



## PSIXOLOGIK SALOMATLIKNING RAHBAR FAOLIYATI SAMARADORLIGIDAGI O'RNINI EMPIRIK TADQIQ QILISH

Alijonov Nurbek Ulug'bek o'g'li

Farg'ona davlat universiteti Psixologiya kafedrasida o'qituvchisi

<https://www.doi.org/10.5281/zenodo.8035696>

### ARTICLE INFO

Received: 04<sup>th</sup> June 2023

Accepted: 13<sup>th</sup> June 2023

Online: 14<sup>th</sup> June 2023

### KEY WORDS

### ABSTRACT

**Mavzuning dolzarbligi.** Yurtimiz istiqboli, ravnaqi va yanada farovon bo'lishi rahbar xodimlarga bevosita bog'liq, chunki shaxslararo munosabatlar va rahbar-xodim o'rtasidagi o'zaro munosabatlarda rahbarning psixologik salomatligi katta ahamiyatga ega.

Agar jamiyatimiz rahbarlari psixologik bilimlarga ega bo'lsa, psixologik salomatlik darajasi yuqori bo'lsa, ular faoliyat ko'rsatayotgan joyda psixologik muhit va shaxslararo munosabatlar albatta ijobiy bo'ladi.

**Kirish.** Shuni alohida ta'kidlash joizki, XXI asrga kelib salomatlik psixologiyasi shaxs salomatligini barqarorligini ta'minlashda ijtimoiy psixologik omillarga, shaxsning o'ziga, uni o'rab turgan o'ziga o'xshash insonlar, ular o'rtasidagi o'zaro muloqotga ko'proq e'tiborni qaratmoqda. Masalan, ana shunday ijtimoiy psixologik omillardan biri bo'lmish oila va undagi muhit, oilani tashkil etuvchilarning o'zaro muomala maromlari va shunga aloqador ko'nikmalari, bizning sharoitimizda oiladan tashqari, yaqin qarindosh-urug'larimiz, qo'ni-qo'shnilar bilan munosabatlarimiz ham bunda katta rol o'ynaganligi sababli, bu omilning ta'sirini biror on ham esdan chiqarmaslik kerak.

Ma'lumki, ko'pchiligimiz xohlaymizmi yo'qmi turli vaziyatlarda turlicha boshqaruv tizimida bo'lib qolamiz. Ya'ni, yo o'zimiz rahbarmiz, kimlarningdir faoliyatini boshqarish bizga topshirilgan, yoki kimlarningdir bevosita rahbarligida faoliyat yuritimiz, emin-erkin harakat qilish imkoniyatimiz cheklangan bo'ladi. Insonlar faoliyatini boshqarishda ham ayni shunday qonuniyat mavjud. Masalan, tashkilot, idora, muassasa, xususiy tashkilotlarning rahbarlari ham boshqaruv ortobiotikasiga rioya qilmasalar, o'z salomatliklariga putur yetkazishlari mumkin. Boshqaruvda hamjihatlik, hamfikrlilik, demokratik uslubning ustuvorligi bu boradagi eng ijobiy vositadir. Boshqaruv tizimidagi ortobiotika eng avvalo rahbar tomonidan xodimlar, ish yurituvchilar faoliyatini shunday tashkil etishni nazarda tutadiki, bunda har bir xodim kelajakka va o'ziga ishonch bilan qarab ishlaydi, o'z salomatligini asrashga faol kirishadi. Majlis va ishlab chiqarish yig'ilishlarining ortiqcha jizzakiliksiz o'tkazish, arzimagan narsaga stolni mushtlamaslik, xodimlarning faqat kamchiliklarini qidirmay, aksincha, har biridagi ijobiy sifatlarni, o'ziga xos iqtidorni aniqlagan holda vazifalarni taqsimlash, kimnidir



ishdan bo'shatish yoki qisqartirishda adolat va demokratik tarzda yo'l tutish, qisqartirishning nodirektiv vositalaridan omilkorona foydalanish nafaqat rahbarning, balki barcha xodimlarning ortiqcha asabiylashmay, yaxshi, yangi qarorlarni qabul qilish va vijdonan uni bajarishga olib keladi.

