**RAHIMJONOV ABBOS MIRZAJON O`G`LI**

**Deyl Kornegining do`st orttirish va odamlarda yaxshi tassurot qoldirish kitobi haqida 50 ta xulosa.**

1.Tanqid haqida.

Izoh:Bu yerda insonga noto`gri tanqid qo`yish haqida gapirilgan.Agar biz insonlar bir kishini biror ishida yo harakati xato-kamcjilikni sezzak noto`gri tanqidga o`tamiz.Har bir insonning o`zining g`ururi va hamiyati va hurmati bor.Shuning uchun ular o`zlariga berilgan tanqidlarga chiday olishmaydi va o`zlarini ko`p holda oqlashga urunishadi va natijada o`rtada nizo kelib chiqadi.Demak noo`rin tanqidni kamaytirish kerak ya`ni biror ishda xato yo nuqson bo`lsa bu yerda keskin tanqid noto`g`ridir.

2.Inson o`zini isloh qilishi haqida.

Izoh:Inson komillikka erishish uchun 1-navbatda o`zining xato-kamchiliklari haqida o`ylashi kerak va uni bartaraf etishi lozim bo`ladi.Eng katta buyuklik ham manashunda va inson o`zini tuzatish ,o`zini isloh qilish bilan band bo`lsa o`zgalarni noo`rin vaqtda keskin tanqid qilish noto`g`riligini tushunadi.Xalqimizda bir maqol bor ya`ni Avval o`zinga boq keyin nog`ora qoq.Demak inson 1-navbattda va bu eng to`g`ri yo`l- o`ziga e`tibor berishi va o`zi ustida ishlashi kerak ekan.

3.Boshqa insonlarning qilgan xatolari haqida.

Izoh:Masalan bir inson xatoga yo`l qo`ydi va uni tanqid qilish yana qanaqadir gaplar gapirishdan oldin u ishga uni ko`zi bilan qarash kerak ,shunda biz u bu ishni nima uchun qilganini anglab yetamiz.Inson qachon buyuklikka erishadi ,qachonki faqatgina o`zi qattiq tanqidga olsa boshqalarni emas va boshqalarni qilgan ishlarini sababini o`rgansa –bu keraksiz tanqiddan ancha yaxshiroqdir , ularni avf eta olsa demak u hammani nima qilmoqchiligini tushunadi ya`ni uzoqni ko`ra oladi.Manabuni buyuklik desa bo`ladi.

4.Inson o`z qadrini bilishi.

Izoh:Insonning hamma xohishlari ,vazifayu-maqsadlari va oldinga intilishlarini hammasi 1 narsa uchun -o`zini qadrli bo`lishini xohlashdir.Bu inson tabiatida bor narsa.Tan olish kerak biz ozmi-ko`pmi birovlarga yoqishga harakat qilamiz.Inson hayotida davomida o`z oldiga maqsad qo`yadi va boshqalardan ma`lum bir narsani talab qiladi.Maqsad qanchalik buyuk va katta bo`lgani sari odamlar oldida qadri yuksalib boraveradi.Masakan malum bir ishni malum vaqtda bajarishni reja qildik va buni a`lo darajada ado etdik va endi ya`na bir muhim narsa shuki –o`zimiz oldimizdagi vazifani bajaramiz va bizga bo`lgan no`rin tanqidlarga qaramaymiz.Bu ham eng muhim narsa.Qachonki biz manashu narsalarga amal qilsak bizni boshqalar qadrlaydi va hurmat qiladi.

5.Insonlar bilan yaxshi muomalada bo`lishning siri.

Izoh:Inson qachon birovlarning nazlida yaxshi ko`rinadi.Qachonki inson birovlarni harakatga undasa undagi bor qobiliyatni ko`rib malum bir o`zi yoqtirgan ishga unday olsa u o`sha inson uchun eng yaxshi insondek ko`rinadi .Demak biz har doim boshqalarga umid bag`ishlay oladigan va uni o`z qadr-qimmatini ko`rsata oladigan inson bo`lishimiz kerak va dag`al so`zli, tanqidchilik illatlaridan voz kechishimiz kerak.SHunda biz boshqalarga nisbatan qadrimiz oshaveradi.

6.Samimiylik va soxtalik

Izoh:Bizdan ilm va tajribasi past va baland bo`lgan odamlar bor ya`ni hamma xar xil.Inson biror insonga hamisha samimiyat bilan unga yordam bermog`ligi darkor.Masalan biror inson qandaydir xato tufayli umidsizlik girdobiga tushgan payti unga tanbeh bermasdan oldin uning yaxshi hislatlarini aytib ,qobiliyati va imkoniyati haqida gapirib unga ruhiy dalda bera oladigan inson bo`lishi kerak.Shunda bu barcha shirin gaplar yurakdan va samimiy bo`ladi.Endi yana bir holat borki bir inson yaxshi ishlar ya yaxshi amallar qilib boshqalar oldida o`z qadr-qimmati va hurmatga ega.Shunday paytda shunday insonlar borki ular soxta maqtovlar qilishadi.Bu xuddi bo`g`ma ilon o`ljasiga sezdirmay hujum qilishga o`xshaydi.Ya`ni shunday insonlar soxta tanqidlar orqali odamlarning ishonchini qozonadi va payt poylaydi va vaziyat bo`lgani bilan hujumga o`tishadi.Demak har bir yaxshi va shirin so`z samimiyatlik bilan aytilishi kerak,quruq maqtovning o`zi faqat tildan chiqadi dildan emas.Xulosa shuki quruq maqtovdan saqlanishimiz kerak va bu xatarlidir.

7.Boshqalarga ta`sir o`tkazish va odamlarni o`ziga jalb etish.

