

Quvondiqov Hamza Olimboyevich,

Ichki ishlar vazirligi Maxsus tayyorgarlik o'quv
markazi katta instruktori

ICHKI ISHLAR XODIMLARI PSIXIK BARQARORLIGINI TA'MINLASHDA PSIXOKORREKSION DASTURNING ROLI

UDK: 159.923.5-34

[HTTPS://DOI.ORG/10.34920/SO/VOL_2025_ISSUE_3_4](https://doi.org/10.34920/so/vol_2025_issue_3_4)

QUVONDIQOV H.O. ICHKI ISHLAR XODIMLARI PSIXIK BARQARORLIGINI TA'MINLASHDA PSIXOKORREKSION DASTURNING ROLI

Ushbu maqolada ichki ishlar organlari xodimlarining psixologik barqarorligi, uning tarkib toptiruvchilari, shakllanishi, salbiy va ijobiy ta'sir etuvchi tashqi omillari, xizmat faoliyati samaradorligidagi ahamiyati, psixokorreksion dasturlar yordamida shaxs psixikasini barqarorlashtirish usullari, psixokorreksion dasturlarga qo'yiladigan talablar va ularning maqsad hamda vazifalari, o'ziga xos xususiyatlar va omillar ko'rib chiqiladi.

Tayanch so'z va tushunchalar: ichki ishlar organlari xodimi, psixologik barqarorlik, psixologik beqarorlik, psixokorreksiya, psixokorreksion dastur, psixologik ta'sir, ruhiy zo'riqish, agressiya, psixokorreksion metodlar.

КУВОНДИКОВ Х.О. РОЛЬ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ ПРОГРАММ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

В данной статье рассматривается психологическая устойчивость сотрудников органов внутренних дел, ее составляющие, формирование, внешние факторы отрицательного и положительного влияния, её значения в эффективности служебной деятельности, методы стабилизации с помощью психокоррекционных программ, требования к психокоррекционным программам и их цели и задачи, особенности и факторы.

Ключевые слова и понятия: сотрудник органов внутренних дел, психологическая устойчивость, психологическая нестабильность, психокоррекция, психокоррекционная программа, психологическое воздействие, психокоррекционные методы.

KUVONDIKOV H.O. THE ROLE OF PSYCHOCORRECTIVE PROGRAMS IN ENSURING THE MENTAL STABILITY OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS

This article examines the psychological stability of employees of internal affairs bodies, its components, formation, external factors of negative and positive influence, its importance in the effectiveness of professional activity, methods of stabilization through psychocorrective programs, requirements for psychocorrective programs and their goals and objectives, features and factors.

Key words and concepts: law enforcement officer, psychological stability, psychological instability, psychocorrection, psychocorrection program, psychological impact, psychocorrection methods.

Kirish. Bugungi kunda dunyoda hukm surayotgan murakkab va tahlikali sharoitda mamlakatimiz xavfsizligi va hududiy yaxlitligini ta'minlash, jamiyatimizda tinchlik va hamjihatlikni mustahkamlash qanchalik muhim vazifa ekanini barchamiz yaxshi anglaymiz. Shu bois, keyingi yillarda ichki ishlar tizimini isloh qilishga ustuvor e'tibor qaratilmoqda.

Ichki ishlar xodimlari o'zlarini el-yurt tinchligi va osoyishtaligini ta'minlash, fuqarolarning huquq va erkinliklarini himoya qilishdek olijanob ishga bag'ishlagan, muqaddas qasamyodiga sodiq insonlar deb biladi va bunday mashaqqatli xizmat davlat rahbari hamda xalqimiz tomonidan munosib e'tirof etiladi.

O'zbekiston Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoev o'z nutqida "Yangi O'zbekistonda "Inson qadri uchun" degan ezgu tamoyil asosida olib borayotgan islohotlarimizni hayotga muvaffaqiyatli joriy etishda ichki ishlar tizimi xodimlari davlatimiz va jamiyatimizning mustahkam tayanchi bo'lib xizmat qilmoqda" deya ta'kidlaydilar¹.

Ichki ishlar organlari faoliyatini takomillashtirish, uning tarkibiy tuzilmalarini optimallashtirish, aholi osoyishtaligini ta'minlash, sohada korrupsiyaga qarshi kurash samaradorligini oshirishga qaratilgan ishlari izchil davom ettirilmoqda.

Bugungi kunda mavjud imkoniyat va salohiyat, so'ngi yillarda orttirgan tajribalar, ilg'or xorijiy yutuqlardan foydalangan holda, sohadagi islohotlarni yangi bosqichga ko'tarish eng muhim vazifalardan biridir. Ichki ishlar organlari xodimlarining ma'naviy-ruhiy holatini yanada yaxshilash, xizmat vaqtida duch keladigan turli qiyinchiliklar natijasida yuzaga keladigan ruhiy zo'riqishlarni bartaraf etish, ularning ruhiy salomatligini psixoprofilaktika qilish kabi juda muhim bo'lgan vazifalarni bajarish ichki ishlar organlari psixologik ta'minlash xizmati zimmasiga mas'uliyat yuklaydi.