Inson va uning salomatligi sotib olib bo'lmaydigan bebaho ne'mat ekanligini bugun ko'pchiligimiz yaxshi anglaymiz, zero salomatlik avvalo shaxsning ichki hotirjamligi, markaziy nerv sistemasining barqarorligi va o'y-xayollarning sofligida o'zini namoyon qiladi, mana shu sanab o'tilganlar psixologik salomatlikni eng muhim unsurlari sanaladi.

Jamiyatning barqarorligiga, yurtimiz ravnaqiga o'z hissasini qo'shib kelayotgan rahbar xodimlarning psixologik salomatliklari va ularning rahbarlik imkoniyatlarini o'rganish tadqiqot ishimizning negizi hisoblanadi.

**Asosiy qism.** Jamoa ishini tashkil qilish va boshqarish faoliyatining asosiy qismini muvofiqlashtirish tashkil qiladi. Albatta, har qanday tuzilmada o'zaro, turli bo'g'inlar, xizmatlar faoliyatini tartibga soladigan xizmat vazifalari, nizomlar, yo'riqnomalar, ko'rsatmalar mavjud va ularga amal qilinishi butun tizimning o'zaro muvofiqlashtirilganligini ta'minlaydi, vertikal va gorizontaal subordinatsiya (quyi bo'g'inlarga ajratish)ni amalga oshirishga yordam beradi, topshiriqlar va ko'rsatmalarning o'z vaqtida va muvaffaqiyatli bajarilishini amalga oshiradi. Lekin ushbu mavzuda gap rasmiy muvofiqlashtirishning ikkinchi, eng muhim tomoni bo'lgan, ijtimoiy psixologik mexanizmlarga, jamoadagi shaxslararo munosabatlarga asoslangan, xodimlarning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ularning ijtimoiy psixologik motivatsiyasi (maqsadga intilishi)ni yo'naltirish haqida bormoqda.

Qolaversa hozirgi sharoitda boshqaruv samaradorligining ortishida inson omili, xodimlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar, ijtimoiy psixologik muhit, xodimlar faoliyatini ularning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda muvofiqlashtirish eng ahamiyatga molik masalalardan biriga aylanmoqda.

Muassasa ma'muriyatining xodimlar oldidagi kvartal hisobotlari bir tomondan xodimlarning mulkchilik psixologiyasini shakllantirish va rivojlantirish, ularda muassasaning ish faoliyatiga daxldorlik tuyg'usini oshirishga xizmat qilsa, ikkinchi tomondan muassasada bevosita ishlab chiqarish va boshqarish bilan mashg'ul bo'lgan xodimlarning mas'uliyati, o'zaro jipslik va mosligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Bunday hisobotlar moliyaviy va iqtisodiy nazoratni kuchaytirish bilan birga muassasa va xodimlar o'rtasida kommunikatsiya – o'zaro aloqani mustahkamlaydi, xodimlarga tizimning turli bo'g'inlari haqidagi ma'lumotlar berib, muassasa faoliyati haqida yaxlit tasavvurning shakllanishiga, idrok jarayonining samaradorligiga ta'sir qiladi. Idrok va tasavvurning yaxlit, to'laqonliligi esa o'z navbatida turli bo'g'inlar faoliyatini koordinatsiya qilishni muvofiqlashtirishning asosi hisoblanadi. Bunday hisobotlardan tashqari har qanday boshqarish tizimining ichida qo'llaniladigan yana bir hisobot turi mavjud bo'lib, u mutaxassis boshqaruvchilarning chorak hisobotlari deb ataladi.

