

MULOQOTDA DIQQATNI JALB QILISH VA UNI BOSHQARISH

Zarifa Normurodova

Termiz davlat universiteti o'qituvchisi.

Jomg'irova Nilufar

Termiz davlat universiteti 3-bosqich talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17344031>

Annotatsiya. Ushbu maqolada professional muhitda muloqot jarayonida diqqatni jalb qilish va uni boshqarishning zamonaviy usullari, strategiyalari va ahamiyati tahlil qilinadi.

Bugungi raqobatbardosh ish muhitida har qanday mutaxassis uchun samarali muloqot yurita olish, ayniqsa, suhbatdosh yoki auditoriya e'tiborini o'ziga qaratish va uni ushlab turish ko'nikmasi juda muhim sanaladi. Maqolada og'zaki va noverbal muloqot vositalari orqali diqqatni boshqarish, ovoz ohangi, tana tili, savol-javob shakllari, muloqotda samaradorlikni oshiruvchi texnikalar haqida fikr yuritiladi.

Kalit so'zlar: diqqatni jalb qilish, muloqot, kommunikatsiya, professional muhit, nutq madaniyati, tana tili, ovoz ohangi, tinglovchi psixologiyasi, ta'sirchanlik.

ATTRACTING AND MANAGING ATTENTION IN COMMUNICATION

Abstract. This article analyzes the importance and strategies of attracting and managing attention in communication within a professional environment. In today's competitive world, the ability to effectively capture and hold the listener's attention has become a key skill for professionals. The article explores verbal and non-verbal communication techniques, tone of voice, body language, question-and-answer formats, and attention-enhancing methods.

Keywords: attracting attention, communication, professional environment, speech culture, body language, tone of voice, communication effectiveness, psychology of listening, influence.

ПРИВЛЕЧЕНИЕ И УПРАВЛЕНИЕ ВНИМАНИЕМ В ОБЩЕНИИ

Аннотация. В статье анализируются современные методы, стратегии и значение привлечения и управления вниманием в процессе профессионального общения. В современной конкурентной рабочей среде умение эффективно общаться, особенно умение привлекать и удерживать внимание собеседника или аудитории, считается крайне важным для любого специалиста. В статье рассматривается управление вниманием посредством вербальных и невербальных средств коммуникации, тона голоса, языка тела, вопросно-ответных форм общения, а также приёмов, повышающих эффективность коммуникации.

Ключевые слова: привлечение внимания, диалог, общение, профессиональная среда, культура речи, язык тела, тон голоса, психология слушателя, впечатлительность.

Insonning kundalik hayoti muloqotsiz kechmaydi. Har qanday faoliyat – o'qitish, rahbarlik, ijod, hatto oddiy hayotiy munosabatlar ham samarali muloqotga tayanadi.

Muloqotning muvaffaqiyati esa faqatgina so'z boyligiga emas, balki uni to'g'ri yetkazish, tinglovchini jalb etish va emotsional aloqa o'rnatish ko'nikmalariga ham bog'liq. Shu sababli, bugungi kunda samarali muloqot insonning ijtimoiy, kasbiy va shaxsiy muvaffaqiyatining asosiy omillaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Bugungi kunda har qanday soha vakili uchun samarali muloqot yurita olish qobiliyati, ayniqsa diqqatni jalb qilish va uni boshqarish – muvaffaqiyat garovidir.

Zamonaviy ish muhitida shaxsiy fikrni aniq, tushunarli, qiziqarli va ta'sirchan tarzda yetkazish – nafaqat aloqa samaradorligini ta'minlaydi, balki professional obro', jamoa ichidagi ishonch va yetakchilik sifatlarining shakllanishiga ham xizmat qiladi.

Professional muhitda muvaffaqiyatga erishishda samarali muloqot muhim o'rin egallaydi.

Ayniqsa, suhbat davomida tinglovchining diqqatini jalb qilish va uni boshqarish – bu nafaqat notiqlik san'ati, balki psixologik tushuncha, ishonch uyg'ota olish, ta'sirchanlik va auditoriya bilan bog'lanish qobiliyatini ham talab etadi. Muloqot jarayonida suhbatdoshning diqqatini jalb qilish bir nechta asosiy vositalar orqali amalga oshiriladi. Ta'lim samaradorligiga erishishda diqqatning o'rni beqiyosdir. Diqqati kuchli bo'lgan o'quvchilar, talabalar darslarni yaxshiroq tushunadi, bilimlarni tezroq egallaydi va mustaqil ishlashda muvaffaqiyatga erishadi.

Shu bois ta'lim jarayonida diqqatni rivojlantirish va uni boshqarish metodlarini qo'llash ta'lim sifatini oshirishda muhim ahamiyatga ega. Bu maqsadga erishishda muloqotning usullarining ham alohida o'rni bor.

