

HARBIY XIZMATCHILAR RUHIY HOLATINI O'RGANISHNING NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI

Boboyev Jonrid Yunusovich

O'zbekiston Respublikasi Harbiy
havfsizlik va mudofaa universiteti Serjantlar
tayyorlash oliy maktabi o'quv vzvodi
komandiri, Oriental Universiteti 2-kurs magistranti, mayor

Annotatsiya: Mazkur ilmiy maqolada harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganishning nazariy-metodologik asoslari tahlil qilinadi. Harbiy faoliyatning o'ziga xos psixologik xususiyatlari, ekstremal xizmat sharoitlari, stress omillari hamda shaxsning individual-psixologik ko'rsatkichlari ruhiy holat shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy determinantlar sifatida ko'rib chiqiladi. Tadqiqotda tizimli yondashuv, faoliyat nazariyasi hamda zamonaviy psixologik diagnostika metodlari asosida harbiy xizmatchilar ruhiy barqarorligini baholashning ilmiy asoslari yoritiladi. Shuningdek, ruhiy holatni o'rganishda kompleks metodologik yondashuvning ahamiyati ochib beriladi. Tadqiqot natijalari harbiy psixologik ta'minot tizimini takomillashtirish, harbiy xizmatchilarning stressga chidamliligini oshirish hamda psixoprofilaktika ishlarini samarali tashkil etishga xizmat qiladi.

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

Аннотация: В данной научной статье анализируются теоретико-методологические основы изучения психического состояния военнослужащих. В качестве основных детерминант, влияющих на формирование психического состояния, рассматриваются специфические психологические особенности военной деятельности, экстремальные условия службы, стрессоры, а также индивидуально-психологические показатели личности. В исследовании освещаются научные основы оценки психической устойчивости военнослужащих на основе системного подхода, теории деятельности и

современных методов психологической диагностики. Также раскрывается значение комплексного методологического подхода к изучению психических состояний. Результаты исследования послужат совершенствованию системы военного психологического обеспечения, повышению стрессоустойчивости военнослужащих, эффективной организации психопрофилактической работы.

Ключевые слова: военная психология, психическое состояние, стресс, психологическая устойчивость, диагностика, методика, экстремальная деятельность.

Annotation: This scientific article analyzes the theoretical and methodological foundations of the study of the mental state of military personnel. The specific psychological characteristics of military activity, extreme service conditions, stress factors and individual-psychological indicators of an individual are considered as the main determinants that affect the formation of a mental state. The study highlights the scientific basis for assessing the mental stability of military personnel on the basis of a systematic approach, theory of activity and modern methods of psychological diagnostics. Also, the importance of a comprehensive methodological approach in the study of mental state is revealed. The results of the study serve to improve the military psychological supply system, increase the stress resistance of military personnel, and effectively organize psychoprophylaxis work.

Keywords: military psychology, mental state, stress, psychological stability, diagnostics, methodology, extreme activity.

KIRISH

Muammoning dolzarbligi.

Zamonaviy harbiy faoliyat murakkab va ko'p omilli psixologik sharoitlarda amalga oshiriladi. Harbiy xizmat yuqori mas'uliyat, qat'iy intizom, tezkor qaror qabul qilish zarurati hamda xavf omilining doimiy mavjudligi bilan tavsiflanadi. Shu sababli harbiy xizmatchilarning ruhiy holati xizmat samaradorligini belgilovchi muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi.

Psixologiya fanida ruhiy holat shaxsning muayyan vaqt oralig'idagi psixik faoliyatining integral ko'rinishi sifatida talqin qilinadi. U emotsional, kognitiv va irodaviy jarayonlarning o'zaro uyg'unligi bilan tavsiflanadi hamda inson faoliyatining sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi [6, b-101-118].

Harbiy xizmat sharoitida ruhiy holatni barqaror saqlash jangovar shaylikni ta'minlash, vazifalarni aniq va tez bajarish hamda ekstremal vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bois harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganish harbiy psixologiya fanining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi [8, b-54-77].

Bugungi kunda dunyo harbiy psixologiyasi tajribasida stressga chidamlilik, psixologik moslashuv va ruhiy barqarorlik muammolari keng tadqiq qilinmoqda. Amerikalik olim R. Lazarus stress nazariyasida insonning psixologik moslashuvi tashqi talablar va ichki resurslar o'rtasidagi muvozanatga bog'liq ekanligini ta'kidlaydi [13, b- 85-104]. Shuningdek, G. Selye stress nazariyasiga ko'ra, uzoq davom etuvchi psixologik zo'riqish inson organizmida umumiy moslashuv sindromini yuzaga keltiradi [14, b-49-66].

