

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI  
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI  
DSc.03/2025.27.12.P.08.10 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**TO‘YMURODOV ABDURAXMON SHUHRAT O‘G‘LI**

**AHOLIGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISH MEXANIZMLARINI  
TAKOMILLASHTIRISH  
(harbiy xizmatchilar oilalari misolida)**

**19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya**

**PSIXOLOGIYA FANLARI BO‘YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD)  
DISSERTATSIYASI AVTOREFERATI**

**Buxoro – 2026**

**Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi  
avtoreferati mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по  
психологическим наукам**

**Contents of Dissertation Abstract of the Doctor of Philosophy (PhD) on the  
Psychological Sciences**

**To'ymurodov Abduraxmon Shuhrat o'g'li**

Aholiga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirish (harbiy xizmatchilar oilalari misolida).....3

**Туймуродов Абдурахмон Шухрат угли**

Совершенствование механизмов оказания психологических служб населению (на примере семей военнослужащих).....23

**Tuymurodov Abduraxmon Shuxrat ugli**

Improvement of mechanisms for providing psychological services to the population (in the case of military families).....45

**E'lon qilingan ishlar ro'uxati**

Список опубликованных работ

List of published works.....49

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**  
**HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI**  
**DSc.03/2025.27.12.P.08.10 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**TO‘YMURODOV ABDURAXMON SHUHRAT O‘G‘LI**

**AHOLIGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISH MEXANIZMLARINI**  
**TAKOMILLASHTIRISH**  
**(harbiy xizmatchilar oilalari misolida)**

**19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya**

**PSIXOLOGIYA FANLARI BO‘YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD)**  
**DISSERTATSIYASI AVTOREFERATI**

Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasida B2023.4.PhD/P721 raqam bilan ro'yxatga olingan.

Dissertatsiya Buxoro davlat universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengash veb-sahifasida (www.buxdu.uz) va «ZiyoNet» axborot-ta'lim portalida (www.ziynet.uz) joylashtirilgan.

**Ilmiy rahbar:** **Avezov Olmos Ravshanovich**  
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

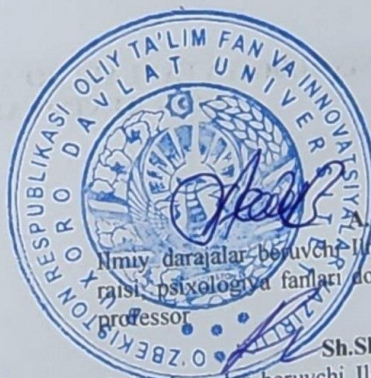
**Rasmiy opponentlar:** **Safarov Dilmurod Xalimovich**  
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor  
**G'aybullayev A'zam Axadovich**  
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

**Yetakchi tashkilot:** **Urganch davlat universiteti**

Dissertatsiya himoyasi Buxoro davlat universiteti huzuridagi DSc.03/2025.27.12.P.08.10 raqamli Ilmiy kengashning 2026-yil «4» *aprel* soat *14<sup>30</sup>* dagi majlisida bo'lib o'tadi (manzil: 200118, Buxoro shahri, Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: (+0365) 221-29-14; faks: (+0365) 221-27-57; email: buxdu.rektor@buxdu.uz).

Dissertatsiya bilan Buxoro davlat universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin. *D/356* raqam bilan ro'yxatga olingan.) (Manzil: 200101, Buxoro viloyati, Buxoro shahri, Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: (+0365) 221-29-14).

Dissertatsiya avtoreferati 2026-yil «16» *Mart* kuni tarqatildi.  
(2026-yil «16» *Mart* dagi *2* - raqamli reyestr bayonnomasi).



**A.M. Nazarov**  
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash  
raisi, psixologiya fanlari doktori (DSc),  
professor

**Sh.Sh. Rustamov**  
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash  
kotibi, psixologiya fanlari doktori (DSc),  
dotsent

**A.A. Xuseynova**  
Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash  
qoshidagi Ilmiy seminar raisi, falsafa  
fanlari doktori, professor

## **KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotasiyasi)**

**Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati.** Jahonda globallashtirish, migratsiya jarayonlari hamda ijtimoiy-siyosiy o'zgarishlar sharoitida harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirish masalasi alohida dolzarblik kasb etmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma'lumotlariga ko'ra, xizmat faoliyati bilan bog'liq yuqori stress omillari harbiy xizmatchilar va ularning oila a'zolarida ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolarning keng tarqalishiga sabab bo'lib, bunday muammolar dunyo bo'yicha 1 milliarddan ortiq aholi qatlamida kuzatilishi qayd etilgan. AQSh Mudofaa vazirligi (Department of Defense) hisobotlarida harbiy xizmatchilar turmush o'rtoqlarining qariyb 36 foizida surunkali stress va moslashuvdagi qiyinchiliklar aniqlangan. Shuningdek, harbiy xizmatchilar oilalaridagi bolalarning qariyb 30 foizi ajralish jarayonida emotsional beqarorlik holatlarini boshdan kechirishi ta'kidlangan. Mazkur statistik ko'rsatkichlar harbiy xizmatchilar oilalariga yo'naltirilgan psixologik xizmat tizimini ilmiy asosda takomillashtirish zaruratini yanada kuchaytirmoqda<sup>1</sup>.

Jahonning ta'lim muassasalari va ilmiy tadqiqot markazlarida o'tkazilgan izlanishlarda harbiy xizmat sharoitining oila tizimiga ko'rsatadigan psixologik ta'siri kompleks xarakterga ega ekanligi aniqlangan. Xususan, Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi (APA) hamda Harvard University qoshidagi tadqiqot markazlari tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlarda harbiy xizmatchilar oilalarida moslashuv buzilishlari va tashvish darajasi fuqarolik oilalariga nisbatan o'rtacha 25-40 foizga yuqori ekanligi aniqlangan. UNICEF hamda xalqaro ijtimoiy himoya tashkilotlari hisobotlarida esa mojaroli hududlarda yashovchi oilalardagi bolalarning 60 foizdan ortig'i psixologik qo'llab-quvvatlashga muhtoj ekanligi ta'kidlangan. Bunday natijalar psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida individual maslahat, oilaviy terapiya, profilaktik dasturlar hamda raqamli maslahat platformalarini integratsiyalashgan yondashuv asosida qo'llash zarurligini ko'rsatadi. Shu bois harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini tizimli ravishda takomillashtirish dolzarb ilmiy-amaliy muammo sifatida namoyon bo'lmoqda<sup>2</sup>.