Izoh:Biz insonlar umuman olganda biror kishidan biror narsa so`rashga yo sotish-sotib olishda faqat bir tomonlama qaraymiz ya`ni faqat o`zimizni manfaatimizni ko`zlaymiz,vaholangki bu boshqalarga qiziq emas.Bunda eng to`g`ri yo`l xuddi baliq ovlash uchun unga oldin qarmoqqa xo`rak qo`yib keyin suvga tashlagandek ya`ni biror insondan biror manfaat olmoqchimizmi 1-navbatda uning foydasi haqida va bunda nimaga erishishi haqida gapirib uni o`zimizga jalb qila olsak keyin buyo`giga o`z manfaatimizda ish qilsak maqsadga muvofiq bo`ladi.Manashu qoida hamisha va har joyda o`rinli bo`ladi ayniqsa savdo-sotiq,biznesda.

8.Muvaffaqiyatning siri

Izoh:Muvaffaqiyatning siri bu- boshqalarning nuqtai nazarini anglay olishdir.Ya`ni biz o`zimiz bilan biror ish yoki mavzu to`g`risida gaplashayotganda uning nuqtai-nazarini yoki uning manfaatini oldindan bila olishimiz kerak va buni uddalay olsakkina odamlar bizni eshitadi va biz ularga o`z ta`sirimizni shu yo`l bilan osongina o`tkaza olishimiz mumkin.Kimda-kim manashu narsalarni hayotda tatdib etsa dunyoni zabt etadi agar hayotida qo`lmasa qiynaladi yo bo`lmasa yakkalanib qoladi.

9.Savdo-sotiqda mijozning manfaatidan gapirish.

Izoh:Biznesda muvaffaqiyatga erishish ya`ni savdo hajmi oshishi uchun sotuv bo`limidagi ishchi shuqadar aqlli va psixolog bo`lishi kerak ya`ni mujozning qanday muammolari borligi va unga qanday yechim-tavsiyalar bera olishligi muhimdir.Agar faqat bir tomondan qaralsa ya`ni kelgan mijozga uning ko`zi bilan qarashni bilmasa bunday xodim savdoni eplay olmaydi.Shuning uchun 1-navbatda o`zimizning emas boshqalarning manfatini gapirib ularga o`z ta`sirimizni o`tkaza olishimiz kerak.

10.Siz 1-bo`lib boshqalar bilan qiziqmas ekansiz ….

Izoh:Tanimagan insonlar bilan suhbat jarayonida suhbatdoshga biz haqimizda iliq fikrda bo`lishi uchun eng avvalo biz u haqida gapirishimiz kerak va uning hayoti yutug`i va muammoyu –kamchiliklari haqida biz so`z ochsak u bizni jon qulog`i bilan eshitadi ya`ni biz unga ta`sir o`tkaza oldik degani.Eng asosiysi u biz haqimizda iliq fikrda bo`ladi va u bizni yaxshi eslab qoladi va keying safar u bilan ko`rishganda u bizga ancha iliq muomalada bo`ladi.Anashu usulni hayotimiz davomida qo`llasak 2 yil ichida topish kerak bo`lgan do`stlarni 2 ou ichida ortig`i bilan topish mumkin.

11.Boshqalar oldida o`zini tutish va qay ohangda gapirishlik.

Izoh:O`zgalar nigohida yaxshi taasurot qoldirish uchun astoydil samimiyatlik bilan suhbatlashish kerak..Chunki insonda nima bor emotsiya va his-hayajon va har bir so`zning o`z mano va qiymatga ega.Demak biz gapirayotganimizda har bir so`zni to`g`ri ishlatishimiz kerak qayerda his-hayajon va emotsiya bilan qayerda sokinlik bilan va qayerda baland aytish holatini oldindan bilish kerak.Shunda har bir so`zimizga boshqalar diqqat bilan qaraydi ,eshitadi va bizni yaxshi eslab qoladi.Balki biz ularni boshqa ko`rmasmiz yoki sedan chiqarib yuborarmiz lekin u bizni sedan chiqarmaydi.

12.Agar biz do`st orttirishni xohlasak…

Izoh:Agar do`stlarimiz ko`paysin desak 1-navbatda samimiyat bilan oddiy salomlashishdan boshlash kerak farqi yo`q telefon orqali bo`lganda ham bu ishni qilish kerak,bizga telefon qilishganda ham har bir og`zimizdan chiqadigan har bir so`zni samimiyat va chiroylilik bilan aytsak ,u asabiy bo`lib turgan bo`lsa ham kayfiyatini ko`tarishga yordam beradi.Bu narsa nafaqat kundalik hayotda balki ish jarayoni va savdo jarayonlarida albatta qo`l keladi.Yo bo`lmasa ko`cha ko`yda tanishimizni uchratib qoldik deylik undan biror bir malumotni so`ramoqchi bo`lsak avvalo o`sha biz so`ramoqchi bo`lgan narsani bilganganligi uchun unga samimiyatlik bilan oldindan minnatdorchilik bildirib ,ko`nglini olamiz va keyin nima xohlamoqchiligimizni so`rasak u bizga bajonidil va to`la- to`kis hamma narsani tushuntiradi.

13.Odamlarda yaxshi taassurot qoldirishning oddiy usullari.

Izoh:Biz kimgadur biz haqimizda iliq fikrda bo`lishini xohlaymizmi 1-navbatda kayfiyatimizga e`tibor beramiz.Chunki kayfiyatimiz yaxshi-yomonligiga ular sababchi emas.Demak kayfiyatimizni to`g`irlab samimiyat bilan ozgina tabassum bilan gapiramiz shunda hamma bizni yoqtiradi.Lekin soxta bo`lgan aldamchi tabassum haqida nima deymiz.U yaxshi emas va aksar holda u soxtalikni boshqalar darrov sezadi va biz haqimizda salbiy fikrga keladi .Shuning uchun soxtalikni yag`ishtiramiz va kitobda aytilgan 1-qoidaga asosan chin yurakdan boshqa insonlarga qiziqamiz va boshqalar bilan suhbatda huzur-halovatni sezsak boshqalar ham quvonch tuyg`usini sezishadi.Xozir kunda sovuq chehrali va tajribali xodimni emas balki tajribasi ozroq bo`lsa bajarishni xohlayotgan va boshqalarni maftun eta oladigan xodimni ishga qabul qilishmoqda.Chunki unda asosiy narsa ya`ni samimiylik bor va qolgan bilmaganlarini faoliyati davomida o`rganib ketadi.

