

**JANGOVAR VAZIYATLARDA MERGAN ORGANIZMI PSIXOFIZIOLOGIK
FAOLIYATINING UZIGA ZOS XUSUSIYATLARI**

Arziev Gayratjon Ismailjonovich

Chirchik oliy tank kumondonlik muxandislik bilim yurti.

Qurollanish va otish kafedrası boshligi urinbosari dosent, podpolkovnik

Annotastiya: Maqolada Qurolli Kuchlarimiz uchun yuqori malakali harbiy kadrlarni tayyorlashda psixologik amallarning o'rne, harbiy shaxsda mujassamlashuvi lozim bo'lgan xususiyatlar va ularning harbiy faoliyat va jang va boshqa psixologik tang, stres holatlarda namoyon bo'lishlari kabi holat va sifatlar yoritilgan.

Kalit so'zlar: Harbiy faoliyatda shaxsning psixologik xususiyatlari, harbiy shaxsning psixologik xususiyatlarining namoyon bo'lishi, harbiylarning shaxsiy psixologik xususiyatlari.

Butun jahon sog'likni saqlash tashkiloti o'tkazgan tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, ishlab chiqarish rivojlangan davlatlarda 10% aholi jiddiy asab kasalliklariga chalinganlar. Hozirda markaziy nerv sistemasidagi jarayonlarga bog'lik kasalliklar ko'paymokda, nevrotik ko'rinishlar organizmning funksional tizimidagi boshqa buzilishlarga olib keladi. Shuning uchun stressni yuzaga kelish sabablari, uni kechishi, oqibati va bartaraf etish muammolari bugungi kunda nafaqat tibbiyot sohasining vakillarini, balki psixolog, pedagog va huquqshunoslarning ham e'tiborini tortib kelmoqda. Agarda, birinchi guruhdagi mutaxassislar stress asnosida yuzaga kelgan biron bir kasallikni davolashning farmakologik va jarrohlik yo'llarini izlasalar, ikkinchi guruhdagilar uni qay holda yuzaga kelish sabablari, organizmning umumiy faoliyatiga ta'sirini tadqiq etadilar. Uchinchi guruhdagilar esa insonning xulq-atvoridagi va o'quv faoliyatidagi u yoki bu o'zgarishlarda stressning o'rnini belgilash uchun ish olib boradilar. Huquqshunoslar esa jinoyat sodir etilishi, uni oldini olish, ya'ni profilaktika

o'tkazish jarayonida stressga e'tibor beradilar. Ammo ularni birlashtiruvchi yagona asos bu inson omilidir. Bunda u ham tadqiqot obyekti, davolanuvchi, tarbiyalanuvchi, bemor, jabrlanuvchi va da'vogar vazifasini o'tashi mumkin.

O'zbekiston Qurolli Kuchlari doimo o'z faoliyatini davlatimiz strategik hujjatlari asosida ishlab chiqiladi. Ushbu talablarga asosan har bir quyi harbiy jamoa o'z meyoriy normativ hujjatlarini ishlab chiqadi va ularga kundalik faoliyatlarida harbiylarcha aniq va puxta amal qiladi. Masalan, O'zbekiston Respublikasining (2016 yil 14 sentabrdagi O'RPQ -406 Qarori) "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida" bo'lib harbiy askarlar va umuman shaxsiy tarkibni jangovar holatga tayyorlashda asosiy hujjatlardan biriga aylandi. Bundan tashqari, Prezidentimizning harbiylar faoliyati bilan bog'liq ko'plab ma'ruzalari va hujjatlari harbiylarimiz uchun doimiy asosiy ta'lim va tarbiyani, shaxsiy tarkibni jangovar ruhda tarbiyalashda yo'l ko'rsatuvchi hujjatlar hisoblanadi.

Jumladan, davlatimizning 2021 yil 3 fevraldagi 2017-2021 illarda yoshlarga qaratilgan mamlakat taraqqiyot strategiyasi bilan bog'liq "Yoshlarni qo'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yilida amalga oshirishga oid Davlat dasturi, 2018 4 avgustdagi № 3898 Qarori va boshqa meyoriy hujjatlar O'zbekiston harbiylari shaxsiy tarkibini vatanparvarlik ruhida tayyorlashda asosiy meyoriy hujjatlar hisoblanadi va ularga amal qilinadi.