Respublikamizda so'nggi yillarda harbiy xizmatchilar va ularning oila a'zolarini ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash, ularning turmush sharoitlarini yaxshilash hamda ma'naviy-ruhiy barqarorligini ta'minlashga alohida e'tibor qaratilmoqda. «2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi»da harbiy xizmatchilar va ularning oila a'zolarini har tomonlama qo'llab-quvvatlash ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida belgilangan. Harbiy qismlar huzurida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish, oila a'zolari bilan ishlashning samarali mexanizmlarini joriy etish hamda profilaktik va korreksion dasturlarni ishlab chiqish bo'yicha tizimli chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

---

<sup>1</sup> <https://www.usa.gov/agencies/u-s-department-of-defense>

<sup>2</sup> <https://www.hillel.org/>

Mazkur jarayonlar harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini yanada takomillashtirish, ularning ruhiy barqarorligini mustahkamlash hamda ijtimoiy moslashuvini ta'minlashga qaratilgan ilmiy tadqiqotlarni amalga oshirish uchun zarur nazariy va amaliy asos yaratmoqda<sup>3</sup>.

O'zbekiston Respublikasining 2024-yil 5-noyabrdagi O'RQ-989-son «Aholiga psixologik yordam ko'rsatish to'g'risida»gi Qonuni, O'zbekiston Respublikasining Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida», 2021-yil 29-noyabrdagi PF-27-son «O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi konsepsiyasini tasdiqlash va uni amalga oshirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi Farmonlar, 2019-yil 13-fevraldagi PQ-4190-son «2019-2025 yillarda O'zbekiston Respublikasi aholisining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida» Qarori, O'zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlarining Ichki xizmat Nizomi hamda ushbu faoliyatga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda mazkur dissertatsion tadqiqot muayyan darajada xizmat qiladi.

**Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishi ustuvor yo'nalishlariga mosligi.** Mazkur tadqiqot respublika fan va texnologiyalar rivojlanishining «Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda, innovatsion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari» ustuvor yo'nalishi doirasida bajarilgan.

**Muammoning o'rganilganlik darajasi.** Mamlakatimiz psixolog olimlaridan A.R.Abdurasulov, Z.Sh.Alimardonov, O.R.Avezov, Sh.R.Baratov, D.Sh.Baratova, A.M.Jabborov, V.M.Karimova, N.G'.Kamilova, Z.T.Nishanova, N.S.Safoyev, R.S.Samarov, E.G'.G'oziyev, A.A.Ergashev va boshqalar psixologik xizmat ko'rsatishning nazariy-metodologik asoslarini o'rganishgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan Y.P.Ilin, M.A.Kotik, D.A.Leontev, V.L.Marishuk, A.S.Puni, A.B.Petrovskiy, L.R.Pravdina, S.L.Rubinshteyn, A.M.Stolyarenko, V.F.Sopov, N.B.Stambulova, V.N.Tomalinsev I.P.Volkov, L.S.Vigoskiy, Y.L.Xanin, R.M.Zagaynov va boshqalar zamonaviy tadqiqotlarida aholiga psixologik xizmat ko'rsatish amaliyoti bo'yicha tadqiqotlar olib borishgan.

Xorijiy olimlardan A.Adler, E.Bern, A.Freyd, E.Fromm, Z.Freyd, A.Lazarus, A.Louen, D.Mayers, F.Perlz, R.Plutchik, K.Rodgers, G.Selye, K.Xornilarning olib borilgan ilmiy izlanishlarida psixologik xizmat ko'rsatish to'g'risida sharhlar berilgan.

**Dissertatsiya mavzusining dissertatsiya bajarilayotgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy tadqiqot ishlari bilan bog'liqligi.** Dissertatsiya tadqiqoti Buxoro davlat universiteti ilmiy-tadqiqot ishlari rejasiga muvofiq PZ-202005236-raqamli «Oila psixologiyasi fanidan multimedia mahsulotini yaratish» nomli innovatsion loyihasi doirasida bajarilgan (2021-2022 yy.).

**Tadqiqotning maqsadi** aholiga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini

---

<sup>3</sup> <https://lex.uz/uz/docs/-5841063>

takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

**Tadqiqot ishining vazifalari:**

harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish tizimining ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini takomillashtirish;

harbiy xizmatchilar oilalaridagi emotsional barqarorlik, moslashuvchanlik hamda stressni boshqarish omillarining ahamiyatini ochib berish;

harbiy xizmatchilarning oilasiga psixologik xizmat ko'rsatishda emotsional holatlarda o'zini-o'zi nazorat qilish omillarini ahamiyatini tahlil qilish;

aholiga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirishga doir amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish.

**Tadqiqot obyekti** sifatida aholiga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirish belgilangan bo'lib, Buxoro viloyatidan 45 nafar, Qashqadaryo viloyatidan 30 nafar hamda Samarqand viloyatidan 25 nafar, jami 100 nafar xarbiy xizmatchilarning oilalari respondent sifatida jalb etildi.

**Tadqiqot predmetini** harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirish tashkil etadi.

**Tadqiqot usullari.** Tadqiqot jarayonida kuzatish, suhbat, test, anketa, kontent-tahlil metodlaridan, shuningdek, R.Plutchik va G.Kellermannning «Shaxsning psixologik himoya mexanizmlari» metodikasi, G.S.Nikiforov, V.K.Vasilev va S.V.Firsovalarning «Emotsional holatlarda o'zini o'zi nazorat qilishni namoyon bo'lishini o'rganish metodikasi» Derogatisning «Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi» metodikasi hamda hammualliflikda (O.R.Avezov, A.Sh.To'yurodov) «Aholi xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasidan foydalanildi. Olingan natijalarning statistik ishonchlilik darajasi matematik-statistika metodlaridan Styudentning t-mezoni, K.Pirsonning r-korrelyatsiya koeffitsiyenti orqali tasdiqlandi.