14.Baxtli bo`lish.

Izoh:Inson xayoliga minglab o`y xayollar yuradi va tabiiyki bularning aksariyati natija salbiy bo`ladi..Bunda kayfiyatimizni yaxshi saqlab turish uchun o`z o`y xayollarimizni nazorat qila olishimiz kerak chunki noumid shayton va xayolimizdagi barcha yomonlari shaytondan.Shularni anglagan holda o`y-xayollarimizni nazorat qilamiz.Baxtli bo`lishimizda tashqi tomonning ta`siri yuqori emas va u ichki hissiyotlar nazoratiga bog`liqdir.Bizning baxtli bo`lishligimiz nimaga erishganimiz, qilgan xatoyu-kamchiliklarimiz, nima qilayotganimiz va hokazolarga bog`lib emas.Bizning holatimiz ularni ko`p marta o`ylayotganimizdan bo`ladi.Bularning barchasi o`tmish va buni to`g`irlab bo`lmaydi chunki hayot bu- umrimizning qolgan qismi ,o`tib ketgani emas .Shuning uchun o`tgan xatolardan xulosani chiqaramiz va oldinga hotirjamlik va yaxshi kayfiyat bilan qadam tashlaymiz .Anashunda biz baxtli bo`la olamiz.

15.Odamning ismi haqida

Izoh:Odamning ismi o`zi uchun juda muhimdir,xoh u jarangdor yoki jarangsiz bo`lsin.Biz murajaat qilmoqchi bo`lgan odamga avvalo uning ismini aytib chaqiramiz va bunda ham alohida e`tiborli jihat shuki uni o`z ismini o`ziga yoqadigdan qilib murojaat qilsak unga yaxshi kayfiyat bag`ishlagan bo`lamiz va bizni suhbatni boshlashdagi va odamlarga o`z ta`sirimizni o`tkazishdagi dastlabki muhim qadam bo`ladi.

16.Tinglash madaniyati.

Izoh:Biror kishi bilan suhbatlashganda biz to`g`ri tinglay olishni ham bilishimiz kerak va bu ham bizni yaxshi suhbatdosh bo`lishimizga olib kelda.Ya`ni biz bilan muloqot qilayotgan kishiga diqqat e`tiborimizni qaratib uni tinglab gaplariga o`z fikrlarimizni va emotsiya orqali to`g`ri ifodalay olsak u bizga nisbatan yana gapirgisi kelaverdi va uning nazlida biz u uchun eng yaxshi suhbatdoshlardan niriga aylanib boraveramiz.Tasavvur qilsak,hayotda shunday insonlar borki u bilan gaplashsak o`sha insonni bag`ri dili yayraydi chunki eshitishni biladi va hamisha samimiyat bilan gapiradi va boshqalarning istak xohishlarini bilgan holda gapiradi va boshqalarga iliq taassurot qoldiradi.Biz ham ayni shu qoidalarga amal qilib eshitish madaniyatimizni yaxshilasak yaxshi suhbatdosh bo`lib boraveramiz.

17.Biznes va savdo sotiqda tinglay olish.

Izoh:Hozirda ko`pchilik biznesmenlarda shu xato kuzatiladiki ya`ni ular sotuv bo`limida xodimni eshitish va unga to`g`ri maslahat berishni yaxshi bilmaydigan xodimlarni tavakkaliga ishga olishadi va ular xodim kelganda u nima deyatganii to`gri va oxirigacha eshitmay va anglamay turib ularga gap berishmaydi va sotib oladigan odam bo`la turib ham ularni olmaydigan qilib do`kondan chiqarib yuborishadi.Chunki u xodimda na samimiylik na o`zgalarga ta`sir o`tkaza olish van a to`g`ri tinglab –to`g`ri maslahat bera olishlikni bilishmaydi va bu foydamizga jiddiy zarar yetkazadi.Shuning uchun har kim u xoh sotuvchi bo`lsin xoh boshqa samimiyat bilan boshqalarni eshita olish ularni eng yaxshi suhbatdoshga aylantiradi.

18.Birovlarni jahlidan tushirishning oson yo`li.

Izoh:Agar bir inson muammo ko`chasiga kirib qolgan bo`lsa unga beriladigan 1-eng yaxshi yordam bu uni to`liq tinglash va samimiyat bilan suhbatda bo`lish.Masalan bir odam jahl ustida yomningizga keldi va siz undan 1-navbatda nima bo`lganini bishidan oxirigacha gapirib berishligini so`raymiz va uni biz nima deyayotgani boshdan oxirigaacha eshitamiz va buning ijobiy tomonlari shundaki ,u odam 1-navbatda jahlidan tushadi va bizga ham kulib qarashligini boshlaydi,ya`ni u bizga nisbatan iliq fikrda bo`ladi.Shu oddiy usul orqali ham boshqalarga yaxshi suhbatdosh bo`la olamiz ya`ni shunchaki samimiyat ,tabassum va eshita olish madaniyati bo`ldi.Buni hech qanday murakkab joyi yo`q va buni hayotda tatbiq etsak bas.

19.Muvaffaqiyatsizlikka sabab bo`ladigan ish.

