

O'SPIRIN YOSHLARDAGI KOMMUNIKATIV JARAYONIGA EMPATYANING TA'SIRI

Alimirzayev Nodirbek Avazbek o'g'li

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy Universiteti magistranti

E-mail: nodirbekalimirzayev@gmail.com

Amirjonov Samandar Jamshedzoda

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy Universiteti magistranti

Ilmiy rahbar: psixologiya fanlar nomzodi, dotsent **N.Majidov**

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada o'spirinlik yosh davri haqida, o'spirin yoshdagi muloqot haqida va o'spirinlik yosh davridagi kommunikatsiya jarayoniga empatiya mexanizmini ta'sirlari haqida nazariy va amaliy g'oyalarni ilgari suradi va tushunchalar beradi.

Kalit so'zlar: ilk o'spirinlik, O'spirinlik, kommunikatsiya, muloqot, empatiya,

АННОТАЦИЯ

В этой статье мы представляем теоретические и практические представления о подростковом периоде, об общении в подростковом возрасте и о влиянии механизма эмпатии на процесс общения в подростковом возрасте.

Ключевые слова: ранний подростковый возраст, подростковый возраст, общение, эмпатия.

ABSTRACT

In this article, we present theoretical and practical ideas about the period of adolescence, about communication in adolescence, and about the effects of the mechanism of empathy on the communication process in adolescence.

Keywords: Early adolescence, Adolescence, communication, empathy.

KIRISH

Bugungi shiddat bilan rivojlanayotgan zamonda kommunikativ jarayonlar ham kengayib bormoqda va bizning yoshlar ham bu jarayonda bevosita va bilvosita ishtirok etmoqda. O'zaro axborat almashinuvi yoshlar ongiga qanday ta'sir etayotgani

shaxslararo munosabatlarda ko'zga tashlanadi. Shaxslararo munosabat turli yosh davrlar o'rtasida va turli ijtimoiy guruhlar (oilalar, mahalla, maktab, oliy o'quv yurtlari, do'stlar davrasi, rasmiy va norasmiy guruhlar) o'rtasida o'zaro axborot almashinuvi tushuniladi. Bu esa muomila madaniyati muloqotga borib taqaladi. Shunday ekan bugungi yoshlar atrofdagi insonlarga qanday muomila, odob-axloq bilan ularni tushunib muloqotga kirishyapti. Bu albatta insonning ma'naviy kamolatiga bo'g'liq. Ma'naviyatga bizga azalda juda kata e'tibor qaratib kelingan. Bunga yorqin misol tariqasida Prezidentimiz Sh. Mirziyoyev: "Meni nazarimda, jamiyat hayotining tanasi iqtisodiyot bo'lsa, uning joni va ruhi – manaviyatdir" deb aytib o'tganlar.³ Bunda shaxslararo kommunikativ jarayonni o'rganish dolzarb masala ekani bilishimiz mumkin. Biz aynan yosh davrlaridan o'spirinlik yosh davridagi kommunikativ jarayonga empatiyani ta'siri haqida maqolamizni davom ettiramiz. O'spirinlik davri haqida to'htalib o'tsak.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

O'spirinlik davrining psixologiyasi xarakterikasi bo'yicha ko'plab xorij, rus va o'zbek psixologlari tomonidan o'rganilgan. Shu o'rinda ko'plab manbalarda o'spirinlik davrini ikki bosqichada: ilk o'spirinlik va o'spirinlik (talabalik) davrlarini o'ziga xos psixologik xususiyatlari o'rganilgan. O'spirinlik davri 16-23 yoshni o'z ichiga oladi. Bunda 16-18 yosh ilk o'spirinlik, 18-23 yosh esa o'spirinlik deb ataladi. Bu davrda kasbiy o'z-o'zini belgilash yetakchi faoliyat hisoblanadi.⁴ Biz asosan o'spirinlik yosh davri haqida maqolani yoritamiz yani 18-23 yoshlar. O'spirinlik yosh davrida o'spirinlar hayotning turli faoliyatlariga kirib kelishni boshlaydilar. Hozirgi davrda bizni o'spirinlar maktabni bitirish bosqichi yani 10-11 sinflarda kelajak hayotlari uchun ma'lum bir kasb yo'nalishini tanlash afirasida turadilar. Bu davrda o'spirinlar tanlagan kasb yo'nalishi bo'yicha, kasb maktablari yoki oliy o'quv yurtlariga o'qish faoliyatlarini davom ettirib mutaxassislikni egallashga kirishadilar. Bazi o'spirin yoshlar esa turli sohalarida mehnat faoliyatini boshlaydilar. Oliy o'quv yurtiga kira olmagan o'spirin yoshlardan bazilari qayta oliy o'quv yurtiga kirish uchun abituriyent faoliyatini boshlab mutaxassislik fanlaridan kurslarga borib o'z bilimni oshirishni boshlaydilar. Yuqorida ko'ryapmizki o'spirinlik davridagi yoshlar turli faoliyatlar bilan o'z hayotlarini davom ettiradilar. Shu o'rinda o'spirinlik davrida o'spirin qaysi faoliyat bilan faollik ko'rsatmasin turlicha darajda aynan shu o'spirinlik davriga hos inqirozni boshdan o'tkazadilar. Bu inqiroz davri o'spirinni individual psixologik xususiyati, ijtimoiy muhit guruhlari, tanlagan faoliyatlari bo'yicha turlicha

³ Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. To'dirilgan ikkinchi nashr –T.: "O'zbekiston" nashriyoti, 2022. 250-b.

darajada kechadi. O'spirinlarda ahloqiy dunyoqarash bilan bir qatorda ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy, ilmiy, madaniy, diniy va boshqa sohalar bo'yicha ma'lum bir qarashlar vujudga keladi. Juda ko'p yillardan beri o'spirinlarni yaxshilik va yomonlik, xaqiqat va noqonuniylik, ahloqiylik va ahloqsizlik masalalari tashvishlantirib keladi. Hozirgi davr o'spirinlari har bir narsaga ishonuvchan yoki salbiy munosabatga xos bo'lmay, balki hayotga real, aqliy, amaliy qaraydigan, ko'prok erkin va mustaqil bo'lishga intiluvchi yoshlardir. O'spirinlik davrida kommunikativ jarayon o'ziga hos tarzda rivojlanib boradi. Kommunikatsiya nima? Kommunikatsiya bu – tirik va o'lik tabiat o'rtasida axborat almashinuvini anglatadi.⁵ Kommunikativ jarayonga muloqot ham kirib ketadi. A.V. Petrovskiy tahriri sotida chiqqan “umumiy psixologiya” o'quv qo'llanmasida muloqot bu – ikki yoki undan ortiq kishilar o'rtasidagi axborat ayriboshlash, o'zaro ta'sir va bir-birini tushunishdan iborat jarayon sifatida qaraladi.⁶ O'spirinlarda Erkin muloqot- bo'sh vaqtni o'tkazish usuli bilan birga o'z-o'zini ifodalash, yangi insoniy munosabatlar o'rnatish usuli hamdir. Muloqotda bir-birini tushunishga empatiya mexanizmi ham o'zining muhim ta'sirini ko'rsatadi.

O'spirin yosh davridagi muloqot jarayoniga empatiyaning ta'sirini ko'rib chiqamiz. Avvalo empatiya bu nima? Savoliga javob berib o'tsak. "Empatiya" atamasi **Edvard Titchener** tomonidan kiritilgan.⁷ Empatiya bu- insonning o'zini xayolan suhbatdoshi o'rniga qo'yish orqali uning kechinmalari va hissiyotlarini tushunishga intilish. Bunda insonning emotsional muammolariga yondashish tushuniladi. Bu boshqa odam hissiyotlari va kechinmalariga hamdard bo'la olishdir.⁸ Insonlarda empatiya darajasi turlicha rivojlangan bo'ladi. Bu esa muloqotga o'zining ijobiy va salbiy tomonlarini ko'rsatishi mumkin. Empatiya bo'yicha ko'p psixolog olimlar o'z taqiqotlarini olib borishgan bulardan. E.P. Il'in o'zining “empatiyaning muloqotga ta'sir” maqolasi L.P.Kalininskiy va boshqalar (1981) empatik reaksiyalarni ajratganda, ko'p yo'nalishli ehtiyojlar mezoni haqida emas, balki bunday reaksiya paytida o'z Menining hissiy ishtiroki darajasi haqida gapirish to'g'ri bo'ladi, deb hisoblaydilar. Ularning fikricha, empatiya ko'proq individual xususiyatdir, chunki u asab tizimining zaifligi kabi tipologik xususiyat bilan bog'liq va empatiya ijtimoiy ta'lim sharoitida shakllanadigan shaxsiy xususiyatdir.⁹ deb o'z fikrini bildirib o'tgan.

