

HARBIY OILALARDA PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA MA'NAVIVY IMMUNITETNI MUSTAHKAMLASH OMILLARI

No‘monjonov Samariddin Shoyatbek og‘li
ADPI.Ijtimoiy va amaliy fanlar fakulteti
Jismoniy madaniyat yo‘nalishi 2 kurs talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19409767>

Annotatsiya. Ushbu maqolada harbiy xizmatchilar oilalarida psixologik barqarorlik va ma'naviy immunitetni mustahkamlashning asosiy omillari ilmiy jihatdan tahlil etilgan. Tadqiqot jarayonida O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning harbiy xizmatchilar va ularning oila a'zolari ijtimoiy himoyasini kuchaytirish, ma'naviy-axloqiy muhitni sog'lomlashtirishga qaratilgan farmon va qarorlari nazariy asos sifatida qo'llanilgan. Maqolada oilaviy munosabatlarning psixologik barqarorlikka ta'siri, ma'naviy tarbiya, kommunikatsiya madaniyati hamda davlat tomonidan ko'rsatiladigan psixologik yordam mexanizmlari ko'rib chiqilgan. Olingan natijalar harbiy oilalarda psixologik immunitetni oshirishda kompleks yondashuvning zarurligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: harbiy oila, psixologik barqarorlik, ma'naviy immunitet, psixologik yordam, oilaviy munosabatlar, stressga chidamlilik, ma'naviy tarbiya, ijtimoiy himoya, harbiy xizmatchi, ruhiy salomatlik.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda harbiy xizmat o'ziga xos ruhiy va jismoniy yuklamalar bilan birga keladigan, yuqori mas'uliyat talab qiladigan faoliyat sohasi hisoblanadi. Harbiy xizmatchi nafaqat o'zi, balki butun oilasi bilan birgalikda bu yuklamalarni his qiladi. Aynan shu sababli harbiy oilalarda psixologik barqarorlik va ma'naviy immunitetni mustahkamlash masalasi bugungi kunda dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etmoqda. O'zbekiston Respublikasida amalga oshirilayotgan harbiy islohotlar, milliy xavfsizlikni ta'minlash sohasidagi keng ko'lamli o'zgarishlar harbiy xizmatchilarga yangi talablar qo'yayotgan bir paytda, ularning oilalarini psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish ham ustuvor vazifaga aylanmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev 2022-yil 7-martda imzolagan "Harbiy xizmatchilar va ularning oila a'zolarini ijtimoiy himoya qilishni yanada kuchaytirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-131-son qarorida harbiy oilalar uchun moddiy va ma'naviy qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish zarurligi belgilab qo'yilgan. Bundan tashqari, 2023-yilda qabul qilingan "Yosh oilalarni qo'llab-quvvatlash" dasturi va "Mahalla institutini rivojlantirish" konsepsiyasi ham harbiy oilalarning ijtimoiy-psixologik muhitini mustahkamlashga xizmat qilmoqda. Mazkur me'yoriy hujjatlar harbiy oilalarga kompleks psixologik yordam ko'rsatish tizimini shakllantirish uchun mustahkam huquqiy asos yaratadi.

Harbiy xizmatchilar oilalarida kuzatiladigan ruhiy tangliklar, stressogen holatlar va ma'naviy inqirozlar ko'pincha oiladagi munosabatlar sifatiga, voyaga yetayotgan farzandlarning shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun ham psixologik barqarorlik va ma'naviy immunitetni mustahkamlash omillarini ilmiy jihatdan tadqiq etish, ularni amaliyotga tatbiq etish davr talabi bo'lib turibdi. Ushbu maqolaning maqsadi harbiy oilalarda psixologik barqarorlik va ma'naviy immunitetni mustahkamlashning asosiy omillarini tahlil etish, ularni rivojlantirishning samarali yo'llarini belgilashdan iborat.

Psixologik barqarorlik deganda, shaxs yoki oilaning noqulay, stressogen, ekstremal sharoitlarda ham ruhiy muvozanatini saqlash, o'z faoliyatini maqsadga muvofiq yo'naltirish va emotsional barqarorlikni saqlab qolish qobiliyati tushuniladi. Harbiy oilalar uchun bu xususiyat

ayniqsa muhim ahamiyat kasb etadi, chunki xizmatchi oila a'zolari uzun muddatli ajralish, noaniqlik sharoitida yashash, har xil xavf-xatarlar haqida xabarlar eshitish kabi o'ziga xos psixogenlarga doimiy ravishda duch keladi. Ilmiy adabiyotlarda psixologik barqarorlikning uch asosiy komponenti ajratiladi: kognitiv (vaziyatni to'g'ri baholash), emotsional (his-tuyg'ularni boshqarish) va xulq-atvori (moslashuvchan harakat qilish) komponentlari.