Izoh:Ko`p insonlar bor, ko`pincha yoshlarda kuzatiladi bu holat ya`ni ular malum bir joyga ishga kirishda yoki u yoki bu kishilar bilan muloqot jarayonida katta xatolarga yo`l qo`yishadi va muvaffaqqqqiyatsizlikka uchrashadi.Ular gapirishda o`z nutqlarini ravon va to`la-to`kis bayon etish kerakligini bilishadi lekin to`g`ri tinglash haqida o`ylab ham ko`rmaydilar- mana asosiy sabablardan biri ularning muvaffaqiyatsizliklariga.Ular deylik ko`cha-ko`yda yo biror rasmiy joyda kimdir gapirib turgan vaqtlarida darrov ularning gaplarini bo`ladilar va o`zlariga nisbattan katta salbiy taasurot qoldilar.SHuning uchun avvalo yonimizda turgan odamni tog`ri tinglay olaylik va u o`z gapini tugatganidan keyingina gapirish kerakligini tushunib yetish kerak.Anashundagina biz har tomonlama yuksalamiz va bizdan yaxshiroq suhbatdosh bo`lmaydi.

20.Vaqtni zoya ketkazmaslik.

Izoh:Masalan deylik siz bilan suhbatlashayotgan inson yolg`on va haqiqatga mos kelmayotgan vaziyatga duj keldingiz deylik ana unda siz uning gapini bo`lib tashlashlik huquqiga ega bo`lasiz.Chunki siz unining yolg`on safsatasiga quloq solib vaqtingizni zoya ketkazmaysizku va keyin uning bu so`zlari to`g`ri emasligini qo`lingizdan kelsa tushuntiring va noaniqlikni oldini oling.Agarda siz suhbatdoshingizni gapi noto`g`riligini bilib turib-u uni o`ziga aytmasangiz 1-navbatda o`zingiz va boshqalarni qimmatli vaqtini o`g`irlagan bo`lasiz va eng yomoni boshqalar ham uning yolg`oniga ishonishlari mumkin.

21.Zerikarli kishilar haqida.

Izoh:Yana shunday turdagi kishilar borki u bilan inson uzoq suhbat qurolmaydi ya`ni zerikib ketadi.Chunkin ular suhbat jarayonida faqat o`zlari haqida gapirish bilan ovvora vaholanki oldin aytganimizdek bizning xohishu-istaklarimiz va natijalarimiz birovlarga umuman qiziq emas.Demak yaxshi suhbatdosh bo`lish uchun avvalo uni tinglay bilash va ko`proq u haqda gapirish kerak,shunda uni ham bizga e`tibori oshadi.Faqatgina o`zi to`g`risida gapiradiganlar haqida ko`pgina mashhur insonlar ularni madaniyatsiz deb atagan.Chunki u har qanday ilmli bo`lmasin yaxshi suhbatdosh bo`lolmaydi va insonlarni o`ziga qaratish o`rniga o`zidan uzoqlashtiradi deyilgan va manabu esa madaniyatsizlikning o`zginasiku.

22.Hamsuhbatingiz bilan u qiziqqan mavzuda suhbatlashing.

Izoh:Hammaning qiziqishi har xil ya`ni kimdir sportga qiziqadi kikdir texnika-texnolgiyalarga va yana kimdirlar hayvonlarga va ularning ko`pchiliklari o`zlari yoqtirgan sohada bo`lishadi.Siz uning diqqat e`tiborida bo`lisjingiz uchun o`sha u qiziqayotgan soha-yo`nalish to`g`risida suhbatlashing o`zingiz yoqtiradigandan emas va ana shunda u bizni jon qulo`gi bilan eshitadi va bu suhbat anchagina pozitiv kayfiyatda o`tadi.Eng asosiysi ular bizni eslab qolishadi va biz haqimizda so`rashsa boshqalarga biz haqimizda iliq fikrlar bildirishadi.

23.Odamlarda rag`bat uyg`otish.

Izoh:Insonlar xulq-atvorida shunday narsalar-qonunlar borki agar biz bularga amal qilsak hechqachon hayotda yomon ahvolga duchor bo`lmaymiz va kundan-kunga son-sanoqsiz do`stlar va tanishlar orttiramiz va boshqalarga yaxshi taassurot qoldiramiz, agar uddasidan chiqa olmasak hayot davomida qiyinchiliklarga uchrashimiz bor gap .Demak u qonun nima-Xamsuhbatingizni doimo qadr-qimmatini his etishga ishontirib boring.Yani unda o`zini anglashga yordam berinig va unga o`zi yoqtirgan va qiziqadigan mavzularda gaplashib iloji bo`lsa unga ruhiy dalda bering.Buni uddalay olsak u insonlarni o`zig abo`lgan ishonchi ortadi va biz ular uchun eng ishonchli shaxslarga aylanamiz va ular biror narsa istashsa bizdan darrov murojaat qilishadi.Manashu yo`llar bilan ko`plab do`stlar orttirish mumkin.

24.Biz nimani xohlaymiz.

Izoh:Biz hammamiz insonlar boshqalardan nimalarni xohlaymiz:ular tomonidan o`z qadr-qimmatimizni munosib baholashni, hamisha rag`bat eshitishni xohlaymiz.Ya`ni baholashda haqqoniy va maqtovda saxiy bo`lishlarini istaymiz.SHuning uchun aytilgan qoidalarga amal qilib o`zgalardan nima olishni istasak,ularga ham ana shuni berishlikni tushunishimiz kerak.Yana odamlar odamlar bizga qay tarzda muomala qilishlarini istasak biz ham ularga xuddi shu muomalaada bo`lishimiz kerak.Buni uddalay olsak nur ustiga nur bo`ladi.Ya`ni biz sog`mizmi kasalmizmi ,pulimiz bormi yo`qmi baribir odamlarga bo`lgan muomalamiz tufayli bizni hurmat qilishadi.

25.Har bir odamning ustun tomoni.

