

**ОЛИЙ ТАЪЛИМ, ФАН ВА ИННОВАЦИЯЛАР ВАЗИРЛИГИ
ТОШКЕНТ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИ ЧИРЧИҚ ФИЛИАЛИ**

Ҳамзаева Диёра Ҳамза қизи,

Собирова Шукрона Умид қизи,

Солижонова Комила Комилжон қизи

Чирчиқ тиббиёт институти 2-курс талабалари

Илмий раҳбар: ўқитувчи Юсупов Ҳамза Сафарович

МАВЗУ: Тиббий мулоқат (этика)да беморлар хатти-харакатини(жест) ўқиш ва новербал элементлардан унумли фойдаланиш.

Аннотация :

Мавзу мақсади: Тиббиёт институтларида талабаларга амалий машғулотлар ўтишда, фақат беморларнинг мулоқатидан ташқари уларнинг хатти-харакатлари(жест)га ҳам диққат қаратиш даволаш натижасига яхши натижа беради. Новербал элементлар мулоқатда ўрнини ошириш.Вербал ва новербал(элементлари)ни бир-бирига уйғинлаштириш.

Кутилаётган натижа: Бемор билан мулоқатда врач беморни тўлиқ даволанишига (врачга) ишонтира олиш.

Калит сўзлар: нотиклик, нутқ, нутқ маданияти, маҳорат, тиббий ходими фаолиятида нотиклик маҳорати, новербал воситалар, визуал воситалар, тактил воситалар, акустик воситалар, ольфактор воситалари.

Луғат:

СОҒЛОМ ИНСОН - тушунчаси нисбий бўлиб, бунда инсон жисмоний, руҳий, ақлий мезонлари нормал ҳаётий миёёрий чегара оралидида бўлади. Шунингдек клиник, лабаротор ва тиббий асбоблар текширувидан ўтказилганида ҳам кўрсаткичлар ҳаёт кўрсаткичларинг куйи ва юқори чизиғи орасида бўлиши лозим.

БЕМОР-(синоними: пацент, касал, хаста, ўсал, носоғлом, соғлиғида муаммоси бор шахс, ..кўзи ожиз, гапира олмайдиган(гунг ва сақов), юришда



кинчиликлари бор(оқсоқ..), –жисмоний, руҳий, ақлий ёки лабаротор текширувида бирор нормадан четга чиқиш кузатилган шахс.

МУЛОҚАТ - икки ва ундан ортиқ кишиларнинг ўзaro муомуласидан иборат жараён(диалог)дир. Ўзарo муносабатларга киришаётган томонлар муносабатдан кўзлайдиган асосий мақсадлари-ўзарo тил топишиш, бир-бирини тушунишдир.

ВЕРБАЛ МУЛОҚАТ- фақат инсонларга хос мулоқат тури бўлиб, ҳар томонлама ривожланган функционал нутқ органлари ёрдамида ўз истагини сўз билан баён этиш усулидир.

НОВЕРБАЛ МУЛОҚАТ- инсон имо-ишоралар ёрдамида ўз истагини баён этиш усули.

АХЛОҚ— кишиларнинг бир-бирларига, оилага, жамиятга бўлган муносабатларида намоён бўладиган хатти-ҳаракатлари, хулқ-атворлари, одоблари мажмуи. Ҳуқуқдан фарқли равишда Ахлоқ талабларини бажариш-бажармаслик маънавий таъсир кўрсатиш шакллари (жамоатчилик томонидан баҳо бериш, қилинган ишни маъқуллаш ёки қоралаш) билан белгиланади. Ахлоқни этика фани ўрганади.

ОДОБ-бу инсоннинг ижобий фазилатларидан биридир. “Ўзбек тилининг изоҳли луғати”да:“Одоб - “адаб” (арабча)” дейилади. Ва яна шу китобда: “Адаб (арабча)-адабиёт, яхши тарбия, маъқул ҳаракат. Ижтимоий ва шахсий ҳаётдаги яхши ахлоқ, тарбия, хушмуомилалик” дейилади.

ЭТИКА (юн. *егпоз* — *хулқ, одат*) — ахлоқ ва нинг шахс ҳамда жамият ҳаётидаги ўрнини ўрганувчи фалсафий фан. Этика ахлоқшуносликнинг фалсафий назарий муаммоларини ва ахлоққа доир дидактик амалий асарларни ўз ичига олади У инсоният ўз тажрибаси орқали эришган донишмандлик намуналарини ҳикоятлар, ҳикматлар, нақллар, мақоллар тарзида баён этади, кишиларга ахлоқнинг моҳиятини тушунтириб, фалсафий хулосалар чиқаради, уларга ахлоқий қонун-қоидаларни ўргатади. Этиканинг қуйидаги мезоний тушунчалари — категориялари бор: фазилат ва иллат, яхшилик ва ёмонлик, ҳалоллик, ростгўйлик, камтарлик, адолат, бурч, виждон, номус, идеал, бахт, ҳаётнинг маъноси ва бошқалар Ахлоқ инсон ва жамият ҳаётининг барча (шахсий, жамоавий, касбий ва ҳ. к.) жабҳаларини қамраб олганлиги туфайли уни ўрганувчи Этика барча фанлар билан алоқадор. Этика бу барча инсонлар

орасидаги мулоқатдир. Шунингдек уммий этика инсон касбига кўра бир қанча турларга бўлинади. Масалан сотувчилар этикаси, сарторошлар этикаси, ўқитувчилар этикаси, тиббиёт ходимлари этикаси(тиббий этика)...