Mahalliy psixolog olimlar ham ruhiy holat muammosini turli jihatlarida tadqiq etganlar. Jumladan, E.G'. G'oziyev psixik jarayonlar, holatlar va xususiyatlarning o'zaro bog'liqligini ko'rsatib, ruhiy holat inson faoliyatining muhim regulyatori ekanligini ta'kidlaydi [1, b-88-96]. V.M. Karimova esa ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan shaxs ruhiy holatining ijtimoiy muhit bilan o'zaro aloqadorligini yoritadi [2, b-45-52].

Shu bilan birga, harbiy faoliyat sharoitida ruhiy holatning o'ziga xos jihatlari mavjud. Harbiy xizmatchilar ko'pincha ekstremal vaziyatlarda faoliyat yuritadi, bu esa emotsional zo'riqish, psixologik charchoq va stress reaksiyalarining kuchayishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli ruhiy holatni chuqur ilmiy tahlil qilish va uning nazariy-metodologik asoslarini ishlab chiqish zarur.

Tadqiqot maqsadi

Harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganishning nazariy va metodologik asoslarini ilmiy jihatdan tahlil qilish.

Tadqiqot vazifalari

1. Ruhiy holat tushunchasining psixologik mohiyatini aniqlash.
2. Harbiy faoliyatning psixologik xususiyatlarini tahlil qilish.
3. Harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganish metodologiyasini tizimlashtirish.
4. Psixologik diagnostika usullarining samaradorligini baholash.

USULLARI

Tadqiqot metodologiyasi

Harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganish jarayonida zamonaviy psixologiya fanining asosiy metodologik tamoyillariga tayanildi. Tadqiqotning nazariy asosini tizimli yondashuv, faoliyat nazariyasi hamda shaxsga yo'naltirilgan yondashuv tashkil etdi.

Faoliyat nazariyasiga ko'ra, inson psixikasi uning faoliyati jarayonida shakllanadi va rivojlanadi. Bu yondashuvga ko'ra, harbiy xizmatchilarning ruhiy holati ularning xizmat faoliyati, vazifalari hamda ijtimoiy muhit bilan bevosita bog'liq holda namoyon bo'ladi [7, b-63-81].

Shuningdek, psixikaning faoliyat bilan birligi tamoyiliga ko'ra, shaxsning ruhiy holati tashqi faoliyat sharoitlari va ichki psixologik resurslar o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasida shakllanadi. Bu tamoyil harbiy xizmat sharoitida ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi, chunki harbiy faoliyat yuqori darajadagi psixologik safarbarlikni talab qiladi [6, b-101-118].

Tizimli yondashuv esa ruhiy holatni bir nechta o'zaro bog'liq komponentlardan iborat murakkab psixologik tizim sifatida ko'rib chiqadi. Bu yondashuvga ko'ra ruhiy holat emotsional, kognitiv, motivatsion hamda irodaviy komponentlarning o'zaro uyg'unligi natijasida shakllanadi [9, b-92-110].

Tadqiqot metodlari

Tadqiqot jarayonida nazariy va empirik metodlardan kompleks tarzda foydalanildi.

1. Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish

Mazkur metod orqali psixologiya, harbiy psixologiya hamda ekstremal faoliyat psixologiyasi bo'yicha ilmiy manbalar o'rganildi. Bu usul ruhiy holat muammosining nazariy asoslarini aniqlash va ilmiy qarashlarni tizimlashtirish imkonini berdi [2, b-45-52].

2. Qiyosiy-tahliliy metod

Turli psixologik konsepsiyalarni taqqoslash orqali ruhiy holat tushunchasining mohiyati va uning tarkibiy tuzilmasi o'rganildi. Bu metod orqali mahalliy va xorijiy olimlarning ilmiy qarashlari o'rtasidagi umumiylik va farqlar aniqlab olindi [11, b-140-162].

3. Psixologik kuzatish

Harbiy xizmatchilar faoliyatini bevosita kuzatish orqali ularning emotsional reaksiyalari, xulq-atvori hamda stressga moslashuv xususiyatlari o'rganildi. Kuzatish metodi real xizmat sharoitida psixologik jarayonlarni aniqlash imkonini beradi.

