



THE ROLE OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS IN MITIGATING MAN-MADE DISASTERS

Tursunmurod Doniyorovich Mamatqobilov

Uzbekistan State World Languages University

Associate Professor of the Department of Political Sciences, Faculty of International Journalism, Candidate of Political Sciences

Tashkent, Uzbekistan

Rano Urinboyevna Ergasheva

Teacher of the Department of Hygiene and Laboratory, Republican Public Health Technical School No. 2 named after Abu Ali ibn Sino

Tashkent, Uzbekistan

Dildora Saydirasulova

2nd-year student in Psychology, Faculty of Social Sciences

Samarkand State Pedagogical Institute

Samarkand, Uzbekistan

ABOUT ARTICLE

Key words: New Uzbekistan, socio-political life, technogenic situation, psychological factor, youth, spirituality and enlightenment, panic mitigation issues.

Abstract: The article focuses on further modernizing our country and introducing innovative technologies to improve the socio-political, psychological and spiritual level, opportunities, and a healthy lifestyle, and on factors for preventing disasters.

Received: 28.04.26

Accepted: 29.04.26

Published: 30.04.26

TEXNOGEN HALOKATLI VAZIYATLARNI YUMSHATISHDA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARNING O'RNI

Tursunmurod Doniyorovich Mamatqobilov

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti

Xalqaro jurnalistika fakulteti Siyosiy fanlar

kafedrasi dotsenti, siyosiy fanlar nomzodi

Toshkent, O'zbekiston

Ra'no Urinboyevna Ergasheva

2-son Respublika Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
Gigiyena va laboratoriya kafedrasi o'qituvchi
Toshkent, O'zbekiston

Dildora Saydirasulova

Samarqand davlat pedagogika instituti Ijtimoiy fanlar fakulteti
Psixologiya yo'nalishi 2-kurs talabasi
Samarqand, O'zbekiston

MAQOLA HAQIDA

Kalit so'zlar: Yangi O'zbekiston, ijtimoiy-siyosiy hayot, texnogen vaziyat, psixologik omil, yoshlar, ma'naviyat va ma'rifat, vahimani yumshatish masalalari.

Annotatsiya: Maqolada mamlakatimizni yanada modernizatsiya qilish, innovatsion texnologiyalarni joriy etish orqali aholining ijtimoiy-siyosiy, psixologik va ma'naviy saviyasini, imkoniyatlari hamda sog'lom turmush tarzini ta'minlanish hamda falokatlarini oldini olish omillariga e'tibor qaratilgan.

**РОЛЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ В СМЯГЧЕНИИ
ПОСЛЕДСТВИЙ ТЕХНОГЕННЫХ КАТАСТРОФ**

Турсунмурод Дониёрович Маматқобилов

Узбекский государственный университет мировых языков
доцент кафедры политических наук факультета международной журналистики,
кандидат политических наук
Ташкент, Узбекистан

Раъно Уринбоевна Эргашева

Республиканский техникум общественного здравоохранения №2 имени Абу Али ибн Сино
преподаватель кафедры гигиены и лаборатории
Ташкент, Узбекистан

Дилдора Сайдирасулова

Самаркандский государственный педагогический институт, факультет социальных наук
студентка 2 курса направления «Психология»
Самарканд, Узбекистан

О СТАТЬЕ

Ключевые слова: «Новый Узбекистан», общественно-политическая жизнь, техногенная обстановка, психологический фактор, молодежь, духовность и просвещение, вопросы смягчения паники.

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы дальнейшей модернизации нашей страны и внедрения инновационных технологий в целях укрепления социально-политического, психологического и духовного благополучия, расширение возможностей и

ведение здорового образа жизни, а также предотвращение бедствий.

O'tmish tariximizdan ma'lumki, o'tgan XXI asr insoniyat taraqqiyotida va ularning ruhiyatida tub burilish yasadi. Dunyo hamjamiyati munosabatlarning yangi bosqichiga kirib keldi, iqtisodiy aloqalar kengayib bordi, yer yuzida iqlim isib borishi kuzatildi.

