

IJTIMOYIY ISHCHILAR UCHUN ASOSIY KO'NIKMALAR VA XUSUSIYATLAR.MIJOZ BILAN ISHLASH MALAKASI

*Samarqand davlat universiteti Kattaqo'rg'on filiali
Aniq va tabiiy fanlar fakulteti Ijtimoiy ish yo'nalishi*

Talabasi :O'tamova Maftuna Zafar qizi

*Samarqand davlat universiteti Kattaqo'rg'on filiali
Aniq va tabiiy fanlar fakulteti Ijtimoiy ish yo'nalishi*

Talabasi:Eshnazarova Madina Ilhom qizi

*Samarqand davlat universiteti Kattaqo'rg'on filiali
Aniq va tabiiy fanlar fakulteti Ijtimoiy ish yo'nalishi*

Talabasi:Mahmatov Hasan Bektimir o'g'li

Annotatsiya: ushbu maqolada ijtimoiy ishchining malakasi hamda o'z mijozlari bilan ishlash jarayonida nimalarga e'tibor qaratishi uchun ko'nikmalar berilgan.Ijtimoiy ishning kasbiy qadriyatlari haqida ma'limotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: ko'nikma,f azilat, odob axloq qoidalari, kasbiy qadriyat, Empatiya, madaniy kompetensiya, butunlik, sabr.

Kirish

Ijtimoiy ish dinamik va talabchan kasb bo'lib, u turli ko'nikmalar va fazilatlarni talab qiladi. Ushbu ko'nikmalar tug'ma yoki orttirilgan bo'ladimi, bu sohadagi muvaffaqiyat ijtimoiy xodimlardan ularni butun faoliyati davomida doimiy ravishda rivojlantirishni talab qiladi. Ushbu ro'yxat to'liq bo'lmasa-da, quyidagi ko'nikmalar barcha ijtimoiy xodimlar uchun juda muhimdir. Muvaffaqiyatli ijtimoiy ishchilarning xususiyatlari va ko'nikmalari

1. Empatiya
2. Aloqa
3. Tashkilot
4. Tanqidiy fikrlash
5. Faol tinglash
6. O'z-o'zini parvarish qilish
7. Madaniy kompetensiya
8. Sabr
9. Professional majburiyat
10. Advokatlik
11. Chegarani belgilash
12. Hujjatlar

13. Hurmat
14. Vaqtni boshqarish qobiliyati
15. Kasbiylik

Empatiya

Empatiya - bu boshqa odamning tajribasi va nuqtai nazarini aniqlash va tushunish qobiliyati. NASW buni "boshqa odamning hissiy holati va g'oyalarini idrok etish, tushunish, boshdan kechirish va ularga javob berish harakati" deb ta'riflaydi. Birovning poyafzaliga qadam qo'yish" va tajriba, idrok va dunyoqarash har bir shaxs uchun o'ziga xos ekanligini tan olish ijtimoiy ishchilarga mijozlarni yaxshiroq tushunishga va ular bilan mustahkam munosabatlar o'rnatishga imkon beradi. Bu ijtimoiy xizmatchilarga xizmatlarni samarali taqdim etish uchun uning noyob tajribasi asosida mijozning ehtiyojlarini aniqlashga yordam beradigan hayotiy mahoratdir.

Aloqa

Muloqot - og'zaki va og'zaki bo'lmagan - ijtimoiy ishchilar uchun muhim mahoratdir. Odamlarning keng doirasi bilan aniq muloqot qilish qobiliyati juda muhimdir. Ijtimoiy ishchilarning vazifasi o'z mijozlarini himoya qilishdir - buning uchun ijtimoiy ishchilar mijozning ehtiyojlarini tushunishlari kerak. Tana tilini va boshqa og'zaki bo'lmagan signallarni bilishdan tashqari, bu madaniy kelib chiqishi, yoshi, jinsi, savodxonlik darajasi yoki nogironligidan qat'i nazar, mijozlar bilan to'g'ri va samarali muloqot qilishni anglatadi. Ijtimoiy ishchilar, shuningdek, xizmat ko'rsatuvchi provayderlar, hamkasblar va agentliklar bilan aloqa o'rnatishlari va ma'lumotlarni aniq tarzda hujjatlashtirishlari va hisobot berishlari kerak.