**Tadqiqot ishining ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:**

aholiga psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida xizmat vazifasini bajarishdagi ijtimoiy moslashuvchanlik va stressni boshqarish ko'nikmalarini oiladagi shaxslararo munosabatlar dinamikasiga ta'siri tufayli oilaviy krizisli intervensiya orqali madaniy adaptiv xususiyatlarni ijobiy barqarorlashtirish muhimligi aniqlangan;

harbiylarning oilalariga manzilli psixologik xizmat ko'rsatishda individual, oilaviy, psixoprofilaktik mexanizmlarni psixoeduktiv seanslar asosida uyg'un qo'llash muhimligiga ko'ra, faoliyatda o'zini o'zi nazorat qilish xususiyatini emotsional barqarorlik bilan integrativ namoyon bo'lishi orqali stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish muhimligi aniqlangan;

harbiy xizmatchi oilalarning psixologik holati ijtimoiy adaptatsiyadagi emotsional barqarorlik inkor etish, kompensatsiya va kognitivlik, stressni boshqarishga oid himoya mexanizmlarini ta'sirida namoyon bo'lishiga asoslanib psixologik funksional faoliyat orqali individual moslashuv darajasiga identiv ifodalanishi aniqlangan;

harbiy oilalarga psixologik xizmat ko'rsatishda oilaviy munosabatlarni shaxs emotsional holatidagi stressga bardoshlilik orqali barqarorlashtirish muhimligiga

ko'ra, ijtimoiy psixokognitiv resurslarni kauzal atributsiya asosida konstruktiv konfrontatsiyaga bog'liq reflektiv faollashtirish zarurligi dalillangan.

**Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:**

harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini o'rganishga oid metodikalar tizimlashtirilgan;

harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatishda psixologik salomatlik omillarining o'rni tahlil qilingan;

harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatishga oid psixologik treninglar majmui ishlab chiqilgan.

**Tadqiqot natijalarining ishonchliligi** muammoning aniq qo'yilganligi, xalqaro miqyosda tan olingan metodik vositalar, ma'lumotlarning reprezentativligi, empirik tadqiqotlar ilmiy-nazariy chuqur asoslab berilganligi; aniqlangan ko'rsatkichlarning ishonchli, ilmiy manbalarga asoslanganligi; psixometrik talablarga javob beradigan psixodiagnostik usullardan foydalanilganligi; empirik natijalarning maqsadga muvofiq tahlil qilinganligi, natijalar «Ms Excel», «SPSS 22.0» dasturlari vositasida qayta ishlanganligi; ilmiy fikr va xulosalarning amaliyotga joriy etilganligi, olingan natijalarning vakolatli tashkilotlar tomonidan tasdiqlanganligi bilan izohlanadi.

**Tadqiqotning ilmiy va amaliy ahamiyati.** Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati harbiy xizmatchilar oilalarga psixologik xizmat ko'rsatish omillari, shaxs xususiyatlari, fenomeni tahlili va ularning o'ziga xos jihatlarini ifodalovchi mexanizmlarning psixologik mazmuni, mohiyati tavsiflangan ilmiy xulosalardan ijtimoiy psixologiya yo'nalishlaridagi ishlarda manba sifatida foydalanish mumkinligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati olingan nazariy materiallar va tavsiyalar harbiy oilalarga psixologik xizmat ko'rsatish samaradorligini oshirishda foydalanish mumkinligi, olingan natijalar va ilgari surilgan g'oyalar psixologlar va aholi o'rtasidagi shaxslararo munosabatlarni shakllanishini tadqiq qiluvchi metodikalardan foydalanishda, ular bilan olib boriladigan psixologik va psixokonsultativ ishlar yo'nalishini aniqlashtirishda, shuningdek, «Ekstremal vaziyatlar psixologiyasi», «Psixologik xizmat» fanlaridan o'quv qo'llanma, darsliklar tayyorlashda, psixologik lug'atlarni takomillashtirishda foydalanish mumkinligi bilan belgilanadi.

**Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi.** «Aholiga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirish (harbiy xizmatchilar oilalari misolida)» mavzusi bo'yicha erishilgan ilmiy tadqiqot natijalari asosida:

aholiga psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida xizmat vazifasini bajarishdagi ijtimoiy moslashuvchanlik va stressni boshqarish ko'nikmalarini oiladagi shaxslararo munosabatlar dinamikasiga ta'siri tufayli oilaviy krizisli intervensiya orqali madaniy adaptiv xususiyatlarni ijobiy barqarorlashtirish muhimligi aniqlanganligiga oid xulosa va tavsiyalar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 3-maydagi PM-130-sonli buyrug'iga asosan «psixologik xizmat» moduliga kiritilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2024-yil 10-maydagi PM-130-a-son

ma'lumotnomasi). Natijada aholiga psixologik xizmat ko'rsatish modelini ishlab chiqilgan;

harbiylarning oilalariga manzilli psixologik xizmat ko'rsatishda individual, oilaviy, psixoprofilaktik mexanizmlarni psixoeduktiv seanslar asosida uyg'un qo'llash muhimligiga ko'ra, faoliyatda o'zini o'zi nazorat qilish xususiyatini emotsional barqarorlik bilan integrativ namoyon bo'lishi orqali stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish muhimligi aniqlanganligi haqidagi ilmiy xulosalar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2023-yil 3-maydagi PM-130-a-son buyrug'iga asosan «Psixologik xizmat» moduliga kiritilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2024-yil 10-maydagi PM-130-a-son ma'lumotnomasi). Natijada aholiga psixologik zo'riqishlarning kelib chiqishiga ko'ra, inqirozli vaziyatlarda shaxs emotsional sohasida stress bardoshlilikning tafovutli strategiyalarini namoyon bo'lishi aniqlangan;