Ichki ishlar organlari xodimlari xizmat faoliyatining murakkab va xilma-xilligi ruhiy zo'riqishlarga olib keladi. Masalaning qiziq tomoni shundaki, xizmat mobaynida bunday holatlar surunkali ko'rinish olgan bo'lib, xodimga bir nafas ham tin olish imkonini bermaydi.

Albatta bunday zo'riqishlar xodimning ruhiyatidagi muvozanatni buzib, uni beqarorlashtiradi. Shu sababli, ichki ishlar xodimlarini ruhiy ta'minlash, qo'llab-quvvatlash hozirda sohadagi eng muhim muammolardan biridir. Bu jarayonni tizimli, bosqichma-bosqich tashkil etish esa uning samaradorligini ta'lminlovchi asosiy omildir. Ichki ishlar xodimlari psixik barqarorligini ta'minlashda psixokorreksion dastur ishlab chiqilishi va uning amaliyotga tatbiq etilishi soha xodimlarida mavjud ko'plab psixologik muammolarni oldini olish va mavjudlarini bartaraf etishga xizmat qiladi.

Tadqiqotning maqsadi. Ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy holatini barqarorlashtirishda psixokorreksion dasturning samaradorligini aniqlash.

Tadqiqotning obyekti. Ichki ishlar organlari xodimlarning ruhiy barqarorligi.

Tadqiqotning predmeti. Kuchli ruhiy zo'riqishga olib keladigan sharoitlarda xizmat tajribasiga ega bo'lgan Ichki ishlar organlari xodimlarning ruhiy barqarorligini psixokorreksiya qilish shartlari.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi:

kuchli ruhiy zo'riqishga olib keladigan sharoitlarda xizmat tajribasiga ega bo'lgan Ichki ishlar organlari xodimlarning ruhiy barqarorligi holati psixodiagnostika qilinib, o'ziga xos tomonlari aniqlandi;

kuchli ruhiy zo'riqishga olib keladigan sharoitlarda xizmat tajribasiga ega bo'lgan Ichki ishlar organlari xodimlarning ruhiy barqarorligini psixokorreksion dasturi ishlab chiqildi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Ichki ishlar organlari xodimlarining faoliyati haddan tashqari ko'p stress, xavf-hatar va ruhiy jorhatlashi mumkin bo'lgan hodisalarga boydir. Afsuski, bu ularning ruhiy barqarorligi va salomatligiga jiddiy ta'sir qiladi. Ichki ishlar organlari xizmat faoliyati tabiatan xodimlarni surunkali stressga duchor qilganligi sababli, ko'pchilik bu xizmatni dunyodagi eng stressli kasblardan biri deb biladilar². Tadqiqotchilardan Sayed S. o'z hamkasblari bilan o'tkazgan izlanishlaridan

¹ <https://daryo.uz/k/2022/10/25/shavkat-mirziyoyev-ichki-ishlar-organlari-xodimlari-va-faxriylarini-tabrikldi>

² Дж.М.Виоланти и др. Симптомы посттравматического стресса и субклинические сердечно-сосудистые заболевания у сотрудников полиции. // Международный журнал по управлению стрессом, том. 13, нет. 4, с. 541–554, 2006. doi:10.1037/1072-5245.13.4.541.

xulosa qilib, xodimlarning ruhiy beqarorligi, ular duch kelayotgan turli ruhiy zo'riqishlarga qarshi kurash strategiyasidagi hatoliklar natijasi ekanligini ta'kidlaydi. Ruhiy zo'riqishlar oqibatida ichki ishlar organlari xodimlarida quyidagilar yuzaga kelishi mumkinligini aniqladilar¹:

- har beshinchi xodimda spirtli ichimlik iste'mol qilish xavfi tug'ilgan;
- har o'ntadan birining ruhiyatida yuqori xavotirlanish darajasi kuzatilgan;
- har yettinchi xodimda depressiya kuza-tilib, ruhiy jarohatdan keyingi stress holati mezonlariga to'g'ri keladi;
- xizmat faoliyatidagi kuchli stress depres-siya va suitsidal holatlarning xavfini oshiradi;
- stressli holatlarga qarshi kurashdagi uquvsizlik ruhiy jarohatlardan keyingi stressli o'zgarishlarga olib keladi;
- ichki ishlar organlari xodimlarining jami-yat tomonidan salbiy qarshi olinishi stress hola-tini kuchaytiradi;
- boshqalardan yordam so'rashga bo'lgan ichki ruhiy to'siqlar qiyinchiliklarga qarshi kurashish mahoratini susaytiradi.

