SHAXSLAR ARALÍQ QARÍM-QATNASTA KONFLIKTLERDI BASQARÍWDÍŃ PSIXOLOGIYALÍQ TIYKARLARÍ

Sipatdinov Arman Sharafatdinovich
Berdaq atındaǵı qaraqalpaq mámleketlik universiteti Kórkem óner fakulteti
Pedagogika hám psixologiya kafedrası ámeliy psixologiya qánigeligi 3-kurs student.

https://doi.org/10.5281/zenodo.18113076

Annotaciya. *Bul maqalada shaxslar aralıq qarım-qatnas procesinde júzege keletuǵın konfliktlerdiń psixologiyalıq mazmuni, olardıń kelip shıǵıw sebepleri hám rawajlanıw mexanizmleri analiz etiledi. Konfliktlerdi basqarıw hám sheshiwdiń zamanagóy psixologiyalıq kózqarasları sáwlelendirilip, konstruktivlik qarım-qatnastıń áhmiyeti tiykarlap beriledi. Sonday-aq, konfliktli jaǵdaylardı tártipke salıwda kommunikativ kompetenciya hám ózin-ózi basqarıwdıń roli ashıp beriledi. Maqalada teoriyalıq analiz benen bir qatarda ámeliy tárepler de sáwlelendirilgen. Izertlew nátiyjeleri qarım-qatnas psixologiyası tarawında ilimiy hám ámeliy áhmiyetke iye.*

Gilt sózler. *Konfliktlerdi basqarıw texnologiyaları, shaxslar aralıq qarım-qatnas psixologiyası, kommunikativlik minez-qulıq qadaǵalawı, konfliktli jaǵdaylardı sheshiw, konstruktivlik qarım-qatnas strategiyaları.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ КОНФЛИКТАМИ В МЕЖЛИЧНОСТНОМ ОБЩЕНИИ

Аннотация. *В данной статье анализируется психологическое содержание конфликтов, возникающих в процессе межличностного общения, причины их возникновения и механизмы их развития. Отражены современные психологические подходы к управлению и разрешению конфликтов, обоснована важность конструктивного взаимодействия.*

Также раскрывается роль коммуникативной компетенции и самоконтроля в разрешении конфликтных ситуаций. В статье наряду с теоретическим анализом освещены и практические аспекты. Результаты исследования имеют научное и практическое значение в области психологии общения.

Ключевые слова. *Технологии управления конфликтами, психология межличностного общения, контроль коммуникативного поведения, разрешение конфликтных ситуаций, стратегии конструктивного общения.*

PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF CONFLICT MANAGEMENT IN INTERPERSONAL COMMUNICATION

Annotation. *This article analyzes the psychological nature of conflicts arising in the process of interpersonal communication, their causes, and development mechanisms. Modern psychological approaches to conflict management and resolution are presented, and the importance of constructive communication is substantiated. Furthermore, the role of communicative competence and self-management in resolving conflict situations is revealed. In the article, along with theoretical analysis, practical aspects are also presented. The research results are of scientific and practical importance in the field of communication psychology.*

Key words. *Conflict management technologies, the psychology of interpersonal communication, communicative behavior control, conflict resolution, and constructive communication strategies.*

Qarım-qatnas psixologiyası pániniń áhmiyetli baǵdarlarınan biri insanlar arasındaǵı konfliktli jaǵdaylardı úyreniw hám olardı nátiyjeli sheshiw texnologiyaların islep shıǵıwdan ibarat.

Konflikt shaxslar aralıq qarım-qatnas procesinde tábiyiy ráwishte júzege keledi hám ol sociallıq qarım-qatnastıń ajıralmas bólegi esaplanadı. Adamlardıń zárúrlikleri, mápleri, qádiriyatları hám maqsetlerindegi ayırmashılıqlar óz ara tásir etiw procesinde qarama-qarsılıqlardı keltirip shıǵaradı. Sol sebepli konfliktti tek ǵana unamsız jaǵday sıpatında emes, al qarım-qatnastı jetilistiriwshi hám rawajlandırıwshı faktor sıpatında da bahalaw múmkin.

Konfliktti sheshiw procesi, bárinen burın, onıń sebeplerin anıqlaw menen baylanıslı.

Ámeliyatta konflikttiń haqıyqıy sebepleri kóbinese jasırın xarakterge iye boladı. Bul jaǵday shaxslardıń óz poziciyaların qorǵawǵa umtılıwı, sociallıq tán alınılatuǵın obrazdı saqlap qalıw tilegi hám psixologiyalıq qorǵaw mexanizmleriniń jedellesiwi menen túsindiriledi. Uzaq waqıt dawam etken konfliktler bolsa jańa qatnasıwshılardı tartıp, mápler soqlıǵısıwın jáne de qıyınlastıradı.

