

ИМО- ИШО- РАЛАР СИРИ



- Ёлгончини қандай аниқлаш мумкин?
- Қаршингиздаги инсон ким?
- Жим турган инсон ҳақида
- Инсон хатти-ҳаракатлари
- Ёқимлилик



ИМО-
ИШОРАЛАР
СИРИ

УЎК: 821.512.133

КБК: 88.53

И – 48

Имо-ишоралар сири. Тўпловчи ва таржимон: Даврон Мамарасулов. – Тошкент: «Янги аср авлоди» 2016. – 144 бет.

ISBN 978-9943-27-766-3

Қаршингизда турган киши сизнинг сўзларингизни қабул қиляптими? Айни дамда унинг кайфияти қандай? Мазкур саволларга «Имо-ишоралар сири» номли китобдан жавоб топасиз.

Китоб имо-ишоралар, тана ҳаракатлари, юз ифодаси, сўзлаш оҳангини ўрганмоқчи бўлганларга ажойиб қўлланма бўлади.

УЎК: 821.512.133

КБК: 88.53

Тўпловчи ва таржимон
ДАВРОН МАМАРАСУЛОВ

ISBN 978-9943-27-766-3

© «Имо-ишоралар сири». «Янги аср авлоди», 2016 йил.

КИРИШ

Инсон маълумотни нафақат сўзлар ёрдамида (вербал усулда) бошқаларга узади, балки имо-ишоралар, мимика, тана ҳолати, ташқи кўриниш, суҳбат пайтидаги оралиқ масофа, безаклар, пардоз каби новербал усуллар ёрдамида ҳам ошкор қилиши мумкин.

Биз инсон ҳақидаги маълумотларнинг катта қисмини (80 % атрофида) айнан новербал манбалардан олишимиз исботланган бўлиб, сўзлардан эса умумий маълумотнинг фақатгина 20 % қисмини олишимиз мумкин экан. Кўп ҳолларда новербал маълумот идрокимиздаги «кадр ортида» қолиб кетади, чунки биз уларни ўқишни ва талқин қилишни билмаймиз.

Аксар ҳолларда биз очиқ-ошкор нарсани сезмаймиз: инсон ўзининг норозилигидан огоҳлантириб бошини инкорона бош ирғаса ҳам, биз барибир расман айтилган розилик сўзларига ишонамиз. Бизни табассум билан қаршилаган инсон кўлини кўксига чалиштириб тургани – ўзини ҳимоя қилиш ҳолати эканига эътибор қилмаймиз, бу эса «менга ноқулай, ўзимни ўнггайсиз ҳис қиляпман» маъносини беради.

Бу китоб имо-ишоралар ва тана ҳаракати тилини, юз ифодаси ва тана ҳолати тилини ўрганишни хоҳлаганлар учун, суҳ-

батдоши ҳақида у ўзи ҳақида гапирганидан кўра кўпроқ билишга ҳаракат қилувчилар, инсон хатти-ҳаракатининг асл, туб сабаблари сирини очишни, суҳбатдошининг лаҳзалардаги кайфиятини аниқлашни истаганлар учун. Агар сиз фақат ижобий қиёфа ифодалашга ёрдам берадиган новербал белгиларни ишлатиб ўз танангизни бошқаришни, бу билан суҳбатдошингизни ижобий тасаввур ва кайфиятга йўналтиришни ўрганмоқчи бўлсангиз, унда бу китоб сиз учун. Ўз танангиз сизни сотиб қўймаслиги, аксинча сизга иттифоқдош бўлиши учун имо-ишоралар алифбосини синчиклаб, обдан ўрганишингиз, ҳар бир новербал сигнал қандай маъно англатишини яхши билиб олишингиз даркор. Китобни ўқиб, келажакда бу қимматли тажрибадан фойдаланинг. Китобни сизга тақдим ва тавсия этишимиздан мақсад шу.

I БОБ

**ИНСОН ХАТТИ-ҲАРАКАТЛАРИ,
ИМО-ИШОРАЛАРИ РУҲИЙ
ҲОЛАТЛАРНИ ИФОДАЛАЙДИ**

1-қоида

**«Мен хаёл суряпман» категорияси
ишораларини англаб олиш**

*Хаёла чўман инсон чинакам
бориқдан узимиб қолади, у
атрофда нима рўй бераётганини
кўрмайди, эшитмайди, чунки
у ўз хаёллари ва тасаввурлари
оламида юрибди. Унутманг:
агар одам хаёл сураётган ёки
ўйна чўмиб турган бўлса, муҳим
дашларни ҳавога собурманг,
у бу дашларни барибир
англамайди, эшитмайди.*

Шуни ёдда тутиш керакки, хаёлга чўмиб турган инсон миясининг энг фаол қисми бош мия ҳисобланади, шунинг учун инсон унга бизнинг эътиборимизни қаратишга ҳаракат қилади, гўё огоҳлантиргандай: «Халал берманг – мен ишляпман». Хаёлга чўмган, суҳбатдан чалғиган инсон учун қуйидаги имо-ишоралар хосдир: турли ҳо-

латларда қўллари пешонасида, суҳбатдош чаккасини ишқалаши, гарданини қашиши мумкин. Бу каби имо-ишораларнинг яна бир вазифаси бор: инсон шу тарзда бош мия ишининг самарадорлигини оширишга интилади, ўз «фикрлаш аппарати»ни қийин вазифани ечишга созлайди. Турли хил қашлашлар ва ишқалашлар шундай юзага келади.

