



**JANGOVAR STRESS HOLATLARIDA PSIXOLOGIK
BARQARORLIK VA QAROR QABUL QILISH: OFITSERLAR
TARKIBINI TAYYORLASHNING INNOVATSION
YONDASHUVLARI**

Narkulov Azamat Kidirali o'g'li

O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti
o'qituvchisi, p.f.b.f.d

<https://doi.org/10.5281/zenodo.22246954>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 27-avgust 2026 yil
Ma'qullandi: 29-avgust 2026 yil
Nashr qilindi: 31-avgust 2026 yil

KEYWORDS

jangovar stress, psixologik barqarorlik, stressga chidamlilik, ofitserlar tayyorlash, qaror qabul qilish, psixologik tayyorgarlik, jangovar tayyorgarlik, ruhiy zo'riqish, hissiy barqarorlik, vaziyatni baholash, stressni boshqarish, simulyatsion modellashtirish, virtual reallik, ssenariyga asoslangan mashg'ulotlar, kasbiy kompetensiyalar, innovatsion ta'lim texnologiyalari.

ABSTRACT

Ushbu maqolada jangovar stress sharoitida ofitserlarning psixologik barqarorligini ta'minlash, murakkab va keskin vaziyatlarda samarali qaror qabul qilish qobiliyatini shakllantirish hamda rivojlantirishning zamonaviy yondashuvlari tahlil qilingan. Jangovar vaziyatga xos yuqori ruhiy zo'riqish, vaqt tanqisligi, noaniqlik, axborot yetishmasligi, mas'uliyatning yuqoriligi va tez o'zgaruvchan sharoitlar ofitserning psixologik holati hamda qabul qilayotgan qarorlarining sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatishi yoritilgan.

Bugungi kunda jahonda yuz berayotgan harbiy-siyosiy jarayonlar, qurolli mojarolarning murakkablashuvi va jangovar harakatlarning yuqori dinamik xususiyat kasb etishi harbiy kadrlar, ayniqsa, ofitserlar tarkibini tayyorlash tizimiga yangi talablarni qo'yimoqda. Zamonaviy jangovar sharoitda ofitser nafaqat yetarli kasbiy bilim va amaliy ko'nikmalarga, balki yuqori darajadagi psixologik barqarorlik, hissiy o'zini boshqarish, noaniq vaziyatlarda tezkor fikrlash hamda cheklangan vaqt sharoitida asoslangan qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'lishi lozim.

Jangovar faoliyat inson ruhiyatiga kuchli ta'sir ko'rsatuvchi ko'plab omillar bilan tavsiflanadi. Hayot va sog'liq uchun xavf, yuqori mas'uliyat, jismoniy va ruhiy zo'riqish, axborotning yetishmasligi yoki qarama-qarshiligi, uyqu va dam olish rejimining buzilishi, vaziyatning tez o'zgarishi hamda bo'ysunuvchilar hayoti uchun javobgarlik ofitserda yuqori darajadagi stressni yuzaga keltirishi mumkin. Bunday sharoitda psixologik tayyorgarlik darajasi uning kasbiy faoliyati samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biriga aylanadi.

Stressning muayyan darajasi inson faoliyatini faollashtirishi, diqqatni jamlash va mavjud imkoniyatlarni safarbar etishga yordam berishi mumkin. Biroq haddan tashqari kuchli yoki uzoq davom etadigan stress aksincha, diqqat, xotira, vaziyatni baholash va qaror qabul qilish jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ayniqsa, qo'mondonlik faoliyatida bunday

holatlarning oqibatlarini alohida ahamiyatga ega, chunki ofitser tomonidan qabul qilingan qaror nafaqat uning shaxsiy faoliyatiga, balki butun bo'linmaning harakatlariga ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli zamonaviy harbiy ta'limda ofitserning psixologik barqarorligini faqat uning individual ruhiy xususiyati sifatida emas, balki maqsadli ravishda shakllantirilishi va rivojlantirilishi lozim bo'lgan **kasbiy kompetensiya** sifatida ko'rib chiqish zarur. Psixologik barqaror ofitser murakkab sharoitda o'z hissiyotlarini nazorat qila olishi, vaziyatni imkon qadar xolis baholashi, ustuvor vazifalarni aniqlashi, mas'uliyatni o'z zimmasiga olishi va mavjud sharoitdan kelib chiqib qaror qabul qilishi bilan tavsiflanadi.