Izoh:Dunyoda juda ko`plab millatlar bor va ularning har biri o`zini boshqalardan yuqori hisoblaydi.Bu vatanparvarlik tuyg`ulari urushga sabab bo`lishi mumkin.Yana bir haqiqat borki, biz har bir odam bizdan qaysidir jihati bilan ustunman deb hisoblaydi va biz bu ustunlikni chin yurakdan tan olsak va buni samimiyat-noziklik bilan tushuntira olsak uning qalbidan yaxshi joy ola olamiz.Shu haqda mashhur gap bor ya`ni har bir odam qaysidir manoda bizdan yuqori turadi va biz shu ma`noda undan o`rganishimiz kerak deyilgan.

26.Ayrim yomon illatlar.

Izoh:Yana insonlar orasida shunday ishlar borki ular o`zlarining yutuqlari bilan qanoat qilish o`rniga o`zlaridagi aqliy ustunlikni,noqislikni shovqin suron solib takabburlk va xovliqish yo`llari bilan to`ldirishga urinadilar.Bunday holatlar esa ko`pincha yomon taassurot qoldiradi.Bularning hammasi manmanlik,o`zini katta olish va kibrdan. SHuning uchun unaqangi har bir narsaga shovqin suron solmasdan erishgan narsaning o`ziga qanoat qila olish ham kerak.

27.Boshqa kishilar kuchli va kuchsiz tomonini bildiradigan narsalar.

Izoh:Boshqa kishilar qadr-qimmatini bildiradigan yaxshi belgilarni biz qanday aniqlasak bo`ladi.Nega endi ularni o`zimizning shaxsiy uyimizdan boshlamaymiz.Bularni hammasini shu yerdan boshlagan ma`qul, ya`ni biz o`zimiz nimalarga qiziqamiz va nimalarga o`zimizda ishtiyoq kuchli va anashu o`zimizda anashu bajarishda ishtiyoq kuchli narsalarimiz o`zimizga yaqqol namoyon bo`ladi.Boshqalarda ham buni aniqlash oson.Ya`ni ularni kuzatish yo`li yoki shunchaki so`rash orqali ularning kuchli va kuchsiz tomonlarini anglash mumkin.Biz unda ularda bo`lgan ishonchni oshirish uchun ularga o`zlari yoqtirgan mavzularda suhbatlashamiz,qo`limizdan kelsa qiynalganlariga yordam beramiz .Shu harakatlar orqali ham biz boshqalar uchun qadrli bo`lib boraveramiz.

28.Odamlar yoqimli bo`lish uchun kerak bo`ladigan 6ta muhim narsalar.

Izoh:Odamlar orasida hurmatga ega bo`lishni istasak manashu sanab o`tiladigan naarsalarga amal qilsak bu amalga oshadi.1-Boshqalar bilan samimiyat bilan qiziqib ko`ramiz.2.Suhbat davomida ozgina tabassumda bo`lamiz.3.Odamlar bilan gaplashayotganda ularning o`z nomlari har doim shirin va muhim tovush sanalishini esda tutamiz.4.Yaxshi tinglovchi bo`lamiz va boshqalar bilan o`zi to`g`risida gapirishga qiziqtiramiz.5.Shuhbatdoshimiz qiziqadigan mavzular to`g`risida gapiramiz.6.Boshqalarni o`z qadr-qimmatini anglashga ,o`zining izzat-nafsoniyatini baland tutishga ishontiramiz .Manashu sanab o`tilgan qoidalarga amal qilsak hayotimiz farovonligiga yaxshi hissa qo`shgan bo`lamiz.

29.Bahslar haqida.

Izoh:Kishilar o`rtasida malum bir mavzular to`g`risida bahslar ketadi.Bunda tortishuv va bahslarda ustun kelmasligimiz kerak.Sababi bu tortishuvlar vaqtida yutqazamizmi ,yutamizmi baribir yutqizamiz.Nima uchun bunday bo`ladi.Masalan suhbatdoshimiz ustidan g`alaba qozondik deylik uning da`volarini yo`qqa chiqardik ,uning aqli kaltaligini ham isbotladik deylik keyin nima bo`ladi biz o`zimizni yuqori kayfiyatda his qilishimiz mumkin.Lekin uchi biz uni afzalligimiz va ustunligimizni tan olishga majbur etdik va uning izzat-nafsini yerga urdik va u bizning g`alabamizdan alam va ozorlanadi.Axir insonning irodasiga qarshi bo`lgan holda ishontirishsa hamki, uning qarashlaridan zo`rma –zo`raki voz kechtirib bo`lmaydi.Demak hech qachon tortishmaymiz.Chunki baribir barcha qilgan harakatlarimiz zoya ketaveradi ya`ni befoyda.

30.Nodonlar bilan tortishuv.

Izoh:Biz hayotimiz davomida ko`plab insonlarni uchratamiz.Shularning ichida shunday nodonlari borki ularga na gap na maslahat kor qiladi.Bunday insonlar bilan iz bir ish ustida u bilan bahslashishdanda ahmoqroq ish yo`q.Chunki biz ming haqda bo`laylik bari befoyda.CHunki har qanday kishida biz bilan munozara vaqtida uning o`z nuqtai-nazarini va fikrini o`zgartirish mutlaqomumkin emas.Bir mashhur gap bor ya`ni nodon insonlarni hech qanday dalillar yordamida yengish aslo mumkin emasligidir.Demak tortishuvlarda ustun kelishning yagona usuli bu ulardan chetda turishdir.

31.Haqlik va nohaqlik haqida.

Izoh:Biz boshqalarga sen nohaqsan deb aytib har xil harakatlar bilan masalan har xil tovushlar va qo`l harakatlari bilan tushuntirmoqchi bo`lsak shubilan birga so`z orqali ham aytsak u bizning fikrimizga ko`nadimi .Yo`q ko`nishni xohlamaydi ,chunki u o`zini o`sha vaqt davomida izza qilingadek his qiladi va aql-zakovati va sog`lom fikriga va nafsoniyatiga qattiq zarba bergan bo`lamiz .Bu esa xuddi yerga ursang ko`kka sapchiydi deganlaridek ,u bizga qarshi hujumga o`tmoqchi bo`ladi ya`ni u ham bizni nimadir bilan mot qilishga urinadi va bizni ham sharmanda qilishni xohlab qoladi,garchi biz bu yerda haq bo`lsak ham .Oxir-oqibat eng zarar ko`rgan o`zimiz bo`lamiz.SHuning uchun eng yaxshi shu bahs tortishuvlardan uzoqda yurishimiz kerak.

