

FAVQULODDA VAZIYATLAR XODIMLARINING PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGI

Rajabova Ra'no Islom qizi
O'zMU magistranti

Ushbu maqolada favqulodda vaziyatlar xodimlarining psixologik tayyorgarligi va uning favqulodda vaziyatlar xodimlari faoliyatidagi o'rni xususida fikr yuritilgan.

Tayanch so'zlar: Favqulodda vaziyatlar, qutqaruvchi, psixologik qo'llab – quvvatlash, ekstremal soha, psixologik tayyorgarlik, kasbiy tayyorgarlik, aqliy tayyorgarlik, psixologik barqarorlik, psixologik modellashtirish.

Qutqaruvchi kasbi dunyodagi eng xavfli kasblardan biridir. Favqulodda vaziyatlarda ishlaydigan mutaxassislar juda ko'p miqdordagi stress omillari ta'sirida bo'lib, odamlarning hayoti bilan bog'liq bo'lgan qarorlarni tezda qabul qilish zarurati, murakkab va xavfli ish sharoiti, ma'lumot etishmasligi bilan nostandart sharoitlarda ishlash ushbu soha mutaxassisi ishining o'ziga xos xususiyati hisoblanadi.

Shu sababli favqulodda vaziyatlar xodimlarini psixologik qo'llab - quvvatlash asosiy va murakkab vazifalardan biridir.

Favqulodda vaziyatlar xodimlarining faoliyati turli xil tabiatdagi ekstremal omillarga, mehnat vazifalarining xilma-xilligiga, sezilarli jismoniy va psixologik stressga ta'sir qilish bilan bog'liq bo'lib, bu qutqaruvchining shaxsiga, xususan, uning kasbiy motivatsiyasiga yuqori talablarni qo'yadi. Ekstremal soha mutaxassislarining kasbiy faoliyatida fojiali voqealar turli xil kundalik tajribalar bilan bog'liq bo'lgan hayot va sog'liq uchun xavf, vaqt etishmasligi sharoitida ma'lumotlarning haddan tashqari yuklanishi, mehnatning keskin rejimi, ekstremal vaziyatning to'satdan paydo bo'lishi kabi stress omillarining doimiy zanjiriga aylanadi.

Tinchlikni saqlash qobiliyati, to'g'ri qaror qabul qilish, xatti-harakatlarni boshqarish va maqsadga muvofiq harakat qilish qobiliyati ushbu soha xodimlari uchun omon qolishning asosiy omillari hisoblanadi.

Mavjud vaziyatning noaniqligi, xavfni doimiy kutish, tez o'zgaruvchan vaziyatlarni doimiy mantiqiy va psixologik tahlil qilish zarurati, inson qayg'usi bilan ishlash inson ruhiyatiga kuchli va noaniq ta'sir ko'rsatadi, uning barcha jismoniy va ruhiy imkoniyatlarini safarbar qilishni talab qiladi. Qutqaruvchi o'zining kasbiy vazifalarini stressli vaziyatda bo'lgan odamlar, hamkasblar, ko'pincha minimal ish tajribasi, o'zaro ta'sir qiluvchi organlar va xizmatlar vakillari bilan doimiy aloqada bo'lish orqali amalga oshiradi. Bunday holatlar keskinlik, hissiy muvozanatni buzilishi uchun sharoit yaratadi. Bularning barchasi ko'pincha e'tiborning tarqalishiga, uni ichki jarayonlar va holatlarga o'tkazishga, zudlik bilan harakat qilish uchun jangovar

tayyorgarlikning pasayishiga olib keladi va rasmiy vazifalarning bajarilishiga salbiy ta'sir qiladi. Favqulodda qutqaruv va boshqa shoshilinch ishlar tajribasi shuni ko'rsatadiki, qutqaruvchilarining har qanday tayyorgarligi bilan, ularning harakatlarini boshqarish qanchalik mohir bo'lishidan qat'iy nazar, qutqaruvchilar har doim ham ular duch keladigan ruhiy stresslarga dosh berolmaydilar.

Bu jarayonda favqulodda vaziyatlar xodimlarining psixologik tayyorgarligi muhim ahamiyat kasb etadi. Favqulodda vaziyatlar xodimlarining psixologik tayyorgarligi - shaxsiy takomillashtirish va kasbiy fazilatlarni rivojlantirish, avariya-qutqaruv ishlarini olib borish sharoitlarida muvaffaqiyatli harakatlar tajribasiga ega bo'lish asosida qutqaruvchilarda psixologik tayyorlik va barqarorlikni shakllantirish va mustahkamlashga qaratilgan faoliyat, maqsadli ta'sirlar tizimidir.

Kasbiy tayyorgarlik favqulodda vaziyatlar xodimlarining kundalik o'quv faoliyati, kundalik vazifalarni bajarish jarayonida amalga oshiriladi. Ushbu faoliyatning asosiy maqsadi ekstremal muhitda yuzaga keladigan keskinlikning qutqaruvchining psixikasi va faoliyatiga ta'sirining xususiyatini o'zgartirishdan iborat.