An'anaviy psixologik tayyorgarlik usullari harbiy xizmatchilarda zarur bilim va ko'nikmalarni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, zamonaviy ta'lim imkoniyatlari psixologik tayyorgarlikni yanada amaliy va interaktiv shaklda tashkil etishga sharoit yaratmoqda. Vaziyatli treninglar, ssenariyga asoslangan mashg'ulotlar, simulyatsion modellashtirish, virtual realistik texnologiyalari hamda mashg'ulotdan keyingi tahlil ofitserlarni xavfsiz va nazorat qilinadigan muhitda turli stress omillariga bosqichma-bosqich tayyorlash imkonini beradi.

Bunda asosiy maqsad ofitserda stressni butunlay yo'qotish emas, balki stressli vaziyatlarda o'zining psixologik holatini anglash va boshqarish, kasbiy vazifani bajarish qobiliyatini saqlab qolish hamda qaror sifatiga salbiy ta'sir qiluvchi omillarni kamaytirishdan iborat.

Mazkur maqolaning maqsadi jangovar stress sharoitida ofitserlarning psixologik barqarorligi va qaror qabul qilish jarayonining o'zaro bog'liqligini tahlil qilish, ofitserlar tarkibini psixologik jihatdan tayyorlashning zamonaviy usullarini ko'rib chiqish hamda innovatsion pedagogik va raqamli texnologiyalardan foydalanishning istiqbolli yo'nalishlarini asoslashdan iborat.

Jangovar stress — harbiy xizmatchining murakkab, xavfli va yuqori mas'uliyat talab qiladigan sharoitlarga psixologik hamda fiziologik javob reaksiyalari majmui sifatida qaralishi mumkin. Uning namoyon bo'lish darajasi vaziyatning murakkabligi, stress omillarining davomiyligi, shaxsning individual xususiyatlari, kasbiy tayyorgarligi, oldingi tajribasi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga bog'liq.

Jangovar stress oddiy kundalik stressdan bir qator xususiyatlari bilan farq qiladi. Bunday sharoitda xavf omili, noaniqlik, yuqori mas'uliyat va vaqt tanqisligi bir vaqtning o'zida namoyon bo'lishi mumkin. Natijada harbiy xizmatchidan bir vaqtning o'zida o'z hissiy holatini nazorat qilish, vaziyatni kuzatish, axborotni qayta ishlash va tegishli qarorlarni qabul qilish talab etiladi.

Stressga individual munosabat ham turlicha bo'ladi. Bir xil vaziyat ayrim harbiy xizmatchilarda faoliyatni safarbar etishi mumkin bo'lsa, boshqalarda diqqatning pasayishi, hissiy zo'riqish yoki qaror qabul qilishda qiyinchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli ofitserlar tayyorgarligida individual psixologik xususiyatlarni hisobga olish muhim ahamiyatga ega.

Psixologik barqarorlikni insonning murakkab va stressli vaziyatlarda o'z faoliyati samaradorligini saqlab qolishi, hissiy holatini boshqarishi va o'zgaruvchan sharoitlarga moslasha olishi bilan bog'liq kompleks sifat sifatida tushunish mumkin.

Ofitser uchun mazkur sifat alohida ahamiyatga ega. Chunki u nafaqat o'zining, balki bo'ysunuvchilarining faoliyatini tashkil etadi. Rahbarning hissiy holati jamoaning ruhiy muhitiga ham ta'sir qilishi mumkin. Murakkab vaziyatda o'zini

boshqara oladigan va vazmin harakat qiladigan komandir bo'linmada ishonch va boshqaruv barqarorligini saqlashga xizmat qiladi.

Psixologik barqarorlik tug'ma va o'zgarmas xususiyat sifatida qaralmasligi kerak. Uning muhim tarkibiy qismlarini maxsus ta'lim, amaliy tajriba, psixologik trening va muntazam mashqlar orqali rivojlantirish mumkin. Shu sababli psixologik tayyorgarlik harbiy ta'limning alohida epizodik tadbiri emas, balki kasbiy tayyorgarlikning barcha bosqichlariga integratsiya qilingan uzluksiz jarayon bo'lishi maqsadga muvofiq.

Qaror qabul qilish ofitser kasbiy faoliyatining eng mas'uliyatli elementlaridan biridir. Oddiy sharoitda qaror qabul qiluvchi shaxs mavjud axborotni tahlil qilish, turli variantlarni taqqoslash va ularning ehtimoliy natijalarini baholash uchun nisbatan ko'proq imkoniyatga ega. Stressli vaziyatlarda esa ushbu jarayon vaqt tanqisligi va yuqori ruhiy zo'riqish fonida amalga oshiriladi.

