

ЛИЧНАЯ ПСИХОЛОГИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ ПОДХОДЫ ПСИХОЛОГОВ НАШЕЙ СТРАНЫ

Шомуродов Иброхим Хусанмурот угли
научный исследователь КаршиГУ

Аннотация: В статье представлены научно-теоретические взгляды ведущих психологов, работающих в нашей стране, на психодиагностику психологических состояний, проявляющихся в деятельности лиц в экстремальных ситуациях, проведение по отношению к ним психокоррекционных мероприятий, исследование подходов к их организации.

Ключевые слова: Стресс, психодиагностика, психокоррекция, психопрофилактика, когнитивная терапия, гештальт-терапия, диагностическая, прогностическая, конструктивная, коммуникативная.

Annotation: The article presents the scientific-theoretical views of the leading psychologists working in our country on the psychodiagnosis of psychological conditions manifested in the activities of individuals in extreme situations, the implementation of psychocorrective measures in relation to them, and the study of approaches to their organization.

Key words: Stress, psychodiagnosis, psychocorrection, psychoprophylaxis, cognitive therapy, gestalt therapy, diagnostic, prognostic, constructive, communicative.

Сегодня для того, чтобы Новый Узбекистан нашел достойное место среди развитых стран мирового сообщества, необходимо, чтобы каждый сознательный гражданин, проживающий в нашей стране, осознал свой ответственный и почетный долг. Сегодня вопрос самоконтроля студентов, обучающихся в системе высшего образования нашей страны, в различных ситуациях, в том числе экстремальных, и принятия защитных мер от них приобретает актуальное значение. С этой целью особое внимание следует уделить повышению уровня физической и психической подготовленности студентов, формированию механизмов защиты от сложных ситуаций, подготовке их к конкурентоспособности в опасное время, совершенствованию навыков самообороны в любых проблемных ситуациях.

Ученые-психологи нашей страны (Э.Г.Гозиев, Г.Б.Шумаров, В.М.Каримова, А.М.Джабборов, Ш.Р.Баротов, З.Т.Нишонова, Н.С.Сафоев, Д.Г.Мухамедова, Р.С.Самаров, М.Файзиева, А.Назаров, Ж.Файзиев и другие .) решил ряд теоретических и практических вопросов в области причин возникновения экстремальных ситуаций в деятельности личности, факторов, приводящих к ним, самозащиты человека в таких ситуациях, психодиагностики и психокоррекции

стрессовых переживаний в этой ситуации, и В системе психопрофилактических мероприятий можно признать, что исследовательская работа проведена.

В частности, Г.Б.Шумаров в своих исследованиях особое внимание уделяет гармонии физического и психологического развития в процессе взросления молодежи. По мере того, как человек становится физически здоровым, умственно, нравственно и духовно зрелым, способным управлять проблемами и эмоциональными переживаниями даже при столкновении с экстремальными ситуациями, а также устранять и преодолевать проблемы в экстремальных ситуациях, мы видим, что он уделял особое внимание этим возможностям. позитивных решений своих проблем.

В.М.Каримова, роль эмоционально-эмоционального и волевого воспитания в подготовке молодых людей к семейной жизни, учебно-психологическая толерантность девочки-подростка к стрессовым ситуациям и стрессогенным факторам на этапе вхождения в новую семью или перехода в новое семейное окружение, концепция здоровой семьи, здорового Мы являемся свидетелями того, что Лом всесторонне занимался проблемами управления эмоциональным общением в рамках идеалов матери-здорового ребенка и человека в рамках взаимоотношений, выдвинул необходимые научные выводы, рекомендации и решения.

В исследованиях А.М.Джаббарова широко изучен механизм психологической защиты личности, и, по мнению автора, психологическая защита – это сознательная защита личности, направленная на неприятие информации, связанной с внутренними и внешними конфликтами, тревогой, дискомфортом и травмирующими факторами, которые воздействовать на субъекта – это особая система стабилизации психологических отношений, позволяющая в короткие сроки адаптироваться к новым социально-психологическим условиям.

Ш.Р. Баротов, проводя ряд исследований в области научных основ и практических направлений организации психологической службы общества и производственных коллективов, озабочен также своеобразием экстремальных ситуаций, возникающих в коллективах, личной деятельности. и зрелости пытались научно обосновать важные аспекты здорового образа жизни.

