

**HARBIY XIZMAT JARAYONINING SAMARADORLIGIGA SALBIY
TA'SIR ETISHINI O'RGANISHDA KASBIY CHARCHOQNING
IJTIMOIY PSIXOLOGIK OMILLARI**

Mamadinov Dilshodbek Xusanboyevich

O'zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlari Akademiyasi

2-bosqich tinglovchisi

Annotatsiya: Maqolada harbiy sohaning asosiy sub'eki bo'lgan harbiy xizmatchilarning ruhan sog'lomligi masalasi, xorij va rus psixologlari tomonidan harbiy psixologiyaning o'ziga xos jihatlarini o'rganishga qaratilgan bir necha nazariy-metodologik yondashuvlar taklif etilgan. Charchoq, Jismoniy charchoq va ruhiy charchoq hamda charchoq holatining o'lchov kategoriyalari asosida o'rganilganligi yoritilgan.

Kalit so'zlar: Charchoq, jismoniy charchoq, ruhiy charchoq, charchoq, diqqat, sezish, monotoniya holatini, ishlab chiqarish muhitini, qo'rquv hissi, zerikis muhiti, stress.

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan islohotlarning tub mazmunini «Inson qadri uchun» degan ezgu g'oya tashkil etadi. So'nggi yillarda harbiy xizmat jozibadorligini oshirish, yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, haqiqiy harbiy xizmat o'tash uchun munosib va xavfsiz shart-sharoitlarini yaratish, O'zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlari harbiy xizmatchilarining qonuniy manfaatlarini ta'minlashning huquqiy kafolatlarini mustahkamlash sohasida keng ko'lamlı ishlar amalga oshirildi.

Harbiy sohaning asosiy sub'eki bo'lgan harbiy xizmatchilarning ruhan sog'lomligi masalasi, uni o'rganish yo'llari so'nggi yillarda harbiy psixologiyaning tadqiqot sohalaridan biriga aylanib bormoqda. Jumladan, harbiy xizmatchilarning ruhiyatida kuzatilayotgan psixologik stress va inqirozli holatlar hamda ularning harbiy xizmat jarayonining samaradorligiga salbiy ta'sir etishini o'rganish bugungi kunda muhim muammolardan biri sifatida yuzaga chiqmoqda.

XX asrning o'rtalarida xorij va rus psixologlari (L.U.Oliver, A.A.Urbanovich, A.G.Maklakov, A.G.Bityanova, A.Altunina, S.Lext va boshqalar) tomonidan harbiy psixologiyaning o'ziga xos jihatlarini o'rganishga qaratilgan bir necha nazariy-metodologik yondashuvlar taklif etilgan. Ularning tadqiqotlari harbiy xizmatchilar psixologiyasi, harbiylar psixikasining o'ziga xos rivojlanishi, harbiy faoliyat samaradorligini oshirishning psixologik jihatlarini tavsif etishga yo'naltirilgan edi.

Olimlar tomonidan smena davomida unumdorlik egri chizig'iga ta'sir etuvchi omillarni ajratish harakat qilingan. Bunday ishlar ichida birin-chilardan bo'lib, E.

Krepelin tomonidan aqliy faoliyat unumdorligining egri chizig'ini tahlilini ko'rsatish mumkin. 1902 yilda rus psixologi E.Krepelin tomonidan mehnat unumdorligi egri chizig'i bog'liq bo'lgan 5 ta omilni ko'rsatilgan:

- 1.Mahorat.
- 2.Charchoq.
- 3.Ishga ko'nikish.
- 4.Rag'batlantirish (stimullash).
- 5.Irodaviy zo'riqish.

Bunda mahorat ish unumdorligini oshirsa, charchoq esa pasaytiradi. Rag'batlantirish mehnat faoliyatiga undaydi, irodaviy zo'riqish esa uni tez-lashtiradi. Dam olish ijodiy quvvat quyilib kelishiga va mahsuldorlikni oshiradi.

1960 yilda esa, Ye. A. Derevyanko uchuvchilar faoliyatini parvoz va laboratoriya sharoitlarida tadqiq etib, unumdorlik egri chizig'iga ta'sir etuvchi omillarni ko'rsatgan.

Bular quyidagilardir:

- 1.Tananing mazkur ishga nisbatan maksimal imkoniyatlari.
- 2.Faoliyatning samaradorligi.
- 3.Emotsional-irodaviy zo'riqish.
- 4.Charchoq.

Bu yerda ishga nisbatan imkoniyatlar deganda, ishchining psixofizio-logik imkoniyatlari, ya'ni mazkur faoliyat turi bo'yicha ko'nikmalari nazarda tutiladi.

Mehnat jarayonida ishchining emotsional-irodaviy zo'riqish holati ishning qanday borishini, ya'ni mehnat dinamikasini belgilaydi.

