini anglash va hissiyotlarni boshqarish

Tayyorgarlik mashqi.

Mashq nomi: “Men kimman?”

Maqsad: Ishtirokchilarda o‘zini anglash jarayonini boshlash, ichki fikr va hissiyotlarga e’tibor qaratish.

O‘tkazish tartibi:

1. Har bir ishtirokchiga oq qog‘oz va rangli markerlar beriladi.
2. 5 daqiqa davomida ular “Men kimman?” savoliga javob sifatida o‘zlarini tavsiflaydigan 5-6 ta so‘z yozadilar (masalan: mehribon, sabrli, talabchan, hazilkash).
3. Keyin juftliklarda ishlash: ishtirokchilar yozgan so‘zlarini sherigiga o‘qib beradi va nega shu sifatni tanlaganini qisqacha izohlaydi.
4. Yakunida guruh bo‘lib umumiy muhokama qilinadi: qaysi sifatlar ko‘proq uchradi va nimaga.

Davomiyligi: 10 daqiqa.

Psixologik asos: Ushbu mashq shaxsiy identifikatsiyani rivojlantiradi, o‘z-o‘zini kuzatish va tahlil qilishni rag‘batlantiradi, shuningdek, trening davomida ochiq muloqotga tayyorlaydi.

Baholash usuli: Tajribani ochiq baham ko‘rish va muhokamaga qo‘shilish.

1-trening mashg‘uloti

“O‘zini anglash ko‘nikmalarini rivojlantirish”

Maqsad: Ishtirokchilarda o‘z hissiyotlari, qadriyatlarini va ichki motivatsiyasini aniqlash, ularni ongli boshqarish ko‘nikmasini shakllantirish.

Vazifalar:

- O‘zini anglash tushunchasi va uning psixologik ahamiyatini tushuntirish.
- O‘z shaxsiy his-tuyg‘ularini tanish va nomlashga o‘rgatish.
- O‘zini-o‘zi kuzatish va refleksiya qilish malakasini rivojlantirish.

Psixologik asos: Mazkur mashg‘ulot K. Rogersning gumanistik psixologiyasi hamda “Men-konsepsiya” nazariyasiga tayangan holda ishlab chiqilgan. K. Rogers fikricha, inson shaxsining eng muhim mohiyati bu o‘zini anglash va o‘zini qabul qilish jarayonidir. Shaxs o‘z hissiyotlarini, qadriyatlarini va motivlarini anglab, ularni ongli tarzda boshqargan sari ichki uyg‘unlik va psixologik muvozanatga erishadi.

Rogersning “haqiqiy men” (real self) va “ideal men” (ideal self) haqidagi konsepsiyasi ishtirokchilarda o‘z shaxsiy tajribasini tahlil qilish, o‘zini baholash va o‘z rivojlanish yo‘nalishini aniqlash ko‘nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu

bilan birga, A. Maslouning “shaxsiy o‘zini” va “o‘zini aktualizatsiya qilish” haqidagi qarashlari ham treningning nazariy tayanchini mustahkamlaydi.

Psixologik nuqtayi nazardan, o‘zini anglash:

- hissiy o‘z-o‘zini nazorat qilishni kuchaytiradi;
- stress va ziddiyatli vaziyatlarda barqarorlikni ta‘minlaydi;
- shaxslararo munosabatlarda samimiylilik va o‘zaro ishonchni oshiradi.

O‘zini anglash refleksiv jarayon bo‘lib, shaxsning o‘z fikr, his va xatti-harakatlariga ongli baho berish imkonini yaratadi. Bu jarayon ijtimoiy-kommunikativ kompetentligining tarkibiy qismi sifatida qaraladi.

Trening manbasi: Rogers, C. R. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. Boston: Houghton Mifflin. 1951.

Mashg‘ulot mazmuni:

Nazariy qism (10 daqiqa): O‘zini anglash bosqichlari (o‘zini bilish, o‘zini baholash, o‘zini boshqarish), ularning psixologik foydasi.

