

TANA TILI

Bektursinova Lalaxan Xojanazarovna

QQDU, Pedagogika va psixologiya kafedrası docenti, PhD.

Ro'zimova Mahliyo Farxod qizi

QQDU, "Amaliy psixologiya" yo'nalishi III-bosqich talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15714406>

Annotatsiya. Ushbu maqolada inson tana a'zolarining harakati, yuz ifodasi noverbal muloqot asosi ekanligi, shaxsni anglash. uni idrok qilish tana tiliga bog'liqligi misollar orqali bayon etilgan. Bundan barcha qiziquvchilar foydalanishi mumkin.

Kalit so'zlar: Sotsiolog, noverbal, ornitolog, verbal, bodelingvich, bixeviorist.

BODY LANGUAGE

Abstract. This article discusses how the movement of human body parts and facial expressions form the basis of nonverbal communication. It explains through examples how understanding and perceiving a person depends on body language. This information can be useful for all interested parties.

Keywords: Sociologist, nonverbal, ornithologist, verbal, bodelingvich, behaviorist.

ЯЗЫК ТЕЛА

Аннотация. В данной статье на примерах показано, что движения частей тела человека и выражение лица являются основой невербального общения, а понимание личности и ее восприятие зависят от языка тела. Этой информацией могут воспользоваться все заинтересованные лица.

Ключевые слова: Социолог, невербальный, орнитолог, вербальный, бodelингвист, бихевиорист.

Kirish: XX asr oxiriga kelib sotsiolog olimlarning yangi turi — noverbalika sohasi bilan shug'ullanuvchi mutaxassislar paydo bo'ldi. Ornitolog qushlar fe'l-atvorini kuzatib rohat qilganday noverbalik mutaxassis ham odamlarning muloqoti jarayonida noverbal signal va belgilarni kuzatganida rohatlanadi. Ular odantlarni har yerd, ya'ni rasmiy qabulda, plyajda, televideniyeda, ish joyida, qayerda o'zaro hamkorlik qilishsa, barcha yerd kuzatib. odamlar xulq-atvorini o'rganadi, o'z qo'l-oyoqlarining ish-harakatlari haqida ko'proq bilishga intiladi va bu bilan o'zi to'g'risida ko'proq bilishga ega bo'lib boshqalar bilan o'zaro munosaballarni qanday qilib yanada yaxshilash ustida bosh qotiradilar. Inson evolyutsiyasini million yildan ortiq davri mobaynida o'zaro niuloqotning noverbal tonionlari rivojlanib kelganligiga aql bovar qilmaydi.

Lekin bu soha faqat o'tgan asrning 60- yillaridagina jiddiy o'rganila boshlandi.

Jamoatchilikka esa ularning mavjudligi 1970-yilda Yuliy Fast o'z kitobini chop ettirgandan so'ng ma'lum bo'ldi. Bu kitob 1970- yilgacha bixeviorist olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarni o'z ichida umumlashtiradi. Ammo shunga qarantadan bugun ko'pchilik hali ham tana tili hayotda muhim ahamiyatga ega ekanligini bilishmaydi.

Asosiy qism: Charli Chaplin va ovozsiz kinoning boshqa aktyorlari noverbal o'zaro munosabatning asoschilari edilar. Ular uchun tana harakatlari teleekranda muloqot qilishning yagona vositasi edi. Har bir aktyor o'zaro munosabat uchun tana holatlari va boshqa badan harakatlaridan foydalana ollshiga qarab yaxshi yoki yomonga ajratilar edi. Ovozli filmlar ommalashganda aktyorlik mahoratida noverbal tomonlarga kam e'tibor berila boshlandi. Ovozsiz kinoning ko'plab aktyorlari sahnadan ketishdi. ekranda esa yaqqol ifodalangan verbal qobiliyatli aktyorlar ustunlik qila boshladilar.

Bodilengvi muammosini o'rganishning texnik tomoniga kelsak, XX asr boshlarining eng ta'sirchan ishi silatida Charlz Davrinning 1872-yilda chop elilgan «Emolsiyalarning insonlarda va hayvonlarda ifodalanishi» asari bo'ldi. U tana tili sohasida ko'p zam onaviy tadqiqollarga qiziqishga sabab bo'ldi. Ch.Darvinning ko'p g'oyalari va uning kuzatishlari bugun butun dunyo tadqiqotchilari tomonidan tanlangan yo'nallish bo'lib, o'sha zamondan beri bu soha bo'yicha olimlar tomonidan mingdan orliq noverbal signal va belgilar aniqlangan va qayd elilgan.

Albert M eyerabenning ta'kidlashicha, ma'lumotlarni yetkazish jarayonida verbal vositalar (faqal so'zlar) 7 %, ovozi vositalar (ovozning joni, intonatsiya bilan birga) 38 %, noverbal vositalar 55 % ishtirok etar ekan. Professor Berdvissl odamlar muloqotida noverbal vositalarning nisbiy ulushini o'rganish bo'yicha analogik tadqiqotlar o'tkazgan. U inson o'rtacha bir kunda so'zlar yordamida faqat 10—11 daqiqa gapiradi va har bir gap o'rtacha 2,5 sekund jaranglashini ta'kidlaydi. Meyeraben kabi u ham suhbatda so'z vositasidagi muloqot 35 % dan ozroqni egallashi, noverbal vositalar orqali esa 65 % dan ortiq ma'lumot yetkazilishini aniqladi. Ko'plab tadqiqotchilar fikriga ko'ra verbal usul ma'lumotlarni yetkazish uchun qo'llanilsa, noverbal usul shaxslararo munosabatlarni «muhokama» qilishda qo'llaniladi. Ba'zan noverbal usul so'zli xabarlar o'rnida ham ishlatiladi. [1;4]

Biz. insonning sezgirlikka va ichki his-tuyg'usiga ega deganimizda, uning boshqa odam ning yuborayotgan noverbal signallarini o'qib olishi va bu signallarni verbal signallar bilan solishiira olish qobiliyatini nazarda tutamiz.