Faoliyati davomida ichki ishlar organlari xodim xodimlari ko'plab zo'ravonlik bilan bog'liq ruhiy jarohatlovchi hodisalarga duch keladilar. Bunday hodisalar sirasiga hamkasbining o'limi, pichoqli to'qnashuvlar, turli qonli hodisalar bo'yicha tergov, qotillik, bosqinchilik va hoka-zolarni kiritish mumkin. Xodimlar o'zlarining his-tuyg'ularini jilovlash va bunday vaziyatlarni hal qilish uchun o'zlarini uzoqlashtirish kabi strategiyalardan foydalanishga moyil bo'lib, his-siyotlari frustrasiyaga uchraydi. Oxir oqibat, bu ularning ruhiy barqarorligi va ishdan tashqari shaxsiy munosabatlariga salbiy ta'sir qiladi. Ichki ishlar organlari xodimlarining haddan tashqari hushyorligi, kun tartibining kutilmaganlik xarak-teriga egaligi va ekstremal vaziyatlar har qanday vaqtda paydo bo'lishi mumkinligi ulardan tezlik bilan optimistik kayfiyatdagi qarorlarni qabul qilib, xarakatlanishni talab qiladi. Bularning ham-

masi xodimlarda salbiy yoki xavfli ob'ektiv orqali fikrlash ko'nikmalarini shakllantiradi².

Ruhiy barqarorligi va xizmat majburiyatlariga diqqatini jamlash maqsadida, xizmat vazifalari bajarish jarayonida nohushliklarga duch kel-gan vaqtda xodimlar dissosiasiya ko'rinishidagi psixologik ximoya mexanizmlaridan foydala-nadilar. Ushbu usul xizmat faoliyatini samarali tashkil etish imkonini bersada, uning surunkali ko'rinish olishi hamdardlik, rahm-shavkat kabi tuyg'ularning namoyon bo'lish darajasini pasaytirib, yakkalanish, jamiyatdan uzoqlash-ishga olib kelib, shaxslararo munosabatlarda qiyinchiliklar paydo bo'ladi. Bundan tashqari xodimlar o'zlarining his-tuyg'ularini yengish uchun spirtli ichimliklar va giyohvand moddalar ist'emol qilishlari oqibatda xodimlarda ruhiy beqarorlik kuzatila boshlaydi.

Ispan pozitiv psixologiya maktabi namoyondalarining fikricha, psixologik barqaror-lik – bu turli ruhiy jarohatlovchi voqea-hodisal-ardan so'ng insonning fiziologik va psixologik jihatdan barqarorlikni saqlab qolish qobiliyat-idir³. Xodimlarning psixologik barqarorligi bilan sinonim sifatida ularning turli ekstremal va ruhiy jarohatlovchi vaziyatlarga moslashuvchanlik darajasini ko'rsatish mumkin bo'ladi. Ichki ish-lar organlarida ko'p yillardan beri samarali xiz-mat olib borayotgan tajribali xodimlar bilan o'tkazilgan suhbatlardan xulosa qilib aytish mumkinki, xodimlarning xizmat jarayonida uchraydigan turli ta'sir darajasiga ega bo'lgan voqea-hodisalarga nisbatan normal munosabat bo'lishi taxminan 3-5 yil xizmat qilgandan so'ng paydo bo'ladi. Chunki, bu muddat oralig'ida ularda bunday holatlarga nisbatan ruhiy "immu-nitet" hosil bo'lib ulguradi.

Ichki ishlar organlari xodimlarining operativ faoliyati o'ziga xos bo'lib, xizmat o'ta og'ir shar-oitlarda amalga oshiriladi. Turli bo'limlar xodim-larining kasbiy vazifalarini bajarishi xizmatning salbiy omillari bilan bog'liq bo'lib, bu o'z nav-

¹ С.Сайед и др. Глобальная распространенность и факторы риска проблем психического здоровья у сотрудников полиции: систематический обзор и метаанализ. // Occupational and Environmental Medicine , vol. 77, нет. 11, с. 737–747, 2020. doi:10.1136/oemed-2020-106498

² Б.Дж.Кох. Психологическое воздействие на сотрудни-ков полиции того, что они первыми реагируют на совершенные самоубийства. // Журнал полиции и кри-минальной психологии , том. 25, нет. 2, с. 90–98, 2010. doi:10.1007/s11896-010-9070-y

³ Morán, C., Vicente, F. Sánchez, A. Montes, E. (2014). Psicología positiva. Antigua o nueva concepción. // International Journal of Developmental and Educational Psychology, 3, (1), 439-450. <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.522>.

batida salbiy ruhiy holatlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Shu munosabat bilan psixologik ishlarni tashkil etish bo'limlari xodimlari ilmiy asoslarga ega bo'lgan dunyoning mavjud tajribalarini umumlashtirgan holda, yo'naltirilgan psixokorreksiya dasturlarni ishlab chiqishi va ichki ishlar organlari xodimlari shaxsiga turli salbiy ta'sirlarni kamaytirishi lozim bo'ladi.

Ichki ishlar organlari xodimlari faoliyat samaradorligini oshirish, xizmatni o'tash vaqtida ruhiy barqarorlikni ta'minlash maqsadida, ichki ishlar organlari tizimida mavjud psixologik xizmat ko'rsatish bo'limlari tomonidan turli psixodiagnostik va psixokorreksion tadbirlar amalga oshiriladi.