Amaliy qism (20 daqiqa):

◦ Mashq “Oyna”: ishtirokchilar o‘zlarini sherigiga 3 ijobiy va 1 neytral sifat bilan ta’riflaydi. Sherigi ham xuddi shunday javob qaytaradi.

◦ Mashq “Hissiyot kundaligi”: berilgan kunlik vaziyatlar ro‘yxatidan qaysi hissiyotlarni his qilishini belgilash va sababini yozish.

Refleksiya (5 daqiqa): O‘zini anglash jarayonida yangi kashf etgan jihatlari haqida fikr almashish.

Jihozlar: flipchart, markerlar, A4 qog‘ozlar, vaziyat yozilgan kartochkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar o‘z his-tuyg‘ularini tanish, nomlash va nazorat qilishga qodir bo‘ladi. Ichki motivatsiya va kuchli tomonlarini anglaydi.

Baholash:

Trener tomonidan “Hissiyot kundaligi” topshiriqlari tahlil qilinadi, ishtirokchilar o‘zini-o‘zi baholash jadvalini to‘ldiradi.

2-trening mashg‘uloti:

“Hissiyotlarni boshqarish strategiyalari”

Maqsad: Ishtirokchilarda salbiy hissiyotlarni nazorat qilish, stressga chidamlilikni oshirish va konstruktiv yechim topish ko‘nikmalarini rivojlantirish.

Vazifalar:

- Hissiyotlarni boshqarishning asosiy mexanizmlarini tushuntirish.
- Stressli vaziyatlarda “pauza”, “nafas” va “men-xabar” texnikalarini qo‘llashni o‘rgatish.
- Salbiy hissiyotlarni konstruktiv kanalga yo‘naltirishni mashq qilish.

Psixologik asos: Mazkur mashg'ulotning psixologik negizi L. Festingerning kognitiv dissonans nazariyasi va D. Goleman tomonidan ishlab chiqilgan emotsional intellekt konsepsiyasiga tayanadi.

1. L. Festingerning kognitiv dissonans nazariyasiga ko'ra, inson ongida fikr, his-tuyg'u va xatti-harakatlar o'rtasida nomuvofiqlik (dissonans) paydo bo'lsa, u ichki noqulaylikni sezadi. Bu noqulaylikni kamaytirish uchun shaxs hissiy reaksiyalarini ongli tarzda boshqarishga intiladi. Shunday qilib, hissiyotlarni nazorat qilish – bu ichki kognitiv muvozanatni tiklashning psixologik mexanizmi hisoblanadi.

Ishtirokchilarni “pauza”, “nafas” yoki “Men-xabar” texnikalari orqali stressli vaziyatlarda to'xtalib, o'z hissiyotlarini qayta baholashga o'rgatish kognitiv dissonansni kamaytiradi va o'zini ongli boshqarish qobiliyatini kuchaytiradi.

2. D. Golemanning emotsional intellekt (EQ) konsepsiyasiga ko'ra, insonning muvaffaqiyati faqat intellektual IQ darajasiga emas, balki hissiy ong, o'zini anglash, o'zini boshqarish, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarga ham bog'liqdir. Hissiyotlarni nazorat qilish emotsional intellektning asosiy komponentlaridan biridir.

Goleman ta'kidlaydiki, o'z hissiyotlarini anglay olgan shaxs:

- stress holatlarida barqaror turadi;
- ziddiyatlarga konstruktiv yondashadi;
- hissiy energiyasini samarali faoliyatga yo'naltira oladi.

Treningda qo'llaniladigan “nafasni boshqarish”, “pauza”, “Men-xabar” texnikalari emotsional impulslarni tormozlash orqali shaxsning reflektiv (fikrli) xatti-harakatlarini faollashtiradi.

Trening manbasi: Festinger, L. *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press. 1957.