ЭСТЕТИКА (юн. — ҳис қилувчи, ҳиссий тарбияга доир) — инсон билан дунё ўртасидаги қадрият муносабатининг ўзига хос томонларини ва кишиларнинг бадиий фаолияти соҳасини ўрганувчи фалсафий фан. «Эстетика» терминини немис файласуфи А. Баумгартен (1714—62) илмий муомалага киритган. Эстетиканинг синоними сифатида гўаллик фалсафаси, санъат фалсафаси, бадиий ижод фалсафаси иборалари қўлланиб келинган. Кейинги пайтларда нафосатшунослик ёки нафосат фалсафаси атамалари ҳам эстетикани англатадиган бўлди. Эстетика ўз ичига санъат эстетикаси, табиат Э. си, техника Э. си, дизайн, спорт Э. си, турмуш Эстетикаси, атроф муҳитни гўзаллаштириш ва бошқалар соҳаларни қамраб олади.

Эстетика нафосат, дид, гўзаллик, хунуклик, улуғворлик, тубанлик, фожиавийлик, кулгилилиқ, мўъжизавийлик, ҳаёлилиқ сингари категориялар билан иш кўради. Улар орасида нафосат тушунчаси алоҳида ўрин эгаллайди. У бир томондан, эстетик англашнинг барча жиҳатларини (эстетик ҳиссийёт, эстетик завқ, эстетик дид, эстетик муҳокама ва бошқалар), иккинчи томондан, эстетик хусусиятларни — амалдаги гўзаллик, улуғворлик, фожиавийлик, кулгилилиқ ва ҳ. к. жиҳатларни ўз ичига олади. Ана шу кейинги жиҳати билан нафосат баъзан эстетиканинг предмети сифатида ҳам қабул қилинади.

Эстетика-гўзаллик ҳам нафақат тозалиқ ва чиройли кийиниш балки инсон касбига кўра бир неча специфик турларига фарқланади. **Масалан:** тиббиёт ходимларига хос эстетикада, қўллар тозалигидан ташқари тирноқлар калта олиниши, сочлар тоза бўлишидан ташқари махсус бош кийим остида бўлиши, ... каби бир қанча талаблар и бор. Ёки ошпазлар бош кийими, чунки бошидаги соч толасининг тасодифан таомга тушишини олдини олади,.. **Тиббий эстетикада тиббиёт ходимининг махсус кийими ҳам алоҳида ўрин тутади. Махсус кийим беморнинг тиббиёт ходитмига нафақат ҳурмати балки уни даволашга бўлган ишончини ҳам оширади. Тиббий**



халат, тиббий махсус кийим, тиббий қалпоғларга қуйиладиган гигиеник талабларга- нафақат тоза, улар ҳаво ўтказувчи пахтали материалдан тайёрланган бўлиши, ходим гавда ўлчамига мос келиши, қон текканда, кир бўлганда осон ювилиши ва дазмолланиши каби хусусиятлари бўлиши талаб этилади.

ТИББИЙ ЭТИКА- шифокор ва бемор ўртасидаги, шифокор ва бемор қариндошлари ўртасидаги, шунингдек тиббий ходимларнинг ўзaro касбий-тиббийётга оид мулоқатини ифодалайди.

ДЕОНТОЛОГИЯ- (деонтология-бурч деган маънони беради, барча касбларда деонтологик ёндошув тўғрисида фикр юритилади, лекин ҳалқ орасида деонтология атамаси кўпинча тиббийёт ходимига тегишли деган тушунча мавжуд) тиббийёт ходими (шу жумладан шифокор) нинг бемор олдидаги мажбуриятини ва унга юкланган маъсулиятини, яъни бажариши лозим бўлган ишини ифодалайди.

Асосий қисм:

Бемор ва врач ўртасида, бемор ва қариндошлари ўртасида, врачнинг бошқа тиббий ходимлар билар мулоқати даврида нотиқлик санъати ёрдамида фаол муносабат ўрната олиши муҳим ҳисобланади. Бу врачнинг беморларга бўлган қизиқишини, мотивациясини пайдо бўлишининг асосидир. Шундай экан бўлғуси врачлар нотиқлик маҳорати бўйича билимларини ошириши ва ўз устида бу йўналишда ишлаши лозим. Вербал мулоқатда врач олтин сўзлар(саломлашиш, мумкинми, кечирасиз ... каби сўзларни қўллаб) билан бирга буйруқ ёки кибрга берилмаган тонда мулоқат қилиши яхши натижа беради. Новербал мулоқатда хатти- ҳаракатлар миллий ва маданий ва энг муҳими тиббий асосга эга. Ҳар бир бемор касаллик тури , ёши, жинси, яшаш шароити, тарбияси... хусусиятларига мос равишда юриш туриш, турли имо-ишоралар, тана ҳаракатлари мимикалардан иборат бўлган ИНДИВИДУАЛ новербал хатти- ҳаракатлар тизимига эгадир. Бир бемордаги ҳолат иккинчи беморникидан тубдан фарқ қилади, чунки ҳар бир бемор алоҳида бир ўз касаллик тарихига эгадир. Врачлар ўз касбига кўра бемор, бемор қариндоши ва ҳамкасабалари мулоқот қиладилар. Ҳар бир бемор билан мулоқатда у вербал(нутқ орқали), новербал(имо-ишора)ми ўзига хос, алоҳида,



