

KONFLIKTLARNING TURLARI VA TALABALARNING ULAR BILAN KURASHISH STRATEGIYALARI

Hafizova Firuza Baxtiyorovna,

Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

Annatatsiya. Ushbu ilmiy ish talabalar orasidagi konfliktlarning turli turlari va ularni boshqarishning samarali psixologik strategiyalarini o'rganishga qaratilgan. Konfliktlar ijtimoiy guruhlarda, ayniqsa ta'lim muassasalarida keng tarqalgan bo'lib, talabalarning o'zaro munosabatlariga ta'sir ko'rsatadi. Ishda, talabalar orasidagi konfliktlarning asosiy sabablarini aniqlash, ularni konstruktiv ravishda hal qilish uchun zarur bo'lgan psixologik yondoshuvlar va metodlar keltirilgan.

Kalit so'zlar. Stressga chidamlilik, konfliktlarni boshqarish kompetensiyasi, talabalarning psixologik moslashuvi, emotsional intellekt, muloqot madaniyati, konstruktiv nizolarni hal qilish, psixologik barqarorlik, moslashuvchanlik va stressni boshqarish.

Аннотация. Данное научное исследование направлено на изучение различных типов конфликтов среди студентов и эффективных психологических стратегий их управления. Конфликты являются неотъемлемой частью социальных групп, особенно в образовательных учреждениях, и оказывают влияние на межличностные отношения студентов. В работе рассматриваются основные причины конфликтов среди студентов, а также психологические подходы и методы, необходимые для их конструктивного разрешения.

Ключевые слова. Стрессоустойчивость, компетентность в управлении конфликтами, психологическая адаптация учащихся, эмоциональный интеллект, культура общения, конструктивное разрешение конфликтов, психологическая стабильность, гибкость и управление стрессом.

Annotation. This research paper focuses on studying the different types of conflicts among students and effective psychological strategies for managing them. Conflicts are an integral part of social groups, particularly in educational institutions, and influence

students' interpersonal relationships. The paper identifies the main causes of conflicts among students and presents the psychological approaches and methods necessary for their constructive resolution.

Key words. Stress tolerance, conflict management competence, psychological adaptation of students, emotional intellect, communication culture, constructive conflict resolution, psychological stability, flexibility and stress management.

Kirish. Konfliktlar inson hayotining ajralmas qismi bo'lib, ular har bir ijtimoiy guruhda, shu jumladan talabalarda ham yuzaga keladi. Talabalar orasidagi konfliktlar, ularning o'zaro munosabatlari, o'qish jarayonidagi stress, shaxsiy qiyinchiliklar va turli ijtimoiy omillar tufayli paydo bo'lishi mumkin. Konfliktlarning turli shakllari va sabablarini tushunish, ularni konstruktiv ravishda boshqarish uchun samarali strategiyalarni ishlab chiqish muhimdir. Talabalar orasidagi konfliktlar o'qish va ijtimoiy faollik darajasiga ta'sir ko'rsatishi mumkin, shuning uchun ularni boshqarish va oldini olish uchun psixologik yondoshuvlar va amaliy strategiyalar zarur.

Konfliktlarning turlari va talabalar ularni qanday hal qilishlari mumkinligi haqidagi tushunchalar, nafaqat talabalarning o'zaro munosabatlarini yaxshilashga, balki umumiy ijtimoiy muhitni ham barqarorlashtirishga yordam beradi. Mavjud konfliktlarni samarali boshqarish, talabalarning psixologik barqarorligini ta'minlashga, ularning o'zaro hurmat va tushunishni rivojlantirishga xizmat qiladi. Ushbu mavzuda, turli konflikt turlari, ularning xususiyatlari va talabalar orasida samarali konflikt boshqarish strategiyalari haqida so'z yuritiladi.

Bugungi kunda oliy ta'lim tizimi nafaqat kasbiy bilim berish, balki talabalarni ijtimoiy hayotga tayyorlash, ularning shaxsiy rivojlanishi va psixologik barqarorligini shakllantirishga ham xizmat qiladi. Ta'lim jarayonida talabalar nafaqat bilim oladilar, balki yangi muhitga moslashish, jamoada o'z o'rnini topish va muloqot madaniyatini rivojlantirish kabi muhim bosqichlarni ham bosib o'tadilar. Ushbu jarayonda duch kelinadigan qiyinchiliklar, jumladan, stress va konfliktlar talabalarning ruhiy holatiga, akademik natijalariga va ijtimoiy moslashuv jarayoniga ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Stressga chidamlilik va konfliktlarni boshqarish – shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qilish, murakkab sharoitlarda to‘g‘ri yo‘l topish va nizolarni konstruktiv hal qilish qobiliyatidir. Ushbu ko‘nikmalar hayotiy tajribalar va ta’lim jarayonida shakllanadi hamda insonning muvaffaqiyatli jamiyat a’zosi bo‘lishiga xizmat qiladi. Talabalik davrida yuzaga keladigan stress va nizolar aksariyat hollarda yangi hayotiy bosqichga o‘tish, mustaqil qarorlar qabul qilish va akademik talablarga moslashish bilan bog‘liq bo‘ladi.