32.Suhbatni boshlashdagi xatoliklar.

Izoh:Boshqalar bilan suhbatga kirishayotganda hech qachon man sizga manabu narsani manabu orqali isbotlab beraman deb boshlashning xato harakatdir.CHunki shu gapning o`zida 2 tomon o`rtasida ziddiyat yuzaga keladi .Bu aytilgan gap xuddi men sendan aqlliman va fikringni o`zgartirib qo`yaman degan gapga teng keladi.SHuning uchun bu kabi so`zlarni aytishdan garchi haq bo`lsak ham tiyilamiz.Muqaddas islom dinimizdaham garchi haq bo`lsa ham tortishish va bahsdan qaytarilgan.Demak qoidalarga amal qilsak bo`lgani.

33.Birovlarga nimanidir isbotlamoqchi bo`lsak….

Izoh:Agarda biz boshqalarga nimanidir to`g`ri yoki noto`g`riligini isbotlamoqchi bo`lsak eng yaxshi yo`l bu haqda hech kim bilmasligi kerak.U narsani shunchalik sovuqqonlik ,sezilar-sezilmas va noziklik bilan bajarish kerak va buni boshqalar his eta olmasin.Bunda odamlarni o`zi bizga nima qilayotganimizga qiziqib ular bizdan o`zlari bu haqiqatni izlashni boshlashadi.Ya`ni biz ularga ular unutgan haqiqat yoki ishni ular o`zlari anglashni boshlashadi va buni o`zlari o`rganadilar yoki o`zlari kelib bizdan so`raydilar.Anashunda biz boshqalarga nimanidir osongina isbotlaymiz.

34.Agar biror kishining gapida xato sezsak…

Izoh:Masalan deylik suhbatdoshimizning gap so`zida yoki xatto harakatida xatolikni sezib qolgan taqdirimizda unda unit inch yo`l orqali isbotlashni ko`pincha eplay olmaymiz.Chunki 1-gapni o`zida xato gapirib qo`yamiz ,uning o`rniga boshqacharoq so`zlarni ishlatsak maqsadga muvofiqroq bo`ladi.Masalan men ham balki adashayotgandirman yo bo`lmasa qani tekshirib ko`raylik kabi so`zlar bilan boshlask bu ish tinch yo`l bilan hal bo`ladi va hech qanaqa tortishuvlar ,bahs-munozaralar bo`lmaydi.Bundan 2 tomon ham xursand bo`ladi.Bularning barchasi amalda qo`llasak hayotimiz davomida hech kim bahsga duch kelmaymiz .

35.Odamlarning fikrlashlari.

Izoh:Ko`pchilik insonlar bilim saviyaning sustligi tufayli mantiqiy fikrlashga juda qiynaladi .Aksariyat holatlarda ular noxolis ,ishonmaydigan va turli-tuman yomon o`y-xayollar va shubha-gumonlar ichida qolib ketib nafaqat o`zining balki yon atrofdagilarning ham kayfiyatiga o`zlari bilmagan holda salbiy ta`sir qilib qo`yishadi.Bu yerda o`zini yo`qotmaslik muhim o`rin tutadi.Bunda eng to`g`ri yo`l og`ir vazminlik ila bo`lgan voqea –hodisalarni to`g`ri qabul qilib yo`lda davom etish kerak.Anashundagina biz hayotda umidni yo`qotmaymiz va harakatda bardavom bo`lamiz.

36.Ba`zi xatolar.

Izoh: O'zimiz haqimizdagi aytilayotgan barcha haqoratli so'zlarni hamsuhbatimiz xali ular ongida bo'lmagan vaqtlarda aytsak va undan oldin talaffuz qilib qo'ysak demak bilingki bu bilan uning oyog'ini ostidagi asosga zarba berib yuborgan bo'lamiz.Yuztani-bittaga qarama-qarshi qo'yish mumkin va ana shunda u bag'ri keng , olijanob bo'lib ,biz bilan kelishadigan bo'lib oladi va natijada bizning xatolarimizni juda kam darajava keltiradi.

37.Xatolarni tan ola bilish.

Izoh: O'zimiz haqimizdagi aytilayotgan barcha haqoratli so'zlarni hamsuhbatimiz xali ular ongida bo'lmagan vaqtlarda aytsak va undan oldin talaffuz qilib qo'ysak demak bilingki bu bilan uning oyog'ini ostidagi asosga zarba berib yuborgan bo'lamiz.Yuztani-bittaga qarama-qarshi qo'yish mumkin va ana shunda u bag'ri keng , olijanob bo'lib ,biz bilan kelishadigan bo'lib oladi va natijada bizning xatolarimizni juda kam darajava keltiradi.

38.Muammo vaqtida inson o`zini tuta bilishi

Izoh:Masalan biz nimadandir siqilgan vaqtimkzda yoki qandaydir yuragimiz ezilgan vaqtlarda ,bir -ikki og'iz so'z aytgan vaqtimizdan so'ng o'zimizni yengilgina his qilamiz va go'yoki yelkamizdan tog' ag'darilgandek bo'ladi.Yonimizdagi suhbatdoshimiz esa o'sha vaqtda u ham xuzur halovat topadimi.Bizning norozi ohang va asabiy holatimiz unga salbiy taasurot qoldirishi aniq .Shuning uchun o'zimizda bo'layotgan muammolarni birovlar yonida aytishlik yo bo'lmasa kayfiyatimiz orqali sezdirib qo'yishlik to'g'ri narsa emas.Hech vaqt birovga shikoyat qilmaslik kerak va hech vaqt birovlar yonida o'zimizni nochor tutmasligimiz kerak.Anashunda bizni hamma kuchli deb o'ylaydi.Anashunda boshqalar bizga boshqacha iliq fikrda bo'ladi.