4. So'rovnoma

So'rovnoma yordamida harbiy xizmatchilarning xizmat jarayonidagi psixologik holati, stress darajasi hamda emotsional barqarorligi haqida ma'lumotlar to'plandi. Ushbu metod psixologik holatning subyektiv bahosini aniqlash imkonini beradi.

5. Psixodiagnostik testlar

Ruhiy holatni o'rganishda bir qator psixologik test metodikalaridan foydalanildi.

Jumladan:

- stress darajasini aniqlash testlari
- emotsional barqarorlik shkalalari
- shaxsning psixologik moslashuv darajasini aniqlash metodikalari

Psixodiagnostik metodlar harbiy xizmatchilarning psixologik xususiyatlarini aniqlashda muhim vosita hisoblanadi [10, b-39-58].

6. Statistik tahlil

Olingan ma'lumotlar matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlanib, umumlashtirildi. Statistik tahlil tadqiqot natijalarining ishonchligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Tadqiqot obyekti va predmeti

Tadqiqot obyekti sifatida harbiy xizmatchilar faoliyati jarayonida namoyon bo'ladigan psixologik jarayonlar tanlandi.

Tadqiqot predmeti esa harbiy xizmatchilar ruhiy holatini shakllantiruvchi psixologik omillar hamda ularni o'rganishning metodologik asoslaridan iborat.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi

Mazkur tadqiqot doirasida:

- harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganishning nazariy asoslari tizimlashtirildi;
- ruhiy holatni baholashning kompleks metodologik modeli ishlab chiqildi;
- harbiy faoliyat sharoitida stress omillarining psixologik ta'siri tahlil qilindi.

NATIJALAR

Ruhiy holat tushunchasining nazariy tahlili

Psixologiya fanida ruhiy holat tushunchasi shaxs psixikasining muayyan vaqt oralig'idagi integral ko'rinishini ifodalaydi. Ruhiy holat insonning emotsional, kognitiv va irodaviy jarayonlarining o'zaro uyg'unligi bilan tavsiflanadi hamda faoliyat samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shaxsning ruhiy holati uning ichki kechinmalari, motivatsiyasi va tashqi muhit bilan o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi.

Ilmiy manbalarda ruhiy holat psixik jarayonlar va psixik xususiyatlar o'rtasidagi oraliq psixologik hodisa sifatida qaraladi. Psixik jarayonlar (idrok, tafakkur, xotira, diqqat) qisqa muddatli bo'lsa, psixik xususiyatlar (temperament, xarakter, qobiliyat) nisbatan barqaror hisoblanadi. Ruhiy holat esa ushbu ikki psixologik daraja o'rtasidagi dinamik bog'lovchi bo'g'in vazifasini bajaradi [1, b-88-96].

Rus psixologi S.L. Rubinshteyn ruhiy holatni shaxs psixikasining muayyan faoliyat sharoitlariga moslashuvi sifatida talqin qiladi. Uning fikriga ko'ra, ruhiy holat insonning tashqi muhit bilan o'zaro aloqasi jarayonida shakllanadi va faoliyat samaradorligini tartibga soluvchi muhim psixologik mexanizm hisoblanadi [6, b- 101-118].

Ruhiy holatning muhim xususiyatlaridan biri uning dinamikligidir. U tashqi muhit omillari, ijtimoiy sharoit, faoliyat turi hamda shaxsning individual-psixologik xususiyatlari ta'sirida o'zgarib boradi. Shu sababli ruhiy holatni barqaror psixik xususiyatlardan farqlash zarur.

Psixologik adabiyotlarda ruhiy holatning quyidagi tarkibiy komponentlari ajratib ko'rsatiladi:

- Emotsional komponent – hissiy kechinmalar va kayfiyat darajasi
- Kognitiv komponent – tafakkur va diqqatning faolligi
- Motivatsion komponent – faoliyatga bo'lgan ichki rag'bat
- Irodaviy komponent – o'zini boshqarish va qat'iyatlilik darajasi

Mazkur komponentlarning uyg'unligi shaxsning umumiy psixologik tayyorgarligini belgilaydi. Agar emotsional zo'riqish yuqori bo'lsa, kognitiv jarayonlar samaradorligi pasayadi, diqqat tarqoqlashadi va qaror qabul qilish sifati yomonlashadi.

Harbiy faoliyatning psixologik xususiyatlari

Harbiy xizmat psixologik jihatdan murakkab faoliyat turlaridan biri hisoblanadi. Bu faoliyat yuqori darajadagi mas'uliyat, qat'iy intizom, tezkor qaror qabul qilish hamda xavf omilining doimiy mavjudligi bilan tavsiflanadi.