Bunday sharoitda talabalarining stressga chidamlilik darajasi ularning turli vaziyatlarda o‘zini qanday tutishi, qanday qarorlar qabul qilishi va konfliktli holatlarga qanday munosabatda bo‘lishini belgilaydi. Stress bilan samarali kurashish va nizolarni konstruktiv boshqarish ko‘nikmalariga ega talabalar jamoada tez moslashib, akademik va shaxsiy hayotlarida ijobiy natijalarga erishadilar. Shu sababli, mazkur tadqiqot aynan ushbu ikki muhim jihatning o‘zaro bog‘liqligini tahlil qilish va talabalarining psixologik barqarorligini oshirishga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqishga yo‘naltirilgan.

Ushbu mavzu nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyatga ega bo‘lib, oliy ta’lim muassasalarida talabalar uchun stressni boshqarish va nizolarni konstruktiv hal qilish bo‘yicha maxsus dasturlar va psixologik treninglarni joriy etish zaruriyatini ilgari suradi. Shu bilan birga, talabalarga stress va nizolarni konstruktiv boshqarish bo‘yicha zaruriy ko‘nikmalar berilishi ularning kelajakdagi kasbiy faoliyati va shaxsiy hayotiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

D.Goleman (2021) "Hissiy intellekt" asarida stressga chidamlilikni rivojlantirish uchun shaxsning emotsional nazorati, empatiya va kommunikativ ko‘nikmalar muhimligini ta’kidlaydi. Uning nazariyasi stressni boshqarish va konfliktlarni konstruktiv hal qilish o‘rtasidagi bog‘liqlikni ko‘rsatib beradi.

N.V.Grishina (2020) "Psixologik konfliktlar nazariyasi" kitobida nizolarni hal qilish usullarini tasniflab, ularni shaxslararo va ijtimoiy guruh nizolariga ajratadi. Uning tadqiqotlari talabalar jamoasida uchraydigan konfliktlar va ularni konstruktiv hal qilish usullarini o‘rganishda muhim manba bo‘lib xizmat qiladi.

K.Thomas & R. Kilmann (2019) "Conflict Mode Instrument" asarida konfliktlarni boshqarishning besh asosiy strategiyasini (raqobat, moslashuv, murosaga kelish, hamkorlik va chekinish) ajratib ko'rsatadi. Ushbu model talabalar o'rtasidagi nizolarni hal qilish jarayonida samarali qo'llanishi mumkin.

L.V.Kulikova (2020) stressga chidamlilikni rivojlantirish uchun psixologik moslashuv, muammoli vaziyatlarga to'g'ri yondashish, va shaxsiy o'sish strategiyalari muhimligini ko'rsatadi. Uning tadqiqotlari talabalarning stress bilan kurashish qobiliyatlari shaxsiy fazilatlar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va o'z-o'zini anglash darajasiga bog'liqligini ko'rsatadi.

Konfliktlar har qanday insoniy munosabatlarda uchraydi va ularni samarali hal qilish shaxsiy va kasbiy rivojlanishning muhim omillaridan biridir. N. V. Grishina (2020) "Psixologik konfliktlar" asarida konfliktlarni hal qilishning asosiy usullarini bayon etib, ularni shaxsiy konfliktlar, ijtimoiy konfliktlar, va guruhviy konfliktlar sifatida tasniflaydi. Ushbu tadqiqot konfliktlarning yuzaga kelish sabablarini aniqlash va ularni boshqarish metodlarini ishlab chiqishda asos bo'lib xizmat qiladi.

K. Thomas & R. Kilmann (2019) "Conflict Mode Instrument" asarida konfliktlarni hal qilishning raqobat, moslashuv, murosaga kelish, hamkorlik, va chekinish kabi strategiyalarini bayon qiladi. Ushbu model talabalarning nizoli vaziyatlarda qanday yondashuvlarni qo'llashini aniqlash uchun muhim hisoblanadi. T. Kozlova (2019) talabalarning konfliktlarni boshqarish kompetensiyasini rivojlantirish bo'yicha tadqiqot olib borib, ularning ijtimoiy muloqot, emosional nazorat, va muammolarni hal qilish qobiliyatlari bilan bog'liqligini aniqlagan.