Tashkilot

Ijtimoiy ishchilar hujjatlar, hisobotlar, hisob-kitoblar va hamkorlikni o'z ichiga olgan bir nechta mijozlarni boshqarish va qo'llab-quvvatlashdan tashqari band jadvallari va keng mas'uliyatli vazifalariga ega. Bu ijtimoiy xodimlardan ishlarni samarali boshqarish uchun mijozlarning ehtiyojlarini birinchi o'ringa qo'yishni va juda tartibli bo'lishni talab qiladi. Tartibsizlik va vaqtni noto'g'ri boshqarish ijtimoiy ishchining mijozning ehtiyojlarini e'tiborsiz qoldirishi va salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Tanqidiy fikrlash

Tanqidiy fikrlash - bu xolis kuzatish va muloqot natijasida olingan ma'lumotlarni tahlil qilish qobiliyati. Ijtimoiy ishchilar kuzatish, suhbatlar va tadqiqotlar orqali ma'lumot to'plash orqali har bir ishni xolis baholay olishlari kerak. Tanqidiy va noto'g'ri fikrlash ijtimoiy xodimlarga ongli qarorlar qabul qilish, eng yaxshi resurslarni aniqlash va mijozlarga yordam berish uchun eng yaxshi rejani shakllantirish imkonini beradi.

Faol tinglash

Mijozning ehtiyojlarini tushunish va aniqlash uchun ijtimoiy xodimlar uchun faol tinglash zarur. Ehtiyotkorlik bilan tinglash, diqqatni jamlash, to'g'ri savollar berish, so'zlash va umumlashtirish kabi usullardan foydalanish ham ijtimoiy xodimlarga mijozlarni jalb qilish va ishonchni o'rnatishga yordam beradi.

O'z-o'zini parvarish qilish

Ijtimoiy ish talabchan va hissiy jihatdan stressli bo'lishi mumkin, shuning uchun sog'lom ish va hayot muvozanatini saqlashga yordam beradigan faoliyat bilan shug'ullanish muhimdir. O'z-o'ziga g'amxo'rlik stressni kamaytirish va salomatlik va farovonlikni yaxshilashga yordam beradigan amaliyotlarni anglatadi - bu amaliyotlar bilan shug'ullanish charchash va mehr-shafqat charchoqlarining oldini olishga yordam beradi va barqaror martabaga ega bo'lish uchun juda muhimdir. O'zlariga g'amxo'rlik qilish uchun vaqt ajratgan holda, ijtimoiy xodimlar o'z mijozlari uchun eng yaxshi xizmatlarni taqdim eta oladilar. O'z-o'zini parvarish qilish bo'yicha boshlang'ich to'plamimiz bilan o'z-o'zini parvarish qilish haqida ko'proq bilib oling.

Madaniy kompetentsiya

Turli xil kelib chiqishi bo'lgan mijozlar bilan samarali ishlash ijtimoiy xodimlardan madaniy e'tiqod va amaliyotlarga hurmatli va sezgir bo'lishni talab qiladi. Ijtimoiy ishchilar o'z mijozlarining madaniy kelib chiqishini bilishi va hurmat qilishi kerak va NASW tomonidan ta'kidlanganidek, "irqi, etnik kelib chiqishi, jinsi, sinfi, jinsiy orientatsiyasi, dini, yoshi bilan bog'liq bo'lgan turli xil madaniy tajribaga ega bo'lgan odamlarga xizmat ko'rsatishni yaxshilash uchun zarur bilim, ko'nikma va qadriyatlarni izlashda o'zlarining madaniy kelib chiqishi va o'ziga xosligini o'rganing. yoki nogironlik." Xulosa qilmaslik va xilma-xillikni va individual farqlarning qadr-qimmatini qadrlash ijtimoiy ishchiga mijozlarga kerakli narsalarni taqdim etish imkonini beradi.