Vujudga keladigan muammolarni hal qilish uchun yangicha yondashuvlarga rag'batlantirishning bundan ko'ra samarali usuli yo'q. Bu usulning yana bir eng muhim afzalligi shundaki, u har bir xodimni yaqqol ko'rish mumkin bo'lgan vaziyatni yaratadi. Bu usul har bir xodimga bevosita o'z boshlig'i, u orqali butun tizim rahbarlari ko'zi o'ngida

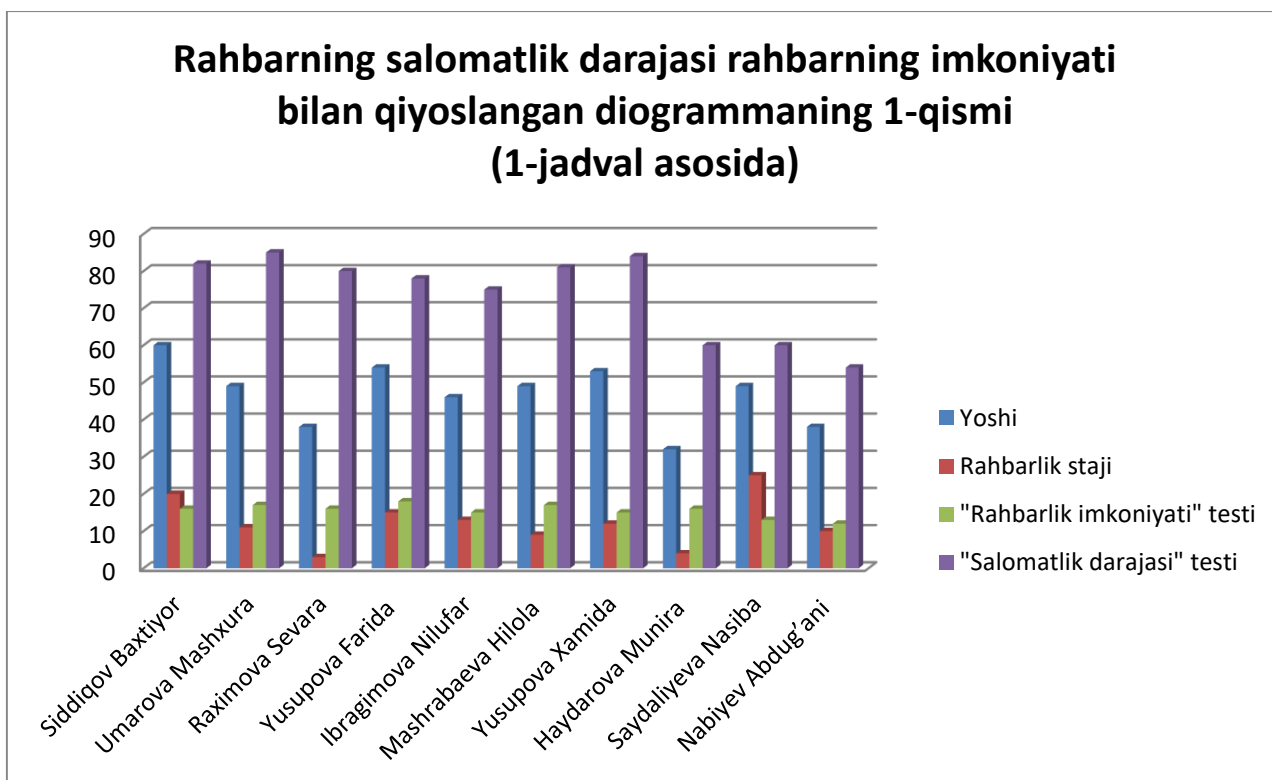


bo'lish imkoniyatini yaratib beradi. Bunday usulning psixologik samaradorligi beqiyos bo'lib, u odamga o'z mehnati uchun g'urur, umumiy ishga daxldorlik hissi, tashabbuskorlikka moyillik (motivatsiya) beradi.