Konfliktti durıs túsiniw ushin "konfliktli jaǵday," "insident" hám "konflikt" túsiniklerin parıqlaw zárúr. Konfliktli jaǵday - bul qarama-qarsılıqlardıń ishki, potencial jaǵdayda bar bolıwı bolıp, ol ashıq soqlıǵısıwǵa tiykar jaratadı. Incident bolsa bul qarama-qarsılıqlardı júzege keltiriwshi sırtqı faktor esaplanadı. Konflikt bolsa mápler hám poziciyalardıń ashıq qarsılıǵı sıpatında kórinedi.

Konfliktti sheshiw degende tek sırtqı soqlıǵısıwdı toqtatıw emes, al konfliktli jaǵdaydı saplastırıw hám incidentti psixologiyalıq jaqtan juwmaqlaw túsiniledi. Eger konflikttiń tiykarǵı sebepleri saplastırılmasa, ol keleshekte jáne de kúshlirek formada qayta payda bolıwı múmkin. Usı kózqarastan kelispewshilikti tereń analizlew hám durıs diagnoz qoyıw úlken áhmiyetke iye.

Konfliktlerdi basqarıw túsinigi kompleksli xarakterge iye bolıp, ol konflikt procesine sanalı hám maqsetli tásir kórsetiwdi ańlatadı. Basqarıw procesi kelispewshilikti tolıq saplastırıwǵa emes, al onı konstruktivlik baǵdarǵa burıwǵa qaratılǵan. Kelispewshiliklerdi basqarıw boljaw, aldın alıw, sheklew, tártipke salıw hám sheshiw sıyaqlı basqıshlardı óz ishine aladı.

Konfliktti basqarıwda obyektiv túsiniw sheshiwshi áhmiyetke iye. Obyektiv analiz konflikt haqqındaǵı subyektiv túsiniklerden waz keship, real jaǵdaydı adekvat bahalawdı talap etedi. Biraq hár bir tárep konfliktti óz mápleri kózqarasınan talqılaydı. Sol sebepli konfliktti basqarıwda úshinshi - neytral tárep qatnasıwınıń áhmiyeti artıp baradı.

Konfliktlerdi basqarıwda ashıqlıq principi áhmiyetli esaplanadı. Konfliktti jasırıw yaki biykarlaw onıń jáne de kúsheyiwine alıp keledi. Kerisinshe, kelispewshilikti óz waqtında anıqlaw, onıń sebeplerin analizlew hám barlıq tárepler ushın túsindirmeler beriw onı nátiyjeli sheshiw imkaniyatın arttıradı.

Qarım-qatnas psixologiyasında konfliktli minez-qulıqtıń konstruktiv modeli ayrıqsha áhmiyetke iye. Bul model óz-ara húrmet, emocionallıq turaqlılıq, ashıq-aydın sóylesiw hám birge islesiwge tiykarlanadı. K. Tomas hám R. Killmen tárepinen islep shıǵılǵan konfliktte minez-qulıq strategiyaları modeli bul boyınsha keń qollanıladı.

Konfliktti tártipke salıw onıń keskinligin páseytiw, qarım-qatnas dárejesin ózgertiw hám unamlı sheshimge baǵdarlawdı názerde tutadı. Tolıq sheshilgen konfliktte onıń sebepleri saplastırıladı, al biraz sheshilgen konflikt bolsa keleshekte qaytadan júzege keliwi múmkin.

Konfliktti sheshiw procesi úsh basqıshtan ibarat: diagnostika, strategiya islep shıǵıw hám ámeliy háreketler. Diagnostika basqıshında konflikttiń sebepleri, rawajlanıw dárejesi hám tásir sheńberi anıqlanadi. Keyingi basqıshta bolsa nátiyjeli strategiya tańlanadı.

Konfliktte konkurenciya, shetlesiw, beyimlesiw, birge islesiw hám kelisiw strategiyaları qollanıladı. Hár bir strategiya belgili bir jaǵdayda nátiyjeli bolıwı múmkin. Eń maqul strategiya sıpatında birge islesiw usılı tán alınadı, sebebi ol hár eki táreptiń máplerin esapqa aladı.