Bugun sayyoramiz aholisining tezlikda ko'payib borishi kuzatilmoqda. So'nggi yillarda xalqaro terrorizmning faollashuvi namoyon bo'lmoqda, dunyo mamlakatlari ayrimlari turli ekstremistik tashkilotlarning harakat doirasiga kirib qolmoqda. Bu birinchidan.

Ikkinchidan: Global dunyoda, xususan, Markaziy Osiyo hududida ham tabiiy va texnogen xususiyatli favqulodda vaziyatlar soni oshib bormoqda. Bunday sharoitda favqulodda vaziyatlardan muhofaza qilish tizimining o'rni kuchayib borishiga ehtiyoj sezilmoqda.

Bu tizim nafaqat tinchlik davrida, balki harbiy davrda, favqulodda vaziyatlar ro'y berganda, odamlar, iqtisodiyot, hududlar xavfsizligini ta'minlab berish uchun ham muhimdir. Shuning uchun bu ta'minotga faqatgina fuqaro muhofazasi faoliyati, jumladan, rahbarlar va tuzilmalar shaxsiy tarkibining tayyorligi, mahalliy aholining fuqaro muhofazasi bo'yicha bilimlarini har tomonlama takomillashtirib borish orqali erishish mumkinligini hayotning o'zi isbotlab turibdi.

Uchinchidan: Mahalliy aholini psixologik jihatdan kuchli tayyorlash o'ta muhim va kechiktirib bo'lmaydigan jarayon hisoblanadi. Bunda mahalliy aholini psixologik tomondan tayyorlashning asosiy yo'nalishlaridan biri ruhiy tushkunlikka, vahima va sarosimaga tushgan, jabrlangan mahalliy aholini favqulodda vaziyatlarda harakat qilishga ma'naviy-ruhiy tayyorlash hisoblanadi. Insonning favqulodda vaziyat sharoitiga tushib qolishi doimo uning ruhiyatiga kuchli ta'sir qiladi. Tibbiyot statistikasi ma'lumotlariga ko'ra halokatli favqulodda vaziyatlardan so'ng ko'pchilik aholi ruhiy jarohat oladi va muolajaga muxtoj bo'ladi.

Psixolog-olimlar ham bunday tayyorgarlikning juda muhimligi haqida o'z fikr va mulohazalarini bildirganlar.

Favqulodda vaziyatlar sharoitida ma'naviy – ruhiy tayyorgarlikning mohiyati zarur hisoblanadi. Shundan kelib chiqiladigan bo'lsa inson ruhiyatiga ijobiy tas'ir etadigan birgina so'zning qiymati ahamiyatlidir.

Mamlakatimizda keng ko'lamda amalga oshirilayotgan islohotlar yoshlarni ushbu jarayonlarning sog'lom va ongli, ijimoiy-siyosiy jihatdan yetuk va matonatli shaxs bo'lib shakllanishini bugungi kun talab etmoqda. Shu bilan birga davlat va jamiyat hayotining yanada demokratlashtirilishi, erkinlashtirilishi mamalakat taraqqiyoti yo'lida Prezidentimiz tomonidan

belgilab qo'yilgan milliy yuksalishimizni belgilovchi beshta ustuvor yo'nalish bo'yicha harakatlar strategiyasi (2017-yil 7-fevral) [1] va beshta muhim tashabbus (2019-yil 19-mart) [2], bu boradagi vazifalarni aniq belgilab berdi. Chunonchi, mamlakat taraqqiyotining tayanch kuchi sifatida ko'rilayotgan yoshlarga keng imkoniyatlar berilishi bilan birga, ularga mas'uliyat ham yuklandiki, natijada yoshlar davlatning boshqaruv siyosatida to'laqonli vakolatlarga ega bo'la boshladi.