Talabalik davrida yoshlarning oliy ta'lim tizimiga, yangi ijtimoiy muhitga va akademik

Stressga chidamlilik shaxsning bosim ostida ham muvozanatni saqlash, qiyin vaziyatlarni tahlil qilish va to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyatidir. Bu kompetensiya ijtimoiy-psixologik barqarorlik va o'zini boshqarish mexanizmlari bilan bog'liq bo'lib, shaxsiy rivojlanish jarayonida shakllanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, stressga

chidamli talabalar konfliktli holatlarni konstruktiv hal qilishga moyil bo'ladilar, chunki ular vaziyatni ratsional baholash, o'z his-tuyg'ularini nazorat qilish va kelishuv strategiyalaridan foydalanish qobiliyatiga ega bo'ladilar.

Oliy ta'lim muassasalarida konfliktlarning yuzaga kelishi ko'pincha shaxsiy qarashlar, o'zaro munosabatlar va akademik talablarga bog'liq bo'ladi. Talabalar o'rtasidagi nizolar har xil shakllarda namoyon bo'lishi mumkin: fikrlar to'qnashuvi, rollar bilan bog'liq ziddiyatlar yoki hissiy tushunmovchiliklar. Ushbu nizolarni hal qilish jarayonida shaxsiy kompetensiyalar, ayniqsa, kommunikativ qobiliyatlar va hissiy intellekt muhim rol o'ynaydi.

Xulosa. Talabalar orasidagi konfliktlar har doim ijtimoiy-psixologik jarayonlarning bir qismi sifatida yuzaga keladi. Konfliktlarning turli turlari va ularning kelib chiqish sabablarini chuqur tushunish talabalarning o'zaro munosabatlarini yaxshilashga yordam beradi. Konfliktlarni boshqarishning samarali strategiyalari nafaqat talabalarning psixologik barqarorligini ta'minlaydi, balki ularning o'zaro hurmat, tushunish va hamkorlikni rivojlantirishga imkon yaratadi. Konfliktlarni konstruktiv hal qilish orqali talabalar, o'zaro nizolarni hal etishda hamkorlik va murosaga erishishni o'rganadilar, bu esa ijtimoiy muhitni barqarorlashtirishga xizmat qiladi. Shuningdek, konfliktlarni boshqarish orqali talabalarda stressni kamaytirish va umumiy ruhiy holatni yaxshilash mumkin.

Tavsiyalar:

1. Konfliktologik treninglar va seminarslar tashkil etish – Talabalar uchun konfliktlarni hal qilish bo'yicha maxsus treninglar va seminarslar tashkil etish, ularning konfliktologik madaniyatini rivojlantirishga yordam beradi. Treninglar talabalarga o'zaro tushunish, empatiya va samarali muloqot ko'nikmalarini o'rgatish imkoniyatini yaratadi.

2. Psixologik yordam va maslahat xizmatlarini takomillashtirish – Talabalar orasidagi stress va psixologik bosimlarni kamaytirish uchun psixologik xizmatlar va maslahat berish xizmatlarini rivojlantirish zarur. Bu talabalarga o'z hissiyotlarini boshqarishda va konfliktlarni hal qilishda yordam beradi.

3. Guruh dinamikasiga e'tibor qaratish – Talabalar jamoasida yaxshi guruh dinamikasini yaratish, o'zaro ishonch va hurmatni rivojlantirish konfliktlarning oldini olishga yordam beradi. Guruh ishlarida hamkorlik va o'zaro tushunishni kuchaytirish, ijtimoiy muhitni yaxshilashga olib keladi.

4. Konfliktlarni konstruktiv tarzda hal etish uchun mediatsiya mexanizmlarini joriy etish – Konfliktlarni hal qilishda mediatorlarning ishtiroki talabalar orasida murosaga erishishning samarali usuliga aylanishi mumkin. Mediatsiya yordamida talabalarga nizolarni tinch yo'l bilan hal qilishni o'rgatish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati.

1. Kulikova, L.V.(2020). Stressga chidamlilik va moslashuv mexanizmlari. Moskva: Nauka.
2. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.
3. Abdullayeva, G. (2021). Psixologik moslashuv va stressga chidamlilik. Toshkent: Fan va texnologiya.
4. O'rinboyev, J. (2020). Talabalarning ijtimoiy moslashuvi va nizolarni boshqarish. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
5. Yo'ldoshev, M. (2019). Konfliktologiya asoslari: Ta'lim va jamiyatdagi nizolarni boshqarish. Samarqand: SamDU nashriyoti.