

**JANGOVAR VAZIYATLARDA MERGAN ORGANIZIMI
PSIXOFIZIOLOGIK FAOLIYATINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI**

Arziyev G'.I. - podpolkovnik

Chirchiq oliy tank qo'mondonlik muhandislik bilim yurti

Qurollanish va otish kafedrası boshlig'i o'rinbosari-sikl boshlig'i, dotsent.

Аннотация: ushbu maqolada ikkinchi jahon urushi tajribasida merganlarni axloqiy-ruhiy, fiziologik va psixofiziologik faoliyatining o'ziga xosligi haqida so'z yuritiladi.

Аннотация: В данной статье на примерах Второй мировой войны рассмотрены влияние морально-психологического, физиологического и физического состояния снайпера на выполнение боевой задачи.

Калит сўзлар: mergan, aniqlik, qurol-aslaha, samaradorlik, depressiya, ko'rish, qobiliyat, guruh, jangchi, terrorchi, barqarorlik.

Ключевые слова: снайпер, меткость, вооружения, эффективность, депрессия, видение, способность, группа, боец, террорист, стабильность.

Merganning jangovar psixofiziologiyasi.

“Merganlarni qo'llash og'ir qurol-aslahalarni va shaxsiy tarkibni yetishmasligining o'rnini to'ldirishga imkon beradi. Merganlar dushmanning jangovar faoliyati samaradorligini sezilarli darajada pasaytirishi yoki uni umuman yo'qqa chiqarishi mumkin”.

II jahon urushida qo'llanilgan jangovar yo'riqnomalardan

Jangovar merganlik kasbi – o'ta aniqlikni va diqqatni talab etuvchi o'ta mas'ul vazifa bo'lib, ushbu jarayon nafaqat jismoniy chidamlilik va matonatni, balki asab energiyasining ko'p sarf etilishini talab qiladi.

Aniq otish merganning asab tizimining taranglashishi bilan bog'liq bo'ladi.

Merganning o't ochish samaradorligini oshirish ko'p jihatdan uning tanasida yuz berayotgan fiziologik va psixofiziologik jarayonlarni bilish bilan bog'liq.

Merganning fiziologiyasi

Avvalambor, merganning hissiyotlarga berilishga haqqi yo'q. Psixologik taranglik paytida harakatlanish ko'nikmalari hamda muvozanat holatini buzilishi ro'y beradi. Muvozanatning barqarorligi va turg'un chidamlilik holatlari buzilib, xavotirlanish holati vujudga keladi. Merganlikni endigina boshlagan yosh merganlarda yuqorida qayd etilgan holatlar otishdan oldingi “startoldi holati” deb ataladi. Merganning startoldi safarbarlik holati dinamik jangovar faoliyat turlarida o'zini

fiziologik jihatdan oqlasa, otishga tayyorlanish holatida esa u oddiy stress holatiga aylanadi. Bunday holat bilan qanday kurashish mumkin?

Birinchiidan, organizmdan adrenalin va boshqa stress gormonlarini ajralib chiqishi juda ham ko'p vitaminlarni "yoqib yuboradi". Shu sababli mergan o'z kundalik hayoti davomida vitaminlarning o'rnini to'ldirib borishi lozim. Buning uchun u alkogol mahsulotlaridan butunlay voz kechishi shart. Vitaminlarni yaxshiroq hazm bo'lishi uchun sog'lom jigar zarur.

Ikkinchiidan: har qanday stress vaqtida tanada ko'p miqdorda glyukoza kuyib ketadi va shu bois uglevodlarga bo'lgan ehtiyoj ortadi. Sinov tajribasini o'tkazing – agar otish vaqtida sizda taxikardiya boshlansa, u holda tilingiz ostiga nordon-shirin obaki qo'ying. Birozdan so'ng qo'rquv pasayadi, so'ngra umuman yo'qoladi. Bunday oddiy usul natijasida ko'rish qobiliyati kuchayadi, chunki nordon-shirin ta'm ko'rish tizimini refleks darajasida safarbar qiladi. Ushbu safarbarlikka yutinish va kavshash harakatlari ham imkon yaratadi.