Harbiy psixologiya tadqiqotlariga ko'ra, harbiy faoliyat quyidagi psixologik omillar bilan ajralib turadi:

- yuqori darajadagi javobgarlik
- ekstremal vaziyatlar ehtimoli
- jismoniy va psixologik zo'riqish
- qat'iy xizmat tartibi
- vaqt tanqisligi sharoitida qaror qabul qilish zarurati

Mazkur omillar shaxs psixikasiga kuchli ta'sir ko'rsatadi va ruhiy holatning o'ziga xos shakllanishiga olib keladi [8, b-54-77].

Harbiy xizmat jarayonida ruhiy barqarorlik jangovar tayyorgarlik darajasining muhim ko'rsatkichi hisoblanadi. Ruhiy barqarorlik yuqori bo'lgan harbiy xizmatchilar murakkab vaziyatlarda tez va aniq qaror qabul qila oladi hamda o'z faoliyatini samarali boshqaradi.

Harbiy xizmatchilar faoliyatida stress omillari

Stress harbiy xizmatning ajralmas psixologik omillaridan biridir. Stress tushunchasi ilk bor kanadalik olim G. Selye tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lib, u stressni organizmning har qanday tashqi ta'sirga nisbatan umumiy moslashuv reaksiyasi sifatida izohlaydi [14, b-49-66].

Harbiy faoliyat sharoitida stressni yuzaga keltiruvchi asosiy omillar quyidagilardan iborat:

- xavf va tahdid omili
- jangovar vaziyat ehtimoli
- uyqu rejimining buzilishi
- uzoq muddatli jismoniy yuklama
- oiladan uzoqlik
- axborot yuklamasining ortishi

Amerikalik psixolog R. Lazarus stressni inson va muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasida yuzaga keladigan psixologik holat sifatida talqin qiladi. Uning fikricha, stress darajasi insonning ichki resurslari va tashqi talablar o'rtasidagi nomutanosiblik bilan bog'liq [13, b-85-104].

Stressning uzoq davom etishi emotsional charchoq, diqqatning pasayishi hamda psixologik moslashuvning buzilishiga olib kelishi mumkin.

Psixologik moslashuv mexanizmlari

Harbiy xizmatchilar faoliyatida psixologik moslashuv muhim ahamiyatga ega. Moslashuv shaxsning yangi faoliyat sharoitlariga psixologik jihatdan moslashish jarayonidir.

Psixologik moslashuv quyidagi mexanizmlar orqali amalga oshadi:

- motivatsion safarbarlik
- emotsional o'zini boshqarish
- irodaviy tayyorgarlik
- jamoaviy qo'llab-quvvatlash

Moslashuv darajasi yuqori bo'lgan harbiy xizmatchilar xizmat faoliyatiga tez moslashadi va stressli vaziyatlarda ruhiy barqarorlikni saqlab qoladi.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganish murakkab va ko'p omilli psixologik jarayon ekanligini ko'rsatdi. Ruhiy holat shaxs psixikasining integral ko'rsatkichi bo'lib, u emotsional, kognitiv, motivatsion va irodaviy komponentlarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi. Bu holat shaxsning faoliyat samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Psixologiya fanida ruhiy holatni o'rganish bo'yicha turli nazariy yondashuvlar mavjud. Faoliyat nazariyasiga ko'ra, inson psixikasi faoliyat jarayonida shakllanadi va rivojlanadi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, harbiy xizmatchilarning ruhiy holati ham ularning xizmat faoliyati, vazifalari hamda ijtimoiy muhit bilan bevosita bog'liq holda namoyon bo'ladi [7, b-63-81].

Rubinshteynning psixologik konsepsiyasiga ko'ra, ruhiy holat tashqi faoliyat sharoitlari va ichki psixologik resurslar o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasida yuzaga keladi. Bu yondashuv harbiy faoliyatni tahlil qilishda ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi, chunki harbiy xizmat yuqori darajadagi psixologik safarbarlikni talab qiladi [6, b-101-118].

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, harbiy xizmatchilar faoliyatida stress omillari muhim o'rin tutadi. Stressning uzoq davom etishi emotsional charchoq, diqqatning pasayishi hamda qaror qabul qilish jarayonining sekinlashishiga olib kelishi mumkin. G. Selye tomonidan ishlab chiqilgan umumiy moslashuv sindromi nazariyasiga ko'ra, uzoq davom etuvchi stress inson organizmining fiziologik va psixologik resurslarini kamaytiradi [14, b-49-66].