Kuchli stress insonning diqqat doirasini toraytirishi, ayrim muhim axborotlarni e'tibordan chetda qoldirishga olib kelishi, muqobil variantlarni baholash qobiliyatini pasaytirishi mumkin. Ayrim hollarda inson ilgari o'zlashtirilgan standart harakatlarga ortiqcha tayanishi yoki aksincha, qaror qabul qilishda ikkilanishi mumkin.

Shu sababli ofitserni faqat qulay va oldindan ma'lum sharoitlarda qaror qabul qilishga o'rgatish yetarli emas. Ta'lim jarayonida noaniqlik, vaqt cheklovi va o'zgaruvchan axborot mavjud bo'lgan o'quv vaziyatlaridan ham foydalanish zarur. Bunda stress omillari xavfsiz, nazorat qilinadigan va kursantlarning tayyorgarlik darajasiga mos ravishda bosqichma-bosqich murakkablashtirilishi kerak.

Zamonaviy harbiy ta'limda psixologik tayyorgarlikni rivojlantirishning istiqbolli yo'nalishlaridan biri — vaziyatli va ssenariyga asoslangan o'qitishdir. Bunday mashg'ulotlarda tinglovchiga oldindan yagona tayyor javob berilmaydi. U vaziyatni mustaqil baholaydi, muammoni aniqlaydi, bir nechta yechim variantlarini ko'rib chiqadi va o'z qarorini asoslaydi.

Ssenariylar asta-sekin murakkablashtirilishi mumkin. Dastlab tinglovchi yetarli vaqt va to'liq ma'lumot mavjud bo'lgan vaziyatlarda ishlaydi. Keyingi bosqichlarda esa vaqt cheklovi, axborot noaniqligi yoki kutilmagan o'zgarishlar kiritilishi mumkin. Bunday bosqichma-bosqich yondashuv ofitserni murakkab vaziyatlarga moslashtirishga xizmat qiladi.

Innovatsion yondashuvlarning muhim xususiyati shundaki, bunda faqat topshiriqning yakuniy natijasi emas, balki ofitserning qaror qabul qilish jarayoni ham tahlil qilinadi. Ya'ni u qanday axborotga e'tibor qaratgani, ustuvorliklarni qanday belgilagani, qaysi omillarni hisobga olgani va o'z qarorini qanday asoslagani o'rganiladi.

Simulyatsion modellashtirish psixologik tayyorgarlikni real sharoitga yaqinlashtirish imkonini beradigan istiqbolli vositalardan biridir. Simulyatsion muhitda turli murakkablikdagi vaziyatlarni yaratish, ularni takrorlash va ishtirokchilarning reaksiyalarini kuzatish mumkin.

Virtual reallik texnologiyalari ham nazorat qilinadigan o'quv muhitida vaziyatlarni vizual va interaktiv tarzda modellashtirish imkonini beradi. Uning muhim afzalligi — real xavf tug'dirmagan holda tinglovchini murakkab vaziyatga jalb etish va uning reaksiyalarini tahlil qilish imkoniyatidir.

Biroq texnologiya o'z-o'zidan psixologik barqarorlikni shakllantirmaydi. Simulyatsiya va virtual reallik vositalari ilmiy asoslangan metodika, malakali mutaxassis nazorati va aniq o'quv maqsadlari bilan uyg'unlashtirilgandagina samarali bo'ladi. Shuningdek, ularni real jismoniy,

taktik va psixologik tayyorgarlikni to'liq almashtiruvchi emas, balki uni to'ldiruvchi vosita sifatida qo'llash lozim.

Ofitserlarning psixologik tayyorgarligida o'z hissiy holatini anglash va boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim o'rin tutadi. Harbiy xizmatchi stressning dastlabki belgilarini aniqlash, o'z holatini baholash va faoliyat samaradorligini saqlashga yordam beruvchi psixologik usullardan foydalanishni o'rganishi zarur.

Bunda diqqatni boshqarish, nafasni me'yorlashtirish, vazifalarni ustuvorlik asosida ajratish, ichki hissiy reaksiyalarni nazorat qilish va o'z faoliyatini tahlil qilishga qaratilgan mashqlardan foydalanish mumkin. Mazkur ko'nikmalar muntazam mashq qilingandagina barqaror kasbiy odatga aylanishi mumkin.