самарадор алоқа усулини танлай билиши лозим. Барча касбларда ҳар қандай мулоқатда кўзланган мақсадга етишиш учун, новербал деталлардан унумли фойдаланилади. Бу кўзга кўринмас деталлар мулоқатга киришаётган ҳар икки томон учун ҳам самарали бўлиши мумкин. Ҳар қандай мулоқат саломлашдан бошланади. Биз қуйида шу детал мисолида кўриб чиқамиз:

Биргина кенг тарқалган қўл бериб сўрашиш детали ҳар хил миллат вакиллари турли хилда қабул қилишади. Масалан, Россияда гуруҳдаги битта одам билан алоҳида қўл бериб сўрашиш мумкин бўлса, Болгарияда бутун гуруҳ билан сўрашиб чиқишга тўғри келади. Франция ва Италияда узатилган кўлингизни албатта сиқишади, Англияда эса чўзилган кўлингиз ҳавода муаллақ қолиб кетиши мумкин. Африка ва Яқин Шарқ халқларида суҳбатдошга тегиб гаплашиш мулоқотнинг зарур шarti бўлиб ҳисобланса, япон маданияти муомалада бевосита яқин алоқани мақбул кўрмайди. Шуни эътиборга олиш лозимки, ҳар қандай мамлакатда шошқалоқлик билан қўл узатиш маъқулланмайди. Инсоннинг сезгирлиги, интуицияга эгаллиги ҳақида фикр юритганимизда биз унинг ўзгаларнинг новербал ҳатти-ҳаракатларини ўқий оладиган ва уларни вербал сигналлар билан таққослай оладиган кишиларни назарда тутамиз. Бошқача сўз билан айтганимизда, интуициямиз бизга суҳбатдошимизнинг ёлғон гапираётганидан дарак берганлигини таъкидлар эканмиз, аслида бу ҳолат унинг айтган сўзлари ва тана ҳаракатлари ўртасидаги номутаносибликни сезганлигимиз туфайли содир бўлади. Демак, интуиция ёки “олтинчи сезги”нинг пайдо бўлиши учун инсонни ўқиш, унинг новербал ҳатти-ҳаракатларига баҳо бера олиш борасидаги билим ва малакаларни ривожлантириш лозим бўлади.

Врач ким билан мулоқатга киришмасин, илк новербал ҳаракат, яъни саломлашиши бемор ёки қариндоши(ёки ҳам касби)нинг врачга нисбатан ижобий ҳолатга ҳолатга олиб келади, бу ўз набатида келгуси асосий мақсадга эришиши учун дастлабки қадам бўлиб хизмат қилади.

Биз биргина саломлаш деталига эътибор қаратдик. ..

Муомаланинг қуйидаги новербал бошқа деталари ҳам мавжуд:

1. Визуал воситалар:

- кинесика – қўл, бош, оёқ, тана ҳаракатлари, қадам ташлаш;
- юз ифодаси, кўз ифодаси;



- қомат, бошни тутиш;
- қараш йўналиши, визуал алоқалар;
- тери реакциялари – қизариш, оқариш, терлаш;

Муомаланинг новербал воситалари қўйидагиларга хизмат қилади:
Психологик алоқани ташкил этиш ва уни таъминлаш, муомала жараёнини тартибга солишга, сўз матнига янги маъно бўёқларини бериш, маънони керакли йўналишга қаратилишига, эмоцияларни, баҳони, қабул қилинган ролни, вазият маъносини акс эттиришга ёрдам бериш проксемика (муомалани ташкил этиш замони ва макони) – суҳбатдош билан оралиқ масофа, масофа оралиғи бурчаги, шахсий кенгликлар; қўшимча мулоқот воситалари – қадди-қомат хусусиятларини бўрттириш• ёки яшириш (жинсни, ёшни, иркни); табиий тана тузилишини ўзгартириш (кийим, соч турмаги, косметика воситалари, кўзойнак, тақинчоқлар, татуировкалар, мўйлов ва соқол, қўлдаги кичик ашёлар).

2. Мулоқатда акустик деталлар ҳам муҳимдир:

- паралингвистик (овоз сифати, унинг диапазони, тоналлиги) – баландлиги, тембри, мароми, товуш баландлиги;
- экстралингвистик– нутқ паузалари, кулгу, йиғи, хўрсиниш, йўталиш, қарсак.

1.Тактил деталлар: такесика – тегиниш, қўл сиқиш.

2.Ольфактор деталлар: ёқимли, ёқимсиз ҳидлар; (инсондан тараладиган табиий ва сунъий ҳидлар).