Sabr

Ijtimoiy ishchilar o'z ishlarida bir qator holatlar va shaxslarga duch kelishadi. Murakkab holatlar va muvaffaqiyatga erishish uchun uzoqroq vaqt talab qiladigan mijozlar bilan ishlash uchun sabr-toqatli bo'lish muhimdir. Bu ijtimoiy ishchilarga mijozning ahvolini tushunish va mijoz uchun qimmat xatolar va yomon natijalarga olib kelishi mumkin bo'lgan shoshilinch qarorlar qabul qilish va umidsizlikdan qochish imkonini beradi.

Professional majburiyat

Ijtimoiy ishda muvaffaqiyatga erishish uchun umrbod o'rganish kerak. Ijtimoiy ishchilar ijtimoiy ish qadriyatlari va axloqiy me'yorlariga va doimiy ravishda rivojlanib borayotgan kasbiy kompetentsiyaga professional sadoqatli bo'lishi kerak. Ushbu majburiyat ijtimoiy ishchilarning missiyasini bajarish uchun zarurdir- "inson farovonligini oshirish va barcha odamlarning asosiy insoniy ehtiyojlarini qondirishga

yordam berish, ayniqsa zaif, ezilgan va qashshoqlikda yashovchi odamlarning ehtiyojlari va imkoniyatlarini kengaytirishga e'tibor berish".

Advokatlik

Ijtimoiy xodimlar ijtimoiy adolatni targ'ib qiladi va advokatlik orqali mijozlar va jamoalarga kuch beradi. Advokatlik ko'nikmalari ijtimoiy ishchilarga o'z mijozlari uchun vakillik qilish va bahslashish va ularni zarur resurslar va imkoniyatlar bilan bog'lash imkonini beradi, ayniqsa mijozlar zaif bo'lsa yoki o'zlarini himoya qila olmaydi.

Chegarani belgilash

Ijtimoiy ish talabchan, stressli soha bo'lishi mumkin. Ko'pgina tajribali ijtimoiy xodimlar ish va hayot muvozanatini o'rnatish uchun chegaralarni belgilashni taklif qiladilar. Mijozlar va boshqa mutaxassislar bilan mavjudligingiz va resurslaringiz asosida chegaralarni belgilash charchashni oldini olish va ijobiy munosabatlarni saqlab qolish uchun muhimdir. Misol uchun, siz ishdan kechki soat 19:00 dan kechiktirmay ketish jadvalini belgilashingiz mumkin, ijtimoiy ishlarda sizning jadvalingiz ehtiyojga qarab o'zgarishi mumkin, ammo boshlanish va tugash vaqtining qo'pol bo'lishi chegaralarni aniqlashga yordam beradi va charchashning oldini olishga yordam beradi.

Hujjatlar

Boshqa ko'plab kasblar singari, ijtimoiy ish ham hujjatlar va hujjatlarni o'z ichiga oladi. Hujjatlashtirish ko'nikmalaringiz sizga fayllarni yangilab turishga, taraqqiyot hisobotlarini yaratishga va mijozlaringiz uchun keng qamrovli davolash yoki boshqaruv rejasini tashkil qilish uchun sohangizdagi boshqalar bilan hamkorlik qilishga yordam beradi.

Kasbiylik

Ijtimoiy ishchilar ijtimoiy ish qadriyatlarini va axloqiga professional sadoqatli bo'lishi kerak. Ijtimoiy ishchi sifatida muvaffaqiyatga erishish uchun doimiy ravishda o'rganish va mijozlaringizga xizmat ko'rsatishning yaxshiroq usullarini, xoh darslar yoki amaliy o'rganish orqali rivojlantirish muhim. Siz kam ta'minlangan aholiga nimani va qanday taklif qilishingizni yaxshilash uchun o'z bilimlaringizni professional tarzda qo'llashga sodiq bo'lishingiz kerak.