Avvalo, muloqotni ta'sirchan boshlash tinglovchining e'tiborini darhol o'ziga qaratishda muhim ahamiyatga ega. Suhbat boshida hayratlantiruvchi fakt, qiziqarli savol yoki qisqa, mazmunli hikoya orqali diqqatni o'ziga tortish mumkin. Bu suhbatga kirishishni osonlashtiradi va tinglovchini faol tinglovchiga aylantiradi. Insonda yuzaga keladigan har xil ehtiyojlarni maqsadga muvofiq ravishda qondirish muloqot maromiga bog'liq bo'lib, shaxslararo munosabat barkamol avlod, komil inson g'oyalari qaror topishiga xizmat qiladi. Muloqot muvaffaqiyatining negizi shaxsning ruhiy dunyosi, ehtiyojlari motivatsiyasi, xarakter xislati, individual-tipologik xususiyati, qobiliyati, e'tiqodi kabi fazilatlar, sifatlar namoyon bo'lishi, rivojlanishi hisoblanadi¹.

Demak, muloqotda shunchaki so'zlash uchun emas, balki, tinglash madaniyatini ham shakllantira oladigan vosita sifatida yondashish maqsadga muvofiqdir. Muloqotning afzalligi, suhbatdosh uchun foydalari haqida donolarning ham qarashlari mavjud. Abulqosim Zamaxshariy "Tilingdan chiqqan sadaqang (ya'ni pandu nasihating va ma'viza-yu hasanang) ba'zan qo'lingdan chiqqan sadaqangdan xayrliroqdir deganida nutqning tinglovchi uchun nihoyatda muhim ekanligiga urg'u bergan edi. Albatta, muloqotni boshqarishda suhbatdosh uchun kerakli maslahatlar va tavsiyalar berish uning uchun qimmatli bo'lishi turgan gap.

Keyingi muhim vosita bu – ovoz ohangi va nutq tempi. Bir maromda davom etuvchi nutq tinglovchini charchatadi, qiziqishni so'ndiradi. Aksincha, ohangdor, baland-pastlik bilan boyitilgan nutq diqqatni uyg'otadi. Zarur joylarda pauza qilish esa aytilgan fikrni chuqurroq anglashga imkon yaratadi. Nutq tempi esa juda tez yoki sekin bo'lmasligi, balki tinglovchi uchun qulay darajada bo'lishi lozim.

Shuningdek, tana tili – noverbal kommunikatsiya vositalari ham katta rol o'ynaydi. Ko'z bilan aloqa qilish, ochiq holatda turish, qo'l harakatlari, yuz ifodasi – bularning barchasi tinglovchida ishonch hissini uyg'otadi va sizga bo'lgan e'tiborni mustahkamlaydi. Harakatlar nutq mazmuni bilan uyg'un bo'lishi, sun'iylikdan holi bo'lishi kerak.

Diqqatni jalb qilishda yana bir samarali usul bu – interaktiv muloqot olib borishdir.

Tinglovchiga savol berish, uning fikrini so'rash, qisqa munozara tashkil etish orqali suhbat davomida faol ishtirok ta'minlanadi. Bu esa nafaqat tinglovchining fikrlash faoliyatini uyg'otadi, balki diqqatni jamlashga xizmat qiladi.

Shuning bilan birgalikda, diqqatni jalb qilish bilan birga uni boshqarish ham muloqotning samaradorligini ta'minlaydi. Buning uchun bir nechta strategiyalar mavjud:

¹ Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi: O'quv qo'llanma. –Toshkent : TURON-IQBOL, 2006. B. 10.

Birinchidan, mavzudan chalgʻimaslik zarur. Muloqot davomida asosiy gʻoyadan chetga chiqmaslik, reja asosida fikr yuritish tinglovchining diqqatini bir nuqtada jamlab turadi va muloqotning mantiqiyligini taʼminlaydi.

Ikkinchidan, qisqa va loʻnda gapirish diqqatni bir joyda jamlashda muhim omil hisoblanadi. Keraksiz fikrlardan qochib, aniq va mazmunli gapirish orqali tinglovchi eʼtibori doimo faol holatda ushlab turiladi.

Uchinchidan, emotsional taʼsir vositalaridan foydalanish tinglovchining ruhiy holatiga bevosita taʼsir etish vositasidir. Hayotiy misollar, hissiy jihatdan kuchli hikoyalar, oʻxshatishlar, iboralar orqali tinglovchi bilan ichki aloqa oʻrnatiladi va uning diqqatini uzoq davom etuvchi tarzda boshqarish mumkin boʻladi.

Toʻrtinchidan, zarurat boʻlsa, vizual vositalardan foydalanish ham diqqatni kuchli jalb qiladi. Grafikalar, rasm va diagrammalar orqali mavzuni koʻrgazmali ifodalash tinglovchi tushunchasini mustahkamlash bilan birga, eʼtiborni faol saqlab turadi.