Хаёла берилган инсонни имо-ишоралардан ташқари, унинг ҳолати ҳам фози қилади. Олюст Роденнинг «Мутафаккир» ҳайкалини эслани: у ияини қўлига тираб ўтирибди. Агар суҳбатдошиниз учун бу каби ҳолат хос бўлса, у сизнинг суҳбатиниздан чалиб, бошқа бирон нарса ҳақида ўйлаб ўтирган бўлиши мумкин. Гумониниз ростлишига ишонч ҳосил қилиш учун унинг нилоҳи эътибор қаратини. Узок-узокларда – ўз орзулари ва тасавбурларида сайр қилиб юрган инсон учун «бўшиққа йўналган нилоҳ» хос. Бу нилоҳ маъносиз ва тарқок бўлади.

Фикр сураётган инсоннинг ҳолатига қараб у нима ҳақида ўйлаётганини тахмин қилиш ҳам мумкин. Агар инсон ўнг қўлига

таяниб олган ёки ўнг чаккасини ишқалаётган бўлса, демак, унинг фикру хаёлларида чап мия ярим шари фаоллик кўрсатмоқда (миа таъсири зоналарининг кесишма тақсимланиш қоидасига кўра), бу ярим шар инсоннинг мантиқий, таҳлилий лаёқатларига жавоб беради. Бинобарин, айти пайтда инсон таҳлил билан банд, уни батафсил ҳисоб-китобларни талаб қилувчи масалалар банд қилган. Бу ҳолда инсоннинг нигоҳи жамланган, бир нуқтага қадалган бўлиши мумкин. Агар инсон чап қўлига таянган бўлса, унда инсон табиатининг ҳиссий жиҳатларига жавоб берувчи ўнг мия ярим шари фаоллик қилмоқда. Инсон кўпроқ фалсафий мулоҳаза юритмоқда, тасаввурларга шўнғиган, унинг фикр-мулоҳазаси аниқ эмас ва таҳлил талаб қилмайди. Нигоҳи бир нуқтага қадалмаган, балки аксинча, тарқок, бўшлиққа йўналган.

Агар суҳбатдошингизда шу каби белгиларни пайқасангиз, демак, у сизни тинглаш ўрнига ўз ўй-фикрларига шўнғигани эҳтимолдан холи эмас. У маълумотларни қабул қилмоқдами-йўқми, бунга ишонч ҳосил қилиш учун унга бирон-бир савол бериб кўришингиз мумкин. Агар жавоб қайтармаса, билингки, суҳбатдошингиз чуқур ўйга чўмган. Ё у ўз ўй-хаёлларидан уйғонишини қутиш ёки унга таъсир кўрсатиш даркор: қаттиқроқ гапиринг ёки қўлингиз билан туртинг.

2-қоида
«Менга қизиқ» категорияси
ишораларини англаб олиш

*Адабятта, суҳбатдошинизда
қанчалик қизиқиш уйғоти-
шинизни билиш муҳим.
Кўпинча қизиқишинини вербал
беллири сохта бўлади ва
фақатгина новербал мулоқот
суҳбатдошинизни қанчалик
қизиқтирганингни аниқлаш
ёрддам беради. Вербал тарзда
суҳбатдош саволлар бериб,
деталларни оидинлаштириб,
қайтарини сўраб ўз
қизиқишини ифодалаш мумкин.
Бирок, афсуски, бу қизиқишинини
юз фоизми кўрсаткичи бўла
олмайди. Саволлар фақат
сизни хафа қилмаслик, расмий
хушмуомалаликни аниқлаш
ва аслида, қизиқиш сабаби
бўлмаслиги мумкин.*

Қизиққан инсон, одатда, имо-ишораларни қўллашга интилмайди. Бундай киши суҳбатдоши ёки қизиқарли маълумотга шунчалик берилиб кетиши мумкинки, оқибатда гапнинг калавасини қўлдан бой бермаслик учун шовқин чиқармасликка ҳаракат қилади. Синф хонаси ёки ауди-



Lituz.com

**To'liq qismini
Shu tugmani
bosish orqali
sotib oling!**