Vaqtning boshqarish qobiliyatlari

Ijtimoiy ishchilar odatda katta ish yukiga ega bo'lganligi sababli, har bir mijozga kerakli e'tiborni qaratish uchun vaqtning boshqarish ko'nikmalari kerak. Bu sizga mijozlar bilan muloqot qilish va ma'muriy vazifalarni bajarish imkonini beradi. Vaqtning boshqarish sizga moslashuvchan va ishonchli bo'lish uchun vaqt beradi, bu ikkalasi ham ijtimoiy ishchi rolida muhimdir.

Hurmat

Odamlarga hurmat bilan munosabatda bo'lish ijtimoiy ishchilar uchun muhim mahoratdir. Ehtimol, siz turli xil kelib chiqishi va turli e'tiqodli mijozlarga ega bo'lasiz.

Bu e'tiqodlarni hurmat qilish va har kimga hurmat bilan munosabatda bo'lish juda muhimdir. Hurmat misollariga har bir darajadagi odamlarga e'tibor berish, ularning fikrlarini tinglash va mehr bilan gapirish kiradi.

Ijtimoiy ish kasbining oltita asosiy qadriyatlarini

Xizmat

Ijtimoiy adolat

Shaxsning qadr-qimmati va qadr-qimmati

Insoniy munosabatlarning ahamiyati

Butunlik

Kompetentsiya

Ijtimoiy ishning asosiy qadriyatlariga asoslangan axloqiy tamoyillar

Xizmat

Axloqiy tamoyil: muhtoj odamlarga xizmat qilish va ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun ishlash.

Ijtimoiy adolat

Axloqiy tamoyil: Ijtimoiy adolatsizlikka qarshi turing va zaif va ezilgan odamlar nomidan ijtimoiy o'zgarishlar uchun harakat qiling.

Shaxsning qadr-qimmati va qadr-qimmati

Axloqiy tamoyil: har bir insonni hurmat qiling va madaniy va etnik xilma-xillikni yodda tuting.

Insoniy munosabatlarning ahamiyati

Axloqiy tamoyil: insoniy munosabatlarning muhimligini tan oling va qadrlang va shaxslar va jamoalar farovonligini oshirish uchun ushbu munosabatlarni mustahkamlashga harakat qiling.

Butunlik

Axloqiy tamoyil: Ishonchli bo'ling va kasbning missiyasi, qadriyatlarini, axloqiy tamoyillari va axloqiy me'yorlariga rioya qiling.

Kompetentsiya

Axloqiy tamoyil: o'z vakolatlari doirasida amaliyot o'tkazish, doimiy ravishda kasbiy bilim va tajribani rivojlantirish va kasb bilimiga hissa qo'shish.

Mijoz bilan o'zaro munosabatlarda ijtimoiy xodimning odob-axloqi. Ijtimoiy ishchining odob-axloqi – bu ham shaxsiy, ham mijozning manfaatlari va uning ijtimoiy muhitining manfaatlari muvozanatini ta'minlash zarurati bilan bog'liq juda muhim prinsipdir; ijtimoiy ishchilar va ijtimoiy o'qituvchilarning kasbiy jamoasi, umuman jamiyat. Ba'zilarining manfaatlari boshqalarning manfaatlaridan ustun bo'lolmaydi, ular bironing zarariga amalga oshirilmaydi. Ijtimoiy ishchining shaxsiy odob-axloqi oqilona muvozanatni ta'minlashdan, barcha manfaatdor tomonlarning manfaatlarini uyg'unlashtirishdan, bir-birining ustuvorligini, shu jumladan, jamiyatning mijozning manfaatlaridan ustunligini va aksincha, ularning shaxsiy manfaatlarini mijoz yoki