Ayni paytda psixologik tayyorgarlikni faqat individual darajada tashkil etish yetarli emas. Jamoa ichidagi o'zaro ishonch, rahbarning qo'llab-quvvatlashi, vazifalarning aniq taqsimlanishi va samarali kommunikatsiya ham stress sharoitida faoliyat barqarorligiga ta'sir etuvchi muhim omillardir.

Innovatsion psixologik tayyorgarlikning muhim tarkibiy qismi mashg'ulotdan keyingi tahlil hisoblanadi. Uning davomida ishtirokchilar qabul qilingan qarorlarni, hissiy reaksiyalarni, muvaffaqiyatli harakatlarni va aniqlangan kamchiliklarni muhokama qiladilar.

Bunday tahlilning vazifasi xatoga yo'l qo'ygan shaxsni ayblash emas, balki xatoning sabablarini aniqlash va undan kasbiy tajriba sifatida foydalanishdan iborat. Ofitser nima sababdan aynan shunday qaror qabul qilganini, stress uning fikrlashiga qanday ta'sir ko'rsatganini va kelgusida qanday boshqacha harakat qilish mumkinligini tushunishi muhim.

Natijada "vaziyat – harakat – natija – tahlil – xulosa – takomillashtirish" tamoyiliga asoslangan uzluksiz rivojlanish sikli shakllanadi. Bu esa psixologik tayyorgarlikni bir martalik mashg'ulotdan muntazam kasbiy rivojlanish jarayoniga aylantiradi.

Ofitserlarning psixologik barqarorligini shakllantirishda professor-o'qituvchilar, komandirlar va tegishli mutaxassislarining hamkorligi alohida ahamiyatga ega. Psixologik tayyorgarlik faqat psixolog zimmasidagi vazifa sifatida qaralmasligi, balki umumiy kasbiy va jangovar tayyorgarlik tizimining tarkibiy qismi bo'lishi kerak.

Professor-o'qituvchi mashg'ulot ssenariylarini kursantlarning tayyorgarlik darajasiga mos ravishda ishlab chiqishi, yuklamani bosqichma-bosqich oshirishi va mashg'ulot yakunida konstruktiv tahlil tashkil etishi lozim. Komandir esa kundalik faoliyatda jamoaning psixologik muhitiga, o'zaro ishonch va intizomga e'tibor qaratishi muhim.

Shuningdek, professor-o'qituvchilarning harbiy psixologiya, stressni boshqarish, zamonaviy pedagogik texnologiyalar va simulyatsion o'qitish bo'yicha malakasini muntazam oshirish maqsadga muvofiq.

Zamonaviy sharoitda ofitserlarni tayyorlashda taktik, jismoniy, psixologik va boshqaruv tayyorgarligini bir-biridan ajratilgan holda emas, balki o'zaro bog'langan yagona tizim sifatida rivojlantirish maqsadga muvofiq. Chunki real faoliyatda ofitser bir vaqtning o'zida vaziyatni tahlil qiladi, odamlarni boshqaradi, hissiy bosimni nazorat qiladi va qaror qabul qiladi.

Shu nuqtai nazardan, ofitserlar tarkibini tayyorlashda "nazariy tayyorgarlik – psixologik ko'nikmalar – simulyatsion mashq – amaliy vaziyat – qaror qabul qilish – natijalarni tahlil qilish – takomillashtirish" modelidan foydalanish istiqbolli hisoblanadi.

Bunday yondashuv psixologik tayyorgarlikni faqat stressga chidamlilikni oshirish vositasi sifatida emas, balki ofitserning umumiy professional

kompetentligini rivojlantirish mexanizmi sifatida ko'rish imkonini beradi. Natijada murakkab va tez o'zgaruvchan sharoitlarda o'z psixologik holatini boshqara oladigan, vaziyatni xolis baholaydigan, mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga va asoslangan qaror qabul qilishga tayyor bo'lgan ofitserlarni shakllantirish uchun zarur pedagogik sharoit yaratiladi.

angovar stress sharoitida psixologik barqarorlikni saqlash va asoslangan qaror qabul qilish qobiliyati zamonaviy ofitserning muhim kasbiy kompetensiyalaridan biri hisoblanadi. Harbiy faoliyatga xos yuqori mas'uliyat, vaqt tanqisligi, noaniqlik, axborot yetishmasligi, jismoniy va ruhiy zo'riqish ofitserning hissiy holati, vaziyatni baholash qobiliyati hamda qabul qilayotgan qarorlarining sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli ofitserlar tarkibini tayyorlash jarayonida psixologik barqarorlikni shakllantirishga tizimli va uzluksiz yondashish zarur.