Psixologik tayyorgarlik psixologik jihatdan shaxsiy xususiyatlar, o'zini o'zi boshqarish mexanizmlari, shuningdek ta'sir etuvchi omilning ekstremallik darajasi bilan belgilanadi. Aqliy tayyorgarlik hissiy qo'zg'aluvchanlik va hissiyotlarning tartibsiz ta'siriga chidamliligini tavsiflovchi qutqaruvchining individual tipologik xususiyatlari bilan bog'liq bo'lsa, unda bu birinchi navbatda ixtiyoriy harakatlarning og'irligi va sub'ektning hissiy sohasiga maqsadli ta'sir o'tkazish qobiliyati bilan belgilanadi. Aqliy tayyorgarlikni sub'ektning hayoti davomida shakllangan tug'ma va psixofiziologik mexanizmlar va shaxsiy fazilatlar bilan aniqlash mumkin, bu esa hissiy omillarga, masalan, ekstremal muhitga ongsiz yoki ongli ravishda qarshi turishga imkon beradi.

Psixologik tayyorgarlik tarkibida psixologik tayyorlik va barqarorlik kabi psixologik fazilatlar markaziy o'rinni egallaydi. Psixologik tayyorgarlikning ham, psixologik barqarorlikning ham namoyon bo'lishida bir xil tarkibiy qismlar mavjud: motivatsion, hissiy, kognitiv, intellektual, operatsion va ixtiyoriy.

Motivatsion component favqulodda vaziyatlar mutaxassisining to'siqlarni yengib o'tish, avariya-qutqaruv ishlarini olib borish, xizmatning qiyinchiliklariga dosh berishga qodirligini ko'rsatish, jasorat, qat'iyatlilik va shu asosda qutqaruvchilar jamoasida o'zini tasdiqlash istagini tavsiflaydi.

Hissiy component favqulodda vaziyatlar xodimining ishonchida, berilgan vazifadan ilhomlanish va qoniqish hissi, shuningdek, u yoki bu ishni bajarishda o'z qobiliyatiga shubha bilan qarashida namoyon bo'ladi.

Kognitiv komponent yaqinlashib kelayotgan avariya-qutqaruv ishlarining qiyinchiliklari tabiati, o'z hatti-harakatlari va ruhiyatini boshqarish imkoniyatlarini baholash, vazifani anglash va tushunish darajasini tavsiflaydi.

Intellektual komponent qutqaruvchining fikrlash turini va aqliy faoliyatini tavsiflaydi.

Operatsion komponent favqulodda qutqaruv ishlari paytida mutaxassis qo'llaydigan yol va usullarga tegishlidir.

Ixtiyoriy komponent vazifalarni bajarish jarayonida o'zini tuta bilish, o'zini o'zi boshqarish, vazifani bajarishga qaror qilish, unga erishish uchun barcha kuchni yo'naltirish, stress va charchoqni yengish qobiliyatida namoyon bo'ladi.

Psixologik tayyorgarlikning ixtiyoriy komponenti yetakchi o'rinni egallaydi, chunki iroda maqsadga muvofiqlik, diqqatni jamlash, tizimli fikrlashga yordam beradi, harakatlarni susaytirishi mumkin bo'lgan barcha narsalarni yo'q qiladi. Ixtiyoriy fazilatlarining yetishmasligi odamlarning o'zlariga ahamiyatsiz hayotiy maqsadlarni qo'yishiga, faoliyatda sustkashlikni namoyon etishiga, o'zini sog'lom tanqid qilish o'rniga noo'rin va samarasiz tanqid qilishga olib kelishi mumkin. Maqsadga erishish motivatsiyasining o'ziga xos xususiyatlari tufayli favqulodda vaziyatlar xodimining kasbiy faoliyatidagi psixologik barqarorlik ushbu faoliyatning muvaffaqiyatli natijalariga ishonch hissi ortishi bilan tavsiflanadi.

Ixtiyoriy harakat-bu aqliy energiyani bir energiya manbasidan boshqasiga yo'naltirishni amalga oshiradigan fikr va hissiyot energiyasidir. Iroda ko'p yo'nalishli aqliy energiya to'qnashuvini yengib chiqadi va aqliy energiya signalini fiziologik darajaga yuboradi, bu yerda energiyaning boshqa shakllari kuchga kiradi, xususan, turmush tarzini o'zgartirish, masofani bosib o'tish, yomon bajarilgan ishni qayta bajarish va boshqalar.

Biroq, psixologik tayyorgarlikni faqat o'qitish va tarbiyalashdan iborat deb qarash noto'g'ri bo'ladi. Vazifalarni bajarish uchun zarur bo'lgan psixologik va maxsus fazilatlarini shakllantirish, rivojlantirishni faqat psixologik tayyorgarlik jarayonida hal qilish mumkin..