jamiyat manfaatlaridan ustunligini belgilashni oldini olish qobiliyatidan iborat. Faoliyatning muhim sharti ijtimoiy ishchining befarqligi sanaladi. Ijtimoiy ishchilar o'z mijozlariga muammoni hal qilish uchun zarur bo'lgan barcha narsani qiladilar. Ijtimoiy ishchilar, davlat ijtimoiy muassasalari, jamoat nodavlat tashkilotlari va birlashmalarining vakillari sifatida, ularga yordam so'rab murojaat qilgan kishining manfaatlari yo'lida harakat qilishadi, ko'pincha u uchun ish tavsifida belgilanganidan ko'ra ko'proq ish qilishadi. Ijtimoiy ishchi o'z kasbiy faoliyati yo'lida yuzaga keladigan ta'sir va bosimlarga berilmasligi kerak; kasbiy vazifalarini xolis bajarish ularning burchidir. Yaxshi niyat ijtimoiy ishchining mijoz bilan o'zaro munosabatlarining barcha bosqichlarida mavjud. U yordam so'ragan odam bilan ishlashda kerakli ohangni beradi, uni samimiylilik va o'zaro munosabatlarga chorlaydi. Yordam so'ragan kishiga yaxshilik tilab, ijtimoiy ishchi uning harakatlari uchun kerakli ko'rsatmalarni beradi, xatolar va kamchiliklarni muloyimlik bilan ko'rsatib beradi, qiyin muammolarni hal qilishda yordam beradi yoki mijozga to'liq g'amxo'rlik qiladi. Axloqiy qadriyatlar va prinsiplar o'rtasidagi nizo holatlarida yechim chiqarish jarayoni Ijtimoiy ishchining shaxsiy odob-axloqi uning kasbiy faoliyati sifati va samaradorligini kafolatlaydi va uning ijtimoiy ishchi va ijtimoiy o'qituvchining xalqaro va milliy axloq kodekslari talablariga javob berishini ta'minlaydi. Ijtimoiy ishning asosiy o'ziga xos prinsiplariga rioya qilgan holda, mutaxassis muayyan axloqiy muammolardan qochishi yoki bu vaziyatdan chiqish yo'lini topishi mumkin, chunki ijtimoiy ish tamoyillari ijtimoiy ishchining asosiy faoliyatini tartibga soluvchi va mijozning axloqiy tamoyillari va axloqiy pozitsiyalarini aniqlashga yordam beradigan ijtimoiy ish axloq kodeksiga asoslangan. Mutaxassis, jamiyat va mijozlarning ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish jarayonida o'zaro ta'sir o'tkazish jarayonida bevosita ishtirok etishini inobatga olsak, bunda axloqiy dilemmalarni tadqiq etish muhim sanaladi.

Axloqiy dilemma – bu axloqiy tanlovning holati bo'lib, unda bitta axloqiy qadriyatni anglash boshqasini yo'q qiladi, unchalik muhim emas. Agar biz axloqiy dilemma masalasini kasbiy faoliyat doirasida ko'rib chiqadigan bo'lsak, endi bu muammoni professional axloq kodekslarini yaratish orqali olib tashlash mumkin deb hisoblashadi. Umuman olganda, bunday axloq qoidalari ko'pincha kasbiy faoliyat jarayonida paydo bo'ladigan axloqiy muammolarni hal etishga foydali ta'sir ko'rsatadi, shuning uchun axloqiy tanlov sharoitida xodim ma'lum bir vaziyatda qanday harakat qilish bo'yicha ko'rsatmalarga ega) Biroq, kasbiy axloq qoidalari bayon qilingan postulatlar, kasbiy mansubligidan qat'iy nazar, barcha odamlar uchun umumiy qabul qilingan universal axloq qoidalarining ayrim tamoyillariga zid bo'lishi mumkin bo'lgan holat istisno qilinmaydi, keyin esa ma'lum bir shaxs uchun vaziyat e'cilmaydigan bo'lib tuyulishi mumkin. Shuningdek, vaziyat shaxslararo nizolar bilan murakkablashishi mumkin, chunki har bir inson o'zi uchun qadrlil bo'lgan axloqiy mezonlarga ega, ammo umumiy qabul qilingan me'yorlarga ham, kasb axloq