harbiy xizmatchi oilalarning psixologik holati ijtimoiy adaptasiyadagi emotsional barqarorlik inkor etish, kompensatsiya va kognitivlik, stressni boshqarishga oid himoya mexanizmlarini ta'sirida namoyon bo'lishiga asoslanib psixologik funksional faoliyat orqali individual moslashuv darajasiga identiv ifodalanishi aniqlanganligiga ma'lumotlar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 3-maydagi PM-130-sonli buyrug'iga asosan «Psixokorreksiya» moduliga kiritilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2024-yil 10-maydagi PM-130-a-son ma'lumotnomasi). Natijada aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning psixologik mexanizmlari takomillashtirilgan;

harbiy oilalarga psixologik xizmat ko'rsatishda oilaviy munosabatlarni shaxs emotsional holatidagi stressga bardoshlilik orqali barqarorlashtirish muhimligiga ko'ra, ijtimoiy psixokognitiv resurslarni kauzal atributsiya asosida konstruktiv konfrontatsiyaga bog'liq reflektiv faollashtirish zarurligi dalillanganligiga oid ma'lumotlar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy Markazining 2024-yil 3 maydagi PM-130-sonli buyrug'iga asosan «Favqulodda vaziyatlar psixologiyasi» moduliga kiritilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti qoshidagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2024-yil 10-maydagi PM-130-a-son ma'lumotnomasi). Natijada aholiga psixologik xizmat ko'rsatishga doir amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

**Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi.** Tadqiqot natijalari 6 ta xalqaro va 3 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o'tkazilgan.

**Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi.** Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 18 ta ilmiy ish, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 9 ta ilmiy maqola, shundan 6 tasi respublika va 3 tasi xorijiy jurnallarda nashr etilgan.

**Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi.** Dissertatsiya tarkibi kirish, uchta bob, xulosa, tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat. Dissertatsiyaning hajmi 142 betni tashkil etadi.

## DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning «**Kirish**» qismida tadqiqotning dolzarbligi va zarurati asoslangan hamda muammoni o'rganilganlik darajasi bayon etilgan, tadqiqotning maqsadi, vazifalari, obyekti, predmeti, ishning fan va texnologiyalar rivojlanishining muhim yo'nalishlariga mosligi, tadqiqotning ilmiy yangiligi, natijalarning amaliyotda joriy etilishi, nashr etilgan ishlar va dissertatsiyaning tuzilishi bo'yicha ma'lumotlar berilgan.

Dissertatsiyaning «**Aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning nazariy asoslari**» deb nomlangan birinchi bobida aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, psixologik xizmat ko'rsatish muammosini o'rganishning ilmiy-amaliy jihatlari tamoyillari bilan bog'liq tahliliy sharhlar keltirilgan.

Xorij olimlaridan D.Kolb, H.Gardner, J.Piage, B.Bloom, A.Bandura, E.Erikson va boshqalarning tadqiqotlarida psixologik xizmat ko'rsatish, harbiylar faoliyatida tajriba va amaliyot integratsiyasiga doir ma'lumotlar tizimlashtirilgan.

MDH olimlaridan B.G.Ananov, G.M.Andreeva, L.I.Bojovich, I.V.Dubrovina, V.V.Davidov, N.S.Leytes, A.E.Lichko va boshqa olimlar harbiylarga psixologik xizmat ko'rsatish hamda unga ta'sir qiluvchi mexanizmlar bo'yicha ilmiy izlanishlar olib borgan.

O'zbekistonda psixolog olimlar tomonidan ko'plab ilmiy tadqiqot ishlarida shaxsda kechadigan stress, uni keltirib chiqaruvchi stressorlar va unga ta'sir etuvchi omillar masalalariga alohida e'tibor berilgan. Xususan, V.Karimova, Sh.Abdullayeva, M.Davletshin, N.S.Safoyev, R.S.Samarov, E.G'.G'oziyev, G'.B.Shoumarov va boshqalarning ilmiy izlanishlarida psixologik xizmat ko'rsatish bo'yicha tadqiqotlar olib borgan.

Dissertatsiyaning ikkinchi bobi «**Aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning empirik tahlili**» deb nomlangan ikkinchi bobi o'rganilayotgan muammoning empirik tahliliga bag'ishlangan bo'lib, ushbu bobda tadqiqotning nazariy-metodologik asoslari, tadqiqotda qo'llanilgan metodlarning umumiy tavsifi, o'tkazish tartibi, olingan natijalarning tahlili va korrelyatsion bog'lanishlar o'z aksini topgan.

Dastlab, «Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi orqali olingan dastlabki natijalar tahliliga e'tiborimizni qaratamiz.

**1-jadval.**

**«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi bo'yicha olingan dastlabki natijalar tahlili (n=100)**

Shkalalar nomi	O'rtacha(M)		Farqlar
	Besh yildan ortiq safarda bo'lgan	O'n yildan ortiq safarda bo'lgan	t

	<b>harbiylar oilalari</b> <b>n<sub>1</sub>=40</b>	<b>harbiylar oilalari</b> <b>n<sub>2</sub>=60</b>	
Emotsional barqarorlik	2,5	4,7	-2,5*
Moslashuvchanlik	2,7	4,5	-2,6*
Stressni boshqarish	4,4	2,1	-2,4*

«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so‘rovnomasi bo‘yicha olingan dastlabki natijalar tahlil qilindi. Jumladan, «emotsional barqarorlik» ( $t=-2,5$ ;  $p\leq 0,05$ ), «moslashuvchanlik» ( $t=-2,6$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «stressni boshqarish» ( $t=-2,4$ ;  $p\leq 0,05$ ) omillarida ishonchi farqlar kuzatildi.

