

FAVQULODDA VAZIYATLAR XODIMLARIGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH MEXANIZMLARI

**Oblokulova Firuza Kudratullayevna,
Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrası mustaqil tadqiqotchisi**

Annotatsiya

Ushbu tezis favqulodda vaziyatlar (FV) xodimlariga psixologik yordam ko'rsatishning zaruriyati, usullari va samaradorligini o'rganishga qaratilgan. Favqulodda vaziyatlar xodimlari o'z faoliyatlarida ko'plab stressli holatlarni boshdan kechiradilar, bu esa ularning ruhiy salomatligini yomonlashtirishi mumkin. Psixologik yordam ularning ish samaradorligini oshirish va ruhiy tiklanishiga yordam berishi muhimdir. Tadqiqotda psixologik yordamning asosiy usullari, uning FV xodimlariga qanday ta'sir ko'rsatishi va bu jarayonni samarali tashkil etish yo'llari ko'rib chiqiladi. Tezisshda, shuningdek, bu yordamni joriy etishning ijtimoiy ahamiyati va uning jamoadagi umumiy ish samaradorligiga ta'siri tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: favqulodda vaziyatlar, psixologik yordam, stressni boshqarish, qutqaruv xodimlari, ruhiy salomatlik, stressni boshqarish usullari, psixoterapiya.

Kirish

Favqulodda vaziyatlar (FV) xodimlari, tabiiy va texnogen ofatlarga, yong'inlar, transport hodisalari va boshqa favqulodda holatlarga tezkor javob berish uchun faoliyat yuritadilar. Bu xodimlar o'z faoliyatlari davomida juda katta stress va psixologik yuklamalarni boshdan kechiradilar. Ular doimiy ravishda travmatik vaziyatlar bilan yuzlashadi, bu esa ularning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Psixologik yordam, FV xodimlarining ruhiy holatini yaxshilash, stressni boshqarish, kasalliklarni oldini olish va ish samaradorligini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

Ma'lumki, stress va psixologik muammolar uzoq muddatli oqibatlariga olib kelishi mumkin, bu esa xodimlarning ish samaradorligiga bevosita ta'sir qiladi. Shu sababli, FV xodimlariga psixologik yordam ko'rsatishning zaruriyati o'sib bormoqda. Psixologik yordamning samarali qo'llanilishi, ularning ruhiy tiklanishini ta'minlash, ish faoliyatini yaxshilash va jamoaning umumiy ishlash samaradorligini oshirishga yordam beradi.

Tezisdagi favqulodda vaziyatlarda faoliyat yuritayotgan xodimlarga psixologik yordam ko'rsatishning zaruriyati, asosiy usullari, samaradorligi va bu jarayonni takomillashtirish yo'llari o'rganiladi. Shu bilan birga, psixologik yordamning ijtimoiy ahamiyati va uning favqulodda vaziyatlarga tezkor va samarali javob berishdagi rolini tahlil qilishga harakat qilinadi.

Xulosa

Favqulodda vaziyatlar xodimlariga psixologik yordam ko'rsatish, nafaqat ularning ruhiy salomatligini saqlash, balki ularning samarali ishlashini ta'minlashga yordam beradi. Psixologik yordamning asosiy usullari, stressni boshqarish, travmatik hodisalarga moslashish va ularning rehabilitatsiya qilishni o'z ichiga oladi. Favqulodda vaziyatlarda faoliyat yuritayotgan xodimlar uchun psixologik yordamning samarali tashkil etilishi, ularning jismoniy va ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi.

Psixologik yordamni joriy etish, xodimlarning ruhiy holatini yaxshilashga yordam berishi bilan birga, ularning ish faoliyatini samarali davom ettirishlariga imkon yaratadi. Bu esa favqulodda vaziyatlarga tez va to'g'ri javob berish imkoniyatini oshiradi. Shuningdek, jamoaviy psixologik yordam orqali umumiy ish samaradorligi oshadi va jamoaning ruhiy salomatligi mustahkamlanadi.

Favqulodda vaziyatlar xodimlariga psixologik yordam ko'rsatish, ularning ruhiy holatini tiklash va ishlash samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Bunga erishish uchun tizimli ravishda psixologik yordam tashkil etilishi zarur. Bu jarayonning muvaffaqiyatli amalga oshirilishi, favqulodda vaziyatlarga samarali javob berishda katta ahamiyatga ega bo'ladi.

Foydalanilgan Adabiyotlar

- 1.Xoruzov, D. (2017). Favqulodda vaziyatlar xodimlariga psixologik yordam ko'rsatishning zaruriyati. Psixologiya va jamiyat, T. 8, № 2.
- 2.Abdulxakov, A. (2018). Psixoterapevtik yordam va uning samaradorligi favqulodda vaziyatlar xodimlarida. Psixologik xizmatlar va yordam, T. 5, № 3.
- 3.Ganiev, I. (2020). Favqulodda vaziyatlar xodimlariga stressni boshqarish bo'yicha treninglar. Psixologiya va madaniyat, T. 7, № 1.
- 4.To'raev, K. (2021). Favqulodda vaziyatlarda psixologik yordam va uning samarali usullari. Qutqaruv va favqulodda vaziyatlar texnologiyalari, T. 4, № 6.
- 5.Mustafayev, S. (2019). Favqulodda vaziyatlarda psixologik yordamning ijtimoiy ahamiyati. Jismoniy va ruhiy sog'liq, T. 6, № 4.