Ishchilarning charchoq holati mehnat samaradorligiga ta'siri katta bo'lgani sababli, bu holat olimlar tomonidan izchil o'rganilgan.

Inson charchoqini ishlab chiqarish faoliyatining natijasi sifatida ko'rar ekanmiz, bunda quyidagicha savollarga javob topish muhimdir:

- odamning u yoki bu faoliyatida charchoqning roli qanday?
- charchoq nimalarda namoyon bo'ladi?
- charchoqning namoyon bo'lishi bosqichlari qanday?
- qanday omillar charchoq hislari, monotonlik paydo bo'lishiga sabab bo'lishi mumkin?

- charchoq hissini qanday qilib bartaraf etish mumkin?

Ushbu savollarga javob berishga harakat qilamiz.

Charchoq — mehnat faoliyati davomida ishlash qobiliyatini susayish omilidir. Ammo bundan charchoq umuman zararli holat degan hulosaga kelish noto'g'ridir. Sababi, charchoq tormozlanish jarayonining ichki sabab-laridan biridir. Charchoq paytida tormozlanish reaksiyasi tana hayotida ehtiyotlovchi rolni bajaradi. Chunki tormozlanish ishlab chiqarish faoliyati jarayonida inson quvvatining to'xtamay

sarflanishi natijasida markaziy asab tizimini ishdan chiqishining oldini oladi. Ehtiyotlovchi tormozlanish paydo bo'lmagan hollarda esa, markaziy asab tizimini haddan ortiq ishdan chiqarish holati paydo bo'lishi mumkin. Bunday holatda inson tez-tez charchab qoladi, holsizlanaveradi, o'ta charchoq ro'y beradi, agarda bu holat davolanmasa, ushbu holat surunkali charchoq holatiga o'tib ketishi ham mumkin.

Charchoq holati olimlar tomonidan: ***jismoniy charchoqqa va ruhiy charchoqqa*** bo'linadi. Ma'lumki, insonda paydo bo'luvchi har qanday holat o'ziga yarasha namoyon bo'ladi. Jismoniy hamda ruhiy charchoq holat-larining ham o'ziga yarasha belgilari mavjud.

Jismoniy charchoq hissi, har doim mushaklar charchoqini paydo qiluvchi, uyquga to'yimaslik va shiddatli jismoniy faoliyat bilan bog'langan bo'lib, agar bu muammo hal etilmasa natijada mehnat unumdorligining tobora pasayib borishi kuzatiladi.

Jismoniy charchoq holatining belgilari quyidagilardan iborat:

- kasalmandlik,
- mushaklarning uvishib qolishi,
- mushaklarning zing'illab og'rishi,
- ish turiga qarab tananing har joyi qotib qolishi va h.k.lar).

Odatda, sinaluvchidagi jismoniy ***charchoq holatini 3 o'lchov mezoni (kategoriya) asosida o'rganiladi:***

- kimyoviy (masalan, qon yoki peshob tarkibi, kislorod iste'mol qilish),
- elektrik (masalan, EEG, EMG),
- jismoniy (arterial bosim, yurak urishining chastotasi, tana harorati).

Ruhiy charchoq

Mehnatning unumdorligi va ishlashga qobiliyatlikni tadqiq etish ishlarida ruhiy charchoqqa tobora ko'p e'tibor qaratilmoqda. Ruhiiy charchoq, diqqatni jamlashning davomiy davrlari yoki faol bedorlik bilan bog'liq vaziyatlarda o'ziga xos muammolar yaratishi mumkin. Bunga sabab, aqlni haddan tashqari axborot bilan yuklanib ketishidir.

Insonning mehnat jarayonida ***ruhiy charchoq*** holati, quyidagi psixo-logik jihatdan o'ziga xos belgilarda namoyon bo'ladi:

- kamquvvatlilik hissi,
- diqqatning buzilishi,
- analizatorlar sezuvchanligining pasayishi,
- harakatlarning tartibsizligi, ish ritmining buzilishi,
- xotira va tafakkurning buzilishi.
- charchoqda qat'iylik, o'zini qo'lga olish, o'zini nazorat qilish susayadi, ya'ni irodaviy jarayonlar buziladi,
- faollik pasayadi, uyquchanlik namoyon bo'ladi.

Charchoq uch bosqichda namoyon bo'ladi:

— charchoqni sezilarli his etish.

— diqqat, sezish jarayonlarida o'zini nazorat qilishda katta xatoliklar namoyon bo'ladi.

— odamning ishlash qobiliyati aniq keskin pasayadi, bunda kayfiyatda ham psixik keskinlik yorqin namoyon bo'ladi.

