

MULOQOT JARAYONIDA MANIPULYATOR INSONLARGA NISBATAN QARSHI TURISH YO‘LLARI

Z.Sh.Alimardonov O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti,
Xizmat faoliyatini tarbiyaviy psixologik ta‘minlash kafedrasini boshlig‘i, p.f.f.d
(PhD), dotsent

S. Eshtilovov – O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti,
kursanti

Ma‘lumki, jamiyatda manipulyatsiya o‘z maqsadlariga erishishning keng tarqalgan usuli hisoblanadi. Bu orqali manipulyator sizning ehtiyojlaringiz, qiziqishlaringiz va nuqtai nazaringizni hisobga olmasdan, o‘z foydasini ko‘zlashga harakat qiladi. Bir so‘z bilan aytganda, siz boshqa odamlarning xohish-istaklarini qondirish vositasiga aylanasiz. Natijada ko‘p hollarda siz unga e‘tibor bermaysiz va juda kech ekanligini tushunasiz. Shuning uchun o‘zingizni manipulyatsiyadan himoya qilish asosiy vazifangiz ekanligini unutmang. Bunday vaziyatda ongli ravishda o‘z manfaatlaringiz va maqsadlaringizni rejalashtirishingiz hamda ularni amalga oshirishga e‘tibor qaratishingiz lozim. Shu o‘rinda barchamizda haqli savol tug‘iladi. Biz o‘zimizni manipulyator insonlardan qanday himoya qilishimiz va unda qanday himoya usullaridan foydalanishimiz maqsadga muvofiq. Bu borada insonlar manipulyator shaxsga to‘qnash kelganda o‘zlarida quyidagi himoya usullarini qo‘llashlari samarali hisoblanadi.

1. Emotsional o‘zini o‘zi nazorat qilish. Manipulyatsiya - bu insonning his-tuyg‘ulari va emotsiyalariga ta‘sir qilish orqali ularni hissiy o‘zini o‘zi boshqarishdir. Bu nima degani? Shu o‘rinda muhim qoida – hissiyotga berilmasdan aql-idrok orqali qaror qabul qilish shuningdek, oqilona fikrlashni afzal ko‘rish hisoblanadi. Bu qarorni qabul qilishda his-tuyg‘ularingizni e‘tiborsiz qoldirishingiz kerak emas, balki ularni ongingiz orqali muvozanatlashtirgan holda tizimlashtirishga harakat qiling. Har qanday vaqtda his-tuyg‘ularingiz va emotsiyalaringizdan xabardor bo‘lishni o‘rganing va qaror qabul qilishda ularni nazorat ostida saqlang. Shunday qilib, siz manipulyator insonlarni ular foydalanadigan asosiy quroldan mahrum qilasiz.

2. Vaqtni to‘g‘ri rejalashtiring. Taklifga rozi bo‘lishdan oldin o‘ylab ko‘ring. Vaqt cheklovlari ko‘pincha noto‘g‘ri qarorlar qabul qilish uchun sabab bo‘ladi va haqiqiy manipulyator buni biladi. U sizni o‘ziga jalb qilish va imkon qadar

tezroq rozi bo‘lishingiz uchun qo‘lidan kelganini qiladi. Shoshilmang! O‘ylashga vaqtingiz bo‘lsa, vaziyatni ehtiyotkorlik bilan baholashga harakat qiling. Natijada, bu o‘zingizdagi muammolardan qutilish imkonini beradi.

3. “Yo‘q” deyishni o‘rganing. Ko‘pincha osonlikcha manipulyatsiya qilinadigan odamlar qanday qilib rad qilishni bilishmaydi. Ular kimlar bilan muloqotga kirishayotganligini bilishadi lekin o‘zlarini himoya qilish uchun hech narsa qila olmaydilar. Ular oddiy narsalarga nisbatan ham yo‘q deyish imkoniyatiga ega bo‘lmaydilar. Bunday vaziyatda manipulyator insonlar samarali foydalanadilar. Chunki insonlarda rozi bo‘lishiga nisbatan moyillikni kuchli darajada ekanligi ularni boshqarish birmuncha oson kechishi kuzatiladi. Manipulyatorlarga yo‘q deyishni o‘rganish sizga o‘z ehtiyojlaringiz va istaklaringizga “ha” deyish imkonini beradi.