Metodikamizning dastlabki «emotsional barqarorlik» omiliga ko‘ra, o‘n yildan ortiq safarda bo‘lgan harbiylar oilalarida yuqori natijalar kuzatildi ( $t=-2,5$ ;  $p\leq 0,05$ ). Aniqlangan statistik tafovutlar mazkur omilning harbiy xizmat davomiyligi bilan uzviy bog‘liqligini ko‘rsatib, uzoq muddatli safar sharoitida ichki affektiv nazorat mexanizmlarining nisbatan shakllanganligini tasdiqlaydi. Bunday sharoitda yashash tajribasi oilaviy tizimda hissiy reaksiyalarni tartibga solishga qaratilgan kompensator strategiyalarning rivojlanishiga olib keladi. Mazkur guruhda tashqi xavf omillariga nisbatan sezgirlikning pasayishi kuzatilgan bo‘lsa-da, bu holat befarqlik emas, balki emotsional javoblarni ongli boshqarish orqali yuzaga kelgan barqarorlik sifatida namoyon bo‘ladi. Uzoq safar sharoiti oilaviy rollarning qayta taqsimlanishini taqozo etib, turmush o‘rtog‘ining psixologik mustaqilligini oshiradi hamda affektiv qaramlikni kamaytiradi. Shuningdek, xavotir reaksiyalarining muvozanatlashuvi psixologik xizmatdan foydalanish motivatsiyasiga ham ta‘sir ko‘rsatadi. Emotsional barqarorlik oilaviy nizolarni kamaytirish bilan emas, balki ularga nisbatan konstruktiv munosabat shakllanishi bilan tavsiflanadi. Uzoq muddatli xizmat omili ichki resurslarning safarbar etilishiga olib kelib, affektiv zo‘riqishlarning refleksiya orqali qayta ishlanishini ta‘minlaydi. Mazkur guruhda psixologik xizmat mexanizmlarining individual yondashuv bilan uyg‘unlashuvi emotsional barqarorlikning yanada mustahkamlanishiga xizmat qiladi. Hissiy o‘zini boshqarish ko‘nikmalarining rivojlanganligi farzandlar bilan muloqot sifatiga ijobiy ta‘sir etib, oilaviy muhitning psixogigiye holatini barqarorlashtiradi. Uzoq muddatli safar tajribasiga ega oilalarda krizisli vaziyatlarga moslashuv tezligi yuqori bo‘lib, bu ichki nazorat lokusining shakllanganligi bilan izohlanadi. Emotsional barqarorlikning ortishi ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash resurslaridan samarali foydalanish bilan hamohang kechadi. Mazkur natijalar psixologik xizmat ko‘rsatish mexanizmlarini differensial va individual yondashuv asosida tashkil etish zarurligini asoslaydi.

Navbatdagi «moslashuvchanlik» omili bo‘yicha o‘n yildan ortiq safarda bo‘lgan harbiylar oilalarida ijobiy natijalar aniqlandi ( $t=-2,6$ ;  $p\leq 0,05$ ). Tadqiqot natijalari moslashuvchanlikning shakllanishi harbiy xizmat davomiyligi bilan tizimli ravishda bog‘liqligini ko‘rsatib, uzoq muddatli safar tajribasiga ega oilalarda ijtimoiy va psixologik o‘zgarishlarga nisbatan yuqori darajadagi plastiklik mavjudligini tasdiqlaydi. Mazkur guruhda yangi vaziyatlarga moslashish jarayoni qisqa muddatda amalga oshishi avvalgi tajriba asosida shakllangan kognitiv sxemalar bilan izohlanadi. Uzoq muddatli ajralish sharoiti oilaviy rollarning qayta taqsimlanishiga olib kelib, vazifaviy moslashuv mexanizmlarining

barqarorlashuvini ta'minlaydi. Moslashuvchanlik ijtimoiy o'zgarishlarga qarshilik sifatida emas, balki konstruktiv integratsiya orqali namoyon bo'ladi hamda noaniqlik sharoitida qaror qabul qilish tezligini oshiradi. Shuningdek, moslashuvchanlikning yuqori darajasi ijtimoiy rol o'zgarishlarini krizis emas, balki rivojlanish bosqichi sifatida qabul qilishga imkon beradi va tashqi tizimlar bilan o'zaro aloqani soddalashtiradi. Uzoq muddatli xizmat ta'sirida shakllangan psixologik elastiklik nizoli vaziyatlarda konstruktiv strategiyalarni tanlashga yordam beradi hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbalaridan samarali foydalanishni ta'minlaydi. Moslashuvchanlikning rivojlanishi farzandlar tarbiyasida refleksiv yondashuvni kuchaytirib, oilaning ichki kommunikativ tizimini takomillashtiradi. Mazkur natijalar psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida differensial va segmentatsiyalangan yondashuvni qo'llash zarurligini asoslaydi. Moslashuvchanlikning tizimli xususiyati harbiy oilalarning uzoq muddatli ijtimoiy barqarorligini ta'minlovchi muhim omil sifatida namoyon bo'ladi.

Metodikamizning so'nggi «stressni boshqarish» omili bo'yicha besh yildan ortiq safarda bo'lgan harbiylar oilalarida yuqori natijalar qayd etildi ( $t=-2,4$ ;  $p\leq 0,05$ ). Empirik ma'lumotlar ushbu qatlamda stressni boshqarish darajasi yuqoriroq ekanligini ko'rsatib, zo'riqish holatlariga nisbatan ongli regulyatsiya strategiyalarining shakllanganligini tasdiqlaydi. Mazkur guruhda stressorlarni baholash jarayoni affektiv impulslar emas, balki kognitiv tahlil asosida amalga oshadi. Uzoq muddatli xizmat tajribasi oilaviy tizimda adaptiv koping mexanizmlarining shakllanishiga olib kelib, zo'riqishlarga nisbatan tolerantlikni oshiradi hamda qaror qabul qilishning ratsional modelini ustuvorlashtiradi. Shuningdek, ijtimoiy yordam izlash strategiyasining faolligi hamda relaksatsion va o'zini o'zi regulyatsiya qilish usullarining qo'llanishi stressni konstruktiv qayta ishlashni ta'minlaydi. Bu esa oilaviy muloqot sifatining yaxshilanishi va destruktiv xatti-harakatlarning kamayishi bilan namoyon bo'ladi. Stressni boshqarish ko'nikmalarining rivojlanganligi farzandlar bilan o'zaro munosabatlarga ham ijobiy ta'sir etib, emotsional zo'riqishlarning uzoq davom etmasligini ta'minlaydi. Mazkur natijalar psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini individual ehtiyojlar asosida va profilaktik yo'nalishda tashkil etish zarurligini asoslaydi.