Shuningdek, O'zbekiston - 2030 strategiyasi (2023-yil 11-sentabr) [3] zamirida esa O'zbekistonning kelajagini ko'p jihatdan asoslovchi yoshlar ijtimoiy qatlamining jamiyatdagi barcha soha va tizimlar bilan integratsiyalashuvi, moslashuvi hamda davlat va jamiyat qurilishi ishlarida, siyosiy tizimni yanada takomillashtirishda bevosita qatnashishlarini ta'minlash vazifalari qat'iy belgilab qo'yildi.

Taniqli sotsiolog – futurolog E.Toffler, “Yangi kishi shaklanayotgan yo'q, yangi ijtimoiy xarakter shakllanmoqda. Shuning uchun ham asotir shaklidagi “odam” qiyofasini emas, balki xarakterning o'ziga xos belgilarini aniqlashimiz darkor, negaki, u ehtimol ertangi taraqqiyot tomonidan baholanishi mumkin” [4], – degan fikrni bildiradi.

Kishiga ozuqa bo'ladigan Ma'naviy so'z “kishining ichki dunyosiga oid” degan ma'noni bildiradi. Bu ijtimoiy ongning bir shakli bo'lib, odamlar yurish – turishida muomalada amal qiladigan tamoyillar, me'yorlarning majmuidir. Bu me'yorlar odamlarning bir – biriga va insoniy birlikning turli shakllari (oilalar, mehnat jamoasi, millat, umuman jamiyat)ga muayyan munosabatlarning ifodasidir. Buning huquq tushunchasidan farqi shundaki, ma'naviyat tamoyil va me'yorlari davlat qonunchiligida qayd etib qo'yilmay, ularga rioya qilish qonunga emas, balki vijdonga va jamoatchilik fikriga asoslangan bo'ladi.

Vahima – bu insonlar guruhini bosib oladigan, so'ng atrofdagilarga o'tadigan va boshqarib bo'lmaydigan jarayonga aylanadigan qo'rquv hissi. Shuning uchun ham vahimaning namoyon bo'lish jihatlari tabiiy.

Insonlarda sodir bo'layotganni o'ziga olish emotsional jihatdan keskin ortadi, xatti-harakatlariga javobgarlik pasayadi. Inson o'zining harakatini aqlan baholashga, yuzaga kelgan vaziyatni to'g'ri tushunishga qodir bo'lmaydi, bunday muhitda falokat hududidan bir kishining qochib ketishga bildirgan istagining o'zi ommaning unga taqlid qilishi uchun kifoyadir.

Psixologik jihatdan vahimani tahlil qiladigan bo'lsak:

Yengil, o'rta va to'liq vahimaga bo'linadilar. Yengil vahimada dadillik, vaziyatni baholay olishlik saqlanadi. Tashqidan bunday vahima faqatgina yengil ezilganlik, tashvishlanganlik, mushaklarning torayishi va shunga o'xshashliklar bilan ifodalanishi mumkin.

O'rta vahima sodir bo'layotganga ongli ravishda baho bera olmaslik, qo'rquvning kuchayishi, tashqi ta'sirlarga berilish bilan tavsiflanadi. O'rta vahimaning tipik misoli bo'lib, masalan, narxlarning oshishi, mollarning sotuvdan yo'qolib qolishi va sh.h. haqidagi haqqoniy yoki yolg'on mish-mishlarning oqibatida do'konlardan mollarni sotib olib qo'yish bo'la oladi.

O'rta vahima ko'p holda harbiy operatsiyalarni o'tkazishda, katta bo'lmagan transport halokatlarida, yong'inda (agar u yaqinda bo'lib, bevosita havf tug'dirmasi) va turli xil tabiat ofatlarida yaqqol namoyon bo'ladi.

To'liq vahima – to'liq o'zini bilmay qolish bilan tavsiflanadigan, asabiy holatli vahima, o'ta halokatli havf-xatar hissida (hayoliy yoki haqiqiy) sodir bo'ladi. Mana shunday holatda inson o'z xatti-harakatiga to'liq javob bermaydi: duch kelgan joyga qochish (ba'zida havf-hatar o'chog'iga), turli xil noto'g'ri va noahloqiy, o'rinsiz harakatlarni qilishi mumkin. Vahimaning klassik misollarini "Titanik", "Admiral Naximov" kemalarida (keyingisida vaziyatlarda tezligi "to'la vahimaga" aylanishga imkon bermadi), shuningdek urush, zilzila, to'fon, kuchli suv toshqinlarida va h. ko'rish mumkin.

