«Has at» usuly

Category: Kitapcy,Psihologiýa
написано kitapcy | 24 января, 2025
«Has at» usuly «HAS AT» USULY

“Hyzmatdaşyňa täsir etmegiň psihologik usullary” atly makalalar toplumyndan

Ol gürleşýän adamyňyzyň adyny (ýa-da adyny we atasynyň adyny) eşitdirip aýtmaga esaslanandyr. Bu diňe bir sypaýylyk, medeniýetlilik hem däldir. Öz adynyň ýaňlanmagy adamda onuň hemişe duýup hem barmaýan ýakymly duýgyny döredýär. D.Karnegi adam üçin onuň öz adynyň eşidilmeginiň iň ýakymly owazdygy, sazdygy barada ýazypdy. Adam oňa ýüzlenip öz adynyň aýdylandygyny eşidende ýakymly duýgynyň döremeginiň psihologik täri nähili?
Ony, ine, şular düzýär:
Şol şahsyýete dakylan at onuň ýaşaýşynyň ilkinji günlerinden tä ahyrky demine çenli aýdylýar. At we şahsyýet bölünmezdir.
Adama onuň adyny tutman ýüzlenilmegi bu «hususy aýratynlyklardan mahrum edip» ýüzlenilmegidir. Bu ýagdaýda gürleýäni adam şahsyýet hökmünde däl-de, diňe belli bir gulluk wezipelerini ýerine ýetiriji hökmünde gyzyklandyrýar. Adama ýüzlenilende onuň adynyň tutulmagy (at bolsa – şahsyýetiň nyşany) onuň şahsyýetine üns berilýändigini görkezýär.
Her bir adam şahsyýet bolmaga çalyşýar. Bu synanyşyklar kanagatlandyrylmasa, bizi şahsyýet hökmünde kemsitseler, biz ony ýiti duýýarys.
Eger adam özüniň şahsyýetdigininiň tassyklanýandygyny görse, bu onda kanagatlanma duýgusyny döretmän bilmez.
Kanagatlanma duýgusy hemişe oňyn emosiýalar bilen utgaşýar, olary adam hemişe duýup barmaýar.
Adam hemişe onda oňyn (oňat) emosiýalary (duýgulary) döredýän adamlara (zada) ymtylýar.
Eger kimdir biri bizde oňat duýgulary döredýän bolsa, onda ol özüne çekýändir, özi barada oňat garaýşy döredýändir, ýagny

attraksiýany emele getirýändir.
Mysal üçin, irden öz kärdeşleriňize ýa-da tabynlygyňyzdaky işgärlere duşup, olar bilen salamlaşanyňyzda, «ertiriňiz haýyrly bolsun» diýen jümläniň (bu jümläniň özi hem «salam» sözünden psihologik has ýakymlydyr) yzyna olaryň her biriniň adyny we atasynyň adyny goşup görüň, şonda siz özüňiz barada ýüze çykarylmadyk, duýulmadyk hem bolsa, oňat garaýyşlary döredersiňiz. Adam bilen söhbetdeş bolanyňyzda, siz wagtal-wagtal oňa adyny we atasynyň adyny tutup ýüzleniň. Bu usuly kämahal, ondan nämedir bir zat gerek bolanda däl-de, söhbetdeşiňizde öňünden özüňiz barada oňat garaýşy döredip, hemişe ulanmak zerurdyr.
Ilkinji gezek söhbetdeş bolýan adamyňyzyň adyny we atasynyň adyny ony gören badyňyza ýadyňyzda saklamaga çalşyň. Bu söhbetdeşiňizde oňat duýgulary döreder, olar bolsa size gaýdyp geler. Käbir adamlara özgeleriň atlaryny ýatda saklamak kyn düşýär. Adyň oňat ýatda galmagy üçin, ony eşiden badyňyza daşyňyzdan aýtmaga bahana tapyň. Meňzeşlik boýunça baglanyşygy ýola goýmak üçin, tanyşlaryňyzyň (beýik adamlaryň) atlaryny çalt ýatlap çykyň. Elbetde, köp sanly atlary ýatda saklamaly bolýan wagtlary hem bar. Şonda ýörite wagt tapyp, olary ýatda saklamaga çalyşmaly. Şeýle etseňiz, ýitiren wagtyňyzyň öwezi köp esse bolup dolunar.

Babahan Aganazarowiç BERDIÝEW,
Türkmenistanyň Prezidentiniň ýanyndaky
Döwlet gullugy akademiyasynyň uly mugallymy, psiholog.
Psihologiýa