## 2-jadval.

**«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi hamda Derogatisning «Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi» metodikasi omillari o'rtasidagi aloqadorlik (n=100)**

<b>Omillar</b>	<b>Emotsional barqarorlik</b>	<b>Moslashuvchanlik</b>	<b>Stressni boshqarish</b>
Psixosomatika	0,35*	0,14	0,17
Obsessiv-kompulsivlik	0,08	0,12	0,33*
Depressiya	0,14	0,37*	0,12
Xavotir	0,39*	0,14	0,14
Fobiya	0,12	0,13	0,17
Agressivlik	0,16	0,31*	0,17

«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so‘rovnomasi hamda «Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo‘lishi» metodikasi omillari o‘rtasidagi korrelyatsion bog‘lanishlar natijalariga ko‘ra, «emotsional barqarorlik» omili «psixosomatika» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «xavotir» ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) omillari bilan, «moslashuvchanlik» omili «depressiya» ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «agressivlik» ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ) omillari bilan, «stressni boshqarish» omili «obsessiv-kompulsivlik» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) omili bilan ijobiy aloqadorlik qayd etildi.

Harbiy xizmatchilar oilalarining psixologik holatini kompleks tahlil qilish jarayonida aniqlangan «emotsional barqarorlik» va «psixosomatika» omillari o‘rtasidagi salbiy korrelyatsiya ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat mexanizmlarini takomillashtirish zaruratini asoslovchi muhim empirik dalil sifatida namoyon bo‘ladi. Mazkur bog‘liqlik ruhiy muvozanat darajasi oshgani sari somatik shikoyatlarning kamayishi hamda oilaviy tizimda psixogigiyenik muhitning mustahkamlanishi bilan uzviy aloqador ekanligini ko‘rsatadi. Mazkur bog‘liqlik psixologik xizmatni faqat konsultativ yo‘nalish bilan cheklamasdan, balki profilaktik va reabilitatsion komponentlarni ham integratsiyalash zarurligini ko‘rsatadi. Chunki, affektiv zo‘riqishlar vaqtida korreksion aralashuv amalga oshirilmasa, ular psixosomatik reaksiyalar orqali jismoniy salomatlikka salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Emotsional barqarorlikning yetarli darajada shakllanganligi oilaviy tizim doirasida stressorlarni konstruktiv qayta ishlash imkoniyatlarini kengaytiradi. Bu esa psixologik xizmat mexanizmlarini erta diagnostika va individual kuzatuv asosida tashkil etish samaradorligini oshiradi. Psixosomatik simptomlarning kamayishi harbiy xizmatchilar oilalariga ko‘rsatiladigan psixologik xizmatning sog‘lomlashtiruvchi funksiyasini kuchaytiradi. Natijada ruhiy va jismoniy salomatlik o‘rtasidagi o‘zaro ta‘sir tizimli xarakter kasb etadi. Shunday qilib, mazkur korrelyatsion natija psixologik xizmat mexanizmlarini takomillashtirishda emotsional barqarorlikni rivojlantirishga qaratilgan maxsus treninglar va psixoprofilaktik dasturlarni joriy etish zaruratini ilmiy jihatdan asoslaydi.

«Emotsional barqarorlik» va «xavotir» omillari o‘rtasidagi salbiy korrelyatsiya ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat tizimini differensiallashtirish zarurligini ko‘rsatadi hamda affektiv muvozanati yuqori bo‘lgan harbiy xizmatchilar oilalarida xavotir reaksiyalarining intensivligi pasayishini tasdiqlaydi. Mazkur bog‘lanish psixologik xizmat doirasida emotsional regulyatsiya ko‘nikmalarini shakllantirish xavotir darajasini pasaytirishga xizmat qilishini hamda shu orqali favqulodda vaziyatlarda ongli qaror qabul qilish salohiyati mustahkamlanishini anglatadi. Xavotirning yuqori darajasi oilaviy kommunikatsiyada zo‘riqish va beqarorlikni yuzaga keltirishi mumkinligi sababli, psixologik xizmat mexanizmlarida stressni boshqarish hamda relaksatsion texnikalarni tizimli ravishda qo‘llash muhim ahamiyat kasb etadi. Emotsional barqarorlikning ortishi bilan birga xavotir darajasining kamayishi xizmat samaradorligiga bilvosita ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ruhiy muvozanat faoliyat barqarorligini ta‘minlovchi asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi. Shu nuqtayi nazardan, psixologik xizmatni

takomillashtirish jarayonida xavotir profilini aniqlash hamda individual korreksion dasturlar ishlab chiqish ustuvor vazifa sifatida belgilanadi.

«Moslashuvchanlik» va «depressiya» omillari oʻrtasidagi salbiy korrelyatsiya ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) harbiy xizmatchilar oilalari bilan ishlashda psixologik xizmat mexanizmlarini rivojlantirishning muhim yoʻnalishlaridan birini belgilaydi, chunki oʻzgaruvchan sharoitlarga adaptiv javob bera oladigan harbiy xizmatchilar oilalarida depressiv simptomatika kamroq namoyon boʻladi. Moslashuvchanlikning yuqori darajasi shaxsning ichki resurslarini safarbar etish qobiliyatini kengaytirib, ruhiy tushkunlikka qarshi himoya omili sifatida namoyon boʻladi. Mazkur bogʻlanish psixologik xizmat doirasida kognitiv qayta qurish, optimistik tafakkurni shakllantirish hamda ijtimoiy qoʻllab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish zarurligini koʻrsatadi. Depressiv reaksiyalarning kamayishi oilaviy tizim barqarorligini mustahkamlab, jamoaviy faoliyat samaradorligiga ijobiy taʼsir koʻrsatadi. Shu bois, psixologik xizmat mexanizmlarini takomillashtirish jarayonida moslashuvchanlikni rivojlantiruvchi trening modullarini ishlab chiqish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarb hisoblanadi.