Psixokorreksion dasturlarni to'g'ri tuzish va amalga oshirishda quyidagi prinsiplarga taylanadi¹:

- korreksion, profilaktik va rivojlantiruvchi vazifalarning izchilligi prinsipi;
- diagnostika va korreksiya birligi prinsipi;
- kauzal (sababli) psixokorreksiyaning ustuvorligi prinsipi;
- faoliyatga asoslangan psixokorreksiya prinsipi;
- ishtirokchining yosh, psixologik va individual o'ziga xosliklarini hisobga olish prinsipi;
- psixologik ta'sir usullarining kompleks prinsipi;
- psixokorreksion dastur tadbirlariga xodimning yaqinlarini jalb etish prinsipi;
- dasturli psixokorreksion tadbirlar prinsipi;
- oddiydan murakkabga prinsipi;
- materialning hajmi va xilma-xilligi darajasini hisobga olish prinsipi;
- materialning hissiy murakkabligini hisobga olish prinsipi.

Psixokorreksion dasturning asosiy maqsadi, xodimlarning salbiy ruhiy holatlarga qarshilik kuchini oshirish, shuningdek, ichki ishlar organlariga xizmat faoliyati jarayonida turli salbiy ruhiy qo'zg'atuvchilar ta'siriga tushmaslikka

yo'naltirilgan psixotexnikalarni o'rgatishdan iboratdir².

Psixokorreksion dastur tuzishda maqsadlilik, ularni amalga oshirish uchun kerakli vazifalar qo'yilganligi, strategik va taktik jihatdan puxta o'ylanganligi, dastur ishtirokchilari bilan ishlash shaklining aniqligi (individual, guruhli yoki aralash), korreksion ishlar vaqtida qo'llaniladigan metod va texnikalarning avvaldan tanlanganligi, psixokorreksion dasturni amalga oshirishning umumiy vaqtiga aniqlik kiritilganligi, korreksion mashg'ulotlar chastotasi (har kuni, haftada uch kun va hokazolar) va ularning davomiyligi (10-15 daqiqadan 1-2 soatgacha), boshqa shaxslarning jarayonda ishtirok etishlarining rejalashtirilganligi (oilasi, ota-onasi va boshqalar), psixokorreksion dasturni amalga oshirish (korreksion ishlar dinamikasini kuzatish, zaruratga qarab dasturga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish) va zaruriy vosita va jihozlarning shayligi inobatga olinishi shart³.

Psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan psixokorreksion dasturlar asosan quyida 1-rasmda ko'rsatilgan bosqichlarga asosanib shakllantirishini maqsadga muvofiqdir:

Psixokorreksion dasturning *birinchi bosqichida* ichki ishlar organlari xodimlari psixologik tadbirlarda ishtirok etishlari uchun psixoeotional holatiga psixodiagnostik metodlar yordamida aniqlik kiritiladi. Bunda psixodiagnostik tadbirlar oddiydan murakkabga qarab tashkil etiladi. Dastlab xodimlar bilan yakka tartibda suhbat o'tkazilib, so'ngra psixodiagnostik anketa, so'rovnoma va proyektiv metodikalardan foydalangan holda psixodiagnostik tashxislash ishlari amalga oshiriladi. Shuningdek, bu bosqichda xodimlar tibbiy ko'rikdan ham o'tkazilishi mumkin.

Ikkinchi bosqichda psixik beqarorlikka olib keluvchi omillarning barvaqt profilaktikasi, aniqlangan salbiy ta'sir etuvchi tashqi va ichki omillar ta'siri kamaytirish yoki umuman cheklash, ruhiy-fiziologik salomatligini tiklash, his-

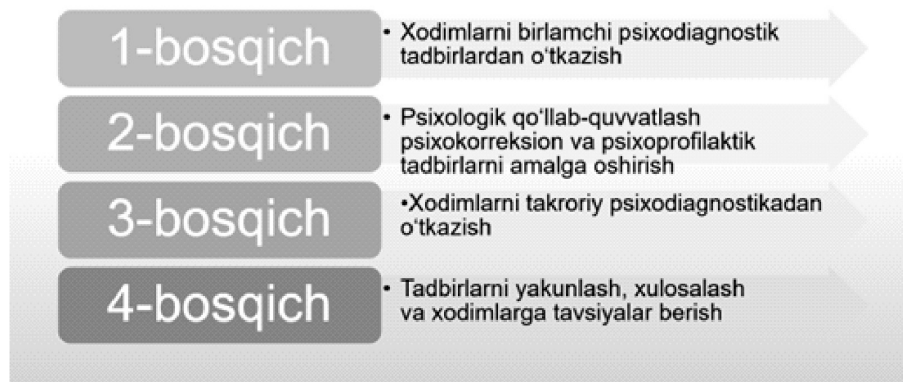
¹ Осипова, А. А. Общая психокоррекция : учеб. пособие для студентов вузов [Текст] / А. А. Осипова. – М. : ТЦ «Сфера». – 2004. – 512 с.