Новербал ҳаракат деталлар вербал мулоатга дебоча бўлиб, вербал мулоқатни тўлдиради. Бу деталдан ҳар ким ўз билганича, ҳолатидан келиб чиқиб фойдаланади, шунинг учун бутун инсоният учун умумий бўлган меъёрлар йўқ.

Хатти-ҳаракат ва ҳолатлар тили. Врачдан ҳар қандай бемор ҳақида унинг ўзи айтаётганидан кўра кўпроқ маълумот олиш малакасини эгаллашини талаб этилади. Беморни китоб сингари ўқиш – унинг фикрлари, ҳис-туйғулари,

характер хусусиятлари ҳақида сўзлардан кўра кўпроқ маълумот берадиган хатти-ҳаракатлар тилини тушуниш демакдир. Одатда бемор ўз ҳолати, ҳати - ҳаракати, юз ифодаси, овоз оҳангини назорат қилмайди. Беморнинг асосий диққати уни тушунтиришлари ва ўз касалини баён этишга қаратилади.. Бемор ҳақида маълумот олиш учун унинг сўзларига тўғри баҳо бера олишнинг ўзи кифоя қилмай, балки хатти- ҳаракатлар тилини тушуна билиш катта аҳамият касб этади. **Врач қаршисида ўтирган беморни ташқи кўриниши, хатти-ҳаракатидан мулоқатсиз ўқий олиши лозим, нутқ мулоқати(вербал) да эса ўз хулосасини тасдиқлаши лозим.**

Қуйида биз мулоқот чоғида ишлатиладиган айрим ҳаракат ва ҳолатлар маъноси ҳақида фикр юритамиз:

Қўллар тана бўйлаб пастга туширилган – ҳар қандай шароитда хотиржам ва ақл билан ҳаракат қила оладиган, ўзига ишонган киши. Унинг сўзлари ҳамда хатти-ҳаракатлари чуқур ўйланган ва мантиқли. Бу ҳолатдаги одам очик ва бошқалар кутганидек ўзини табиий тутати.

Қўллар чўнтакда ёки белда – агрессив ва ҳужумга ўтишга шай бўлган киши. Агар сизнинг танишларингиздан бирортаси кўпинча шундай ҳолатни эгалласа, бу унинг авторитарлиги бошқаларга таъсир ва ҳукм ўтказишга интилишидан дарак беради.

Қўллар кўкракда чалиштирилган – ўзига ишончсизлигини яширишга ҳаракат қилаётган киши. Чалиштирилган қўллар ҳимоя реакцияси бўлиб, мулоқотда, ўзаро бир-бирини тушунишда тўсиқ мавжудлигини намоиш этади. Агар тингловчи шундай ҳолатни эгалласа, бу унинг сизнинг фикрингизга қўшилмаётганлиги, гапингизни эшитишга хохиши йўқлигидан дарак беради. Мабодо, гапираётган одам шундай ҳолатни эгалласа, унинг гапларининг тўғрилигига, чин кўнгилдан чиқаётганлигига шубҳа билан қарашга асос бўлиши мумкин.

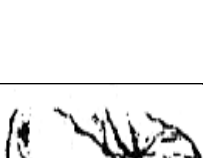
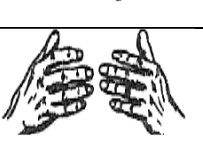
Қўллар орқада чалиштирилган – онгсиз равишда ўз кўркмаслигини намоиш этиш мақсадида қоринни ҳамда кўкракни олдинга чиқаришга имкон яратувчи ўз-ўзига ишонч ва устунлик ишораси. Стресс вазиятида худди шундай ҳолатни эгаллаш орқали бирмунча енгил тортиш, эркинлик ва ўз-ўзига ишончни ҳис қилиш мумкин. Тутиб турган қўл иккинчи қўлнинг қанчалик юқорисидан ушлаган бўлса, кишининг шунчалик кўпроқ жаҳли чиқаётган



бўлади. Бу ҳолатда киши ўзини назорат қилади ва барча ҳақиқатни айтаётганлигига ишониш қийин.