«Moslashuvchanlik» va «agressivlik» omillari oʻrtasidagi salbiy korrelyatsiya ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmatning ijtimoiy-psixologik ahamiyatini kengroq talqin qilish imkonini beradi, chunki moslashuvchanlik darajasi oshgani sari agressiv reaksiyalar chastotasi kamayadi. Mazkur bogʻlanish konstruktiv muloqot strategiyalarining shakllanishi bilan izohlanib, oilaviy hamda xizmat jarayonidagi nizoli vaziyatlarni murosaviy hal etish uchun zamin yaratadi. Agressivlikning pasayishi ijtimoiy muhitda oʻzaro ishonch va hamkorlikni mustahkamlab, psixologik xizmat mexanizmlarini profilaktik yoʻnalishda rivojlantirish zaruratini anglatadi. Moslashuvchanlikni rivojlantirish orqali destruktiv xatti-harakatlarning oldini olish mumkinligi empirik jihatdan tasdiqlanadi. Shu bois, psixologik xizmat tizimida konfliktologik treninglar hamda emotsional intellektni rivojlantirish dasturlarini keng joriy etish mexanizm samaradorligini oshiradi.

«Stressni boshqarish» va «obsessiv-kompulsivlik» omillari oʻrtasidagi salbiy korrelyatsiya ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat mexanizmlarini takomillashtirishda regulyativ komponentning ustuvorligini belgilaydi, chunki stressni ongli ravishda boshqara oladigan shaxslar majburiy takroriy fikr va harakatlarga kamroq moyillik bildiradi. Mazkur bogʻlanish stressni konstruktiv qayta ishlash koʻnikmalari rivojlangan sari nevrotik simptomatikaning susayishini tasdiqlaydi. Obsessiv-kompulsiv alomatlarining kamayishi faoliyatni ratsional tashkil etish imkoniyatini kengaytirib, xizmat jarayonida tezkor va aniq qaror qabul qilish uchun zamin yaratadi. Stressni boshqarish mexanizmlari yetarli darajada shakllanmagan sharoitda esa ortiqcha tashvish va majburiy xatti-harakatlarning kuchayishi ehtimoli ortadi. Shu bois, psixologik xizmat koʻrsatish tizimini takomillashtirish jarayonida stress-menejment dasturlari, relaksatsion texnikalar hamda kognitiv-xulqiy intervensiyalarni tizimli ravishda integratsiya qilish ilmiy asoslangan strategik yoʻnalish sifatida belgilanadi.

«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» soʻrovnomasi hamda «Psixologik salomatlik omillarining namoyon boʻlishi» metodikasi omillari oʻrtasidagi korrelyatsion bogʻlanishlar natijalariga koʻra, «emotsional barqarorlik»

omili «emotsional holatlarda o‘zini-o‘zi nazorat qilish» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «faoliyatda o‘zini-o‘zi nazorat qilish» ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ) omillari bilan, «moslashuvchanlik» omili «ijtimoiylashuvda o‘zini-o‘zi nazorat qilish» ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) omili bilan, «stressni boshqarish» omili «faoliyatda o‘zini-o‘zi nazorat qilish» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) omili bilan ijobiy aloqadorlik qayd etildi.

### 3-jadval

**«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash»  
so‘rovnomasi hamda G.S.Nikiforov, V.K.Vasilev va S.V.Firsovalarning  
«Emotsional holatlarda o‘zini o‘zi nazorat qilishni namoyon bo‘lishini  
o‘rganish» metodikasi omillari o‘rtasidagi aloqadorlik (n=170)**

<b>Omillar</b>	<b>Emotsional barqarorlik</b>	<b>Moslashuvchanlik</b>	<b>Stressni boshqarish</b>
Emotsional holatlarda o‘zini-o‘zi nazorat qilish	0,33*	0,12	0,19
Faoliyatda o‘zini-o‘zi nazorat qilish	0,32*	0,11	0,35*
Ijtimoiylashuvda o‘zini-o‘zi nazorat qilish	0,15	0,39*	0,21

Harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko‘rsatish tizimini takomillashtirish doirasida aniqlangan «emotsional barqarorlik» va «emotsional holatlarda o‘zini o‘zi nazorat qilish» omillari o‘rtasidagi ijobiy korrelyatsiya ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat mexanizmlarida affektiv regulyatsiya komponentining ustuvor ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslaydi. Mazkur bog‘lanish shuni ko‘rsatadiki, ruhiy muvozanati barqaror shakllangan shaxslar murakkab va xavfli vaziyatlarda hissiy reaksiyalarni impulsiv tarzda emas, balki ongli boshqaruv asosida muvofiqlashtira oladi. Shu bois, psixologik xizmatni takomillashtirish jarayonida emotsional o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan trening dasturlarini joriy etish zarur hisoblanadi, chunki affektiv nazorat darajasi oshgani sari favqulodda vaziyatlarda dezorganizatsiya ehtimoli kamayadi va faoliyat izchilligi ta‘minlanadi. Emotsional barqarorlikning yuqori darajasi stress omillarining subyektiv talqinini muvozanatlashtirib, xizmat samaradorligini barqarorlashtirishga xizmat qiladi. Shu nuqtayi nazardan, harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko‘rsatish mexanizmlarini takomillashtirish jarayonida emotsional regulyatsiyani rivojlantiruvchi psixoprofilaktik modullarni tizimli ravishda integratsiya qilish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