² Лебедев И.Б., Русецкая Д.В., Маркелов В.В. Психофизический тренинг как направление в коррекционной работе: монография / И.Б. Лебедев, Д.В. Русецкая, В.В. Маркелов. – Рязань: ИП Коняхин А.В. (Book jet), 2018. – 228 с.

³ Осипова, А. А. Общая психокоррекция : учеб. пособие для студентов вузов [Текст] / А. А. Осипова. – М. : ТЦ «Сфера». – 2004. – 13 с.

1-rasm. Psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan psixokorreksion dasturni amalga oshirishning asosiy bosqichlari.

Psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan psixokorreksion dasturni amalga oshirishning asosiy bosqichlari



siy-irodaviy jarayonlarni yaxshilash, asabiylar ruhiy zo'riqlashlarni nazorat qilishni o'rgatish va amaliy ko'nikmalarni shakllantirish kabi ishlar amalga oshiriladi. Ushbu bosqichda shuningdek, xodimning xizmat yo'nalishining o'ziga xos xususiyatlarini inobatga olgan holda turli ruhiy va jismoniy bosim ostida psixofiziologik mashqlardan iborat jismoniy-ruhiy zo'riqtirish mashg'ulotlari ham tashkil etilishi mumkin.

Uchinchi bosqichning asosiy maqsadi, psixokorreksion tadbirlarga qadar va undan keyin dinamik o'zgarishlarni solishtirishdan iboratdir. Bunda birinchi bosqichdagi kabi suhbat va boshqa turli psixodiagnostik metodikalardan foydalangan holda olingan ma'lumotlar dastlabki bosqich ko'rsatkichlari bilan solishtiriladi va tafovutlar farqlanadi. Shuningdek, ushbu bosqichda avvaldan maxsus tayyorlangan so'rovnoma o'tkaziladi. Unda o'tkazilgan psixokorreksion tadbirlarda ishtirok etgan xodimning munosabati, taklif va mulohazalari aks etadi. Bu keyinga tadbirlarni tashkil etish tartibi va jarayonining sifati hamda samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

Oxirgi *to'rtinchi bosqich* psixokorreksion, psixoprofilaktik va takroriy psixodiagnostik tadbirlarni yakunlash, xulosalash hamda xodimlarga tavsiyalar berishdan iborat. Bunda beriladigan tavsiyalar ayrim xodimlarning (ahamiyatli dinamik o'zgarishlar kuzatilmagan) ma'lum muddatdan so'ng qayta ishtiroki mazmunida ham bo'lishi mumkin.

Rus psixolog olimasi Osipova A.A. psixokorreksion kompleksini quyidagi bloklarga ajratadi¹.

1. Diagnostika;
2. Dastur ishtirokchisi bilan samarali aloqa o'rnatish;
3. Korreksiya;
4. Korreksion ta'sirlar samaradorligini baholash bloki.

Diagnostika bloki. Shaxsning rivojlanish xususiyatlarini tashxislash, xavf omillarini aniqlash va psixologik korreksiyaning umumiy dasturini shakllantirishdan iborat.

Dastur ishtirokchisi bilan samarali aloqa o'rnatish. Ishtirokchining o'zaro muloqot qilish istagini rag'batlantirish, xavotirlanishni bartaraf etish, uning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish, psixolog bilan hamkorlik qilish istagini shakllantirish va uning hayotidagi biror narsani o'zgartirish.

Korreksiya bloki. Dastur ishtirokchisining rivojlanishini uyg'unlashtirish va optimalashtirish, salbiy bosqichidan ijobiy bosqichiga o'tkazish, o'zi va atrofdagilar bilan munosabatlarga kirishish va faoliyatning muayyan usullarini o'zlashtirishiga erishishdan iborat.

Korreksion ta'sirlar samaradorligini baholash bloki. O'tkazilgan tadbirlarning ta'sirida mazmunli va dinamik o'zgarishlarning kuzatilishi, o'zini baholash darajasi ijobiy ko'rsatkichlarining barqarorlashishi kabi mezonlarga asoslanadi.

Shuni ham ta'kidlash kerakki, har bir bosqichda amalga oshiriladigan ishlarning umumiy

¹ Осипова, А. А. Общая психокоррекция : учеб. пособие для студентов вузов [Текст] / А. А. Осипова. – М. : ТЦ «Сфера». – 2004. – 513 с.

miqdori, mazmuni va tuzilishi yoritib berilishi talab etiladi (dasturning strukturasi o'zgartirilishi mumkin).

Yuqorida taklif etilgan psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan psixokorreksion dasturlarning har ikkalasi ham psixodiagnostika, psixokorreksiya, takroriy psixodiagnostika va xulosalash bosqichlaridan tashkil topgan, faqatgina shaklan farqlanadi xolos.

Psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan psixokorreksion dasturlarni amalga oshirish uchun korreksiya metodlaridan foydalaniladi. Ushbu ta'sir qilish usullari muayyan jarayon va holatni korreksiya qilish, rivojlantirish yoki shakllantirishga xizmat qiladi.

