

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Жанжалдардың алдын алу жолдары

ЖАРИЯЛАНДЫ
08.12.2024СІЛТЕМЕ
https://bilimger.kz/171687/

Кіріспе

Жанжалдардың алдын алу қиындықтары-бұл жеке адамдар да, ұйымдар да әртүрлі деңгейлерде кездесетін күрделі және көп қырлы мәселе. Сондай ақ адамның өзара әрекеттесуі мен қоғамдағы үйлесімді өмір сүру негіздерін қозғайтын процесс. Дегенмен қақтығыстар сөзсіз және қалыпты қарым-қатынастың бөлігі болып табылады, олардың пайда болуы мен өршуіне жол бермеуге ұмтылу барлық тараптарға және бүкіл қоғамға пайдалы.

Жанжалды жағдайлардың пайда болу себептері

Адамдар әртүрлі құндылықтарға, сенімдерге, мүдделер мен мақсаттарға ие, бұл қақтығыстардың негізгі себебі болып табылады. Пікірлер мен қабылдаулардың әртүрлі болуынан жағдай әртүрлі тәсілдермен қабылданады, бұл ортақ тіл табуды және ықтимал қақтығыстардың алдын алуды қиындатады. Қақтығыстардың негізгі себептерінің бірі-нашар қарым-қатынас. Түсініспеушілік, түсініксіз нұсқаулар, үнсіз күтулер немесе қарым-қатынаста ашықтықтың болмауы және т.б жанжалды жағдайлардың катализаторы болуы мүмкін.

Адамдар жанжал жағдайында қатты эмоцияға берілгенде, импульсивті әрекет етуге бейім болып келеді. Ашу, реніш немесе қорқыныш сияқты эмоциялар жанжалдың алдын алуға кедергі келтіріп, ұтымды ойлауға мүмкіндік бермейді. Адамдар көбінесе екінші тараптың пікірін жеткілікті түрде қабылдауға мүмкіндік бермейтін стресс, уайым жағдайынан аулақ болуы керек.

Жанжалдың алдын алу жолдары:

- күтулер мен мақсаттарды алдын ала талқылау түсінбеушілік пен наразылықтың алдын алудың бастамасы болып табылады;
- әңгімелесушіні тыңдай білу және оның көзқарасын түсіну туындауы мүмкін жанжал жағдайын төмендетеді, жанжалдың өршуіне жол бермейді;
- қарсы бағытқа жеңілдіктер жасау және бірлескен шешімдерді іздеу жанжалды болдырмауға көмектеседі;

- тек өз мүдденізді ескеріп қана қоймай, қарсы тараптың да қажеттіліктерін құрметтеу, қабылдау маңызды;
- жанжалдың себебі болуы мүмкін мәселелерді ашық талқылау, қақтығысты болдырмауы мүмкін;
- жанжалды жағдайлардың негізгі себептерінің бірі-стресс болып табылады, сол себепті медитация, физикалық белсенділік және тыныс алу жаттығулары секілді стрессті басқару әдістерін үйрену маңызды.

Қорытынды

Қақтығыстардың алдын алу процесінде жеке адамдар мен ұйымдардың алдында тұрған қиындықтар көбінесе түсінбеушілікпен, қарым-қатынастың жеткіліксіздігімен және тиімді өзара әрекеттесу үшін қажетті дағдылардың болмауымен байланысты. Болашақта шиеленістің пайда болуын азайту үшін адамдар бір-бірін тыңдауға, эмпатияға, ашық және адал байланыс арналарын құруға негізделген қақтығыстарды алдын-ала шешу стратегиясын дамытуы маңызды.

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті

Жетекші: Авсыдыкова Қ. А

Әлеуметтану, Айдосқызы А

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.