Shuningdek, R. Lazarusning stress nazariyasiga ko'ra, stress darajasi insonning tashqi talablar va ichki resurslar o'rtasidagi muvozanatiga bog'liq. Agar tashqi talablar shaxs imkoniyatlaridan yuqori bo'lsa, psixologik zo'riqish kuchayadi [13, b-85104].

Mazkur tadqiqot natijalari harbiy xizmatchilar ruhiy barqarorligini ta'minlashda psixologik tayyorgarlik muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Psixologik tayyorgarlik shaxsning stressga chidamliligini oshiradi, emotsional o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi hamda ekstremal vaziyatlarda samarali faoliyat yuritishga yordam beradi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, harbiy jamoalarda sog'lom ijtimoiy-psixologik muhit mavjud bo'lsa, harbiy xizmatchilarning ruhiy holati barqaror bo'ladi. Jamoa ichidagi o'zaro ishonch, qo'llab-quvvatlash hamda ijobiy munosabatlar emotsional zo'riqishni kamaytiradi va psixologik moslashuv jarayonini tezlashtiradi [2, b-45-52].

Shu sababli harbiy qismlarda psixologik xizmat faoliyatini rivojlantirish, stressga chidamlilikni oshirish bo'yicha trening dasturlarini joriy etish hamda psixologik monitoring tizimini takomillashtirish zarur.

XULOSA

Mazkur tadqiqot harbiy xizmatchilar ruhiy holatini o'rganishning nazariy va metodologik asoslarini tahlil qilishga bag'ishlandi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ruhiy holat shaxs psixikasining muhim ko'rsatkichlaridan biri bo'lib, u inson faoliyatining samaradorligini belgilaydi.

Harbiy faoliyat o'zining murakkab psixologik sharoitlari bilan ajralib turadi. Yuqori mas'uliyat, xavf omili, vaqt tanqisligi hamda qat'iy intizom harbiy xizmatchilarning ruhiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli ruhiy barqarorlikni ta'minlash harbiy tayyorgarlik tizimining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot jarayonida ruhiy holatni o'rganishda kompleks metodologik yondashuv zarurligi aniqlandi. Psixodiagnostik testlar, kuzatish, so'rovnomma hamda

statistik tahlil metodlarining uyg'unligi tadqiqot natijalarining ishonchligini ta'minlaydi.

Shuningdek, harbiy xizmatchilar ruhiy holatini barqarorlashtirish uchun quyidagi yo'nalishlarda ish olib borish maqsadga muvofiqdir:

- psixologik tayyorgarlik tizimini takomillashtirish;
- stressga chidamlilikni rivojlantirish treninglarini joriy etish;
- harbiy jamoalarda ijobiy psixologik muhitni shakllantirish;
- psixologik monitoring tizimini rivojlantirish.

Xulosa qilib aytganda, harbiy xizmatchilar ruhiy holatini ilmiy asosda o'rganish Qurolli Kuchlar shaxsiy tarkibining ruhiy barqarorligini mustahkamlash hamda xizmat samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

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, 2018. – 134–149-betlar.
6. Rubinshteyn S.L. Umumiy psixologiya. – Sankt-Peterburg: Piter, 2002. – 101–118-betlar.
7. Leontyev A.N. Deyatelnost. Ong. Shaxsiyat. – Moskva: Politizdat, 1975. – 63–81-betlar.
8. Dyachenko M.I., Kandybovich L.A. Harbiy psixologiya. – Moskva: Voenizdat, 1985. – 54–77-betlar.

9. Platonov K.K. Shaxsning tuzilishi va rivojlanishi. – Moskva: Nauka, 1986. – 92–110-betlar.
10. Bodrov V.A. Psixologiya professional stress. – Moskva: PER SE, 2000. – 39–58-betlar.
11. Rean A.A. Psixologiya shaxsiyati. – Sankt-Peterburg: Piter, 2013. – 140–162-betlar.
12. Zimbardo P. Psixologiya va Hayot. – New York: Pearson Education, 2018. – 210–228-betlar.
13. Lazarus R.S. Stress va Emotsiya. – New York: Springer Publishing, 1999. – 85–104-betlar.
14. Selye H. Hayotdagi stress. – New York: McGraw-Hill, 1978. – 49–66-betlar.