Mashg'ulot mazmuni:

Nazariy qism (10 daqiqa): Hissiyotlarni boshqarishning 3 bosqichi (tanish, qabul qilish, nazorat qilish).

Amaliy qism (20 daqiqa):

◦ Mashq “Hissiy pauza”: ishtirokchilar stressli vaziyatlar ro'yxatidan birini tanlab, chuqur nafas olish va “men-xabar” texnikasi bilan vaziyatga munosabatini ifodalaydi.

◦ Rol o'ynash: “Stressli suhbat” - ikki ishtirokchi bahslashadi, uchinchi ishtirokchi vaziyatni tinchlantirish texnikasini qo'llaydi.

Refleksiya (5 daqiqa): Qaysi strategiya eng samarali bo'lgani haqida guruh muhokamasi.

Jihozlar: flipchart, markerlar, stress vaziyatlari yozilgan kartochkalar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa

Kutilayotgan natija: Ishtirokchilar stress paytida hissiyotlarini boshqara oladi, muloqotda konstruktiv strategiyalarni qo'llay oladi.

Baholash:

Trener tomonidan rolli o'yinlar baholanadi (5 ballik shkalada hissiyot boshqarish darajasi), ishtirokchilar o'z his-tuyg'ularini qayd etuvchi "kundalik"ni to'ldiradi.

8-MAVZU: REFLEKSIYA VA NATIJALARNI BAHOLASHGA DOIR TRENING MASHG'ULOTLARI

Tayyorgarlik mashg'uloti: "O'zini-o'zi tahlil qilish"

Maqsad: Refleksiya mashqlariga tayyorlash va tajribalarni tahlil qilishga tayyorlanish.

O'tkazish usuli: Ishtirokchilar doira shaklida o'tiradi. Har biri trening davomida ishtirokchilar eng muhim tajribasini qisqacha aytadi. Trener refleksiyaning ahamiyatini tushuntiradi.

Davomiylik: 10 daqiqa.

Kutilayotgan natija: Refleksiyaga tayyorgarlik va tajribalarni tahlil qilishga kirish.

Baholash usuli: Tajribalarni ochiq baham ko'rish va muhokamaga qo'shilish.

1-trening mashg'uloti:

"Yakuniy suhbat"

Maqsad: Ishtirokchilarda o'zlashtirilgan kommunikativ ko'nikmalarni tahlil qilish, umumlashtirish va kelgusida amaliyotda qo'llash rejasini shakllantirish.

Vazifalar:

- O'rganilgan ko'nikmalarni aniqlash va sanab o'tish.
- Ularning kundalik hayot va kasbiy faoliyatda qo'llash imkoniyatlarini muhokama qilish.
- Shaxsiy rivojlanish bo'yicha amaliy reja tuzishga yo'naltirish.

Psixologik asos: Mazkur mashg'ulot D. Kolbning tajribaviy o'rganish modeli (Experiential Learning Theory, 1984) va J. Dyuiyning reflektiv ta'lim konsepsiyasi (Reflective Learning, 1933) asosida tashkil etilgan.

D. Kolbning tajribaviy o'rganish modeliga ko'ra, haqiqiy o'rganish insonning tajribani boshdan kechirishi, uni tahlil qilishi, umumlashtirishi va amalda qo'llash bosqichlaridan iborat. Ushbu to'rt bosqichli sikl quyidagicha kechadi:

- ✓ Konkret tajriba (Concrete Experience) shaxs o'zi faol qatnashgan real yoki simulyativ vaziyatlar orqali tajriba orttiradi.
- ✓ Reflektiv kuzatish (Reflective Observation) o'z faoliyatini tahlil qiladi, nimani to'g'ri, nimani noto'g'ri bajarganini o'rganadi.

- ✓ Abstrakt konseptualizatsiya (Abstract Conceptualization) o‘z kuzatuvlari asosida nazariy xulosalar chiqara boshlaydi.
- ✓ Faol eksperiment (Active Experimentation) yangi bilim va ko‘nikmalarni amaliyotda qo‘llaydi.