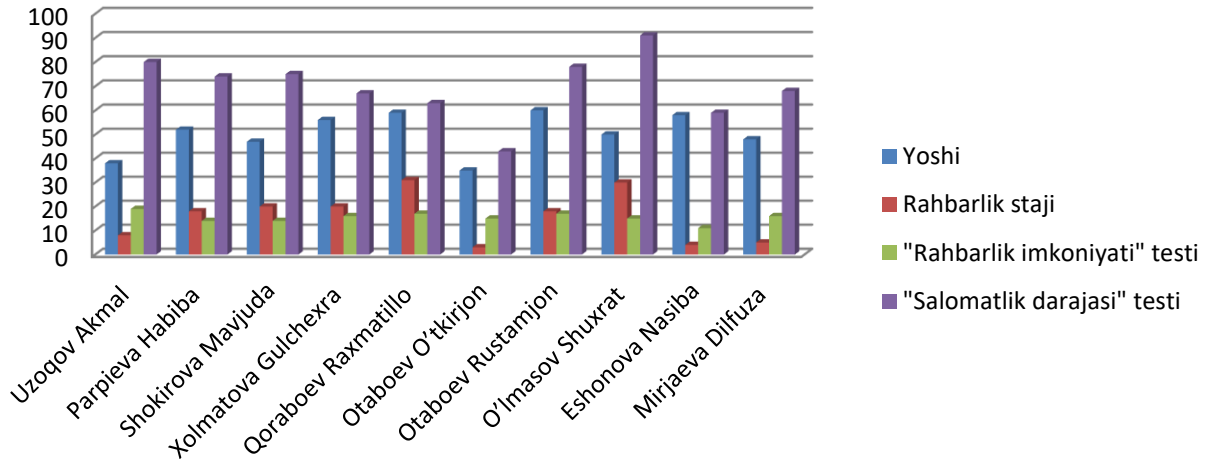
Xodim uchun xizmat pog'onasidan ko'tarilish imkoniyati tug'iladi, buning uchun unda yanada samaraliroq mehnat qilish mas'uliyati paydo bo'ladi. Boshqaruv faoliyatida boshqaruvchi bilan turli bo'g'in xodimlari o'rtasidagi bunday izchil og'zaki va yozma muloqot avvalo samarali kommunikatsiya (o'zaro aloqa) vazifasini bajaradi, boshqarish tizimini koordinatsiya qilish (muvofiqlashtirish) imkoniyatini kuchaytiradi, muassasaning biznes imkoniyatlarini yanada yaxshiroq anglash uchun sharoit yaratadi. Chunki har bir hisobot avvalo hisobotchi bevosita mas'ul bo'lgan yo'nalish imkoniyatlardan kelib chiqqan holda tuziladi. Asosiy natija esa bunday usullar har bir xodimga eng murakkab ijtimoiy-psixologik jarayon hisoblangan o'z-o'zini aktuallashtirish, ya'ni o'zining noyobligini, muhimligini, o'z o'rnini borligini his qilish imkonini beradi. Psixologik nuqtai nazardan bu eng muhim motiv hisoblanadi.

Mamlakatimizning birinchi Prezidenti I.A.Karimov "Suveren davlatning har bir rahbari, har bir yetakchisi oddiy kishilar ishonch bildirib uning zimmasiga yuklagan juda katta burch va mas'uliyatni teran anglab, o'y-xayolini hamisha tinchlik, osoyishtalikni saqlash, avaylash va mustahkamlashga qaratmog'i kerak" deganda nafaqat davlat miqyosida, balki har bir bo'g'in boshqaruvchilik faoliyatiga qarata aytilgan. Chunki boshqaruvchi shaxsga xalq ishonch bildirishi, uning ortidan ergashishi shart.

