

“Мулоқот кўникмалари” тренинги

Хурвалиева Тармиза Латиповна

Педагогика фанлари номзоди,

доцент

Танишув

- Ҳар бир иштирокчи варақа-карточкада ўз исмини, мулоқот билан боғлиқ сифатлари, шиори, хобби-қизиқишларини ёзади. Шундан сўнг барча иштирокчилар давра куриб, ўзларини таништирадилар.

“Мулоқот” тушунчаси – Мини-маъруза, муҳокама – 20 дақ

Мулоқот-бу кишилар ўртасидаги муносабат, алоқа, диалог, сўзлашув, ахборот айирбошладир.

Мулоқотга бўлган эҳтиёж ёки бошқача айтганда, коммуникатив эҳтиёж инсоннинг бошқа инсонларни билиш ва баҳолашга, улар орқали ва улар ёрдамида – **ўзини билиш ва ўзига баҳо беришга** интилишидан иборат.

**Мулоқот
воситалари**



Новербал



Вербал

Вербал, новербал мулоқот – “Учрашув жойи” машқи

Сизнинг жуфтларингиз қайтиб кирганида, 5 дақиқа давомида Сиз гапирмасдан туриб, сўзларни ишлатмаган ҳолда: “Бугун кечқурун соат 5 да “Космонавтлар” метроси олдида учрашиб, кинога тушайлик», деган фикрни ифодалашингиз керак”.

Иккинчи гуруҳга тренер қуйидагича кўрсатма беради:

“Хонага кирганингизда, жуфтингизни топинг. Шеригингиз Сизга имо-ишоралар орқали нимани кўрсатаётганини тушунишингиз керак. Сиз эса унга бемалол савол беришингиз ва эркин гапиришингиз мумкин”. Топшириқ ниҳоясида иккинчи гуруҳнинг ҳар бир иштирокчиси бир парча қоғозда ўзи тушунган фикрни қайд этиши лозим.

Бузилган телефон” ролли ўйини

- Тренер 3 та кўнгиллининг хонадан чиқиб туришини илтимос қилади. Шундан сўнг хонада қолган иштирокчиларга тренер тасвирни (журналдан фотосурат ҳам бўлиши мумкин) кўрсатади. Тасвирда майда деталларнинг кўп бўлиши муҳим саналади. Масалан: кўл, қайиқларда сайр қилаётган жуфтлар, кўлнинг у қирғоғидан бу қирғоғигача ястаниб турган чиройли кўприк, яшил боғ ва ҳоказо. Барча иштирокчилар тасвирни кўрганларидан сўнг тренер улардан бирига хонага қайтиб кирган биринчи кўнгиллига тасвирда кўрган нарсаси ҳақида гапириб беришини илтимос қилади. Қолган иштирокчилар рўй бераётган воқеаларни шарҳламасликлари лозим. Шундан сўнг тренер биринчи кўнгиллининг хонага киришини сўрайди ва унга қуйидаги топшириқни беради: “Сенинг вазифанг — сенга гапириб бериладиган ахборотни диққат билан тинглаш ва имкон қадар кўпроқ ахборотни хотирада сақлаб қолишдан иборат. Сен келгуси иштирокчига бу ерда эшитганларингни энг юқори даражадаги аниқлик билан айтиб беришинг керак”.



Табиат



“Дўстимга кўнғироқ” машқи.

Биринчи вариант бўйича кўнгилли телефон гўшагини кўтарганида тренер унга анча кескин оҳангда ва ҳийла кўпол равишда мурожаат қилади. Масалан, “Кимсан? Менга Нигинани чақир”. Иккинчи вариантда тренер ўз суҳбатдошига иззат-ҳурмат асосида, ҳайрихоҳлик оҳангида мурожаат қилади. Масалан, “Ассалому алайкум, безовта қилганим учун узр, илтимос, Нигинани телефонга чақириб юборасизми?”. Жавоб реакцияси ўзгаради ва бу реакция мулоқот давомида суҳбатдошга қандай мурожаат қилинишига боғлиқ бўлади.

“Мен кимман?” машқи.

- Тренер кўнгилли бир одамни чақиради ва унга бирор сўз, масалан, “Жираф” сўзи битилган ёзувни кўрсатади. Кўнгилли “Мен кимман?”, дея иштирокчиларга мурожаат қилади. Иштирокчилар унга ёпиқ саволлар бериши ва рўпарасида ким турганини аниқлаши лозим (кўнгилли фақат “ҳа” ёки “йўқ” дея жавоб қайтариши мумкин).

Энержайзер

“Шундай қилгинки, сенга қарсак
чалишсин”.

Иштирокчилар орасидан уч кўнгилли чақирилади

улар аудиториядан чиқиб кетади ҳамда аудиториядагилар унга қарсак чалиши учун нимадир қилиш топшириғини олади. Бу вақтда аудиторияда қолганларга шундай топширик берилади: “ким кирса, унинг ҳар бир ҳаракатини такрорланг ва ўзи қарсак чалишни бошлаганидагина қарсак чалинг”. Сўнгра аудиторияга чиқиб кетганлардан бири таклиф этилади, у давра ичига ўтиб, бирор нарса қилишни бошлайди. Ўйиннинг мазмуни шундаки, чиқиш қилаётган киши қарсак чалиши кераклигини тушуниб етиши керак ва шундагина бутун гуруҳ унга қарсак чалади.

Суҳбатдош томонидан юборилаётган муҳим хабар-сигналлар:

Инсонлар очик бўлганида:

- Кўзлари билан алоқа қидирадилар
- Қўлларини узатадилар
- Табиий жилмаядилар
- Қисиниб-қимтиниб турмайдилар

Инсонлар ёпиқ бўлганида:

- Кўз орқали мулоқотга чап берадилар
- Ўзларини орқага ташлайдилар
- Стол тагида оёқларини чалиштириб ўтирадилар
- Қўлларини қовуштириб ўтирадилар
- Зўриқиб турадилар

Новербал ҳаракат натижаларидан намуналар