Psixofizik tayyorgarlik.

"Qaynoq nuqtalar" deb atalmish joylarda jangovar harakatlarni amalga oshirish hamda terrorchilik guruhleri bilan kurash olib borish tajribasi tahlilining ko'rsatishicha, maxsus harakatlarni amalga oshiradigan bo'linmalar tarkibidan shakllantirilgan kichik guruhlarning bunday yerlarda qo'llanilishi amalga oshirilayotgan harakatlarning samarasini haddan ziyod oshishiga sabab bo'ladi. Bu guruhlarning maqsadi turlicha bo'lib, u dushmanning infratuzilmasi elementlarini aniqlash va yo'q qilishdan, to terrorchilar va boshqa noqonuniy qurolli tuzilmalarga qarshi harakatlarni amalga oshirish bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Ushbu guruhlarning harakatlanish samaradorligi bunday guruhlarga kiritilgan jangchilarning professional tayyorgarligi saviyasiga, jumladan, ularning jismoniy tayyorgarligi hamda psixologik jihatdan chidamliligiga bog'liq bo'ladi.

Depressiya (ziqlik) "Tunda, yaxshi yoritilmagan kichik xonada joylashgan bedor inson besabab ziqlik holatiga tushib qolishi mumkin. Bu holat ham inson psixikasida kechishi mumkin bo'lgan tabiiy hol. Shundan so'ng mana shunday harbiy xizmatchining boshliqlari nima sababdan hayoti va xizmati har tomonlama yaxshi bo'lgan inson tunda shtatga ilova qilingan jadvalda ko'zda tutilgan quroldan navbatchi qismda to'satdan o'z joniga qasd qilganligini bilmay, xunob bo'ladilar. Avvallari bu holat haqida bilishganligi bois ham navbatchining navbatchilik qismida bir o'zini qolishiga ruxsat berishmas edi".

Aybdorlik hissi "Hech qachon va hech kimning sizga aybdorlik hissini singdirishiga yo'l qo'ymang. Buning sababi nima bo'lishi-yu, bundan avval nima ro'y berganidan qat'iy nazar. Insonda kechayotgan aybdorlik hissi – uning ruhiyatiga juda ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday insonlar jangovar vaziyatda o'z jonidan voz kechishga tayyor bo'lishi, bu esa, o'z navbatida, behuda katta yo'qotishlarga sabab

bo'lishgi mumkin. Bundan tashqari, "aybdorlik hissi" – insonni har qanday holatga sola oladigan amaliy ta'sir kaliti".

Oiladagi barqarorlik "Hech qachon ayolingizga o'zingizni oilaviy mojarolar-u janjallarga jalb qilishiga yo'l qo'ymang. Xatolikka yo'l qo'ymang. Hamisha yodda tuting: ayol kishini bahs-munozarada yengib bo'lmaydi. Sizning vazifangiz – xizmatga dam olgan va og'ir-vazmin holda kelishingiz shart. Chunki bizning jangovar qarshilik ko'rsata olishimiz sizning psixologik xolatingizga bog'liq".

Merganning ko'rish qobiliyati mo'ljalga olish vazifasini bajarib, uning istak-xohishidan qat'iy nazar mushaklar faoliyatini ta'minlab beruvchi harakatlanishning kinetikaviy aloqalari mexanizmini harakatlanishiga olib keladi. Merganning harakatlari uning sezuvchanligi bilan qanchalik to'la ta'minlansa, uning nishonga olgan ko'zi qo'yilgan vazifani shunchalik aniq va yengib bajara oladi.

"Mergan ko'zlari bilan o'ylaydi". Ko'z – merganning asosiy ish organi bo'lganligi bois, uni asrab-avaylash lozim. Har qanday optika asbobi bilan ishlash ko'zni ancha toliqtiradi.

Nimaga?