me'yorlariga ham zid bo'lishi mumkin. Shaxs ichidagi nizo-bu ijtimoiy muhit bilan ziddiyatli aloqalarni aks ettiruvchi va qaror qabul qilishni kechiktiradigan, shaxsning ichki dunyosi tuzilmalari o'rtasidagi uzoq davom etgan kurash natijasida yuzaga kelgan keskin salbiy tajriba sifatida ta'riflanishi mumkin. Shaxs ichidagi ziddiyat shaxsning o'zida paydo bo'ladi va shu bilan birga ziddiyatda bo'lgan tomonlardan birini chetlab bo'lmaydi, faqat ulardan bittasi foydasiga tanlov qilish, boshqasini bostirish mumkin, bu insonning ulkan sa'y-harakatlarini, uning axloqiy va irodaviy fazilatlari va psixologik salomatligini talab qiladi. Ayniqsa, mijozlar va xodimlarga o'zining shaxsiy tajribasini ko'rsatmasligi kerak bo'lgan ijtimoiy xodimning shaxslararo to'qnashuvi haqida gap ketganda, mutaxassisning vazifasi boshqalarga qiyin hayotiy vaziyatni engishda yordam berishdir. Shuningdek, vaziyat shaxslararo nizolar bilan murakkablashishi mumkin, chunki har bir inson o'zi uchun qadrlil bo'lgan axloqiy mezonlarga ega, ammo umumiy qabul qilingan me'yorlarga ham, kasb axloq me'yorlariga ham zid bo'lishi mumkin. Shaxs ichidagi nizo-bu ijtimoiy muhit bilan ziddiyatli aloqalarni aks ettiruvchi va qaror qabul qilishni kechiktiradigan, shaxsning ichki dunyosi tuzilmalari o'rtasidagi uzoq davom etgan kurash natijasida yuzaga kelgan keskin salbiy tajriba sifatida ta'riflanishi mumkin⁴⁰⁴. Shaxs ichidagi ziddiyat shaxsning o'zida paydo bo'ladi va shu bilan birga ziddiyatda bo'lgan tomonlardan birini chetlab bo'lmaydi, faqat ulardan bittasi foydasiga tanlov qilish, boshqasini bostirish mumkin, bu insonning ulkan sa'y-harakatlarini, uning axloqiy va irodaviy fazilatlari va psixologik salomatligini talab qiladi. Ayniqsa, mijozlar va xodimlarga o'zining shaxsiy tajribasini ko'rsatmasligi kerak bo'lgan ijtimoiy xodimning shaxslararo to'qnashuvi haqida gap ketganda, mutaxassisning vazifasi boshqalarga qiyin hayotiy vaziyatni engishda yordam berishdir. Shaxslararo nizolarni hal qilish uchun, birinchidan, bunday ziddiyat faktini aniqlash, ikkinchidan, ziddiyat turini va uning sababini aniqlash muhimdir; uchinchidan, tegishli rezolyutsiya usulini qo'llang. Shuni esda tutish kerakki, ko'pincha shaxslararo nizolarni hal qilish uchun ularning tashuvchilari psixologik va ba'zan psixoterapevtik yordamga muhtoj. Shaxslararo qarama-qarshilikni bartaraf etish – bu shaxsning ichki dunyosining uyg'unligini tiklash, ong birligini o'rnatish, hayot munosabatlaridagi ziddiyatlarning zo'ravonligini kamaytirish, hayotning yangi sifatiga erishishdir. Shaxslararo nizolarni hal qilish konstruktiv va halokatli bo'lishi mumkin. Shaxslararo nizolarni konstruktiv ravishda engish bilan, xotirjamlikka erishiladi, hayotni tushunish chuqurlashadi. Shaxsiy nizolarni hal qilish quyidagilar orqali amalga oshiriladi: mavjud mojaro bilan bog'liq og'riqli sharoitlarning yo'qligi; shaxslararo nizoning salbiy psixologik va ijtimoiy-psixologik omillarining namoyon bo'lishini kamaytirish; kasbiy faoliyatning sifati va samaradorligini oshirish. Shaxsiy xususiyatlarga qarab, odamlar ichki nizolarga turli xil munosabatda bo'lishadi, ziddiyatli vaziyatlardan chiqish strategiyasini tanlaydilar. Temperament-ning xususiyatlari shaxslararo nizolarni hal qilishning dinamik

tomoniga ta'sir qiladi: tajribalar tezligi, ularning barqarorligi, oqimning individual ritmi, intensivligi, tashqi yoki ichki yo'nalishi.