Shu sababli, “Yakuniy suhbat” mashg‘uloti refleksiya va o‘z tajribasini anglash jarayoniga qaratilgan. Trening davomida ishtirokchi o‘z o‘rish dinamikasini anglaydi, kuchli va zaif tomonlarini tahlil qiladi hamda o‘zining kelgusi kasbiy rivojlanish strategiyasini belgilaydi.

J. Dyuiyning reflektiv ta‘lim g‘oyasi shundan iboratki, insonning haqiqiy o‘rishi faqat tajribani tahlil qilish orqali ro‘y beradi. Dyuiy “Thinking is not a sequence of ideas, but a consequence of experience” (“O‘ylash bu g‘oyalar zanjiri emas, balki tajriba natijasidir”) deya ta‘kidlaydi.

Unga ko‘ra, o‘quvchi yoki trening ishtirokchisi tajribasini fikr bilan qayta ishlamasa, u bilim sifatida mustahkamlanmaydi. Shu bois “Yakuniy suhbat” mashg‘uloti ishtirokchilarga o‘z tajribasini baholash, bilimlarini integratsiya qilish va real hayotda qo‘llash rejasini shakllantirish imkonini beradi.

Trening manbasi: Kolb, D. A. *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. 1984.

Mashg‘ulot mazmuni: Kirish qismi (5 daqiqa): Trener mashg‘ulot maqsadini tushuntiradi, ishtirokchilarga yo‘naltiruvchi savollar beradi:

- Qaysi ko‘nikmalar siz uchun eng foydali bo‘ldi?
- Qaysi mashg‘ulot eng katta taassurot qoldirdi?
- Kelgusida ushbu ko‘nikmalarni qaysi vaziyatlarda qo‘llamoqchisiz?

Asosiy qism (25 daqiqa): Ishtirokchilar doira shaklida o‘tirgan holda navbat bilan o‘z fikrlarini bildiradilar. Har bir ishtirokchi o‘zlashtirgan ko‘nikmalarni sanab o‘tadi va ularni amaliyotda qo‘llash rejasini aytadi. Trener qo‘shimcha savollar bilan tahlilni chuqurlashtiradi.

Yakuniy qism (5 daqiqa): Trener umumlashtiruvchi xulosa beradi, asosiy natijalarni ta‘kidlaydi va ishtirokchilarga motivatsion fikrlar bildiradi.

Jihozlar: Doira shaklida joylashtirilgan yumshoq stullar, A4 qog‘oz, markerlar, rangli stikerlar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa.

Kutilayotgan natija:

- ✓ Ishtirokchilar o‘zlashtirilgan ko‘nikmalarni umumlashtiradi.
- ✓ O‘zini-o‘zi baholash va refleksiya ko‘nikmasi shakllanadi.
- ✓ Kelgusida kommunikativ ko‘nikmalarni qo‘llash rejalari ishlab chiqiladi.

Baholash usuli:

- ❖ Faol ishtirok etish darajasi.

- ❖ Fikrlarning asoslanganligi.
- ❖ Amaliy reja sifatining aniq va real bo'lishi.

2-trening mashg'uloti

“Kelajak rejasi”

Maqsad: Ishtirokchilarda o'zlashtirilgan kommunikativ ko'nikmalarni real hayotiy vaziyatlarda qo'llash bo'yicha aniq harakat rejasini ishlab chiqish va ularni kundalik amaliyotga joriy etish motivatsiyasini kuchaytirish.

Vazifalar:

- ✓ Har bir ishtirokchining o'z kommunikativ kuchli va zaif tomonlarini aniqlashiga ko'maklashish.
- ✓ O'zlashtirilgan ko'nikmalarni professional faoliyatda qo'llash rejasini og'zaki va yozma shaklda ishlab chiqish.
- ✓ Fikr-mulohaza (feedback) berish va qabul qilish madaniyatini mustahkamlash.