5 Xaydarov F. I, Xalilova N. I. Umumiy psixologiya. –T. 2017. -320 b.

6 Xaydarov F. I, Xalilova N. I. Umumiy psixologiya. –T. 2017. -320 b.

7 <https://ru.wikipedia.org/wiki/эмпатия>

8 Xaydarov F. I, Xalilova N. I. Umumiy psixologiya. –T. 2017. -320 b.

9 https://psyera.ru/empatiynost-i-ee-vliyanie-na-obshchenie_14399.htm

Mening fikrimcha ham shunday fizologik tuzilish va tashqi muhit ta'siri ostida empatiya darajasi shakllanib boradi.

Yuqori darajadagi empatiyaga ega bo'lgan shaxsiy xususiyatlar haqida A.P.Vasilkova ta'kidlaganidek, empatiyaning yuqori darajasini ko'rsatadiganlar yumshoqlik, xayrixohlik, xushmuomalalik, emotsionallik bilan ajralib turadi, empatiyaning past darajasini ko'rsatadiganlar esa yopiq, o'zgalar his tuyg'ularni his etmaydigan do'stlik munosabatiga ega emaslar.

J. Salzer va R. Burglass fikriga ko'ra, empatiyaning eng yuqori darajasi bilan ajralib turadigan shaxslar noxush hodisalar uchun odamlarni ayblash ehtimoli kamroq va ular uchun maxsus jazolarni talab qilmaydi.¹⁰ Mening fikrimcha empatiya darajasi yuqori shaxslar o'zgalarni his tuyg'ularni chuqur his etadilar va ularni ayiblarni bilib turib ham kechiruvchi va ularga ozor berishdan ancha uzoq bo'ladilar. Bu muloqot jarayoniga kirishga to'sqinlik qilishi ham mumkin. Empatiyaga ko'proq moyil bo'lganlar kamroq tajovuzkorlik ko'rsatadilar. Bolada empatiyaning rivojlanishi uning temperamentidagi yoshga bog'liq o'zgarishlar, hissiy qo'zg'aluvchanlik, shuningdek, u tarbiyalangan ijtimoiy guruhlarning ta'siri bilan bog'liq. Empatiyaning shakllanishi va rivojlanishida qayg'u hissi muhim rol o'ynaydi. Bolalarning yig'lashi onada rahm-shafqat tuyg'usini uyg'otadi, bolaga e'tibor berishga, uni tinchlantirishga undaydi. Xuddi shunday, yaqin kishi bilan sodir bo'lgan qayg'uli voqea xotirasi unga nisbatan achinish va hamdardlik, yordam berish istagini uyg'otadi. A. A. Bodalev va T. R. Kashtanova (1975) tengdoshlar bilan keng muloqot doirasi empatiya qobiliyati bilan ijobiy bog'liqligini aniqladilar.¹¹ Yani o'z do'stlarini hissiy kechinmalariga hamdardlik bilidirish orqali o'zaro munosabatni yaxshilaydi. Ko'plab eksperimental va empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, zo'rvonlikka moyillikning rivojlanishi va uning insonning turmush tarzi shaklida mustahkamlanishi odatda shaxsning o'zida ham, uning muhitida ham empatiya etishmasligi bilan bevosita bog'liq. Bunday xatti-harakatlarning sabablari erta bolalikdan kelib chiqadi¹² Tadqiqot ma'lumotlari ishonchli tarzda shuni ko'rsatadiki, huquqbuzarlik (noqonuniy) xatti-harakatlari bo'lgan o'spirinlarning aksariyati u yoki bu darajada hissiy izolyatsiyani boshdan kechirgan: e'tibor va mehiring etishmasligi, ota-ona qaramog'ining etishmasligi va boshqalar. Bu, ayniqsa, maktab o'quv jarayoni misolida yaqqol ko'zga tashlanadi,

¹⁰ https://psyera.ru/empatiynost-i-ee-vliyanie-na-obshchenie_14399.htm

¹¹ https://psyera.ru/empatiynost-i-ee-vliyanie-na-obshchenie_14399.htm

¹² 1 Глуханюк Н.С. Общая психология: пособие для студ.высш.учеб.заведений / Н.С. Глуханюк, А.А. Печеркина, С.Л. Семенова.- М.: Издательский центр «Академия», 2009.-228 с.

uning ob'ekti aynan muloqot qonuniyatlari asosida qurilgan faoliyatdir. Muloqot, xuddi shunday, har doim shaxslararo bilishning parallel jarayonini o'z ichiga oladi.