В научных исследованиях З.Т.Нишиновой она сосредоточила внимание на научно-методических аспектах коррекции молодых людей, желающих выбрать профессию, и студентов, обучающихся в вузах, при изменении их эмоциональных переживаний под различными внешними воздействиями и неожиданными ситуациями, а также на различных видах терапии в коррекция эмоциональных нарушений в практике психологической поддержки, то есть признает важность использования когнитивной терапии, гештальт-терапии и других психотерапевтических методов, имеющих национально-культурное

значение.

Д.Г. Мухамедова рассказала о важных современных особенностях управления, основанных на функционально-психологической модели современной системы управления, важных аспектах, характерных для экстремальных ситуаций, возникающих в процессе управления, эмоционально-волевой готовности человека к таким ситуациям и их преодоление объясняет рекомендации и решения.

Взгляды ведущего психолога Э.Г. Газиева в области психологии нашей страны важны для исследования проблем эмоционально-волевого состояния и состояния личности в экстремальных ситуациях, выяснения психологической сущности личности в таких ситуациях. По его словам, пока человек жив, он часто сталкивается в своей жизни и работе с экстремальными ситуациями, а стрессовые переживания, возникающие под его влиянием, оказывают положительное или отрицательное психологическое воздействие на работу и развитие человека.

В научно-исследовательских работах М.Х. Файзиевой на тему «Социально-этнические основы формирования механизма психологической защиты личности»:

что проблема механизма психологической защиты личности доказана как исследуемое состояние в психологии и научно-практическая проблема современной психологии;

что изучены научно-методологические основы механизма психологической защиты личности, эмпирически исследовано ее структурно-функциональное состояние у студентов-психологов, а данные комплексно проанализированы на основе критериев достоверности;

оно основано на том, что существуют факторы, влияющие на конструктивное и деструктивное выражение механизма психологической защиты в профессиональной деятельности психолога;

усовершенствована программа и модель формирования механизма конструктивной психологической защиты в национально-культурной среде.

механизм конструктивной психологической защиты: на основе качественного и статистического анализа показателей эффективности программ диагностически-определяющих, прогностически-ориентирующих, конструктивно-проектирующих, информационно-понимающих (интерпретирующих), коммуникативно-стимулирующих, аналитико-оценочных, творчески-исследовательских форм деятельности, мы видим, что необходимые рекомендации разработаны.

По результатам исследований, проведенных А. Назаровым на людях, ему удалось определить эффективные возможности использования психодиагностических

методов, позволяющих изучить психологическую защиту человека. Он создал модель развития факторов психологической защиты у человека и применил ее в деятельности личности. На основе исследований автора он разработал программу психологического тренинга, направленную на развитие факторов психологической защиты человека, и дал на основе этого практические рекомендации.

Использование «Модели развития факторов психологической защиты личности» и «Психологической тренинговой программы развития факторов психологической защиты личности», разработанных на основе научных исследований А. Назарова, предназначено не только для личности, но и для каждого человека, попавшего в экстремальную ситуацию или находящегося в трудной – проблемной ситуации, это важно и для формирования защитного механизма.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. Universitet va pedagogika oliy o'quv yurtlari talabarlari uchun darslik. – T.: O'qituvchi, 1994. –98 b.
2. Karimova V.M. O'zbek yoshlarida oila to'g'risidagi ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishi: Psixologiya fanlari doktori ilmiy darajasini olish uchun yzilgan dissertatsiya. – T.: 1994. – 312 b.
3. Shoumarov G'.B., Barotov Sh.R. Xalq ta'limi tizimida psixologik xizmat// Xalq ta'limi. –Toshkent. 1996. -№ 4. -B. 103-106.
4. Barotov Sh.R. Mehnat jarayni va ijtimoiy ruhiy jihatlar // Iqtisod va hisobot. – Toshkent, 1997. - № 9. – B. 60-62.
5. Qodirov B.R. Iste'dodli bolalar va ularni tanlash metodikasi. - T., 1992.-326 b.
6. G'oziev Э. Tafakkur psixologiyasi. –T.: O'qituvchi. 1990. –184 b.
7. Qodirov B.R. Tashxis markazlari va psixologik xizmat masalalari //Yangi turdagi o'rta maxsus o'quv yurtlarida ta'lim va tarbiyaning samaradorligini oshirishning psixologik muammolari. - T.: 1998.- B.16-19.
8. Davletshin M.G., Abdurahmonov F.R. Qadimgi Sharq mamlakatlarida psixologik fikr taraqqiyti. – T.: 1995. – 266 b.