Shuning uchun ta'lim va tarbiya bilan bir qatorda psixologik tayyorgarlik ham amalga oshiriladi, uning davomida vazifalarni bajarish uchun zarur bo'lgan kasbiy muhim fazilatlar shakllantiriladi. Psixologik tayyorgarlik jarayonida vazifani anglash, qutqaruvchilarni uni shubhasiz bajarish zarurligiga ishontirish, shu maqsadda tayyorgarlikni va boshqa o'ziga xos kasbiy muhim fazilatlarini faollashtirish masalalari hal qilinadi.

Favqulodda vaziyatlar xodimlarini psixologik tayyorlash yo'nalishlariga quyidagilar kiradi:

- qutqaruvchilarda jabrlanganlarni qutqarish uchun ilmiy asoslangan bilimlarni shakllantirish;

- qutqaruvchilarning kasbiy mahorati va ko'nikmalarini, psixologik va fiziologik chidamliligini oshirish, beparvolik, oddiylik, istak va ehtiyojlarda mo'tadillikni tarbiyalash;

- rahbariyat va boshliqlarga ishonchni shakllantirish, itoatkorlikka munosabatni rivojlantirish, davlat siyosatiga ishonch va sadoqatni tarbiyalash;

- ruhiy jarohatlarni kamaytirish.

Amalga oshirilgan ishlarning samaradorligi ko'p jihatdan qutqaruv ishlarining holatini psixologik modellashtirish tamoyillariga (ruhiy holat va harakatlarning avariya-qutqaruv ishlari sharoitlariga mosligi), shuningdek, qutqaruv tuzilmalarining turli qismlari va bo'linmalarida hal qilinadigan vazifalar bilan psixologik tayyorgarlik mazmunining kasbiy va taktik shart-sharoitlariga qanchalik aniq rioya qilinishiga, qutqaruv ishlarining xavfsizligini ta'minlash darajasiga bog'liqdir.

Modellashtirishning asosiy maqsadi qutqaruvchilarning favqulodda vaziyatlarda samarali harakat qilish ko'nikmalarini shakllantirish maqsadida aqliy keskinlikni yaratishdir. Buning uchun quyidagi usullardan foydalanish maqsadga muvofiqdir:

- noaniqlik, ma'lumot va vaqtning etishmasligi, yuqori harakat tezligi, noqulaylik, bir vaqtning o'zida bir nechta faoliyatni amalga oshirish va qaror qabul qilishda mas'uliyat, qat'iyat va xavfni talab qiladigan boshqa psixogen omillarni birlashtirish uchun sharoit yaratish;

- qichqiriqlar, nolalarga ta'sir qilish;

- o'tkir, yoqimsiz hidlardan foydalanish;

- zilzilalar natijalarini taqlid qilish, jasadlar, vayron qilingan narsalarni, jihozlarni va boshqalarni qo'g'irchoqlarga joylashtirish;

- tezroq harakat qilish, vaziyat haqida doimiy hisobot berish talabi;

- noqulay ob-havo sharoitida mashg'ulotlarni o'tkazish, uyqusiz uzoq muddatli harakatlar;

- qiyin sharoitlarda uzoq yurishlarni amalga oshirish;

- uskunar va qurilmalarning ishlashida nosozliklarni kiritish;

- muhandislik to'siqlaridan keng foydalanish.

Ushbu omillarning o'quv jarayoniga mohirlik bilan, puxta o'ylangan holda kiritilishi avariya-qutqaruv ishlarining individual elementlarini real ravishda modellashtirishga va psixologik tayyorgarlik muammolarini hal qilishga imkon beradi.

Psixologik tayyorgarlikni amalga oshirish shaxs va jamoaning fazilatleri, kasbiy mahorat elementlari va avariya-qutqaruv va boshqa shoshilinch ishlarning haqiqiy psixologik talablari o'rtasidagi maksimal muvofiqlikka erishish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. G'oziyev E.G', Momedov K.Q. "Kasb psixologiyasi". Toshkent- 2003 yil
2. Nishonova Z. va boshqalar: Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. Toshkent – 2018 – 379 bet.
3. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных/ под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007
4. Ковтунович М. Г.; Рожков Н.В., Ениколопов С.Н., Орлова Е.В., Психологическая подготовка спасателей: Учебное пособие для спасателей студенческих спасательных отрядов /Под ред. М. Г.Ковтунович. – М., 2007.
5. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений/ Н. Г. Осухова - 2-е изд. испр. М.: Издательский центр «Академия» 2007. - 288 с.
6. Кокурин А. Психологическое обеспечение экстремальной деятельности // Развитие личности, 2004. - № 4. -204 с.
7. . Баева И. А. Экстремальная ситуация в контексте психологии безопасности // Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В. В. Рубцова, С. Б. Малых. М., 2007.