39.Bizga nisbatan bo`layotgan tushunmovchiliklar.

Izoh:Deylik bizgan nisbatan biror kishing ko`nglida norozilik yoki qandaydir noto`g`ri fikrlarga to`la bo`lsa,bu dunyodagi hech qaysi bir mantiqiy fikr uni bizning nuqtai nazarimizga moyil qila olmaydi.Ezma ,yetarlicha bilim saviyaga ega bo`lmagan ota-onalar va rahm shafqatsiz korxona boshliqlari va yana ayrim erkaklar ,shu turdagi yana ayrim qoloq fikrli va urushqoq ayollar yaxshi tushunib olishi kerakki ,bunday odamlar o`z fikrlarini aslo o`zgartirishni xohlamaydilar.Ularni yana siz aytganingizga majburlab ko`ndirib bo`lmaydi.Lekin o`sha vaqtda biz yumshoq va do`stona tarzda ta`sir etganda bu ishni muvaffaqiyatli amalga oshirish mumkin bo`ladi.Bunda hammasi juda oson va silliq kichadi.

40.Suhbat jarayoni

Izoh:Agarda biz biror kishi suhbatlashayotganda va u bilan fikrimiz bitta joydan chiqmaydigan masalalarni muhokama qilishdan aslo gap boshlamaganimiz ma`qul.Faqatgina fikrlarimiz bir-biriga mos tushgan holatlardagina alohida ma`qullash kerak va buning ahamiyati sezilarli darajada bo`ladi.Agarda imkoniytimiz yetarli bo`lsa ikkalamiz ham bitt ava asosiy qilingan maqsadga tayanishimiz kerak,chunki farq maqsadga emas yondashgan usullarga intilganimizni ma`lim qilib tursin.Yana shunday qilsak yaxshi bo`ladiki ya`ni hamsuhbatimizning gapining boshidanoq bizga xa-xa deb javob beradigan bo`lishi kerak.Unga hech qachin yo`q deyishiga imkon bermasligimiz kerak.

41.Notiqlik haqida.

Izoh:Notiqlik sanatini bugungi kunda ko`plab yoshlarimiz o`rganib bormoqdalar.Agar kimda-kim notiq bo`la olsa fikrini barchaga to`liq bayon eta oladi.Omma oldida ham bemalol so`zlay oladi.Endi bu notiq insonlar birovlar bilan suhbatlashayotganda ham hamsuhnatini hamisha xa deb gapirishiga majbur eta oladi.Shu bilan bu notiqlar tinglovchilarni miyasida keladigan o`y-xayollarini ham oldindan bilib hamma narsaga oldindan tayyor turadi va bu suhbat jarayoni hamisha pozitiv kayfiyatda o`tadi.Chunki ular tinglovchida paydo bo`ladigan ichki kechinmalar haqida ham oldindan o`rgangan keyin shu asosga tayanib gapirishadi.

42.Inkor va tasdiq haqida.

Izoh:Agarda biz bu yerga ruhiy tomondan nazar tashlasak agarda biror inson yoki suhbatdoshimiz bizga malum bir narsa uchun qat`iyat bilan yo`q desa ya`ni biror ishga inkor ma`noda gapirsa bu inkor nafaqat tovush bilan uning ichki organizmi ham birdaniga qarama-qarshi reaksiyaga o`tadi.Ya`ni hamma organlar va asab tizimlar birdaniga faol qarshilik ko`rsatadi.Agarda bizga ular tasdiq ma`nosida xursandchilik ma`nosida xa deyishsa unaqada ichki tizimdan ham hech qanaqangi qarshi reaksiyalar sodir bo`lmaydi.Demak biz shunday qilishimiz joizki har doim tasdiq javobini olishga erishsak uni biz o`zimiz yana boshqa bir ishga ko`ndirishga erishamiz ya`ni u bizga bo`lgan ishonchiga sazovor bo`lamiz.

43.Suqrotning usuli.

Izohi:Biz insonlar umrimiz davomida hech kimni ayblamaslikka harakat qilishimiz kerak.Chunki birovlar bunga sira toqat qila olishmaydi.Ya`ni ayblamoqchi bo`lsak faqatgina o`zimizni ayblasak yanada yaxshi bo`ladi va boshqa holatlarga osongina yechim topa olamiz.Xitoyliklarda bir mashhur gap bor ya`ni: kim asta qadam qo`ysa ,uzoqroq masofaga yetib boradi deyilgan.Bu yerda ma`no nima kimda-kim o`zini yaxshi tomonga o`zgartirib foydasiz tortishuvlardan o`zini tiysa va boshqalarga huzur bag`ishlay olib va bemani tanqidlardan uzoq yursa anashu inson eng muvaffaqiyatlilardan biri bo`ladi degan.Suqrotning usuli ham aynan shundan iborat bo`lgan.

44.Boshqalarni ham gapirishga qo'yish kerak.

Izoh:Boshqa insonlarni o'z nuqtai -nazarimizga moyil qilmoqchi bo'lgan vaqtdagi xqtoyimiz juda ko'p gapirib yuboramiz.Bu xatolar sotuv bo'limida ishlagdigan xodimlarda ko'p uchraydi.Chunki yonimizda turganlar ham bizga nimadur aytmoqchi bo'lishadi va biz shunda ularga ham o'z fikrlarini bildiriahga imkon berishimiz kerak.U o'zida bo'layotgan voqea-hodisalarni bayon yaxshiroq bayon etishi uchun ungaham so'z navbatini berish kerak.Shu sabab to'g'riroq yo'l unga o'zi haqida yo o'ziga aloqador mavzularda savolllar berish kerak.Agarda u bildirqdigan fikrlarga qo'shilmasak bizda uning gapini rad etish imkoniyati bo'ladi.Lekin bu to'g'ri emas.To'g'ri yo'l, uni chin yurakdan eahitib o'z fikrlarimizni bayon etsak to'g'riroq bo'ladi.