Odatda jarayonda foydalanish uchun tanlanadigan psixokorreksion usullar dastur ishtirokchisining quyida ko'rsatilgan omillarini inobatga olishni talab etadi:

- yosh davri;
- shaxsning individual, o'ziga xos xususiyatlari (temperament, intellekt, yo'nalganligi, ma'lumoti, shaxs turi va boshqalar);
- somatik yoki ruhiy g'amxo'rlikning mavjudligi yoki aksincha;
- moddiy-iqtisodiy ta'minlanganlik darajasi;
- ijtimoiy va oilaviy resurslari;
- diniy mansubligi;
- o'z ustida ishlashga bo'lgan ishtiyoqi va boshqalar.

Psixokorreksion dasturlar doirasida qo'llaniladigan usullar asosiy 3 yo'nalishga ajratiladi¹:

1. Z.Freydning klassik psixoanaliziga asoslangan – **psixodinamika yo'nalishi**;
2. A.Adlerning individual psixokorreksiya, R.Rodgersning mijozga yo'naltirilgan yondoshuvi, ekzistensial va F.Perlzning geshtalt yondoshuviga asoslangan – **gumanistik yo'nalish**;
3. M.Linexanning dialektik hulq-atvor yondoshuvi, ratsional emotiv yondoshuv (RET), A.Bekkaning kognitiv yondoshuvi va klassik operant shartlangan hulq-atvor yondoshuvlariga asoslangan – **kognitiv yo'nalish**.

Asosiy qism.

Ichki ishlar organlari xodimlarining psixik barqarorligini ta'minlash psixokorreksion dasturlarning samaradorligini aniqlash maqsadida

o'tkazilgan emperik tadqiqotlarda quyidagi metodikalardan foydalanildi:

– ko'p yillik izlanishlar va favqulodda vaziyatlarda bo'lgan katta miqdordagi sinaluvchilarda o'tkazilgan psixologik tadqiqotlardan so'ng ishlab chiqilgan T.A.Nemchinning "Asabiy-ruhiy zo'riqish darajasini aniqlash" so'rovnomasi²;

– respondentlardagi agressivlik darajasini aniqlashga mo'ljallangan, jami 75 ta tasdiqdan iborat bo'lgan Bass-Darkining "Agressivlik darajasini aniqlash" so'rovnomasi³.

Har ikkala metodika ichki ishlar organlari xodimlarining psixik barqarorligini ta'minlash psixokorreksion dasturi qo'llanishidan oldin va keyin takroriy ravishda emperik tadqiqotlar o'tkazildi. Empirik tadqiqotda ichki ishlar organlarida besh yildan o'n yilgacha bo'lgan xizmat tajribasiga ega bo'lgan, xizmat vazifasini bajarish vaqtida turli ekstremal holatlarni boshidan kechirgan xodimlarning 32 nafari tanlab olingan.