Psixologik asos: Mazkur mashg'ulot D. Kolbning tajribaviy o'rganish modeli (Experiential Learning Theory, 1984) va metakognitiv yondashuv (Flavell, 1979) asosida ishlab chiqilgan. Ushbu yondashuvlar shaxsning o'z faoliyatini anglab, tahlil qilib va rejalashtirib borish orqali barqaror o'sishiga imkon yaratadi.

D. Kolbning tajribaviy o'rganish modeli asosida:

Kolb o'rganish jarayonini “tajriba – tahlil – konseptualizatsiya – amaliyot” shaklidagi siklik tizim sifatida izohlaydi. “Kelajak rejasi” mashg'ulotida aynan to'rtinchi bosqich - faol eksperiment (Active Experimentation) amalga oshiriladi. Ya'ni, ishtirokchilar o'tgan mashg'ulotlarda orttirilgan kommunikativ bilim va ko'nikmalarini amalda sinab ko'rish, ularni kasbiy faoliyatga integratsiya qilish yo'nalishlarini rejalashtiradi.

Kolbga ko'ra, o'rganish jarayonining yakuniy bosqichi - yangi bilimni amaliy strategiyaga aylantirishdir. Shu bois, “Kelajak rejasi” mashg'uloti orqali ishtirokchilar tajriba natijasida o'zgarishlarni anglab, o'z kelgusi faoliyatida kommunikativ yondashuvni ongli tarzda qo'llashga tayyorlanadilar.

Metakognitiv yondashuv (J. Flavell, 1979):

Metakognitiv yondashuvga ko'ra, inson o'z fikrlash jarayonini kuzatish, tahlil qilish va boshqarish orqali yanada samarali o'rganadi. “Kelajak rejasi” mashg'uloti ishtirokchilarda aynan shu metakognitiv refleksiyani faollashtiradi.

Ishtirokchilar:

- o'zining kuchli va zaif tomonlarini metakognitiv tahlil qiladi,
- kommunikativ strategiyalarni ongli ravishda rejalashtiradi,
- o'z shaxsiy rivojlanish yo'lini aniq belgilaydi.

Metakognitiv tafakkur shaxsni o'z faoliyati natijalarini kuzatishga, baholashga va takomillashtirishga undaydi. Bu yondashuv psixologik jihatdan kasbiy refleksiya, o'zini anglash va mas'uliyatli qaror qabul qilish jarayonlariga zamin yaratadi.

Motivatsion-psixologik jihat:

Mazkur mashg'ulot shuningdek, A. Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasi (Social Learning Theory, 1977) bilan ham uyg'un. Bandura ta'kidlaganidek, shaxs o'z tajribasidan tashqari, boshqalar tajribasini kuzatib o'rganadi va bu jarayonda o'z-o'zini samaradorlikka bo'lgan ishonch (self-efficacy) kuchayadi. Trening jarayonida "feedback" orqali ijobiy mustahkamlash (reinforcement) ishtirokchilarni kelajak rejalarini amalga oshirishga yanada motivatsiya qiladi.

Bu mashg'ulotlar ishtirokchining o'rganish siklini yakunlaydi, o'z-o'zini rivojlantirishni davom ettirish uchun ichki motivatsion tayanchni shakllantiradi va kommunikativ kompetentlikni real hayotda qo'llashga asos yaratadi.

Trening manbasi: Flavell, J. H. *Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive-Developmental Inquiry*. American Psychologist, 34(10), 906–911. 1979.

Mashg'ulot mazmuni:

Kirish qismi (5 daqiqa):

Trener mashg'ulotning maqsadi va tartibini tushuntiradi. Ishtirokchilarga "Sizning so'nggi 3-4 haftada o'rgangan eng muhim kommunikativ ko'nikmalingiz qaysilar?" degan savol beriladi.