Qarım-qatnas psixologiyası sheńberinde shaxstıń konfliktli jaǵdaylardaǵı minez-qulqın tereńirek ańlaw maqsetinde usı temaǵa baylanıslı kishi izertlew ótkerildi. Izertlew procesinde qarım-qatnasta ózin-ózi qadaǵalaw dárejesin anıqlaw hám de bul psixologiyalıq kórsetkishtiń konfliktli jaǵdaylarda kórinetuǵın minez-qulıq penen óz-ara baylanıslılıǵın analizlew tiykarǵı wazıypa etip belgilendi. Usı maqsetti ámelge asırıw ushın amerikalıq psixolog M.Snayder tárepinen islep shıǵılǵan "Qarım-qatnasta ózin-ózi basqarıwdı bahalaw" test metodikası qollanıldı.

Bul metodika 10 sorawdan ibarat bolıp, respondentlerden hár bir bayanatqa baylanıslı "durıs" yamasa "durıs emes" juwap variantın tańlaw talap etildi. Izertlewde jámi 100 respondent qatnastı. Olar joqarı oqıw orınlarında oqıp atırǵan, 18-24 jas aralıǵındaǵı studentler bolıp, qatnasıwshılar tosınnan tańlaw tiykarında izertlew tájriybesinde qatnastı.

Ótkerilgen psixologiyalıq diagnostika nátiyjeleriniń analizi sonı kórsetti, respondentlerdiń 34 i tómen kommunikativ basqarıw dárejesine iye bolıp, olar qarım-qatnas procesinde kóbirek ashıq hám tikkeley minez-qulqın kórsetedi. Bunday shaxslar óz sezimlerin jasırmastan bildiriwge meyil bolsa da, ayırım jaǵdaylarda emocional impulsivlik konflikttiń kúsheyiwine alıp keliwi múmkin.

Respondentlerdiń 41 inde ortasha dárejedegi kommunikativ basqarıw anıqlandı. Bul topar wákilleri ádette shın kewilden hám beyimlesiwsheń bolıp, biraq emocional jaǵdaylardı tolıq qadaǵalawda geyde qıyınshılıqlarǵa dus keliwi múmkin. Sonıń menen birge, 25 respondentte joqarı kommunikativlik qadaǵalaw dárejesi atap ótildi. Bul qatnasıwshılar qarım-qatnas procesinde jaǵday talaplarına tez beyimlese alıwları, ózleriniń sezimli reakciyaların basqarıwları hám de konfliktli jaǵdaylarda konstruktiv sheshim tabıwǵa umtılıwları menen ajıralıp turadı.

Ulıwma alǵanda, alınǵan nátiyjeler qarım-qatnasta ózin-ózi basqarıw dárejesi konfliktlerdi basqarıwda áhmiyetli psixologiyalıq faktor ekenligin tastıyıqladı. Joqarı kommunikativlik qadaǵalawǵa iye shaxslar shaxslar aralıq múnásibetlerde turaqlılıqtı saqlawǵa, qarama-qarsılıqlardı keskinlestirmey sheshiwge hám nátiyjeli qarım-qatnastı jolǵa qoyıwǵa kóbirek beyimlesedi. Bul bolsa qarım-qatnas psixologiyası sheńberinde ózin-ózi basqarıw kónlikpelerin rawajlandırıw konfliktlerdiń aldın alıw hám olardı konstruktivlik sheshiwde úlken áhmiyetke iye ekenligin kórsetedi.

Juwmaqlap aytqanda, konfliktlerdi basqarıw hám sheshiw qarım-qatnas psixologiyasınıń áhmiyetli wazıypalarınan biri esaplanadı. Konfliktti durıs túsiniw, onı konstruktiv baǵdarlaw hám nátiyjeli sheshiw shaxslar aralıq qarım-qatnastı bekkemlewge xızmet etedi.

Paydalanılǵan ádebiyatlar:

1. **Berne, E.** (2010). *Games People Play: The Psychology of Human Relationships*. Ballantine Books.

2. **Hargie, O.** (2011). *Skilled Interpersonal Communication: Research, Theory and Practice* (5th ed.). Routledge.
3. **Канторович, В. И.** (2008). *Психология общения*. Москва: Питер.
4. **Андреева, Г. М.** (2012). *Социальная психология общения*. Санкт-Петербург: Питер.
5. **Abdullayev, Sh.** (2015). Muloqot psixologiyasi: nazariya va amaliyot. Toshkent: Fan.
6. **Saidov, R.** (2018). Insoniy munosabatlar va samarali muloqot. Toshkent: Sharq.
7. **Turdimurotov, A.** (2020). Trening va kommunikatsiya ko‘nikmalari. Nukus: Qaraqalpaq Universiteti Nashriyoti.