

NOVERBAL MULOQOTDA RANG-TASVIRNING AHAMIYATI.

Shoxruxbek Ikromov Dilshodjon o'g'li

Andijon davlat chet tillari instituti stajor-tadqiqotchisi

E-mail: ikromovshohrux13@gmail.com

Noverbal muloqot — bu so'zlardan tashqari, insonlar o'rtasida ma'lumot almashishning muhim bir shaklidir. U ko'plab jihatlarni o'z ichiga oladi, masalan, mimika, jismoniy harakatlar, tana tili, ovoz tonlari va boshqa noverbal belgilar. Noverbal muloqot insonlarning hissiyotlarini ifodalashda muhim rol o'ynaydi. Masalan, tabassum, ko'z bilan aloqa, yoki qo'llarning harakati orqali insonlar o'z his-tuyg'ularini aniqroq ifodalashlari mumkin. Noverbal belgilar ko'pincha so'zlar bilan birga keladi va ularning bir-biriga mosligi ishonchni oshiradi. Agar so'zlar va noverbal harakatlar bir-biriga mos kelmasa, bu ishonchsizlik yoki yolg'onlik hissini keltirib chiqarishi mumkin. Noverbal muloqot ijtimoiy aloqalarni mustahkamlashda muhimdir. Masalan, qo'l siqish, quchoqlash yoki boshqa jismoniy aloqalar insonlar o'rtasida yaqinlik va do'stlik hissini yaratadi. Noverbal muloqot kontekstni tushunishga yordam beradi. Har bir madaniyatda noverbal belgilar turlicha talqin qilinishi mumkin, shuning uchun ularni to'g'ri tushunish muhimdir. Noverbal muloqot insonning o'zini qanday his qilayotganini ko'rsatadi. Tana tili, mimika va ovoz tonlari orqali inson o'zini qanday his qilayotganini boshqalarga etkazishi mumkin. Noverbal muloqot muloqot samaradorligini oshiradi. Ovoz tonining o'zgarishi yoki jismoniy harakatlar orqali ma'lumotni yanada aniqroq va qiziqarliroq etkazish mumkin. Ba'zan so'zlar yetarli bo'lmaydi, shuning uchun noverbal muloqot yordamida qiyinchiliklarni bartaraf etish mumkin. Masalan, biror narsani tushuntirishda qo'llar bilan harakat qilish yoki mimika yordamida tushuntirishni osonlashtiradi. Noverbal muloqot insonlar o'rtasidagi aloqalarni kuchaytiradi, hissiyotlarni ifodalaydi va muloqot samaradorligini oshiradi. Ularni to'g'ri tushunish va qo'llash, ijtimoiy hayotda muvaffaqiyatli bo'lish uchun muhimdir.

Noverbal muloqot — bu insonlar o'rtasida so'zlardan tashqari, his-tuyg'ular,

fikrlar va niyatlarni ifodalashning muhim usuli. Ushbu jarayonda rang-tasvirning ahamiyati alohida e'tiborga loyiqdir. Ranglar, inson psixologiyasiga ta'sir etuvchi kuchli vositalardan biri bo'lib, ular orqali turli his-tuyg'ularni, kayfiyatlarni va xatti-harakatlarni ifodalash mumkin. Ranglar inson psixologiyasiga turlicha ta'sir ko'rsatadi. Masalan, qizil rang kuch, ehtiros va energiya bilan bog'liq bo'lsa, ko'k rang tinchlik, ishonch va xotirjamlikni ifodalaydi. Yashil rang tabiat, yangilanish va umidni anglatadi, sariq rang esa quvonch va ijodkorlikni ifodalaydi. Ranglar, shuningdek, muayyan his-tuyg'ularni uyg'otishi yoki kuchaytirishi mumkin, bu esa noverbal muloqotda muhim rol o'ynaydi. Noverbal muloqotda ranglar, shaxsiy kiyimlar, muhit va boshqa elementlar orqali ifodalanadi. Masalan, biror kishi qizil rangdagi kiyim kiygan bo'lsa, bu uning o'zini ishonchli va kuchli his qilayotganini ko'rsatishi mumkin. Boshqa tomondan, ko'k rangdagi kiyim tinchlik va xotirjamlikni ifodalaydi. Ranglar, shuningdek, muhitni yaratishda ham muhim ahamiyatga ega. Masalan, ofisda ishlatiladigan ranglar xodimlarning ish faoliyatiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ranglarning ahamiyati madaniyatga qarab farq qiladi. Har bir madaniyatda ranglar turlicha ma'nolarga ega bo'lishi mumkin. Masalan, oq rang ba'zi madaniyatlarda toza va poklikni ifodalaydi, boshqalarda esa qayg'u va yo'qotishni anglatishi mumkin. Shuning uchun, noverbal muloqotda ranglarni tushunish va ulardan foydalanish, madaniy kontekstni hisobga olishni talab qiladi. Rang-tasvir, shuningdek, his-tuyg'ularni ifodalashda muhim vosita hisoblanadi. Ranglar orqali insonlar o'z his-tuyg'ularini boshqalarga etkazishlari mumkin. Masalan, biror kishi o'zini xursand his qilsa, u ko'proq yorqin va quvnoq ranglarni tanlashi mumkin. Aksincha, agar u xafa yoki g'azablangan bo'lsa, u qorong'u ranglarni tanlashi mumkin. Bu holatlar noverbal muloqotda ranglarning ahamiyatini yanada oshiradi.