Инсонларни ҳолатига кўра кузатиш натижалари

	Очиқ кафтларни суҳбатдошга кўрсатилиши, очиқ ҳолатдаги киши. Бундай ҳолат кишининг тўғрисиқлиги, самимийлигини яққол намоиш этади.
	Ҳужумга ўтиш ҳолати: қўллар чўнтакда, бош бармоқлар ташқарига чиқарилган. Бармоқларнинг намоишкорона ташқарига чиқарилиши мазкур кишининг ўзини суҳбатдошдан устун сезаётганлигидан далолат беради. Ўз қўл остидаги ходимлар билан суҳбатлашаётган раҳбарларга хос.
	Лидерлик сифатларини яшираётган киши: Қўллар орқада, бош бармоқ ташқарига чиқарилган. Кучли ва ҳатто агрессив кишилар кўпинча шу ҳолатни эгаллайдилар.
	Ҳужумкор ҳолат: қўллар чўнтакда бош бармоқлар ташқарига чиқарилган.
	Ўз-ўзига ишонч ва устунлик ҳолати: юқори даражадаги бошлиқлар ва раҳбарлар учун характерлидир.
	Ҳимоя ҳолати: Қўллар ва оёқлар чалиштирилган. Нотаниш муҳитга ва бегона одамлар орасига тушиб қолган, ўзига ишончсиз киши ҳолати. Кўпинча бу ҳолатда киши барча тугмалари қадалган, бошқалардан узоқроқ масофада туришга ҳаракат қилади.
	Қўллар чалиштирилишининг яширин кўриниши: ўз қўлидан тутиб туриш. Бу ҳолат атрофдагилар билан кўринмас тўсиқ ўрнатадиган ярим ҳимоя ҳолати.
	Амалга ошмаган умидлар вазиятга негатив муносабат: Мазкур жест кишига ўз хотиржамлигини сақлаб туришга имкон беради. Ота-оналар салбий нохуш ва хавфли ҳолатларда болаларнинг қўлидан худди шундай ушлаб олишади.

	Киши қатъий позицияни эгаллаган: Нафақат қўллар чалиштирилган балки, бармоқлар қўл юқорисидан маҳкам тутиб турибди. Ушбу ҳолат кишининг вазиятга бўлган негатив, тушкун муносабатини акс эттиради.
	Кишининг ўзига ишончи йўқ ва чалиштирилган қўллар тўсиғи билан ўзини ҳимоя қилади. У ўзини сиқилган ҳолатда сезади, мулоқотга ва ўзаро тушунишга интилмайдди. Балки, суҳбатдош унга ёқмайди ёки уни хафа қилган.
	Яширин асабийлик: Қўллар чалиштирилишининг яширин кўриниши кўпроқ оммавий нутқ сўзлаш чоғида кўпчиликнинг диққат эътиборида бўлган кишилар томонидан қўлланилади. Киши хавфсизликни ҳис қилиш мақсадида сумкаси, соати ёки тўғноғичига тегиш орқали ҳимоя тўсиғи ҳосил қилиши мумкин.
	Ўзини оқламаган умидлар ва ўз-ўзини назорат ҳолати: Қўл гўё ўзини нотўғри ҳаракатлардан тутиб қолиш мақсадида бошқа қўл биллагидан ёки юқориқадан каттиқ ушлаб туради. Қўл қанчалик юқоридан ушлаган бўлса, кишининг асаби шунчалик таранг бўлади.
	Ҳужумга тайёрлик: Мушт бўлиб тугилган бармоқлар ва чалиштирилган қўллар душманларча муносабатни билдиради. Одатда бу ҳолат тишларнинг бир-бирига жипслашиши ва юзнинг қизариши билан бирга кечади. Бу жестдан сўнг киши одатда сўз билан ёки жисмоний ҳамла қилиши кузатилади.
	Очиқ қафтлар Қўл жестлари орасида энг мақбули. Очиқлик ҳаққонийлик суҳбатдошни тан олиш ва унга ишонч белгисидир.
	Кафтлар ўзи томонга қаратилган Янада яқин, чин кўнгилдан бир-бирини тушунишга асосланган мулоқотга таклиф. Юракдан чиқаётган сўзлар.
	Кескин айлантирилувчи қўллар Суҳбатдош уни тўғри тушунишларини истаган ҳолда фаол қўл ҳаракатларини амалга оширилади, ўз фикрларини етарли даражада очиқ- ойдин баён этишга ҳаракат қилади.

	Бош ва кўрсаткич бармоқлар бир-бирига теккизилган ҳолат Аниқлик, тартиб ва мантиқийлик тарафдори. Насихатгўйлик ва мураббийлик жести. “Окей” жести билан адаштирмаслик лозим.
	Кафтлар тепага қараган, бармоқлар ярим букилган Ўзига тортувчи етакчилик, ҳукмронлик. Вазиятни бошқариш ва устунликка интилиш.
	Иккала қўл бармоқларининг бир-бирига чалиштирилган ҳолат Юз олдида қўлларнинг чалиштирилиши оқланмаган умидлар ва ўз салбий муносабатини яширишга ҳаракат қилинаётганлигидан далолат беради.
	Иккала қўл бармоқларининг стол устида ёки ўтирган одам учун тиззада чалиштирилиши Ҳатто одам жилмаяётган ёки қувноқ овозда сўзлаётган бўлса-да, ушбу ҳолат ҳафсаланинг пир бўлганлиги ва жаҳлни яширишга ҳаракат 39 қилаётганлигидан дарак беради
	“Пирамида” жести Ўз-ўзига ишонч “Мен ҳаммасини биламан” деган маънони билдиради, ўз қўл остидагилар билан гаплашаётган раҳбар ёки бошқаларга йўл –йўриқ кўрсатаётган кишиларга хос ҳаракат.
	Агрессия Кўзойнак устидан қараш кечаётган ҳодисаларга танқидий муносабатни англатади, суҳбатдошни ҳимояланишга ва ўз-ўзини оқлашга мажбур этади.
	Кўзойнак туткичини тишлаш Вақтни чўзишга интилиш. Тинчлантирувчи жест. Кашандалар бу мақсадда сигаретадан фойдаланишади, болалар бармоғини сўра бошлайди.
	Фикрлаш Чуқур мулоҳаза, ўз фикр ва туйғуларига ғарқ бўлиш. Сўнгги қарорни қабул қилиш арафаси
	. Зерикиш Эшитувчи ухлаб қолмаслик учун бошини қўли билан ушлаб туради. Бошнинг кафтга бутунлай суяниб олиши кизиқишнинг умуман йўқлигидан далолат беради. Кўпинча бунинг устига бармоқ учлари билан столни тақиллатиш ёки оёқларни қимирлатиш, сабрсизлик, бошқа эшитишни

