



EKSTREMAL VAZIYATLARDA HARBIY XIZMATCHILAR RUHIY HOLATINI DIAGNOSTIKA QILISH USULLARI

Boboyev Jonrid Yunusovich

O'zbekiston Respublikasi Harbiy havfsizlik va mudofaa universiteti Serjantlar tayyorlash oliy maktabi o'quv vzvodi komandiri, Oriental Universiteti magistranti, mayor

Annotatsiya: Mazkur tezisda ekstremal vaziyatlarda harbiy xizmatchilar ruhiy holatini diagnostika qilishning psixologik asoslari va usullari tahlil qilinadi. Harbiy xizmat sharoitida yuzaga keladigan stress, emotsional zo'riqish va psixologik moslashuv jarayonlari ilmiy jihatdan yoritiladi. Shuningdek, harbiy xizmatchilarning ruhiy holatini aniqlashda qo'llaniladigan kuzatish, so'rovnoma, psixodiagnostik testlar hamda psixofiziologik diagnostika metodlarining ahamiyati ko'rib chiqiladi. Ekstremal vaziyatlarda shaxs psixikasining faoliyati, stress omillari va psixologik barqarorlikni shakllantirish masalalari yoritiladi. Tadqiqot natijalari harbiy psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish hamda harbiy xizmatchilarning ruhiy barqarorligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: ekstremal vaziyat, harbiy psixologiya, ruhiy holat, diagnostika, stress, psixologik barqarorlik, psixologik moslashuv.

KIRISH

Zamonaviy harbiy faoliyat murakkab va mas'uliyatli faoliyat turlaridan biri hisoblanadi. Harbiy xizmatchilar ko'pincha xavf, tahdid va yuqori darajadagi mas'uliyat bilan bog'liq ekstremal vaziyatlarda xizmat olib boradilar. Bunday sharoitlarda shaxsning ruhiy holati xizmat samaradorligi va jangovar tayyorgarlik darajasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Psixologiya fanida ruhiy holat shaxs psixikasining muayyan vaqt oralig'idagi emotsional, kognitiv va irodaviy jarayonlarining integral ko'rinishi sifatida talqin



qilinadi. Ruhiy holat inson faoliyatining samaradorligini belgilovchi muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi [1, b-88-96].

Harbiy xizmat sharoitida ruhiy barqarorlikni ta'minlash muhim vazifalardan biridir. Chunki ekstremal vaziyatlarda stress, xavotir va emotsional zo'riqish darajasi ortadi. Bu esa harbiy xizmatchining qaror qabul qilish tezligi va aniqligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin [2, b-45-52].

Shu sababli harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'z vaqtida diagnostika qilish harbiy psixologik xizmat faoliyatining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ruhiy holatni chuqur o'rganish nafaqat harbiy xizmatchilarning psixologik barqarorligini ta'minlashga, balki ularning professional faoliyatini samarali tashkil etishga ham xizmat qiladi.

Ekstremal vaziyatlarning psixologik xususiyatlari.

Ekstremal vaziyatlar inson hayoti yoki faoliyatiga jiddiy xavf tug'diruvchi sharoitlar bilan tavsiflanadi. Bunday vaziyatlarda inson psixikasi yuqori darajada safarbar bo'ladi va organizm himoya reaksiyalarini ishga tushiradi.

Ekstremal vaziyatlarning asosiy psixologik xususiyatlari quyidagilardan iborat:

- xavf va tahdid omilining mavjudligi;
- noaniqlik darajasining yuqoriligi;
- vaqt tanqisligi;
- yuqori darajadagi javobgarlik;
- emotsional zo'riqish.

Mazkur omillar inson psixikasiga kuchli ta'sir ko'rsatadi va stress reaksiyalarining yuzaga kelishiga sabab bo'ladi [4, b-57-73].

Ekstremal vaziyatlarda shaxsning psixologik tayyorgarligi va moslashuv qobiliyati muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik tayyorgarlik darajasi yuqori bo'lgan harbiy xizmatchilar murakkab sharoitlarda ham ruhiy barqarorlikni saqlab qoladi va vazifalarni samarali bajaradi.



Bunday vaziyatlarda shaxs psixikasida diqqatning keskin jamlanishi, tezkor fikrlash va irodaviy safarbarlik kuzatiladi. Ammo uzoq davom etuvchi stress sharoitida emotsional charchoq va psixologik zo‘riqish yuzaga kelishi mumkin.