Davomiyligiga ko'ra vahima qisqa vaqtli (soniya va bir qancha daqiqa), yetarli uzoq vaqtli (bir necha o'n daqiqa, soatlar), vaqti uzaytirilgan (bir qancha kun, xaftalar) bo'lishi mumkin. Qisqa vaqtli vahima – bu, masalan, boshqaruvni yo'qotgan avtobusdagi vahima va sh.o'x. Yetarli uzoq vaqtli vahima ma'lum vaqtda avj olmagan va uncha kuchli bo'lmagan zilzilalarda bo'ladi. Vaqti uzaytirilgan vahima – bu vahima uzoq vaqtli jangovar operatsiyalar, masalan, Leningrad qamali, Chernobil atom elektr stantsiyasidagi portlashda sodir bo'lgan.

"Uzluksiz vahima"ni quyidagiga ajratiladi. Bular:

- insonlar turli va turlicha radiatsiya bilan zararlangan joylarda doimiy xavotirda va bezovtalikda bo'lishi;

- terroristik aktlarni kutish holatida xavotirda bo'lishi mumkin. Uzluksiz vahima asosan umidsizlik, g'azab, tushkunlik, depressiyaning faqatgina alohida bir ko'rinishlari bilan yuzaga keladigan yashirin, yetarli darajada tashqida ko'rinadigan xususiyatga ega.

Vahimaning destruktiv oqibatlarini ko'rib chiqib, quyidagi turlarga ajratish mumkin. Bular:

- hech qanday moddiy oqibatlarsiz va qayd etiladigan psixik o'zgarishlarsiz bo'lgan vahima;

- zarar ko'rish, qisman va yaqqol psixik jarohatlar, qisqa vaqtga ishqobilyatini yo'qotishga ega vahima;

- inson qurbonlari, yetarli moddiy zararlar, asab kasalliklari,

- nogironlik va uzoq muddatga ish qobiliyatini yo'qolishga ega vahimalar bilan izohlanadi.

Vahimaning asosiy sabablari deb ko'p holda insonlarning aniq holati, xususan, ularning kutilmagan hollarga, qo'qqisdan ro'y bergan xavf-xatarlarga asabiyligi, aniq vaziyatlarga noto'g'ri baho berish ("qo'rquvning ko'zi katta") bilan bo'rtirilgan qo'rquv, dahshat hisoblanadi. Harbiy mutaxassislar askar va zobitlardagi vahima sabablarini umumiy ma'naviy holat, intizomning quyi darajasi, sardorlarning hurmatga noloqiqligida ko'radilar.

Mavjud tasavvurlarga ko'ra vahimaning yuzaga kelishni aniqlovchi ikki asosiy holati bor. Birinchisi, asosan hayot, sog'liq, xavfsizlik uchun qo'qqisdan paydo bo'lgan tahlika, masalan, yong'in, portlash, falokat bilan bog'liq. Ikkinchisini esa muvofiq "psixologik yonilg'i"ni to'plash va muayyan psixologik katalizatorning "rele"sini ishlatish bilan bog'lash mumkin. Uzoq kechinmalar, qo'rqishlar, tahlikaning ortishi, vaziyatning noaniqligi bo'lishi mumkin bo'lgan xavf-xatarlar, kulfatlar – bularning hammasi vahimaning yuzaga kelishiga qulay sharoit yaratadi, bu holda katalizatorlar bo'lib duch kelgan narsa bo'lishi mumkin (xavflar zanjirini nafaqat kuchli qo'rquv, balki namoyon bo'lishga ko'ra umuman xavfsiz bo'lgan tovushlar, so'zlar, kimningdir o'zini tutishi kutilayotgan xavflarga hech qanday aloqasi bo'lmagan qandaydir signallar bo'lashi mumkin).