45.Hamsuhbatimiz ko`proq gapirsin

Izoh:Muvaffaqiyatga erishgan xar bir inson o'z faoliyati boshida ko'plab qiyinchiliklarga duch kelishgan va ularda keyinchalik boshidan o'tgan qiyinchiliklar haqida gapirib berish yoki eslashni xush ko'rishadi .Agarda ular o'sha narsalarni biror kishiga so'zlab berilsa unda masalan eahitadigan inson biz bo'lsak, u kishida bizga nisbatan yaxshi fikr qolishi uchun uni ko'proq gapirishga undash kerak va har bir gaplarini yurakdan tinglamoqlik lozim.Shunda u biz bilan ko'proq gaplashgisi keladi.Demak yana bir yaxshilikning siri shuki- suhbatdoshimizni ko'proq gapirishga undash kerak.Ya'ni ko'proq vaqt suhbatdoshimiz gapirsin.

46.O`rtadagi ba`zi-bir nohaqliklar.

Izoh:Shunday holatlar bo`ladiki,suhbatdoshimiz mutlaqo nohaq bo`lishi mumkin afsuski lekin buni o`zini xayoliga ham kelmaydi.Shunday vaziyatda uni to`g`ri tushunishga harakat qilaylik.Ayni shu ishni aqlli va dono insonlar uddasidan chiqa oladi.O`sha vaqt o`sha inson oldiga o`zimizni qo`yib ko`rsak nima bo`ladi ya`ni shu gaplar bizga qarata aytilsa qay ahvolga tushishimizni eslasak o`shanda ko`plab vaqt va asab ketmaydi.Shu narsani hayotda to`g`ri qo`llay olsak hayotimiz davomida ko`plab insonlarning joniga oro bera olamiz.

47. Boshqa kishining nuqtai-nazarida qarash.

Izoh:Biror bir narsada yoki biror bir ko`pchilik ichida biror ish yuzasidan fikr yuratayotganda 1-navbatda o`zimizning manfaatimizni o`ylaymiz va xayolga ham shu tez keladi,bu normal holat albatta .Endi shu joyda aqlli va dono insonlar qanday yo`lni Afzal bilishadi.Ular nafaqat o`zlari balki boshqalar biror narsada nima deb o`ylashlari haqida yoki ularga qanday qarashlari haqida ham o`ylaydilar va hammasini obdon qarab keyin qaror qabul qilishadi.Ya`nib u joyda hech bir kishining zarariga ish qilishmaydi.Masalan deylik bizning xayolimizga keladigan shaxsiy manfaatimiz kimgadir zarar bo`lishi mumkin.Endi dono insonlar buni oldindan bilishadi va shuni hisobga olib ish tutishadi.Demak muvaffaqiyatning yana bir siri bu- boshqalarning ham fikrini oldindan bila olish.

48.Yaxshi gap bilan ilon inidan chiqadi.

Izoh:Bizning ba`zida xayolimizga –qaniydi shunday ish qilsamki va u barcha tortishuv-bahslarga yakun yasashini va do`stona muhitni yaratib ,qolganlar bizni tinglashini xohlab qolamizBu ishni ham albatta yo`li bor.Uning uchun gapni ushbu so`zlar bilan boshlasak:Sizda shu narsa bo`lganida sizni ayblamayman,bu holatga avval men ham tushganman yoki sizning o`rningizda men bo`lganimda ham bu ish bo`lardi –degan gaplar bilan boshasak –bu manaman degan zaharli ilonni zahrinin sindiradi ya`ni shirin so`z har qanday dardga da`vodir.Demak suhbat jarayonida suhbatdoshimizni biroz shu kabi so`zlar bilan ovuta olsak yaxshi bo`ladi.

49.Ko`plab insonlar hamdardlikka muhtoj bo`lishgan.

Izoh:Ba`zida shunday odamlarni uchratamizki ya`ni ular nimadandir juda xafa yoki qaysidir xato ishlar uchun juda asabiy xolatda ko`ramiz.SHunday vaqtda ularning ko`ngliga yo`l topa olishimiz muhimdir va uning dardiga biroz sherik bo`lib undan nima bo`lganini so`rab boya yuqorida aytilgan sehrli so`zlarni ishlatib ularni biroz shashtidan qaytarolsak ,u holda ular bizni yaxshi sifatda ko`ra boshlashadi va bizga nisbatan bo`ladigan hurmatlari oshadi.Shu sababdan birovlarning ko`ngliga malham bo`la olish ham katta yaxshilikdir .

50.Boshqalarning fikriga munosabat.

Izoh:Agarda biz insonlarni o`z nuqtai-nazarimizga ko`ndirmoqchi bo`lsak bitta narsaga ham amal qila olisimiz kerak.Ya`ni boshqalarning fikr va istaklariga chin ko`ngildan vax a xamdardlik bilan munosabatda bo`lish kerak.Ya`ni insonlar biror nimadan xafa yoki biror ishdan judayam xursand bo`lishi mumkin.Shu hollarda unga to`g`ri munosabatda bo`lib bo`lgan ishini to`g`ri tushunishimiz kerak.Xafa bo`lsa yaxshi gaplar bilan ko`ngliga yo`l topib ovutamiz,yo bo`lmasam qandaydir yutuqqa erishib xursand bo`lib turgan bo`lsa uni samimiy ravishda maqtovlar izhor etishimiz kerak.Asosiysi nima bo`lganda ham k`ongliga yo`l topishni uddasidan chiqishimiz kerak.