Bazi insonlar Empatiya hamdard bo'la olish qobiliyatini muloqotning samarali usuli deb o'ylashdi, ko'pchilik bu qobiliyatni egallashga yoki uni farzandlarida rivojlantirishga intila boshlaydi. Shuni yodda tutish kerakki, ko'pincha bunday qobiliyatga ega bo'lgan odamlar undan maqsadli foydalanishni bilishmaydi.

Psixikaning bunday xususiyati shaxsga og'ir azob-uqubatlar keltirishi mumkin, chunki boshqa odamlarning salbiy his-tuyg'ularini engish uchun kuchli xarakter va yetuk aql kerak. Shuning uchun, ushbu qobiliyatni rivojlantirishga qaror qilgandan so'ng, buni nafaqat ijobiy tomonlarini emas, balki salbiy tomoni bilan ham o'ylab ko'rish kerak. E.P. Il'in o'zining "empatiyaning muloqotga ta'sir" maqolasida empatiya qobiliyatini ijobiy va salbiy tomonlarini sanab o'tadi.

Ijobiy tomonlari quyidagilar kiradi:

- kasbiy rivojlanish uchun katta istiqbollari;
- yaqinlarga samarali yordam ko'rsatish;
- his tug'ularni bilishda adashmaslik;
- nizolardan qochish va ularni hal qilish qobiliyati.

Salbiy tomonlari orasida quyidagilarni ta'kidlash mumkin:

- tez hissiy charchash;
- tashvishga moyillik;
- ruhiy kasalliklar rivojlanishining yuqori ehtimoli;
- shaxslararo munosabatlar sohasida "bir tomonlama o'yin" sxemasi bo'yicha vaziyatlarni shakllantirish mumkin;
- boshqalar tomonidan o'zaro munosabatning yetishmasligi bo'lishi mumkin;

yuqori sezuvchanlik, bunday odamlar uchun axloqiy og'riqni keltirib chiqarishi oson bo'lishiga olib keladi va ularning o'zlari bunga qarshi tura olmaydilar. Empatiya meyorida bo'sla juda samarali muloqot vositasidir; odamlar o'rtasida, o'qituvchi va talaba o'rtasidagi aloqalarni o'rnatish va rivojlantirish, bu hayotda qo'llash uchun muhimdir. Bunda sezgi kimgadir yordam beradi va ba'zi odamlar hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun o'zlarini boshqasining o'rnida tasavvur qilishni o'rganishlari kerak.

XULOSA

Biz o'spirin yoshlardagi kommunikativ jarayonga empatiyaning ta'sirini o'rganish davomida o'z xulosalarimizni chiqarib oldik. Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish davomida empatiyaning shaxsda rivojlanganilik darajalariga qarab muloqotga qanday ta'siri borligini tajribalar isbotida ko'rib chiqdik. Empatiya qobiliyati suhbatdoshning

hissiy kechinmalariga o'zini qo'yish orqali suhbatdoshga yaxshi hamdardlik bildira olish imkoni borligini bildirdi. Bu esa suhbatdoshni tinglab va hamdardlik bildirib uning stressli holatini yengillashtirishga yordam berishini bilib oldik. Ammo empatiya qobiliyati yuqori darajada rivojlangan shaxsda bu mexanizm salbiy ta'sirlar ko'rsatishini ham inobatga olishimiz lozim. Empatiyaning yuqori darajasida: tez hissiy charchash, stressga beriluvchanlik, tashvishga moyillik, ruhiy kassalliklarni yuqori ehtimol bilan rivojlanish ehtimolligi borligini ham inobatga olish maqsadga muvofiq.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI: (REFERENCES)

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. To'ldirilgan ikkinchi nashr –T.: "O'zbekiston" nashriyoti, 2022. 250-b.
 2. Xaydarov F. I, Xalilova N. I. Umumiy psixologiya. –T. 2017. -320 b.
 3. Глуханюк Н.С. Общая психология: пособие для студ.высш.учеб.заведений / Н.С. Глуханюк, А.А. Печеркина, С.Л. Семенова.- М.: Издательский центр «Академия», 2009.-228 с.
- vebsayt**
4. <https://ru.wikipedia.org/wiki/эмпатия>
 5. <https://psyera.ru/empatiynost-i-ee-vliyanie-na-obshchenie>