Kuchli dinamik vahima rivojlanishi mexanizmini kisman anglanadigan yoki anglanmaydigan maqsad deb tasavvur qilish mumkin: "ishga solish signali"ni yoqishi (birdan yonish, baland tovushlar, binoning qulashi, suv toshqini, zilzila va hakoza), xavf-xatar obrazini qayta yaratish (u turlicha bo'lishi mumkin), anglashning turli xil darajalarida organizm himoya tizimining va beixtiyor ta'sirlanishning jadallashuvi va bundan keyin bo'ladigan vahimali xulq-atvor (yoki qandaydir uning vahimali turi, shu qatorda sust ta'sirlanish, to'xtab qolish).

Harbiy psixologlar belgilashicha, vahima yuzaga kelishi imkoniyatlarini oldindan aniqlash mushkul.

Vahimaning bosh sababi bo'lib har doim qo'rquv hisoblanadi. Bunday asoslangan "qo'rquv" tushunchasini tahlil qilish o'rinli hisoblanadi. Qo'rquv – bu sust avaylanish yoki himoyalaniqsh refleksida namoyon bo'lmaydigan emotsional holat. Mohiyatiga ko'ra, organizm hayotiga yoki uning sog'ligiga tahlika soladigan xavf-xatarga moslashadigan ta'sir hisoblanib, qo'rquv biologik maqsadga muvofiq va o'z jonini saqlashga intilish instinkti bilan bog'liq, biroq og'ir shart-sharoitlarda jamiyatda insonning o'zini tutishida qo'rquv ko'p holda ongli ravishda bilish maqsadlariga erishishga to'siq bo'ladi.

Fiziologik jihatdan qo'rquv bosh miyaning katta yarim pallasining tormozlanish holati bilan tushuntiriladi: "qo'rquv, - I.P. Pavlov ko'rsatilgandek, - agar fiziologik jihatdan tushuntirilsa, bu, albatta, tormozlanishdir". "Psixologik jihatdan qo'rquv, qo'rqoqlik, qo'rquvchanlik deb ataladigan

o‘z fiziologik asosi bo‘lishi katta yarim pallaning tormozli holatiga ega, turli xil sust avaylanish refleksining darajalarini bildiradi” [5].

Tashqi shart-sharoitlarla qo‘rquvning ta‘siri shartsiz kabi shartli refleksi asab mexanizmida yuzaga kelishi mumkin. Kuchli qo‘rquvda inson tahlikali xavf-xatarga qarshi turish qobiliyatini yo‘qotadi, harakatlarni ongli ravishda nazorat qilish susayadi, ta‘sirlar to‘xtab qoladi, harakatlar buziladi. Qo‘rquv muvofiqligi uning ko‘pincha uchrab turadigan o‘rta tezlashuv darajasida beixtiyor faoliyatning sustlashishi, umumiy noerkinlik va yod bo‘lib qolgan harakatlarning buzilishida ifodalanadi. Qo‘rquv sezayotgan insonda ta‘sirilanish tezligi sekinlashadi, mushaklar tonusi bo‘shashadi, oyoq-qo‘llar, pastki jag‘ titraydi, oqibatda tishlar taqillashni boshlaydi, ovoz uziladi, nafas olish maromi, yurak – tomir sistemasi faoliyati buziladi. Shuningdek, qabul qilish, fikrlash, xotira kabi psixik jarayonlarning borishi dinamik jihati buziladi. Bunday holatda insonda o‘zini nazorat qilish susayadi va u zo‘rg‘a o‘zini qo‘lga oladi.

Qo‘rquv tashqi ta‘sirga javob bera oladigan va shaxsiy xavotirlanish his-hayajonlarning asosiysi, ya‘ni yuzaga keltiruvchisi hisoblanadi.

Xavotirlanish – bu individga bog‘liq bo‘lgan qattiq hayajonlar yig‘indisi, masalan, qo‘rquv – azob chekish - g‘azab, qo‘rquv – ayb, qo‘rquv – azob chekish, qo‘rquv - g‘azab. Xavf-xatarning aniq mavjud tashqi vaziyati bilan bog‘liq bo‘lishiga ko‘ra xavotirlanish va individ tamonidan bu holatni boshdan kechirishga yuqori moyillikda tarkib topgan psixologik xususiyat sifatida shaxsiy xavotirlanishni farqlaydilar.