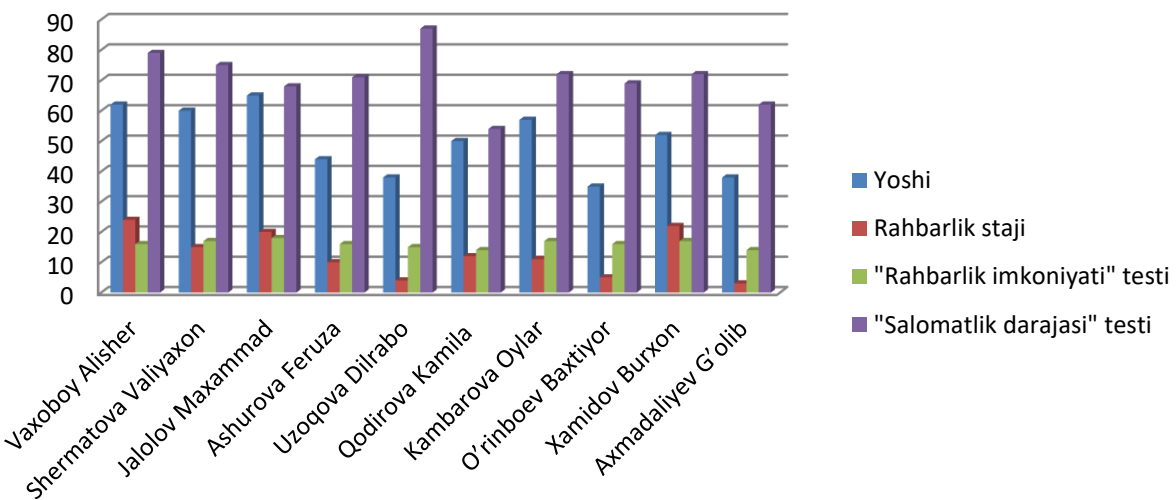
**Materiallar va metodlar.** Tadqiqot ishimizda biz rahbar xodimlarning psixologik salomatligini va ularning rahbarlik imkoniyatlarini o'rganish maqsadida Farg'ona viloyati hokimligida faoliyat olib borayotgan 30 nafar rahbarlarda "Salomatlik darajasi" metodikasi, "Rahbarlik imkoniyati" testi bo'yicha tadqiqot olib bordik.



### Rahbarning salomatlik darajasi rahbarning imkoniyati bilan qiyoslangan diogrammaning 2-qismi (1-jadval asosida)



### Rahbarning salomatlik darajasi rahbarning imkoniyati bilan qiyoslangan diogrammaning 3-qismi (1-jadval asosida)



**Natijalar.** Viloyat hokimligida faoliyat olib borayotgan rahbar xodimlarning natijalari quydagicha:

“Salomatlik darajasi” metodikasiga ko’ra 30 nafar xodimning 20 foizida salomatlik darajasi va kayfiyati a’lo natijada ekanligi, 77 foizida salomatlik darajasi me’yoriy holatda ekanligi aniqlandi, bu metodikada hokimlikda faoliyat olib borayotgan rahbar xodimlarda salomatlik darajasida 3 foizida past natija ruhan ezilganlik, charchoq va stress holatlari aniqlandi. (1-jadvalda berilgan)



“Rahbarlik imkoniyati” testi natijasiga ko‘ra 30 nafar xodimning 56 foizida rahbarlik imkoniyatlari yetarli ekanligi, 36 foizida foiz rahbar xodimlarda rahbarlik imkoniyati yetarli emasligi ularda uyushqoqlik va qattiyatning yetishmasligi aniqlandi, 8 foiz ta‘lim sohasidan yiroqda bo‘lgan rahbarlarda esa rahbarlik imkoniyati juda past ekanligi natijalarga ko‘ra ma‘lum bo‘ldi. (2-jadvalda berilgan)

3-diagrammada esa ularning salomatlik darajasi va rahbarlik imkoniyatlari solishtirilgan.

Natijalarga ko‘ra, 3 foiz rahbarlarning salomatlik darajasi past ekanligi aniqlandi. Hokimlikda biroz muammoli vaziyatlar bo‘lishi, murojaat qiluvchi shaxslarning turli xil oilalarda tarbiya topganliklari bu sohadagi rahbarlarda nizoli vaziyatlarni paydo qiladi.