Kishilararo muloqot ham bamisoli yoʻl harakatiga oʻxshaydi. Bilimli, farosatli, kamtarin kishilar hech qachon muloqot jarayonida mulzam boʻlib qolmaydi - muloqot qoidalarini buzmaydi. Ular qachon, qanday vaziyatda, kimlarning huzurida nutq soʻzlayotganini yaxshi anglaydilar. Masalan, madaniyatli kishi oʻzi bilmagan, yetarli maʼlumotga ega boʻlmagan narsa haqida gapirmaydi, hukm chiqarmaydi. Yoki muhokama qilinayotgan, suhbat mavzusi boʻlgan masala haqida zarur bilimga ega boʻlsagina, suhbatga aralashadi. Muloqotda farosat muhim rol oʻynaydi. U madaniylik unsurlarining tarkibiy qismi boʻlsa-da, asosiy oʻrinda turadi, ular sirasida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Boshqacha aytganda, farosatli kishi bilmasdan gapirmaydi, yuksak farosat kishini kamtarin qilib qoʻyadi². Professional muhitda muvaffaqiyatli muloqot yurita olish – bu shunchaki gapira olish emas, balki suhbatdoshning diqqatini jalb qilish va uni boshqarish sanʼatidir. Bu koʻnikmalar har bir mutaxassis uchun zarurdir, chunki diqqat bilan boshqarilgan muloqot taʼsirchanlikni oshiradi, professional obroʻni mustahkamlaydi va jamoa bilan samarali hamkorlik qilishga yoʻl ochadi. Muloqotda diqqatni boshqara oladigan shaxs oʻz oʻrnini topadi, hurmat qozonadi va yetakchilik salohiyatini namoyon eta oladi. Yusuf Xos Hojib “Qutadgʻu bilig” ning “Tilning fazilatlarini, foyda va zararlari haqida” nomli bobida quyidagilarni bayon etadi: “Odam soʻz tufayli ulugʻlikka erishadi, podsho boʻladi, koʻp va ortiqcha soʻz esa yuzni yerga qaratadi. Odam ikki narsa tufayli qarimaydi: bin yaxshi feʼli, ikkinchisi esa ezgu soʻzi”.

Muloqotda soʻzni toʻgʻri tanlash suhbatni yanada samarali qiladi. Suhbatdosh kim boʻlishidan qatʼiy nazar, nutq tozaligiga eʼtibor berishi va gʻayriadabiy til unsurlaridan xoli boʻlishi muloqotning samarali kechishiga xizmat qiladi. Suhbat davomida iloji boricha, sheva, varvarizm, konselyarizm, professionalizm, akademizm, vulgar (qoʻpol, haqoratomuz, soʻkinishlar) va parazit (anaqa, haligi, hmm, anovi kabi soʻzlar) soʻzlarni ishlatmaslikka harakat qilish muloqotdagi asosiy qoidalardandir. Suhbatlashayotganda ortiqcha takalluf qilishdan, nooʻrin mulozamat qilishdan saqlanish kerak. Bu holat atrofdegilarda xunuk taassurot qoldiradi.

“Soʻzlayotganingizda eshituvchining koʻz oʻngida tasviriy manzara hosil qila olsangiz, obrazli fikr yuritsangiz, oʻz soʻzingizga ishontira olsangiz, qiziqtirsangiz – deb taʼkidlaydi notiq R.Jumaniyozov, nutqingiz ravon boʻladi va taʼsir darajasi oshib boraveradi”³.

Muloqot jarayonida diqqatni jalb qilish va uni samarali boshqarish insonlar oʻrtasidagi tushunishni, fikr almashinuvini va ijobiy taʼsirni kuchaytiradi.

² Raupova L. Nutq madaniyati: Darslik. – Toshkent: INNOVATSIYA-ZIYO, 2019. B. – 11.

³ Rahimboy Jumaniyozov. Nutqiy mahorat. T.: Adolat, 2005. B. – 55.

Shu bois, har bir shaxs o'z kommunikativ madaniyatini, nutqiy mahoratini hamda emotsional intellektini rivojlantirish orqali samarali muloqot ko'nikmalarini shakllantirishi lozim. Natijada diqqatni to'g'ri jalb etish va boshqarish insonlar o'rtasidagi o'zaro tushunishni mustahkamlaydi, hamkorlik va ishonchni kuchaytiradi. Diqqatni jalb etish jarayoni nutqiy, emotsional va noverbal vositalarning uyg'un qo'llanilishi orqali amalga oshadi. Uni boshqarish esa suhbat davomida diqqatni maqsadli ravishda yo'naltirish, suhbatdoshning qiziqishini saqlab turish hamda muloqotning mantiqiy izchilligini ta'minlash bilan bog'liq.

Shu asosda aytish mumkinki, diqqatni jalb qilish va boshqarish usullarini chuqur o'rganish, ularni nutqiy amaliyotda qo'llash kommunikativ kompetensiyani rivojlantiradi, shaxsning ijtimoiy faoliyatida muvaffaqiyatga erishishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi: O'quv qo'llanma. –Toshkent: TURON-IQBOL, 2006. – 120 b.
2. Raupova L. Nutq madaniyati: Darslik.– Toshkent: INNOVATSIYA-ZIYO, 2019. – 140b.
3. Jumanioyozov R. Nutqiy mahorat. T.: Adolat, 2005. – 75 b.