	хоҳламасликни намоиш этади. Бармоқлар ярим букилган ҳолда қўлнинг чеккага енгил қўйилиши (бош қўлга суянмаслиги лозим) ҳақиқий қизиқиш пайдо бўлганлигидан далолат беради.
	Танқидий баҳо Эшитувчи томонидан кўрсаткич бармоқнинг вертикал ҳолатда чеккага қўйилиши, шу билан 40 бирга бош бармоқ иякни тутиб туриши унинг сўзлаётган кишига ёки умуман ушбу вазиятга танқидий муносабатини билдиради.
	Иякни силаш Қарор қабул қилиш жараёни. Агар олдинги баҳолаш (зериқиш, қизиқиш, танқидий баҳо) жистларидан сўнг ўз фикр-мулоҳазасини баён этиш сўралса, иякни силаш жести пайдо бўлади. Бу ҳолатда одамга халақит бермаган ва шошилтирмаган маъқул.
	Авторитарлик, агрессивлик Ўз ҳукмини, ўз хулқ-атвор қоидаларини ўтказишга интилиш. Ўнг қўл худди зарба бериш ҳолатидагидек мушт бўлиб тугилган ва кўтарилган. Кўпинча дўқ ва овозни баландлатиш билан биргаликда кечади.
	Тамаки тутунини юқорига пуфлаш Агар киши тамаки тутунини юқорига қараб йўналтирса, бу нарса унинг ўз-ўзига ишониши, кимдандир устунлигини ҳис қилаётганлиги, вазиятни ижобий баҳолаётганлиги каби ижобий ҳис-туйғуларни ҳис этаётганлигидан дарак беради.
	Тамаки тутунини пастга пуфлаш Тутуннинг пастга қараб йўналтирилиши, мазкур кишининг салбий эмоцияларни ҳис қилаётганлигидан, вазиятни негатив баҳолаётганлигидан, сиздан бирор –бир нохуш нарсада шубҳаланаётган ёки ўзининг қайсидир фикрини, мақсадни яширишга ҳаракат қилаётганлигидан дарак беради. Агар киши тамаки тутунини пастга қараб оғиз четидан 41 чиқараётган бўлса, бу унинг вазиятга ўта салбий муносабатда эканлиги ва унинг сир бой бермайдиган киши эканлигини билдиради.

Саломлашиш, қўл ҳаракатлари ва уларнинг мулоқот жараёнидаги аҳамияти Муомала жараёнида ўзаро саломлашиш мулоқотнинг энг муҳим компонентларидан биридир. Қўл бериб сўрашиш аввалда душманлик



истагининг йўқлигини намоиш этишни билдирган бўлса, кейинчалик кишилик жамияти учун этикетга айланди. Суҳбатдошнинг қўл бериб саломлашиш услуби унинг характери ва эмоционал ҳолати ҳақида ахборот беради. Бундан ташқари, новербал хатти-ҳаракатлар миллий ва маданий асосга эга. Ҳар бир миллат, мамлакат кишилари ўз маданий, миллий хусусиятларига мос равишда юриш-туриш, турли имо - ишоралар, тана ҳаракатлари мимикаларидан иборат бўлган новербал хатти- ҳаракатлар тизимига эгадир. Божхоначи кўпинча мамлакатнинг биринчи расмий вакили сифатида турли мамлакат фуқаролари билан мулоқотга киришади. Улар билан муомала жараёнида ҳар бир миллатга мос келадиган алоқа усулларини танлаш ғоятда муҳим аҳамият касб этади. Биргина кенг тарқалган қўл бериб сўрашиш жестиини ҳар хил миллат вакиллари турли хилда қабул қилишади. Масалан, Россияда гуруҳдаги битта одам билан алоҳида қўл бериб сўрашиш мумкин бўлса, Болгарияда бутун гуруҳ билан сўрашиб чиқишга тўғри келади. Франция ва Италияда узатилган қўлингизни албатта сиқишади, Англияда эса чўзилган қўлингиз ҳавода муаллақ қолиб кетиши мумкин. Африка ва Яқин Шарқ халқларида суҳбатдошга тегиб гаплашиш мулоқотнинг зарур шarti бўлиб ҳисобланса, япон маданияти муомалада бевосита яқин алоқа (контакт) ни мақбул кўрмайди. Шунинг эътиборга олиш лозимки, ҳар қандай мамлакатда шашкалоқлик билан қўл узатиш маъқулланмайди.