**Xulosa.** Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, hozirgi zamonda rahbarlarda psixologik salomatlikni va hayotiy jarayonlarini yaxshilash uchun barcha shart-sharoitlar mavjud. Ular bu imkoniyatlardan samarali va oqilona foydalanib, o‘zlarining ustilarida tinimsiz ishlab, tafakkurlarini ishga solib faoliyat olib boradigan bo‘lsalar, ularning va qo‘l ostidagi shaxslarning psixologik salomatligida muammoli vaziyatlar yuz bermaydi. Ular shu mezonlarga amal qilib psixologik salomatlikka e‘tibor bersalar ana shunda ular yurtimiz ravnaqi yo‘lida xizmat qiladigan va o‘zidan yaxshi nom qoldira oladigan kerakli shaxs bo‘ladilar.

### References:

1. Ibrohim Maxmudov. Boshqaruv psixologiyasi. -T.: “YUNAKSPRINT” 2006 yil.
2. Исакова М.Т. //ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ ВЕДУЩИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ МЕЖДУ ОТНОШЕНИЕМ К ЗДОРОВЬЮ И ИНДИВИДУАЛЬНО-ДИНАМИЧЕСКИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ// ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ. 2021, Выпуск 23. 144-149 стр.
3. Nurbek, A. (2021). Management Psychology Leader and Its Characteristics. *IJTIMOY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMYI JURNALI*, 1(1), 13-16.
4. Nurbek, A. (2021). Psixologik Salomatlik Va Uning Mohiyati. *BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMYI JURNALI*, 1(6), 666-669.
5. Alijonov, N. (2022). IMPLEMENTING THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF LEADERS IN THE FIELD OF EDUCATION. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(5), 631-634.
6. N. Alijonov // SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF LEADERSHIP ACTIVITY// RESEARCH FOCUS . VOLUME 1 | ISSUE 4 | 2022. 241-246
7. Alijonov Nurbek, Saidova Nafisa Nematovna //МАКТАБГАЧА YOSH DAVRIDA SENSOR TARAQQIYOT MUAMMOSI// Uzbek Scholar Journal. Volume- 04, May, 2022. 147-152.
8. Alijonov N. //РАHBAР FAOLIYATI SAMARADORLIGIDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNING O‘RNI// "Мировая наука" №3(60) 2022. 3-10.
9. Nurbek, A. (2023). SOCIAL PSYCHOLOGY OF ALTRUISM AND ALTHURISTIC BEHAVIOR. *American Journal of Interdisciplinary Research and Development*, 16, 134-137.
10. ALIJONOV Nurbek // ALTURIZMNING IJTIMOY PSIXOLOGIYASI VA ALTURISTIK XULQ-ATVOR// JOURNAL OF PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL STUDIES. VolumeI, Issue 5. May 2023. 71-74.