Asosiy qism (20 daqiqa):

- Ishtirokchilar juftlarga bo'linadi.
- Har bir ishtirokchi o'z kommunikativ ko'nikmalarini professional faoliyatida qanday qo'llashini og'zaki tasvirlab beradi (5 daqiqa).
- Juftdagi sherik konstruktiv fikr-mulohaza bildiradi, tavsiyalar beradi (5 daqiqa).
- Rollar almashinadi, jarayon takrorlanadi.
- Yakunda barcha ishtirokchilar o'z yozma rejasini qog'ozda rasmiylashtirib, "Kelajak rejasi" sifatida umumlashtiradi.

Yakuniy qism (5 daqiqa): Guruh bo'lib umumiy muhokama qilinadi, eng samarali reja namunalarini o'qib eshittirish mumkin. Trener motivatsion xulosa beradi va ishtirokchilarni o'z rejasini hayotga tatbiq etishga chaqiradi.

Jihozlar: Stullar (juftlikda ishlash uchun), A4 qog'oz, ruchka, markerlar, rangli stikerlar.

Ishtirokchilar soni: 10-15 nafar.

Davomiyligi: 35 daqiqa.

Kutilayotgan natija:

- ❖ Har bir ishtirokchi o'zining shaxsiy "Kelajak rejasi"ni ishlab chiqadi.
- ❖ Kommunikativ ko'nikmalarni ongli ravishda qo'llashga tayyor bo'ladi.

LATIBJONOV RAHMATILLO ABDURASHID O'G'LI

**MALAKA OSHIRISH KURSI TINGLOVCHILARINING
KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYASINI
TAKOMILLASHTIRISHDA TRENING
TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH
(amaliyotchi psixologlar misolida)**

(MONOGRAFIYA)

Muharrir: O.Abdullayev

Dizayner: J.Qobilov

“OMADBEK PRINT NUMBER ONE” MCHJ

Andijon shahri, Boburshoh ko'chasi, 39 a uy.

Nashriyot litsenziya raqami: № 156677.

2023-yil 7-noyabrda berilgan.

Tijoriy takliflar uchun: 99-906-90-71



Bosmaxonaga 2026 yil 23 iyulda berildi.

Bosishga 2026 yil 28 iyulda ruxsat etildi.

Bichimi 84x108 1/16. Hajmi 12,6 bosma taboq.

Times New Roman garniturası,
ofset qog'ozi, ofset usulida chop etildi.

Buyurtma 709 Adadi 50 dona.

Ushbu kitobning hech bir qismidan mualliflarning yozma ruxsatisiz elektron yoxud bosma shaklda tijoriy maqsadlarda foydalanish uchun chop etish hamda internet, ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqatish mumkin emas.

Mualliflik huquqlari qonun bilan himoya qilinadi.

“OMADBEK PRINT NUMBER ONE” MCHJ

bosmaxonasida chop etildi.

Andijon shahar Boburshoh ko'chasi, 39 a uy.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti administratsiyasi

huzuridagi Axborot va ommaviy

kommunikatsiyalar agentligining **19.02.2025** dagi

627268 raqamli guvohnomasi.



MONOGRAFIYA



Ushbu monografiyada malaka oshirish kursi tinglovchilarining kommunikativ kompetensiyasini takomillashtirishda trening texnologiyalaridan foydalanishning nazariy, metodologik va amaliy jihatlari yoritilgan. Amaliyotchi psixologlar misolida o'tkazilgan tadqiqot natijalari, trening dasturi va empirik ma'lumotlar asosida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning samarali usullari, shakl va vositalari ilmiy asosda tahlil qilinadi.

Monografiya psixologlar, pedagoglar, trenerlar, ilmiy tadqiqotchilar hamda malaka oshirish kursi tinglovchilari uchun foydali qo'llanma bo'lib xizmat qiladi.



Nazariya va
metodologiya



Trening
texnologiyalari



Kommunikativ
kompetensiya



Amaliyot va
natijalar