Қўл бериб саломлашиш 3 турдаги ҳис-туйғуларни намайиш этади.

А	Б	Туйғуларнинг таърифланиши
		Устунликка интилиш: <i>А</i> <i>Б</i> устидан устунлигини намоиш этади, унинг кафти пастга қараган. <i>А</i> <i>Б</i> ни бошқаришга ҳаракат қилади, шунинг учун у билан эҳтиёт бўлиб муомала қилиш лозим.
		Итоат этишига тайёрлик: <i>А</i> <i>Б</i> нинг устунлигини тан олади ва унга бўйсунушга тайёр. <i>А</i> нинг кафтлари юқорига қараган.
		Ҳамкорлик, ўзаро ҳурмат: Иккала қўл кафти вертикал ҳолатда. Иккита кучли шахс бир-бири билан саломлашаётганда қўлларнинг етакчилиги



	ҳолатини эгаллаш учун рамзий кураши юз беради. Кураш натижасида ҳамкорликни намоён этувчи қўл сиқиши вужудга келади. Бу қўл бериб сўрашиш жестлари ичида энг мақбули.
	“Қўлқоп” усулидаги саломлашиш: Сиёсатчилар қўл сиқиши: А Б га ўзининг тўғрисиқлиги ва ишончга сазовор эканлигини таъкидламоқчи бўлади. Агар кишилар биринчи маротаба учрашаётган бўлсалар, А нинг муносабатида эҳтиёткорлик ҳамда шубҳа мавжудлигини англатади.
	“Ўлик балиқ” кўринишидаги сўрашиш: А нинг қўл сиқиши совуқ ва бўшанг, бу унинг характери кучсизлиги ва пассивлигидан дарак беради. А қўлни осонлик билан устун ҳолатга келтириш мумкин.
	“Бармоқлар қирсиллаши” кўринишида саломлашиш: Б агрессивлигини ва ён бермаслигини намоёиш этади.
	А Б Масофани сақлаш: Б нинг қўли узатилган ҳолатда, ўз шахсий доирасига киритмаслик мақсадида А ни масофада ушлашга ҳаракат қилади. Бу ҳолат Б нинг агрессивлигини характерлайди.
	А Б Ўзи томонга тортиш: Б – юмшоқ табиатли ва фақат ўз шахсий доирасида ўзини яхши ҳис қиладиган ўзига ишончсиз одам.
Суҳбатдошнинг қандай ҳолатда ўтириши унинг ҳис-туйғулари, сизга ва вазиятга бўлган муносабати ҳақида ахборот беради. Очик ва самимий мулоқот учун имконият яратувчи ҳолатлар “очик ҳолатлар” деб аталади.	
	Қўллар чалиштирилмаган, эркин ҳолатда суянчиқ устига қўйилган; Агар суянчиқ бўлмаса, тиззалар устига қўйилган, қомат тик ҳолатда ва бир вақтнинг ўзида бироз бўш қўйилган. Оёқлар ҳам чалиштирилмаган, табиий ва эркин ҳолатда, тўғри қўйилган (оёқни оёқ устига қўйиш мумкин, бу нарса юқори даражадаги эркинликдан дарак беради).



	Суҳбатдош кўзингизга диққат билан хотиржам тикилади. Бош тўғрига қараган (ён томонга эгилмаган, “бурнини кўтармаган”, “қош остидан” тикилмаган). Елкалар эркин ҳолатда туширилган.
	“Ёпик ҳолатлар” эса кишининг ўзини ноқулай сезаётганлиги, нохуш вазиятдан ўзини ҳимоя қилишга интилишдан дарак беради.
	“Оёқнинг–оёққа чалиштирилиши” оддий ҳолати. Ўнг оёқ чап оёқ устига қўйилган. Киши асабий, сиқик, ўз заифлигини яширишга ҳаракат қилади. Вазиятга салбий муносабатда.
	“Америкача позиция”. Шерингиз эътироз билдиришга ёки очикча чақирув ташлаш истагида. Одатда бундай шахслар етакчи ёки тинчликка раҳна солувчи кишилардир.
	Суҳбатни давом эттиришдан бош тортиш, суҳбатдошга ва вазиятга ўта салбий муносабат. Тўлиқ даражадаги ёпик ҳолат: оёқлар чалиштирилган, қўллар кўкракда чалиштирилган.
	Қатъиятсизлик ҳолати: Оёқ-оёқ устига қўйилган, қўллар кулф ҳолатида тиззани тутиб туради. Ўзига ишончсизлигини яширишга ҳаракат қилади.
	Товонларнинг чалиштирилиши – кучайтирилган ҳимоя позаси. Камтар ва уятчан аёлларга хос хусусият.
	Тўпиқларнинг чалиштирилиши кўркүвдан, асабийликдан, салбий эмоцияларни яшириш истагидан далолат беради. Одатда сўроқ пайтида ўз сўзлари ва эмоцияларини назорат қилишга ҳаракат қилаётган кишилар ўзини шу ҳолатда тутди. Одатда бундай шахслар етакчи ёки тинчликка раҳна солувчи кишилардир.