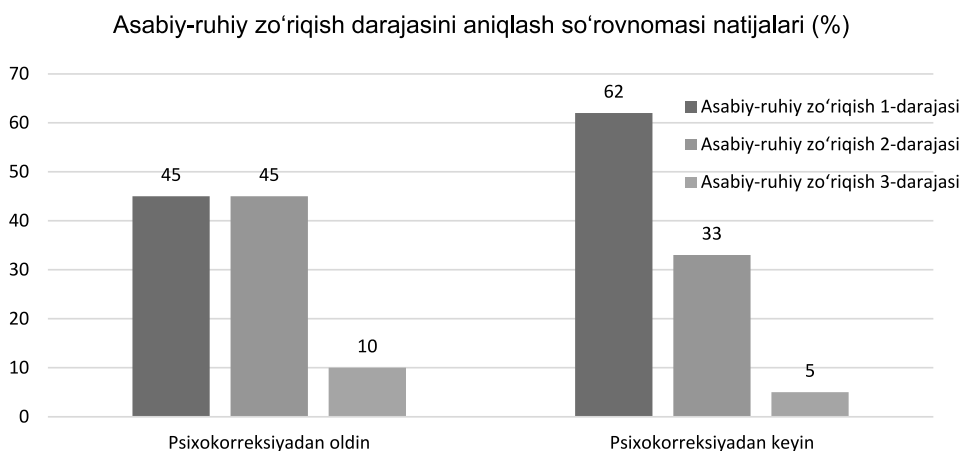
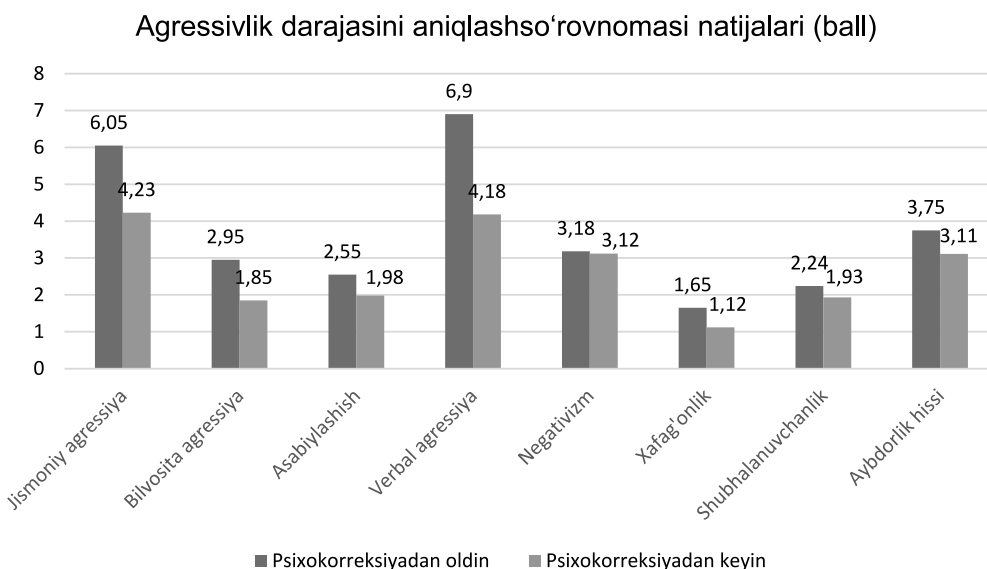
Tadqiqotda ishtirok etgan ekstremal, kuchli ruhiy zo'riqishga olib keladigan sharoitlarda xizmat tajribasiga ega bo'lgan xodimlarning yakuniy natijalaridan ko'rinib turibdiki, psixokorreksiyadan so'ng asabiy-ruhiy zo'riqishning barcha darajalarida sezilarli o'zgarishlar kuzatildi. Jumladan, 3-darajali ARZ holatidagi xodimlar 50%ga va 2-darajali ARZ holatidagi xodimlar esa 28%ga qisqardi, 1-darajali ARZ holatidagi xodimlar soni esa 62%gacha ko'paydi. Ushbu metodika mezonlari bo'yicha asabiy-ruhiy zo'riqishning 1-darajasi norma hisoblanadi. Natijalardan ko'rinib turibdiki 1-darajali ARZ guruhiga mansublarining safi asosan 2-darajali ARZ guruhidagilar hisobiga kengaygan. ARZning 3-darajali xavf guruhiga mansublar psixokorreksiyadan so'ng 5%ni tashkil etishi, ulardagi psixosomatik kasalliklarning mavjudligi bilan bog'liq bo'lib, ularga qo'shimcha statsionar davolanish uchun yo'llanmalar berildi.

Natijalarning umumiy tahlili, sinov guruhidagi psixologik beqarorlikning ortishi asosan, 1- va 2-darajali ARZ guruhlarining hisobiga kamayganligini ko'rsatadi.

² «Определение нервно-психического напряжения» (Т. А. Немчин) — книга Н. Е. Водопьяновой «Психодиагностика стресса» (Санкт-Петербург: Питер, 2009).

³ Хван А.А., Зайцев Ю.А., Кузнецова Ю.А. Стандартизация опросника А. Басса и А. Дарки./ Психологическая диагностика, 2008, № 1, — с. 35-58.

¹ https://psychopro.ru/index.php?section_id=2&id=1146

2-rasm. T.A.Nemchinning "Asabiy-ruhiy zo'riqish darajasini aniqlash" so'rovnomasi natijalari.**3-rasm. Bass-Darkining "Agressivlik darajasini aniqlash" so'rovnomasi natijalari.**

Psixokorreksiya so'ng Bass-Darkening "Agressivlik darajasini aniqlash" so'rovnomasi natijalari tahlili shuni ko'rsatadiki, metodika mezonlari bo'yicha kiritilgan agressiyaning barcha turlarida sezilarli pasayishlar kuzatildi. Ayniqsa, jismoniy va verbal agressiya ko'rsatkichlari 1.82 dan 2.72 ballgacha ko'tarilganligi e'tiborga molikdir. Shuningdek, shaxs ruhiy barqarorligining asosiy komponentlaridan biri bo'lgan aybdorlik hissiy ko'rsatlarining pasayganligi quvonarli xoldir.

Yuqorida keltirilgan tahliliy ma'lumotlardan kelib chiqib shuni aytish mumkinki, ichki ishlar organlari xodimlarining xizmat faoliyati samaradorligining asosiy sababi bo'lgan psixologik barqarorlikni ta'minlash, uni qo'llab-quvvatlash

va shakllantirishda psixokorreksion dasturlarning o'zni va roli beqiyosdir.

Xulosa va takliflar.

Ichki ishlar organlari xodimlarining o'ziga xos xizmat sharoiti, sodir bo'lib turadigan epizodik yoki doimiy ekstremal vaziyatlarda ta'sir etishni talab etadi. Xizmatning bunday shart-sharoitlari xodim psixik barqarorligiga salbiy ta'siri bo'lsada, hissiy va aqliy jarayonlarning muvozanatini saqlagan holda samarali faoliyat yuritish eng murakkab vazifalardan biri hisoblanadi. Psixologik barqarorlik xodim faoliyati samaradorligining asosiy ustuni va uni baholash mezonlaridan biri ekanligi aniqlandi.