Amalda, ijtimoiy ishchilar mijozlar, hamkasblar, o'z kasbi, umuman jamiyat oldidagi majburiyatlari natijasida turli xil axloqiy muammolar va dilemmalarga duch kelishlari kerak. **E.V.Burtova** shaxslararo nizolarni hal qilishning odatiy prinsiplari va usullarini taklif etadi:

1. Vaziyatni yetarli darajada baholang. Buni nazorat qiling, ziddiyatni keltirib chiqargan va tashvish, qo'rquv yoki g'azab tuyg'ularini keltirib chiqargan qarama-qarshiliklarni aniqlashga harakat qiling.

2. Konfliktning ekzistensial ma'nosini anglang. Uning siz uchun ahamiyati darajasini tahlil qiling, oqibatlarini hayotingizda tutgan o'rni va roli nuqtayi nazaridan baholang. Ehtimol, nizoni keltirib chiqargan sabab zudlik bilan sizning qadriyatlar tizimingiz fonida qoldirilishi yoki umuman unutilishi kerak.

3. Konflikt sababini toping. Barcha ikkilamchi daqiqalar va xizmat sharoitlarini rad etib, uning mohiyatini ochib bering.

4. Shaxslararo nizolarning sabablarini tahlil qilishda jasorat ko'rsating. Haqiqat bilan yuzma-yuz turishni biling, garchi bu sizga unchalik yoqmasa ham. Barcha og'ir vaziyatlarni tashlang va tashvishingiz sababini shafqatsizlarcha ko'rib chiqing.

5. "Hovurdan tushing". Har qanday g'azabni, hissiyotni yoki xavotirni bo'shating. Buning uchun siz jismoniy mashqlardan ham, ijodiy faoliyatdan ham foydalanishingiz mumkin. Kino, teatrga boring, sevimli kitobingizni oling. Ular shaxslararo nizolarni davolashadi. Shokni hayotdan ko'ra, sahnada, ekranda, o'z tasavvurida boshdan kechirish yaxshiroqdir.

Aytgancha, jinoiy xronika, ijtimoiy so'rovlarga ko'ra, eng mashhur televizion dasturlardan biri ekanligi bejiz emas-stress va ko'ngilsizliklarning keng tarqalishi doimiy antidepressant terapiyani talab qiladi.

6. Bo'shashtiruvchi mashqlarni bajaring. Bugungi kunda psixologik mashg'ulotlarning o'ziga xos texnikasi va mexanizmlari to'g'risida ko'plab nashrlar mavjud, shaxsan o'zingiz uchun eng munosibini tanlang.

7. Sizning ishingiz shartlarini yoki uslubini o'zgartiring. Agar shaxslararo nizo doimiy ravishda faoliyatning noqulay sharoitlari tufayli kelib chiqsa, buni qilish kerak.

8. Sizning intilishlaringiz darajasini pasaytirish imkoniyati haqida o'ylang ehtimol sizning qobiliyatlaringiz yoki imkoniyatlaringiz sizning intilishlaringiz va so'rovlaringizga mos kelmasligi mumkin.

9. Kechirishni o'rganing. Va nafaqat boshqalar, balki o'zingiz ham. Axir, barcha odamlar "gunohsiz emaslar" va biz ham bundan mustasno emasmiz.

10. Sog'lik uchun yig'lang. Ko'z yoshlarini maxsus o'rgangan amerikalik biokimyogar V.Frey, ular salbiy his-tuyg'ular tufayli paydo bo'lganda, ularning