Aniq insonga stress omillarining ta‘siri uning individual xususiyatlariga va shu stresslarning unga bo‘lgan ahamiyatiga bog‘liq.

Muxim xususiyatlardan biri dadillik va o‘z-o‘zini nazorat qilishdir.

O‘zini tuta bilish, hatti-harakatlari, hissiyotlari, kechinmalariga javob bera olish, ekstremal sharoitlarda o‘z fe‘l-atvorini ongli ravishda boshqara olish qobiliyatlariga ega bo‘lish qimmatli axloqiy va irodaviy xislatlardan biri bo‘lgan dadillikni tavsiflaydi.

Boshqa irodaviy shaxs sifatleri kabi bu xislat inson hayoti va faoliyati jarayonida rivojlanadi. O‘zini ongli boshqarish ko‘pgina psixologik xususiyatlar bilan tavsiflanadi. Ulardan muhimlari:

- atayin, o‘z xohishiga ko‘ra, so‘z qo‘zg‘atuvchisidan foydalanib, u yoki bu harakatni yuzaga keltirish;;

- ixtiyor yoki o‘z istagiga ko‘ra boshlangan harakatni, tasavvur, xotira, fikrlash psixik jarayonlarini to‘xtatib turish yoki to‘xtatishdan iborat.

U yoki bu vazifani hal etish uchun kerak bo'lgan faoliyat faolligini ongli ravishda qo'llab-quvvatlash, saqlash (masalan, zarur bo'lganda diqqat e'tiborni qaratish; kerakli vaqtda qandaydir hodisani kuzatish; charchaganda ham harakatlantiruvchi harakatlarni bajarish);

O'zining – bir qator harakatlari tezlashuvini oldindan boshqarish, ongli ravishda kuchaytirish yoki faollashtirish va aksincha, harakatlanish (motorli) faollikni bo'shashtirish, diqqat e'tiborni ko'chaytirish yoki bo'shashtirish, tasavvurni, fikrlashni, xotiralarni faollashtirishdan iborat bo'ladi.

Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev tabiri bilan aytadigan bo'lsak, “Xalqimiz bilan jipslikda va hamjihatlikda har qanday qiyinchiliklarni yengib o'tamiz” [6], degan fikri ruhiy dalda va psixologik qo'llab-quvvatlash omili sifatida anglashimiz muhim.

Xulosa qilib aytganda barcha og'ir vaziyatlarda insonning ma'naviy chiniqqanligi va psixik holati muhim o'rin tutadi. Bunda turli xil og'ir hollarda dadil va hisobga olingan harakatlarga tayyorlikni aniqlaydi hamda tayyorgarlikni yuqori bosqichga olib chiqa oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. “O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yisha Harakatlar strategiyasi to'g'risida” O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Farmoni. // “Xalq so'zi” gazetasi, 2017-yil 8-fevral.
2. “Yoshlar ma'naviyatini yuksaltirish, ularning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish bo'yicha muhim vazifalar” O'zbekiston Respublikasi Prezidentining kengaytirilgan videoselekt yig'g'lishidagi nutqi. // “Xalq so'zi” gazetasi, 2019-yil 20-mart.
3. “O'zbekiston -2030” strategiyasi to'g'risida” O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Farmoni. // “Xalq so'zi” gazetasi, 2023-yil 12-sentabr.
4. Тофлер Э. “Третья волна”. М.Аст. 1999. – С. 602.
5. Шейнов В.П. “Тайное давление”. Минск. “Лагодньи”, 2010. – С.58.
6. Президент Shavkat Mirziyoyevning “Uchinchi renesans davr poydevori”. O'zbekiston Respublikasi mustaqilligining 29 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi nutqi. “Vatanparvar” gazetasi, 2020-yil, 4-sentabr.