Tadqiqot natijalari psixologik barqarorlikni faqat shaxsning individual xususiyati sifatida emas, balki maxsus tayyorgarlik, muntazam mashqlar va kasbiy tajriba orqali rivojlantiriladigan kompetensiya sifatida ko'rib chiqish maqsadga muvofiqligini ko'rsatadi. Bunda asosiy vazifa stressni butunlay bartaraf etish emas, balki murakkab vaziyatlarda uning salbiy ta'sirini kamaytirish, hissiy holatni boshqarish, diqqatni asosiy vazifaga yo'naltirish va faoliyat samaradorligini saqlab qolishdan iborat.

Ofitserlarni tayyorlashda an'anaviy psixologik tayyorgarlik usullarini zamonaviy pedagogik va raqamli texnologiyalar bilan uyg'unlashtirish alohida ahamiyat kasb etadi. Vaziyatli va ssenariyga asoslangan mashg'ulotlar, simulyatsion modellashtirish, virtual reallik texnologiyalari hamda mashg'ulotdan keyingi tahlil real xavf tug'dirmagan holda murakkab vaziyatlarni modellashtirish, tinglovchilarning psixologik reaksiyalarini kuzatish va qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi.

Ofitserlar tarkibining psixologik tayyorgarligini yanada takomillashtirish uchun quyidagi yo'nalishlarga ustuvor ahamiyat berish maqsadga muvofiq:

1. psixologik tayyorgarlikni jangovar, taktik, jismoniy va boshqaruv tayyorgarligi bilan uzviy integratsiya qilish;
2. kursant va ofitserlarda stress omillarini anglash va o'z psixologik holatini boshqarish ko'nikmalarini muntazam rivojlantirish;
3. noaniqlik, vaqt cheklovi va o'zgaruvchan vaziyatlarni aks ettiruvchi ssenariyga asoslangan mashg'ulotlardan keng foydalanish;
4. simulyatsion modellashtirish va virtual reallik imkoniyatlarini psixologik tayyorgarlik jarayoniga ilmiy asoslangan holda joriy etish;
5. mashg'ulotlarda yuklamani tayyorgarlik darajasiga muvofiq bosqichma-bosqich murakkablashtirish;
6. har bir kompleks mashg'ulotdan keyin qarorlar, harakatlar va psixologik reaksiyalarni tahlil qilish amaliyotini rivojlantirish;
7. professor-o'qituvchilar va komandirlarning harbiy psixologiya, stressni boshqarish hamda innovatsion o'qitish texnologiyalari bo'yicha kompetensiyalarini oshirish;
8. psixologik barqarorlikni baholashda faqat nazariy bilimlarni emas, balki shaxsning murakkab vaziyatdagi amaliy faoliyati, o'zini boshqarishi va qaror qabul qilish sifatini ham hisobga olish.

Shunday qilib, ofitserlar tarkibini tayyorlashning zamonaviy modeli "nazariy tayyorgarlik – psixologik ko'nikmalarni shakllantirish – simulyatsion mashq –

murakkab vaziyatda qaror qabul qilish – natijalarni tahlil qilish – takomillashtirish” tamoyiliga asoslanishi maqsadga muvofiq. Mazkur yondashuv psixologik tayyorgarlikni alohida yo‘nalishdan ofitserning umumiy kasbiy tayyorgarligi bilan integratsiyalashgan tizimga aylantirish imkonini beradi.

Umuman olganda, jangovar stress sharoitida psixologik barqarorlikni shakllantirish va qaror qabul qilish kompetensiyasini rivojlantirish ofitserlar tarkibini zamonaviy talablar asosida tayyorlashning ustuvor yo‘nalishlaridan biridir. Innovatsion pedagogik yondashuvlarning an‘anaviy harbiy tayyorgarlik bilan oqilona uyg‘unlashtirilishi murakkab va tez o‘zgaruvchan vaziyatlarda hissiy barqarorligini saqlay oladigan, vaziyatni xolis baholaydigan, mas’uliyatni o‘z zimmasiga oladigan hamda o‘z vaqtida asoslangan qaror qabul qilishga qodir professional ofitserlarni tayyorlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston, 2023.
- 2.Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984.
- 3.Grossman D., Christensen L.W. On Combat: The Psychology and Physiology of Deadly Conflict in War and in Peace. – 3rd ed. – Warrior Science Publications, 2008.