Har qanday optika asbobida (durbin, periskop, stereoquvur va optik nishonga olish moslamasi) parallaks mavjud, ya'ni linzalarning optik o'qlarining bir-biriga mos kelmasligi (siljishi) holati. Ishlab chiqarishning sifatiga ko'ra parallaks katta yoki kichik bo'lishi mumkin va u baribir bo'ladi. Siz agar optik nishonga olish moslamasibilan ishlayotganingizda to'satdan ko'z soqqangizda og'riq paydo bo'lsa, demak ushbu optik moslamada parallaks kattalashgan hisoblanadi. Hatto har qanday yaxshi yasalgan optik nishonga olish moslamasibilan ishlayotganingizda ham ko'zingiz toliqaveradi va ko'z og'rig'i baribir bo'ladi. Ko'zda og'riqning paydo bo'lishi, "nishonga oluvchi" ko'zingiz bundan 15-20 daqiqa oldin toliqqanligidan dalolat beradi.

Toliqqan ko'z nishonga olish davrida yo'l qo'yilgan xatoliklarni sezmaydi! Shu sababli mergan tez-tez «ko'zlari bilan dam olishi» lozim.

Merganga chekish taqiqlanadi! Chekilgan bittagina sigareta tufayli ko'rish maydoni torayadi, ko'rish qobiliyati susayib, ko'zning o'tkirligi va ta'sirchanligi pasayadi, shuningdek, ko'rish maydoni kichiklashadi! Bu chekuvchi merganlarning ishlaridagi tushuntirib bo'lmaydigan «uzilishlar»ning asosiy sababi hisoblanadi.

Psixologik jihatdan o'zini o'zi boshqarish

Jangovar vaziyatning omillari askarning psixikasiga juda ham kuchli ta'sir etadi. Ayniqsa bunday vaziyatga tayyor bo'lmagan insonga uning ta'siri o'ta yuqori darajali bo'lib, ushbu vaziyatda inson berilgan jangovar vazifani sifatli darajada bajara olish qobiliyatini yo'qotadi. Amerikalik psixologlar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlarning ko'rsatishicha, jang maydonida to'rt nafar askardan faqat bittasi raqibni to'g'ri

nishonga oladi, qolgan askarlar esa yoki “shovqinlar effekti”ni hosil qiladilar, yoxud jangda umuman ishtirok etmaydilar.

Amaliyotning ko'rsatishicha, ushbu muammoni samarali hal etish yo'llaridan biri harbiy xizmatchini psixologik jihatdan tayyorlash tizimi hisoblanadi. Kerakli psixologik holatni keltirib chiqarish uchun psixologik jihatdan tayyorlashning oddiy nafas olish va jismoniy usullaridan, meditatsiya qilish, ishontirish, o'zini o'zi gipnoz qilish va shu kabi turli ko'rinisdagi murakkab usullari qo'llaniladi. Psixologik jihatdan o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalarini o'rganishni fiziologik usullardan boshlash lozim.

O'q uzish uchun tayyorlanish

Mergan o'zining bo'y-bastidan kelib chiqib, o'zi uchun o'q uzishining eng qulay variantini topishi lozim.

O'q uzishning barqarorligi hamda mergan tanasining bitta holatda ancha vaqt turib qolishi avvalambor tana holatiga, xususan, tananing o'q uzish yuzasiga nisbatan holatiga oriyentirlanishiga bog'liq. Amaliyot tanani o'q uzish yuzasiga nisbatan 15-25 gradus burchak ostida burib olish yaxshi natijalar berishini ko'rsatdi. Bunday burilish holatida askarning ko'krak qafasi siqilmaydi va demak, u nisbatan erkin nafas oladi. Shu bilan birga qurolni qulay ushlash va nishonga olish uchun qulay sharoitlar yaratiladi.

Merganlar to'garaklar ishini yo'lga qo'yish.

Merganlarning tibbiy ta'minotini tashkillashtirish.

merganlarning xizmat faoliyati davrida qo'shimcha darmondori vitaminlar bilan ta'minlashni yo'lga qo'yish.

Merganlarni muvozanat, barqarorlik holatlariga o'tishni o'rgatish bo'yicha mashg'ulotlarni rejalashtirish va o'tkazish.

merganlik san'atiga mansub ma'lumotlarni doimiy ravishda yig'ish va nashrga tayyorlash.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. “[Блокнот Снайпера](#)” ©2000,2001 НРВТ Инс. Редакция 30 сентября 2000г.