4. Manipulyatorning niyatlarini oshkor qilish. Manipulyatsiyadan himoya qilishning faol usuli - manipulyatorning niyatlarini aniq oshkor qilishdan iborat. Ovozengizda aql bovar qilmaydigan ohang bilan aniq savollar bering yoki raqibingiz ko‘zlayotgan maqsad haqida to‘g‘ridan-to‘g‘ri so‘rang. Savollar juda muhim. So‘rang! Siz muloqot qilayotgan boshqa odamlarning hulq-atvorlar haqida kinoyadan foydalanish ham yaxshi himoya yechimidir. Shuni yodda tutingki, kinoya faqat bu odam bilan bo‘lgan munosabatingizni qadrlamaydigan hollarda mos keladi.

5. E’tibor bermaslik. E’tibor bermaslik - oldingi usuldan farqli ravishda, bu yerda siz o‘zingizning passivligingizga tayanasiz. Bajarishingiz kerak bo‘lgan yagona narsa manipulyator aytgan yoki qiladigan narsalarni o‘tkazib yuborishdir. Siz xushmuomalalik bilan uning niyatlarini bilishingizni bildirishingiz mumkin. Uzoq va mazmunli pauzalar, sukunat daqiqalari va “Boshqa narsa haqida gaplashsak, sizga qarshimi?” degan iboralardan o‘rinli ravishda foydalanish kerak.

6. Manipulyatsiyaga qarshi turing. Suhbatdoshingizning yashirin niyatlarini tushunganingizda, ularni ko‘rsatishga shoshilmang. U sizni zulmatda deb o‘ylagancha harakat qilsin. Shunday qilib, vaziyat sizning nazoratingiz ostida bo‘ladi. Masalan, siz uning xohishiga rozi bo‘lishingiz mumkin, ammo ichkaridan fikriga qo‘shilmasligingiz tabiiy. Asosiysi, natija uning manfaatlariga mos keladi, shuning uchun u kashf etilganini tushunmaydi.

7. Oldindan aytib bo‘lmaslik. Manipulyatsiyaga qarshi ayniqsa samarali himoya - bu oldindan aytib bo‘lmaslikdir. Shu o‘rinda ta’kidlash joizki, oldindan aytib bo‘lmaydigan odam immunitetga ega ekanligi bilan ajralib turadi. Natijada u haqida biror bir fikrni shakllantirish yoki uning harakatlarini oldindan bilish qiyin. Ko‘p hollarda oldindan aytib bo‘lmaydigan odamlar o‘zini yuqori baholaydi, o‘ziga

nisbatan ishonch, zukkolik va topqirlikka ega. Ularda qiyin vaziyatlarda doimo adekvat va moslashuvchanlik xususiyati mavjud. Ular o‘zini o‘zi ta’minlash xususiyatining mavjudligi bilan ajralib turadi.

8. Muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish. Kommunikativ odamlarni manipulyatsiya qilish qiyin. Ular boy muloqot tajribasiga ega va kimdir ulardan foydalanishga harakat qilgan paytlarini osongina his qilishadi. Maqsadli muloqot odatlarini rivojlantiring va siz manipulyatorlardan himoyalanasiz.

Keltirilgan fikrlardan ko‘rinadiki, manipulyator insonlardan himoyalanişning asosiy usullarini bilish bugungi kun uchun eng muhim hisoblanadi. Darhaqiqat insonlar ommasini o‘z maqsadlari yo‘lida boshqarishga harakat qilishlar soni ortib borishi bilan birga ulardan himoyalaniş usullarini bilish ham maqsadga muvofiq. Albatta, bunday choralarni ko‘rishning birinchi va eng muhim sharti manipulyatorning niyatlarini va uning usullarini oshkor qilish, keyin esa himoya choralari ko‘rishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Андреева Г.М. Психология социального познания. М: Аспект-Пресс, 1997
2. Базаров Т.Ю. Управление персоналом: учебник для вузов – 2 изд, М.: ЮНИТИ, 2002
3. Бочарова С.И., Землянская Е.В. Психология управления. Харьков ИК, 1998
4. Волков Е.Н. Методы вербовки и контроля сознания в деструктивных культах // журнал практического психолога, 1996, №3
5. Волков Е.Н. Основные модели контроля сознания (реформирование мышления) // журнал практического психолога, 1996, №5
6. Волков Е.Н. Существует ли контроль сознания (реформирование мышления) Теоретические и практические аспекты дискуссии // Электронная версия: [http:// www.scinnov.ru/socio/people/volkov/descult/dismind.html](http://www.scinnov.ru/socio/people/volkov/descult/dismind.html).