Mudofaa tizimi shaxsiy tarkibining ruhiy tayyorgarligi deganda biz butun harbiylarimizning murakkab sharoitlarda, stress-faktorlar bilan kechadigan jangovar vaziyatlarda ular oldiga qo'yilgan vazifalarning muvoffaqiyatli bajarilishini ta'minlaydigan ruhiy psixologik sifatlarini va shaxsdagi ruhiy psixologik barqarorlik, jangovar ruh shakllantirilganligi tushuniladi. Shaxsiy tarkibda ruhiy, psixologik tayyorgarlikning maqsadi-harbiy xizmatchilarda jang, jangovar holatlar vaziyatida emotsional-irodaviy barqarorlikni va jangovar vaziyatda ruhiy psixologik boshqaruv va boshqaruvchanlikni shakllantirish hisoblanadi.

Tabiiyki, jangovar faoliyat o'quv-jangovar faoliyatidan har doim farq qilgan va jangovarlik holatga tayyorlash esa har doim askarlarni, harbiy tarkibni aynan mana shu jangovar holatga tayyorlashdir. Bu holat avvalo xavfliligi, keskinligi, psixologik jihatdan o'ta tangligi, vaziyatning shiddat bilan kutilmagan tarzda rivojlanuvchi va o'zgaruvchanligi va bir qator boshqa omillari bilan farqlanadi.

Jangovar vaziyatlarni belgilovchi ruhiy xususiyat va asosiy omil sifatida xavflilik e'tirof etilgan. Xavflilik - shaxsning sog'ligi va hayotiga nisbatan tahdidni anglab yetish demakdir. Boshqa ta'sirlarning darajasi xavfning darajasiga bog'liq. Shu bilan birga insonning xavfga bo'lgan reaksiyasi turli xil bo'lishi mumkin: ongli, beixtiyor, impulsiv, bevosita, reaksiya sxemasiga to'g'ri keladigan holat. Xavflilikka nisbatan bo'lgan reaksiyaning xarakteriga qarab hulq-atvor ham sifatlanadi: birinchi holatda u ongli ravishda boshqariladi, ikkinchi holatda - vaziyatli yoki impulsiv bo'lishi mumkin, ya'ni to'liq yuzaga kelgan vaziyatga bog'liq bo'ladi.

Jangovar tayyorgarlik davomida harbiy xizmatchilarda kerakli ruhiy psixologik sifatlarni shakllantirishning yo'llari va usullari turlicha bo'lishi mumkin. Ularga ba'zi hollarda uzluksiz takrorlashlar orqali erishilsa, boshqa vaziyatlarda bir necha bor takrorlash orqali ham kerakli natijalarni egallash mumkin. Jangning shaxs ruhiyatiga jiddiy ta'sir qiluvchi omillarini yaratish uchun jangovar vaziyatni modellashtirish, buning uchun esa harbiylarda tasavvur kuchini tarbiyalash alohida ahamiyatga ega bo'ladi.

Yuqorida ko'rsatilgan omillarning barchasi, ayniqsa harbiy shaxsning ruhida Vatan oldidagi burchni his qilish, buning uchun esa unda harbiy vatanparvarlikdan tashqari harbiy hamdo'stlikni, o'z safdoshlariga ishonch ruhini tarbiyalash va bu tushuncha va ko'nikmalarni ularning jangovar, stres holatlarda qo'llashlarini ruhlariga singdirish shaxsiy harbiy tarkibning jangovarlik ruhini ko'taribgina qolmay ularda ko'tarinki jangovarlik ruhining namoyon bo'lishiga olib keladi.

Jangovar vaziyatdagi stressning tashqi alomatlari harbiy xizmatchining yurak urishining tezlashishi, nafas olishi va tana haroratining oshishi, terining qizarishi yoki oqarishi, terlashning ko'payishi, og'iz bo'shlig'ining qurishi, tremor (mushaklarning titrashi), tashqi faollikning keskin o'zgarishi, tashvish va hushyorlikning kuchayishda namoyon bo'ladi. Bu alomatlarining barchasi jangovar vaziyat sharoitlariga oddiy insoniy reaksiyalardir.

Jangovar stressning o'ziga xos shakllariga quyidagilar kiradi, bular notravmtik stress, travmatik (jangovar ruhiy travma), travmadan keyingi stress.

Jangovar stressning psixologik oqibatlari.

Harbiy xizmatchining jangovar stress omillari ta'siri muhitida uzoq vaqt turishi ma'lum psixologik oqibatlarga va turli xil holatdagi ruhiy kasalliklarga olib kelishi mumkin. Xuddi shu hodisa hamma harbiy xizmatchilarda bo'lmasa-da, lekin ba'zi harbiy xizmatchilarda psixologik travmaga olib keladi.

Harbiy xizmatchilar boshdan kechirgan jangovar stressning intensivligi ikkita asosiy omilning o'zaro ta'siriga bog'liqdir:

- jangovar vaziyat omillarining harbiy xizmatchining ruhiyatiga ta'sirining kuchi va davomiyligi;
- harbiy xizmatchining ularning ta'siriga himoyasining xususiyatlari.