11. Nurbek, A. (2021, December). The Combination of Social Relationships and Psychological Health. In *Conference Zone* (pp. 268-270).
12. R.Nuriddinov, D.Mo'minov, & A.Ostanaqulov. (2023). BO'LAJAK PEDAGOGLAR RUHIY SALOMATLIGINI TAMINLASHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI. *Scientific Impulse*, 1(10), 612-617.
13. D.Mo'minov, R.Nuriddinov, & A.Ostanaqulov. (2023). BADIY ASARLARDA PSIXOLOGIK MANIPULYATSIYANING O'RNI VA AHAMIYATI (LEV TOLSTOYNING "TIRILISH" ASARI MISOLIDA). *Scientific Impulse*, 1(10), 618-624.
14. NURIDDINOV, R. (2023). BO'LAJAK O'QITUVCHILAR RUHIY SALOMATLIGINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI. *Journal of Pedagogical and Psychological Studies*, 1(4), 59-62.
15. Nuriddinov Rasuljon Samitjon o'g'li//BO'LAJAK O'QITUVCHILAR RUHIY SALOMATLIGI IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARINING O'RGANILISHI// Multidisciplinary Scientific Journal. 2 (7), 2023. 311-315.
16. Джалолова, М. А. (2022). СЕНСОРНОЕ РАЗВИТИЕ И ОБУЧЕНИЕ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: Джалолова Мохинур Абдусатторовна, Нуриддинов Расулжон Самиджонович Преподаватели кафедры психологии Ферганского государственного университета. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (11), 363-369.
17. Nuriddinov Rasuljon Samidjon o'g'li //OLIY O'QUV YURTI TALABALARIDA O'QUV MOTIV VA MOTIVATSIYALARINI NOMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI// Uzbek Scholar Journal. Volume-06, July, 2022. 1-5 pages.
18. Усмонов Шерзод Ахмаджонович, Закирова Мухаббат Сабировна, Нуриддинов Расулжон Самитжон ўғли //ИЛК ЎСПИРИНЛИК ДАВРИДА АҚЛИЙ ҚОБИЛИЯТЛАРНИНГ ЭМПИРИК ТАҲЛИЛИ// [СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ \(УЗБЕКИСТАН\)](#). № 9 (106), 2021. 12-16 стр.
19. НУРИДДИНОВ Р.С. //INFORMATION AS A SOCIAL-PSYCHOLOGICAL PROBLEM// ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОЦВЕТЕНИЯ ОБЩЕСТВА. Екатеринбург-Фергана, 20 мая 2020 года. 380-382 стр.
20. Samitjonovich, Nuriddinov Rasuljon //SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE USE OF MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES IN THE DAILY LIFE OF CHILDREN// *INTERNATIONAL JOURNAL OF DISCOURSE ON INNOVATION, INTEGRATION AND EDUCATION*. 1 (2020). 65-67 pages.
21. Rakhmatjonov Shokhjahan Dilshodbek o'g'l //THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN PROVIDING THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF THE ATHLETE// INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION. International scientific online conference. Canada. Part 2, 23.01.2022. 1-3
22. Raxmatjonov Shoxjahan Dilshodbek o'g'li //SPORTCHI PSIXOLOGIK SALOMATLIGIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR// GALAXY INTERNATIONAL INTERDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL (GIIRJ). Vol. 10, Issue 11, Nov.(2022). 117-121 pages.
23. QURBONOVA Saida Miralimjanovna, RAXMATJONOV Shoxjahan Dilshodbek o'g'li //MAMLAKATIMIZ PSIXOLOGLARI ISHLARIDA SHAXSLARARO MUNOSABATDA MUOMALA



MUAMMOSINING TALQINI// Journal of Pedagogical and Psychological Studies. Vol. 1. № 5, (2023). 99-103 pages.

24. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbeko'g'li //SPEECH ISSUES IN PSYCHOLINGUISTICS// IQRO JURNALI № 2. 04.2023. 503-511 betlar.

25. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbek o'g'li, Vosiljonov Azizbek Boxodirjon o'g'li //XORIY PSIXOLOGLARINING ISHLARIDA SHAXSNING TADQIQ ETILISHI// INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION. Vol. 1. № 12, 2022. 39-47 pages.

26. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbek o'g'li //TALABALARDA TOLERANTLIKNI RIVOJLANTIRISH - IJTIMOY PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA// International Journal of Economy and Innovation. Volume: 30. 2022. 66-70 pages.

27. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbek o'g'li //PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE SPORTSMAN PERSONALITY DURING COMPETITIONS// IJTIMOY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIY JURNALI. Vol. 2 No. 11 (2022). 215-221 betlar.

28. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbek o'g'li //Motiv Va Motivatsiya Muammosining Jahon Va Mahalliy Psixologlar Tomonidan Tadqiq Etilganligi// American Journal of Social and Humanitarian Research, Vol. 3 No. 11 (2022). 256-259 pages.

29. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbek o'g'li //TOLERANTLIK SHAKLLANAYOTGAN SHAXS MODELINING TAVSIFI// International scientific journal «MODERN SCIENCE AND RESEARCH». VOLUME 2 / ISSUE 5 /2023. 761-764 pages.

30. Raxmatjonov Shoxjahon Dilshodbek o'g'li. (2023). PSIXOLOGIYADA MOTIVATSIYA TURLARI, NAZARIYALARI VA TAHLILI. Научный Импульс, 1(10), 665-670.