Boshqacha qilib aytganda, bizda oldindan sezilish bor yoki «oltinchi sezgi» kirin yolg'on gapirganini bizga aylib beradi deganimizda, biz haqiqatan ham tana tili bilan bu odam gapirgan so'zlar o'rtasida tafovut borligini nazarda tutamiz. Ma'ruzachilar buni auditoriyani his qilish deb atashadi. Masalan. tinglovchilar kreslolarida iyaklarini osiltirib, ko'kraklarida qo'llarini chalishtirib o'rinish o'tirishgan bo'lsa zehni odamda uning berayotgan ma'lumotlari muvaffaqiyat qozonmayotganini oldindan sezish hissi paydo bo'ladi. U nim anidir o'zgartirish orqali auditoriyani qiziqtirish zarurligini tushunadi. Zehnsiz odam esa bunga e'tibor qilmaydi va o'z xatosini chuqurlashiradi.

Ayollar. odalda, erkaklarga nisbatan sezgirroq va bu «Ayol intuitsiyasi» deb atalmish tushunchaning mavjudligi shu bilan izohlanadi. Ayollar noverbal signallarni tushunish va talqin qilish hamda eng mayda tafsilotlarni qayd qilishga tug'ma qobiliyalli bo'lishadi. Shuning uchun kam dan-kam erkak o'z ayolini alday oladi. chunki ayollarning ko'pchiligi erkak sirini uning ko'zlaridan bilib oladiki. erkak hatto buni sezmaydi ham. Bu «Ayollar intuitsiyasi» deb atalmish tushuncha kichik bolalar tarbiyasi bilan shug'ullanuvchi ayollarda juda yaxshi rivojlangandir.

Ona bolasi bilan bir necha yildagi o'zaro muloqot jarayonida faqat noverbal kanallarga tayangan holda o'tkazadi va m ana shu intuitsiya lufayli ular erkaklarga nisbatan muzokaralar o'tkazishga juda munosibdirlar. [2;6]

Xulosa qilib shuni aytish mumkunki Tana harakatlari tili san'atini o'rganib, siz kechalarga borishingiz, bir burchakda jim gina butun oqshom o'tirib tana harakatlari tili marosimini kuzatishdan lazzatlanishingiz mumkin. Telko'rsatuvlar ham noverbal o'zaro muloqot xususiyatlarini o'rganish uchun ajoyib imkoniyat yaratadi.

Televizorning ovozini o'chirib qo'yib. ekranda nima bo'layotganini faqat tasvir orqali billshga harakat qiling. Har besh daqiqada ovozni ochib siz o'zingizni ko'rsatuv yoki kinodagi noverballikani qanday tushunayotganingizning to'g'riligini tekshirib qo'yishingiz mumkin.

Shunda tez orada siz bulun dasturni ovozsiz ko'ra olishingiz hamda ekranda nima bo'layotganligini karlar singari tushuna olishingiz mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Lolaxon B., Ayjamal B. PEDAGOGIK INSTITUTLARDA BILIM BERISH MAZNUNI VA BILIM OLISH MALAKASINI SHAKILLANTIRISH //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 20. – №. 4. – С. 142-143.
2. Бектурсинова Л. ФАСИЛИТАЦИЯ ВОСИТАСИДА ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ //ВЕСТНИК КАРАКАЛПАКСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ БЕРДАХА. – 2017. – Т. 35. – №. 4. – С. 50-53.
3. Bektursinova L. X., Madaminova N. O. CHARACTERISTICS OF THE DEVELOPMENT OF LITTLE CHILDREN'S MENTION //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 5.
4. Bektursinova L. X., Ismailova G. ROLE AND SIGNIFICANCE OF THE FAMILY IN AGGRESSIVE SITUATIONS IN ADOLESCENTS. – 2024.
5. Bektursinova L., Kamolova S. OILAVIY IJTIMOIYLASHUV VA UNING O 'ZIGA XOSLIGI //MODERN SCIENCE. – 2025. – Т. 2181. – С. 3906.
6. Bektursinova, L. X. "O 'QITUVCHINING IMIDJINI SHAKLLANTIRISH." MUFAJLIIM XƏM YZLIKSIZ BILIMLENDIRIY 1.1 (2024): 294-299.
7. Khojanazarovna, Bektursinova Lalaxan, Turdimuratova Safiya, and Sarsenbaeva Dilnoza. "PSYCHOLOGICAL MEANS AND LEVELS OF COMMUNICATION." AMERICAN JOURNAL OF EDUCATION AND LEARNING 3.5 (2025): 871-875.
8. Xojanazarovna, Bektursinova Lalakhan. "Improving The Pedagogical Mechanism For The Formation Of The Pedagogical Image Of Future Teachers." Journal of Positive School Psychology (2022): 3686-3694.