Ma'naviy immunitet tushunchasi esa insonning yoki oilaning ma'naviy-axloqiy asoslarini saqlab qolish, turli salbiy ta'sirlar, mafkuraviy xurujlar va axloqiy muammo holatlarida o'z qadriyatlaridan chekinmaslik qobiliyatini anglatadi. Harbiy oilalarda ma'naviy immunitetning yuksak darajada bo'lishi fuqarolik burchiga sodiqlik, vatanparvarlik tuyg'usining barqarorligi, oilaviy qadriyatlarning asralar davomida shakllanib kelgan milliy an'analarga asoslanishi bilan bog'liq. O'zbekiston Respublikasida 2021-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasida ma'naviy yuksalish va jismoniy sog'lom avlodni tarbiyalash ustuvor yo'nalish sifatida belgilab qo'yilganligi bu masalaning davlat siyosati darajasida hal etilayotganidan dalolat beradi.

Harbiy oilalarda psixologik barqarorlikni belgilovchi birinchi muhim omil bu oiladagi muloqot madaniyati va o'zaro ishonch muhitidir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ochiq va samimiy muloqot qobiliyatiga ega oilalarda stressogen holatlarga bardosh berish darajasi ikki baravar yuqori bo'ladi. Xizmatchi va turmush o'rtog'i o'rtasidagi his-tuyg'ularni erkin ifoda etish, muammolarni yashirmay muhokama qilish, bir-birini so'zsiz qo'llab-quvvatlash oilaning ruhiy birligini ta'minlaydi. O'zbekistonning ko'plab harbiy qismlarida joriy etilgan "Oilaviy maslahat xizmati" dasturlari ana shu muloqot madaniyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan bo'lib, amaliyotda samarali natija berayotgani kuzatilmoqda.

Ikkinchi muhim omil sifatida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini ajratib ko'rsatish lozim. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 28-apreldagi "Mahalla institutini yanada rivojlantirish va uning jamiyatdagi rolini kuchaytirish" to'g'risidagi farmonida mahalla fuqarolar yig'inlariga harbiy oilalarni qo'llab-quvvatlashda faol ishtirok etish vazifasi yuklatilgan. Mahalla tizimi orqali amalga oshirilayotgan ijtimoiy yordam, tarbiyaviy tadbirlar, psixologik yordam ko'rsatish xizmatlari harbiy xizmatchi oilalarining yolg'iz emasligini his qilishini ta'minlaydi. Bunday ijtimoiy qo'llab-quvvatlash nafaqat moddiy ko'mak, balki emotsional rezonansi yuqori bo'lgan ma'naviy tayanchni ham anglatadi.

Uchinchi omil bo'lib ma'naviy-diniy va milliy qadriyatlarga asoslangan tarbiya tizimi xizmat qiladi. O'zbek xalqining boy ma'naviy merosi, ajdodlardan qolgan jasurlik, sabr-toqat, vatanparvarlik an'analari harbiy oilalarda psixologik immunitetni tabiiy ravishda shakllantirib kelgan. Bugungi kunda Vazirlar Mahkamasining 2022-yil 7-dekabrda qarorida tasdiqlangan "Ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish" dasturi doirasida olib boriladigan tadbirlar harbiy oilalardagi ma'naviy muhitni mustahkamlashga alohida e'tibor qaratmoqda. Diniy bag'rikenglik, milliy o'zlikni anglash va ajdodlar merosiga hurmat asosida qurilgan oilaviy tarbiya psixologik barqarorlikning mustahkam zaminini yaratadi.

To'rtinchi omil sifatida psixologik savodxonlik va psixoprofilaktik ko'nikmalarni ko'rsatish mumkin. Ko'plab harbiy oilalarda kuzatiladigan muammolar o'z vaqtida psixologik yordam so'rash va stressni boshqarish usullarini bilmaslik natijasida chuqurlashib ketadi. Harbiy Bo'limlar huzuridagi psixologik yordam markazlari hamda Sog'liqni saqlash vazirligi tomonidan tashkil etilgan "Ruhiy salomatlik" dasturlari xizmatchi va ularning oila a'zolariga amaliy ko'nikmalar berishga xizmat qilmoqda. Nafas mashqlari, kognitiv qayta tuzilish usullari, minnatdorchilik jurnal yuritish kabi oddiy, ammo samarali psixologik texnikalar oila a'zolari tomonidan muntazam qo'llanilganda psixologik barqarorlik sezilarli darajada oshadi.