Нотиклик санъати

Нотиклик луғатда нутқ сўзламоқ, хутба ўқимоқ, нотик бўлмоқ маъноларини англатади. Нотиклик қадим даврлардан бери алоҳида маҳорат, санъат сифатида, инсондаги махсус ноёб қобилият тарзида талқин этиб келинади. Шу туфайли нотикликни нутқ маданиятидан фарқлаш лозим. Ҳар қандай оғзаки нутқ шакли нутқий маҳорат маъносидаги нотиклик бўлавермайди. Сўзлаш маданияти ҳақида гап юритувчи ва ҳатто нотиклар, тарғиботчиларга мўлжалланган асарлар ҳам, бизнингча “Нотиклик санъати” номи билан аталавермаслиги керак.

Нотиклик санъатида тингловчиларни, оммани ўзига тортишга интилиш мақсади биринчи ўринда туради. Нотикнинг нутқи чиройли, жозибали бўлиши шарт. Чиройлиликка эришиш учун нутқнинг мазмунига, мантиқий кучига, жумлалар жимжимадорлигига катта эътибор берилади. Г.О. Винокур ўзининг (“Тил маданияти”) асарида нутқ маданиятининг нотиклик билан боғлиқ томонларига алоҳида тўхталади.

Нутқ маданияти ва нотиклик санъати умумий, ўхшаш томонларга эга. Ҳар иккала соҳа тил ва нутқ, инсон нутқи билан алоқададир. Ҳар иккаласи кишилар нутқий фаолиятининг фойдали, таъсирчан, ўткир бўлиши учун курашади, инсоннинг нутқий маданиятини, унинг нутқий ҳаётини, ўстиришга хизмат қилади. Нутқ маданияти ҳам, нотиклик ҳам нутқий одоб, нутқий гўзаллик, нутқий мантиқ қонуниятларидан озиқланган ҳолда иш кўради. Шунга қарамасдан бизнинг назаримизда нутқий санъат маъносидаги нотикликни, яъни фавқулудда нутқий маҳорат ва қобилият бўлган нотикликни оммавий нутқ (нотиклик)дан фарқлаш лозим. Баъзи нотикларда учрайдиган нотиклик санъати оғзаки нутқ соҳасида шахсий қобилият ва фаолияти туфайли эришилувчи алоҳида санъатдир.

Нутқ маданияти тушунчаси айнан нотиклик санъатининг ўзи эмас, аммо у нотиклик маҳоратига нисбатан олганда қандайдир ўта оддий ва ўта сийқа тушунилувчи ҳодиса ҳам эмас. Бу ўринда В.Г.Костюмаров томонидан айтилган ушбу сатрларни келтириш мумкин: “Чечанлик (красноречие) ёки бадий сўз санъатига эриштиришни кўзда тутмаса ҳам у нутқда фақат кам грамматик меъёрларга амал қилиш масалалари билангина чегараланмайди.” Бошқача айтганда, нутқ маданияти фақат тўғрилиқнинг узидангина иборат



эмас. Нутқ маданиятига нутқнинг турли услуб ва жанрга хос бўлган тил вариантларини, фикр ифодалашнинг кўп сонли воситаларини эгаллаш, шунингдек, нутқнинг ижтимоий анъаналаридан келиб чиқувчи турлича типлари ва жанрларини ўзлаштириш ҳам тааллуқлидир. Нутқ маданияти ва нотиклик санъати тушунчалари орасида баъзи ўхшашлик, яъни умумий томони бор. Бу ҳар иккала соҳанинг мақсади иш кўриш қуролининг умумийлигида кўринадиган, аммо шунга қарамасдан нутқ маданияти тушунчаси билан нотиклик тушунчаси айнан бир нарса эмас.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Мулоқот маданияти . Г.Каримова ва бошқалар. 2018. Т. Низомий номидаги Тошкент Давлат педагогика университети ҳузуридаги халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш ҳудудий маркази.
2. TIBBIY ETIKA VA DEONTOLOGIYA ASOSLARI. YUsupov Hamza Safarovich. JOURNAL OF NEW CENTURY INNOVATIONS. Volume-632_Issue-2_Iyul_202361-68. <http://www.newjournal.org/>.
3. Tibbiyot xodimlarining kasbga doir siri va qaysi holatlarda bu tibbiy sir qonunga muvofiq oshkor etilishi mumkin. YUsupov Hamza Safarovich. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. Выпуск журнала № – 25 Часть-1_ Июль –2023. <http://www.newjournal.org/>.
4. “Тиббиёт йўналишида таълим олаётган талабаларни ўқитишда, уларда клиник фикрлашни шакллантириш”. YUsupov Hamza Safarovich. Ta'limda raqamli texnologiyalarni tadbiq etishning zamonaviy tendensiyalari va rivojlanish omillari. oktyabr 2023 38-4423-to'plam. www.pedagoglar.uz . Миллий конференция.
5. Тиббиёт институтида талабаларни ўқитишда тиббий этика ва деантологиядан чиқмаган ҳолда “сеҳрли сўз” лардан фойдаланиш. YUsupov Hamza Safarovich. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. Выпуск журнала №-40 Часть-4_ Март –2024 116-122. <http://www.newjournal.org/>