Psixokorreksion dasturlarning samaradorlik mezonini qanday tahlil qilinmasin, har qanday

holatda psixokorreksion ta'sirni tavsiflovchi quyidagi o'zgarishlar kuzatilishi kerak:

- psixokorreksion tadbirlar yakuni bo'yicha xodimlarning ichki dunyosida ijobiy o'zgarishlar bo'lishi (xodimning sub'ektiv fikrlari asosida);
- psixokorreksion dasturning rejasiga ko'ra takroriy psixodiagnostik tadbirlarning yakuniy xulosalarida (mustaqil ekspertlar xulosasi) dastlabki psixodiagnostik tadbirlar natijalari bilan aloqadorlik va ijobiy tofovudlarning mavjudligi;
- xodimning psixokorreksion tadbirlardan keyingi xizmat faoliyati va shaxsiy hayotida o'zgarishlarning barqaror saqlanib turishi.

Shuningdek, ta'sir samaradorligini baholashda ob'ektiv psixofiziologik metodlardan foydalangan holda, vegetativ-somatik, fiziologik va aqliy funktsiyalar holatini baholash mumkin bo'ladi. Psixokorreksion dasturlar samaradorligini baholash, xodimlardagi ruhiy beqarorlik mexanizmlari, ta'sir metodlari va ular yordam-

ida amalga oshirilishi kutilayotgan maqsadlarga bog'liqdir.

Psixokorreksion dastur vositasidagi ta'sirlardan so'ng xodimlarda ijobiy dinamik o'zgarishlar kuzatiladi. Salbiy psixologik tavsiflarga ega bo'lgan ichki ishlar xodimlari bilan – psixodinamika, gumanistik va kognitiv yo'nalishlardagi psixokorreksion tadbirlardan tashkil topgan psixokorreksion dasturning soha mutaxassislari tomonidan qo'llanilishi yuqori darajadagi validlikka ega bo'lgan ko'rsatkichlarni qayd etadi. Xodimlarning xizmat vaqtida yuzaga keladigan tashqi salbiy ruhiy omillarga nisbatan barqarorlik koeffitsiyenti ko'tariladi, ruhiy-fiziologik holati yaxshilanadi.

Ichki ishlar organlari xodimlarini ruhiy salomatligi va barqarorligini ta'minlash, xizmat vazifasi va burchini ado etishga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytirishda psixokorreksion dasturlar yuqori darajada samara berishi o'z isbotini topdi.

Adabiyotlar ro'yhati:

1. <https://daryo.uz/k/2022/10/25/shavkat-mirziyoyev-ichki-ishlar-organlari-xodimlari-va-faxriylarini-tabriklatadi>;
2. Дж.М.Виоланти и др. Симптомы посттравматического стресса и субклинические сердечно-сосудистые заболевания у сотрудников полиции. // Международный журнал по управлению стрессом , том. 13, нет. 4, с. 541–554, 2006. doi:10.1037/1072-5245.13.4.541.;
3. С.Сайед и др. Глобальная распространенность и факторы риска проблем психического здоровья у сотрудников полиции: систематический обзор и метаанализ. // Occupational and Environmental Medicine , vol. 77, нет. 11, с. 737–747, 2020. doi:10.1136/oemed-2020-106498;
4. Б.Дж.Кох. Психологическое воздействие на сотрудников полиции того, что они первыми реагируют на совершенные самоубийства. // Журнал полиции и криминальной психологии , том. 25, нет. 2, с. 90–98, 2010. doi:10.1007/s11896-010-9070-y;
5. Morán, C., Vicente, F. Sánchez, A. Montes, E. (2014). Psicología positiva. Antigua o nueva concepción. // International Journal of Developmental and Educational Psychology, 3, (1), 439-450. <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.522>.;
6. Осипова, А.А. Общая психокоррекция: учеб. пособие для студентов вузов [Текст] / А. А. Осипова. – М. : ТЦ «Сфера». – 2004. – 512 с.;
7. Лебедев И.Б., Русецкая Д.В., Маркелов В.В. Психофизический тренинг как направление в коррекционной работе: монография / И.Б. Лебедев, Д.В. Русецкая, В.В. Маркелов. - Рязань: ИП Коняхин А.В. (Book jet), 2018. -228 с.;
8. https://psychopro.ru/index.php?section_id=2&id=1146;
9. «Определение нервно-психического напряжения» (Т.А. Немчин) — книга Н. Е. Водопьяновой «Психодиагностика стресса» (Санкт-Петербург: Питер, 2009);
10. Хван А.А., Зайцев Ю.А., Кузнецова Ю.А. Стандартизация опросника А. Басса и А. Дарки./Психологическая диагностика, 2008, № 1, — с. 35-58.