X. Bartenverferning ta'rificha: "Psixologik charchoq — bu davomiy, faol aqliy faoliyat natijasida ishlash qobiliyatini pasayishining fizio-logik shartlangan ma'lum bir holatini belgisidir. Ushbu holat, ya'ni ma-salan monotonlik, o'ta zo'riqish, zerikish holatlari osonlikcha yo'qolmaydi va dam olish (masalan, uyqu)dan keyin yana ma'lum bir davrda paydo bo'ladi. Ushbu holat tez-tez paydo bo'ladi, ammo mahsuldorlikka va charchoqni sub'ektiv sezishga har doim ham salbiy ta'sir etavermaydi. Charchoqning fiziologik asoslari o'zgaruvchandir. Psixik charchoq holatida, odatda ishning samaradorligi va uni bajarishga sarf qilinayotgan quvvat orasida-gi o'zaro bog'liqlik buziladi".

Charchoq hislarini o'rganish hamda olingan natijalarini tahlil qilish orqali, olimlar tomonidan **monotoniya holatini** bartaraf etish yo'llari ham ishlab chiqilgan. Masalan:

— charchoq paydo qiluvchi faoliyatni, boshqa turdagi faoliyatga almash-tirish;

— ishlab chiqarish muhitini, jamoani o'zgartirish bilan;

— yangi axborot yordamida ishga nisbatan qiziqish uyg'otish orqali;

— qo'rquv hissi bilan;

— kayfiyatni o'zgartirish va shu kabi choralar yordamida monotonlikni bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar beriladi.

Zerikish ruhiy charchoq bilan bog'langan bo'lib, u har kuni bir xil ishlarni takrorlanaverishi, yangilik yo'qligi va monotonlik sababi bilan vujudga kelishi mumkin. Zerikish hissi vazifaning xususiyatlari, sharoitlar va individual farqlarning o'zi-ga xos xususiyatlarining bir-biriga ta'sir etishiga bog'liq, ammo ayrim sharoitlarda musiqa yordamida, shovqin effektlari yoki motivatsion rag'batlantirishlar yordamida uni ka-maytirish mumkin.

A. Anastazi fikriga ko'ra, ishlab chiqarishda quyidagi, ya'ni:

1.Xodimlarni to'g'ri tanlash va joylashtirish;

2.Ishlab chiqarish muhiti va sharoitiga o'zgartirishlar kiritish;

3.Ishning o'zini qayta tuzish, masalan, uni boyitish yoki ko'lamini kengaytirish choralari qo'llash orqali, xodimlarning zerikish hissini yengishga yordam berish mumkin ekan.

Shunday qilib, agar inson stressli va inqirozli vaziyatlarda o'zini boshqarish va ushbu vaziyatdan tezda chiqib ketish malakasiga ega bo'lmasa butun organizmda jiddiy o'zgarishlar sodir bo'ladi. Ko'p sonli tadqiqotlarning ko'rsatishicha, ushbu o'zgarishlarning barqarorlashib borishi kishilarda kuchsizlik, dardmandlik va o'zining

ta'sir darajasiga ko'ra xavfli bo'lgan Demak, harbiy xizmatning o'ziga xosligi va murakkabligi shundaki, harbiy xizmatchilar stress va inqirozlarni doimiy boshdan kechiradilar. Shuni esdan chiqarmaslik kerakki, har bir komandir va uning tarbiyaviy ishlar bo'yicha o'rinbosari o'z qo'l ostidagilarini ahloqiy-psixologik holati uchun ma'suldirlar. Komandir va uning tarbiyaviy ishlar bo'yicha o'rinbosari harbiy xizmatchi aynan qaysi holatni: stress yoki ruhiy inqirozni boshidan kechirayotganligini aniq bilishi va shu asosda psixologik yordam ko'rsatishning samarali usullarini qo'llay olishlari kerak.

ADABIYOTLAR RO'YHATI:

1. Agzamova Ye.Yu. "Ichki ishlar xodimlarining Shaxsiy-psixologik hususiyatlari namoyon bo'lishini belgilovchi omillar" dissertatsiyasi. Toshkent - 2001.
2. Aslonov I.N. tomonidan "Bojxona tizimi faoliyati samaradorligini oshirishda kadrlarning shaxsiy psixologik tayyorgarligi omillari (muomala jarayoni misolida)" disertatsiya.
3. Aseev V.G. Problema motivatsii i lichnost // Teoreticheskie problem psixologii lichnosti. - M., 1974. Gellershteyn S. G. K voprosu o professionalnoy psixologii// Istoriya sovetskoy psixologii truda: Teksti (20-
4. Yergashev I.R. "Tergovchining dastlabki tergov qatnashchilari bilan muloqot psixologiyasini o'rganish" dissertatsiyasi.
5. Fromm Ye., Begstvo ot svobod / Ye.Fromm. – Moskva: Progress, 1991.