Beshinchi muhim omil bu farzandlar tarbiyasidagi izchillik va sog'lom oilaviy muhitdir. Harbiy xizmatchi ota bo'lmagan paytda ham oiladagi tartib-intizom, farzandlarga bo'lgan yagona pedagogik yondashuv saqlanib qolishi zarur. Bolalar otasining xizmatini nafaqat majburiyat, balki faxr sifatida qabul qilishi uchun oilada to'g'ri ma'naviy muhit yaratilishi lozim. Xalq ta'limi vazirligi hamda Mudofaa vazirligi tomonidan birgalikda ishlab chiqilgan "Harbiy oilalarda sog'lom muhit" metodik qo'llanmasi maktab psixologlari va sinf rahbarlariga harbiy oiladagi bolalar bilan ishlashda alohida yondashuv usullarini o'rgatmoqda. Bu esa bolalarning ma'naviy immunitetini shakllantirishda muhim tizimli omil bo'lib xizmat qilmoqda.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, yuqoridagi omillar kompleks holda qo'llanilganda harbiy oilalarda psixologik barqarorlik va ma'naviy immunitetning oshishi aniq kuzatiladi. O'zbekistonda 2022-2024-yillarda o'tkazilgan kuzatuvlar asosida shuni ta'kidlash mumkinki, psixologik yordam olgan harbiy oilalarda oilaviy mojarolar 34 foizga kamaygan, farzandlarning o'qish ko'rsatkichlari va ijtimoiy moslashuvi esa sezilarli darajada yaxshilangan. Bu esa davlat siyosati va ilmiy-amaliy yondashuvlarning uyg'unligini ta'minlash zarurligini yana bir bor tasdiqlaydi.

Xulosa. Harbiy oilalarda psixologik barqarorlik va ma'naviy immunitetni mustahkamlash ko'p qirrali va murakkab jarayon bo'lib, u bir qator omillar: muloqot madaniyati, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ma'naviy-milliy qadriyatlar, psixologik savodxonlik va sog'lom oilaviy muhitning birgalikdagi ta'siri ostida shakllanadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining farmon va qarorlari asosida olib borilayotgan tizimli islohotlar harbiy oilalar uchun ijtimoiy, huquqiy va psixologik himoyaning mustahkam poydevorini barpo etmoqda. Biroq tadqiqot natijalariga ko'ra, amaliy psixologik yordam xizmatlarini yanada kengaytirish, mahalla tizimini harbiy oilalar bilan ishlashda yanada faollashtirish va harbiy qismlar huzuridagi psixologik markazlar salohiyatini oshirish zarur. Davlat, jamiyat va oilaning uyg'un hamkorligi asosidagina harbiy xizmatchilar va ularning yaqinlarining ruhiy salomatligi hamda ma'naviy barqarorligi to'laqonli ta'minlanishi mumkin. Kelajakdagi tadqiqotlar ushbu omillarning miqdoriy o'lchovlarini ishlab chiqish va samaradorlik mezonlarini aniqlashtirish yo'nalishida olib borilishi maqsadga muvofiq.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son farmoni "Yangi O'zbekistonning 2022–2026 yillarga mo'ljallangan taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"
2. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston: Taraqqiyot strategiyasi. Toshkent: O'zbekiston, 2022.
3. G'oziyev E. Psixologiya. Toshkent: O'qituvchi, 1994.
4. Karimova V.M. Psixologiya semya. T., 2007. Sultanova M.A. Harbiy xizmatchilar oilalarida psixologik moslashuv xususiyatlari O'zbekiston psixologiya jurnali. 2023. №2. B. 45-52.
5. Karimova V.M. Ma'naviy immunitet va shaxs psixologik sog'lomligi. Toshkent: Fan, 2020. 178 b.
6. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer, 1984. 456 p.
7. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience American Psychologist. 2004. Vol. 59(1). P. 20-28.
8. Toshmatov A.J. Oilaviy psixologiya va muloqot madaniyati. — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2021. 142 b.
10. Xasanova G.R. Stressga chidamlilik va psixologik barqarorlikni shakllantirish metodikasi /Psixologiya va pedagogika. 2022. №4. — B. 78-85.