Ranglar inson xatti-harakatlariga turli yo'llar bilan ta'sir qiladi. Ranglar hissiyotlar, kayfiyat va hatto qaror qabul qilish jarayonlariga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Qizil rang energiya, ehtiros va kuchni ifodalaydi. U ko'pincha qiziqish va hayajon hissini uyg'otadi. Qizil rang ko'proq faoliyatga, harakatga va ehtimoliy agressiyaga olib kelishi mumkin. Ko'k rang tinchlantiruvchi va xotirjamlikni

anglatadi. U diqqatni jamlashga yordam beradi. Ko'k rangli muhitda insonlar ko'proq tinchlanadi va stress darajasi kamayadi. Yashil rang tabiat va yangilanishni ifodalaydi. U tinchlantiruvchi va quvvat beruvchi sifatida qabul qilinadi. Yashil rang insonlarni ko'proq ijobiy his-tuyg'ular bilan to'ldiradi va stressni kamaytiradi. Sariq rang quvonch va ijodkorlikni ifodalaydi. U kayfiyatni ko'taradi va ijobiy energiya beradi. Sariq rang insonlarni ko'proq ijodiy fikrlashga va ijobiy his-tuyg'ularni ifodalashga undaydi. Moviy rang tinchlik va xotirjamlikni anglatadi. U ko'pincha stressni kamaytiradi. Moviy rang insonlarni ko'proq o'zini tutishga va xotirjamlikka undaydi. Oq rang tozalik va poklikni ifodalaydi. U tartib va tinchlik hissini keltirib chiqaradi. Oq rangli muhitlar insonlarni ko'proq tartibli va xotirjam his qilishga yordam beradi. Qora rang sirli va kuchli his-tuyg'ularni ifodalaydi. U ko'pincha kuch va muvozanatni anglatadi. Qora rang insonlarni ko'proq jiddiy va ehtiyotkor bo'lishga undashi mumkin.

Ranglar inson xatti-harakatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ular kayfiyatni, hissiyotlarni va hatto qaror qabul qilish jarayonlarini shakllantirishi mumkin. Ranglarni atrof-muhitda, kiyimda yoki san'atda to'g'ri qo'llash, insonlarning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi.

Xulosa

Noverbal muloqotda rang-tasvirning ahamiyati juda katta. Ranglar, insonlar o'rtasidagi aloqalarni chuqurlashtirish, his-tuyg'ularni ifodalash va muloqot jarayonini boyitishda muhim rol o'ynaydi. Ranglarning psixologik ta'siri, madaniyatga bog'liqligi va his-tuyg'ularni ifodalashdagi o'rni, noverbal muloqotning samaradorligini oshiradi. Shuning uchun, ranglarni tushunish va ulardan to'g'ri foydalanish, muloqot jarayonida muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1.Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника. – М.: «Просвещение», 1986. – С. 73.

2.Войлокова Е.Ф. Особенности использования слов-названий сенсорных

эталонов дошкольниками с выраженной умственной отсталостью. // Теоретические и прикладные проблемы образования лиц с интеллектуальной недостаточностью. Санкт-Петербург: Изд. РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. С. 38–40.

3. Лисина М.И. Проблема онтогенеза общения. М.: «Просвещение», 1986. –С. 143.

4. Логопедия. Под ред. Л.С. Волковой., С.Н. Шаховской. М. «Владос», 2003. С. 46.

5. S.To'uchiyeva. Madaniyat va san'at sohasi faoliyatini tashkil etish va boshqarish. Darslik. Toshkent - 2020. 122-bet