tarkibida morfin kabi harakat qiladigan va tinchlantiruvchi xususiyatlarga ega bo'lgan moddani topishini aniqladi. Uning fikriga ko'ra, ko'z yoshlari stressga qarshi himoya vositasidir. Ko'z yoshlari bilan yig'lash miyaning hissiy stressni yo'qotishi uchun signal bo'lib xizmat qiladi. Ammo ilmiy izlanishlardan tashqari, deyarli har kim o'z tajribasidan biladiki, ko'z yoshlari hissiy tushkunlik va yengillik keltiradi. Ijtimoiy ishning asosiy o'ziga xos tamoyillariga rioya qilgan holda, mutaxassis muayyan axloqiy muammolardan qochishi yoki bu vaziyatdan chiqish yo'lini topishi mumkin, chunki ijtimoiy ish tamoyillari ijtimoiy ishchining asosiy faoliyatini tartibga soluvchi va axloqiy tamoyillar va axloqiy pozitsiyalarni aniqlash va aniqlashga yordam beradigan Ijtimoiy ish axloq kodeksiga asoslanadi. Shaxslararo nizolardan chiqish jarayonida mutaxassis ziddiyatni engish uchun nafaqat ma'lum bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishi, balki ma'lum bir hissiy va stressga chidamliligi hamda imkon qadar tezroq qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'lishi kerak. ularning malakasi va mijoz bilan ishlash ko'nikmalarini doimiy ravishda oshirish. Ijtimoiy ishchining kasbiy etikasi kasbiy faoliyat va ijtimoiy institut sifatida shaxsning huquqlarini, ijtimoiy xususiyatlarini hurmat qilish asosida quriladi va nafaqat o'zaro munosabatlar va munosabatlar me'yorlari va tamoyillarini bilishni, balki mutaxassisda ma'lum shaxsiy fazilatlarining mavjudligini ham nazarda tutadi, chunki kasbiy axloqiy talablar hamma narsani qamrab ololmaydi. faoliyat jarayonida vujudga kelgan vaziyatlarning xilma-xilligi va ko'plab axloqiy muammolarni ijtimoiy ishchi o'zining burch, yaxshilik va yomonlik, joiz va nomaqbul tushunchalari, ya'ni o'z axloqiy tamoyillari asosida boshqaradi. Axloqning yuqori darajasi mutaxassisda o'zini o'zi tarbiyalash va kasbiy faoliyatda o'qitish jarayonida rivojlanadigan ba'zi xususiyatlar mavjud bo'lganda shakllanadi. Ammo kerakli bilimlar to'plami mijoz bilan aniq bir ishda ishlash tajribasiga ega, shuning uchun hech bir mutaxassis o'z ishida axloqiy dilemma va shaxslararo nizo kabi tushunchalarga duch kelmagan deb aytish mumkin emas. Dilemma ijtimoiy ish bo'yicha mutaxassisning kasbiy va axloqiy faoliyatidagi muhim toifadir, chunki u ko'pincha kundalik ishda uchraydi.

Xulosa: ijtimoiy ishchi kasbi juda murakkab kasblardan biri hisoblanadi uning asosiy ko'nikmalariga, kasbiy qadriyatlarini yaxshi anglamay turib ish boshlanadigan bo'lsa bevosita ishchi xodimda ham uning yordamiga muxtoj bo'lgan respondentlarida ham muammolar yuzaga kelishi aniq bo'lgan holat hisoblanadi. Har bir sohaning o'z qadriyatlarini tushinib unga amal qilinsa mijoz va xodim o'rtasida muammolar yuzaga kelmaydi. Maqoladan shuni anglash mumkinki ijtimoiy ishning qadriyatlari va mijoz bilan ishlash jarayonidagi muammolar bundan oldin bir qancha olimlar tomonidan o'rganilgan amaliyot jarayonida sinalgan usullar hisoblanadi shuning uchun ham ko'nikmalar va qadriyatlarni doim uyg'un holatda ushlab zarur mijozlar manfaati doim ustundur!

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. "Ijtimoiy ish asoslari" M.X Ganiyeva .Toshkent 2012.
2. "Ijtimoiy ish etikasi" M. X .Ganiyeva , N.M. Latipov, I .Negmatov, I.N. Jo'rayev, M.B. Sherov 2015
- 3.oefen.uz
- 4.15 Top Skills for Social Workers (And How To Improve Them)
- 5.10 Characteristics and Skills of Successful Social Workers