Harbiy xizmatchilar ruhiy holatini diagnostika qilish usullari.

Harbiy xizmatchilar ruhiy holatini aniqlashda turli psixologik diagnostika metodlaridan foydalaniladi. Ushbu metodlar shaxsning emotsional barqarorligi, stressga chidamliligi hamda psixologik moslashuv darajasini aniqlash imkonini beradi.

Kuzatish metodi.

Kuzatish psixologiyada keng qo‘llaniladigan diagnostika metodlaridan biridir. Ushbu metod orqali harbiy xizmatchilarning xulq-atvori, emotsional reaksiyalari hamda stressli vaziyatlarga moslashuvi o‘rganiladi.

Kuzatish metodi real xizmat sharoitida psixologik jarayonlarni aniqlash imkonini beradi. Psixolog kuzatish jarayonida harbiy xizmatchilarning diqqat darajasi, hissiy reaksiyalari va xulq-atvoridagi o‘zgarishlarni tahlil qiladi [3, b-112-128].

So‘rovnoma metodi.

So‘rovnoma metodi harbiy xizmatchilarning psixologik holatini subyektiv baholash imkonini beradi. Ushbu metod yordamida stress darajasi, emotsional barqarorlik hamda xizmat faoliyatidan qoniqish darajasi aniqlanadi.

So‘rovnoma psixologik diagnostikaning muhim vositalaridan biri hisoblanadi. U shaxsning ichki kechinmalari va psixologik holatini aniqlashga yordam beradi [5, b-134-149].

Psixodiagnostik testlar

Psixologik testlar harbiy xizmatchilarning individual psixologik xususiyatlarini aniqlashda keng qo‘llaniladi. Ushbu testlar yordamida stress darajasi, emotsional barqarorlik hamda psixologik moslashuv darajasi baholanadi.



Psixodiagnostik testlar psixologik diagnostikaning eng ishonchli usullaridan biri hisoblanadi. Ular yordamida shaxsning psixologik xususiyatlari ilmiy asosda baholanadi [1, b-120-128].

Psixofiziologik diagnostika.

Ekstremal vaziyatlarda ruhiy holatni aniqlashda psixofiziologik usullar ham muhim ahamiyatga ega. Ushbu metodlar yordamida yurak urish tezligi, qon bosimi va vegetativ reaksiyalar kabi ko'rsatkichlar o'rganiladi.

Mazkur ko'rsatkichlar stress darajasini aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Psixofiziologik diagnostika yordamida shaxs organizmining stressga bo'lgan reaksiyasi aniqlanadi [4, b-75-82].

Psixologik diagnostikaning amaliy ahamiyati.

Harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'z vaqtida diagnostika qilish psixologik xizmat faoliyatining muhim yo'nalishlaridan biridir. Psixologik diagnostika orqali stress darajasi aniqlanadi, psixologik muammolar erta bosqichda aniqlanadi hamda zarur psixologik yordam choralari belgilanadi.

Psixologik diagnostika natijalari asosida harbiy xizmatchilarning stressga chidamliligini oshirish bo'yicha trening dasturlari ishlab chiqilishi mumkin. Bu esa harbiy xizmatchilarning ruhiy barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi [2, b-67-74].

Xulosa

Ekstremal vaziyatlarda harbiy xizmatchilar ruhiy holatini diagnostika qilish harbiy psixologiya fanining muhim yo'nalishlaridan biridir. Ruhiy holatni o'z vaqtida aniqlash harbiy xizmatchilarning stressga chidamliligini oshirish hamda xizmat samaradorligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ruhiy holatni o'rganishda kompleks diagnostika metodlaridan foydalanish zarur. Kuzatish, so'rovnoma, psixodiagnostik testlar hamda psixofiziologik usullar uyg'unligi ruhiy holatni aniq baholash imkonini beradi.



Foydalanilgan adabiyotlar

1. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi nashriyoti, 2010. – 88–96-betlar.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2012. – 45–52-betlar.
3. Davletshin M.G. Harbiy psixologiya asoslari. – Toshkent: Harbiy nashriyot, 2005. – 112–128-betlar.
4. Abdurahmonov F.A. Ekstremal vaziyatlar psixologiyasi. – Toshkent: Universitet nashriyoti, 2020. – 57–73-betlar.
5. To‘laganova G.K. Shaxs psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti, 2018. – 134–149-betlar.