Jangovar stress - jangchining jangovar vaziyatning o'zgaruvchan sharoitlariga moslashish jarayoni, organizmning jangovar vaziyatda o'zini namoyon qiladigan tashqi va ichki ogohlantirishlarga munosabatini namoyon qiladi. Shu nuqtai nazardan, stress urushda insonning omon qolishi uchun eng muhim shartdir. O'z vaqtida va to'liq moslashuvsiz, tananing barcha kuchlarini safarbar qilmasdan, urushda bo'lgan odam oddiy nishon yoki "oson o'lja" bo'ladi.

Jangovar stress insonni jangchiga aylantirishning noyob va muhim mexanizmidir. Stress tufayli tananing barcha resurslarini to'liq safarbar qilish, yurak-qon tomir, endokrin, mushak, asab tizimlari, psixika va insonning shaxsiy salohiyatini faollashtirish mumkin. Ushbu safarbarlik natijasida jangchi ba'zan super-jangchi fazilatlariga ega bo'ladi. Ko'pgina jangchilar jangda ulkan kuch, moslashuvchanlik, tezlik, favqulodda hushyorlik, eshitish va hidning sezgirligi, ichki sezgi, o'rtoqlarni deyarli telepatik darajada tushunish, jang maydonidan ko'p kilometr uzoqlikda sodir bo'layotgan voqealardan xabardorlik hissini boshdan kechirganliklarini tez-tez eslashadi.

Komandir tomonidan jangovar stressga uchragan harbiy xizmatchiga birinchi yordam berish quyidagicha amalga oshirilishi maqsadga muvoffiq hisoblanali:

1. Harbiy xizmatchining muammosini eshitib, holatini baholash va uni nazorat ostiga olib kuzatib borish.
2. Jabrlanganni xavfsiz joyga joylashtirish, uning fiziologik va maishiy ehtiyojlarini qondirib, dam olish va uxlash uchun sharoitlar yaratish.
3. Tinchlantirib, hissiyot va emotsiyalarini namoyon qilishiga to'sqinlik qilmaslik (gapirish, baqirish, yig'lash), diqqatini unga xavf solayotgan manbadan hozirgi xavfsiz sharoitga va ijobiy kelajakga yo'naltirish, qisqa muddatli jismoniy mashqlar bilan uning jismoniy zo'riqishini yechish.
4. Harbiy xizmatchi o'rtoqlri bilan bevosita muloqot kilishni va sharoitdan kelib chiqib oila a'zolari bilan aloqa vositalari orqali gaplashishni ta'minlash.

Shunday qilib, zamonaviy jangovar omillarning odamlarning ruhiyati va xulq-atvoriga ta'sirini tahlil qilish quyidagi xulosalar chiqarishga imkon beradi. Xavfli vaziyat muqarrar ravishda harbiy xizmatchilarda ruhiy zo'riqish (stress holati)ni keltirib chiqaradi. Bu holat ruhiy jarayonlarga (idrok, diqqat, xotira, fikrlash, iroda, his-

tuyg'ular) va jangovar faoliyat samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Stress psixikaga ham safarbar qiluvchi, ham tushkunlikka soladigan sifatda ta'sir qilishi mumkin. Ushbu ta'sirning tabiati harbiy xizmatchilarning motivatsiyalariga, shaxsiy psixologik barqarorliklariga va ularning jangovar tajribasiga bog'liq. Binobarin, harbiy xizmatchilarning psixologik tayyorgarlik jarayonida jangovar stress omillarining ta'siriga moyilligini o'zgartirish va ularning jangovar faolligini ta'minlash uchun barcha imkoniyatlar, kuch va vositalar mavjud.

FOYDALANGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasining 2016 yil 14 sentabrdagi O'RPQ-406 "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi Qonuni.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Oliy Majlisga Murojaatnomasi. Xalq so'zi gaz. 276 - soni. 2020 yil 30.12.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 3 fevraldagi 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nilishi bo'yicha Harakatlar strategiyasini "Yoshlarni qo'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili"da amalga oshirishga oid Davlat dasturi to'g'risida. Xalq so'zi gaz. 2021 yil 4 fevraldagi 25 - soni.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning O'zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlari tashkil etilganining 29 yilligi va Vatan himoyachilari kuni munosabati bilan yo'llagan bayram tabrigi. Vatanparvar gaz. 2 - soni. 2021 yil 15.01.
5. Ergashev A.T. Stress va uning ta'siri. Harbiy xizmat faoliyatidagi stresslar kvalifikatsiyasi. Stresni bartaraf etish uslublari. O'quv qo'llanma. - CH.: 2017. - 87 b.