«Emotsional barqarorlik» va «faoliyatda o‘zini o‘zi nazorat qilish» omillari o‘rtasidagi ijobiy korrelyatsiya ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat mexanizmlarini operatsion faoliyat bilan uyg‘unlashtirish zarurligini ko‘rsatadi, chunki affektiv jihatdan barqaror shaxslar xizmat jarayonida o‘z xatti-harakatlarini ichki intizom asosida muvofiqlashtirish salohiyatiga ega bo‘ladi. Mazkur empirik natija psixologik xizmatni rivojlantirish jarayonida xulqiy regulyatsiya va o‘zini boshqarish kompetensiyalarini shakllantirish muhim yo‘nalish ekanligini tasdiqlaydi. Faoliyat davomida o‘zini nazorat qila olish qobiliyati murakkab

sharoitlarda tezkor va asosli qaror qabul qilish imkoniyatini kengaytiradi. Emotsional muvozanat bilan xulqiy nazoratning uyg'unligi xizmat barqarorligini mustahkamlab, professional ishonchlilikni oshiradi. Shu bois, psixologik xizmat mexanizmlarini takomillashtirish jarayonida faoliyatga yo'naltirilgan psixologik tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish ilmiy va amaliy jihatdan asoslangan yo'nalish hisoblanadi.

«Moslashuvchanlik» va «ijtimoiylashuvda o'zini o'zi nazorat qilish» omillari o'rtasidagi ijobiy korrelyatsiya ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat mexanizmlarini ijtimoiy-psixologik integratsiya nuqtayi nazaridan boyitish zaruratini asoslaydi, chunki adaptiv salohiyati yuqori bo'lgan shaxslar jamoaviy munosabatlarni ongli ravishda muvofiqlashtirish imkoniyatiga ega bo'ladi. Mazkur bog'lanish moslashuvchanlik darajasi ortgani sari ijtimoiy muloqot jarayonlarida o'zini nazorat qilish kompetensiyasining mustahkamlanishini tasdiqlaydi. Ijtimoiy muhitda hissiy muvozanatni saqlay oladigan harbiy xizmatchilar jamoa ichidagi ziddiyatlarni konstruktiv tarzda tartibga solib, umumiy maqsadlarga erishish jarayonini izchil tashkil etadi. Moslashuvchanlikning rivojlanganligi ijtimoiy rollar o'zgarishiga tezkor moslashishni ta'minlab, o'zaro ishonchni mustahkamlaydi.

«Stressni boshqarish» va «faoliyatda o'zini o'zi nazorat qilish» omillari o'rtasidagi ijobiy korrelyatsiya ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) psixologik xizmat mexanizmlarida stress-menejment yo'nalishining strategik ahamiyatini belgilaydi, chunki zo'riqish sharoitida ichki regulyativ resurslari shakllangan shaxslar o'z xatti-harakatlarini izchil va ongli ravishda boshqara oladi. Mazkur bog'lanish stressni konstruktiv qayta ishlash ko'nikmalari rivojlangan sari faoliyat davomida xulqiy nazoratning barqarorlashishini tasdiqlaydi. Stressga bardoshlilikning ortishi impulsiv reaksiyalar ehtimolini kamaytirib, murakkab vazifalarni bajarishda aniqlikni ta'minlaydi. Psixologik xizmat tizimida stressni boshqarish texnologiyalarini tizimli integratsiyalash faoliyat samaradorligini oshirish bilan birga shaxsning psixologik salomatligini mustahkamlaydi.

#### 4-jadval.

##### «Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi hamda R.Plutchik va G.Kellermanning «Shaxsning psixologik himoya mexanizmlari» metodikasi omillari o'rtasidagi aloqadorlik (n=100)

Himoya mexanizmlari	Emotsional barqarorlik	Moslashuvchanlik	Stressni boshqarish
Inkor etish	0,32*	0,18	0,15
Siqib chiqarish	0,11	0,16	0,35*
Regressiya	0,17	0,34*	0,14
Kompensatsiya	0,41*	0,19	0,18
Proyeksiya	0,15	0,17	0,20
O'rnini almashtirish	0,18	0,19	0,21
Kognitivlik	0,38*	0,36*	0,13
Giperkompensatsiya	0,17	0,14	0,30*

«Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi hamda R.Plutchik va G.Kellermanning «Shaxsning psixologik himoya

mexanizmlari» metodikasi omillari o'rtasidagi korrelyatsion bog'lanishlar tahliliga ko'ra, «emotsional barqarorlik» omili «kompensatsiya» ( $r=0,41$ ;  $p\leq 0,05$ ), «kognitivlik» ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «inkor etish» ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ) mexanizmlari bilan ijobiy aloqadorlikni namoyon etdi. Bu esa emotsional jihatdan barqaror harbiy oilalarda psixologik himoyaning nisbatan konstruktiv va ongli shakllari ustun ekanini anglatadi. «Moslashuvchanlik» omili «regressiya» ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ) va «kognitivlik» ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ) bilan ijobiy bog'liqlikni ko'rsatib, vaziyatga mos ravishda turli himoya strategiyalaridan foydalanish tendensiyasi mavjudligini tasdiqladi. «Stressni boshqarish» omili esa «siqib chiqarish» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «giperkompensatsiya» ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ) mexanizmlari bilan ijobiy korrelyatsiyani namoyon etib, zo'riqish sharoitida ichki resurslarni safarbar etish va psixik zo'riqishni muayyan darajada kompensatsiya qilish jarayonlari bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatdi.

«Emotsional barqarorlik»ning «inkor etish» bilan ijobiy bog'lanishi psixologik himoya mexanizmlarining murakkab tabiatini aks ettiradi ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ). Inkor etish ayrim vaziyatlarda vaqtinchalik regulyativ vosita sifatida namoyon bo'lib, barqaror shaxs salbiy axborotni darhol dramatizatsiya qilmasdan, muammoni bosqichma-bosqich qabul qilishga moyillik bildiradi. Bu esa affektiv portlashlarning oldini olib, psixik muvozanatni saqlashga xizmat qiladi. Emotsional barqarorlik mavjud bo'lgan sharoitda inkor patologik shaklga o'tmaydi, balki shaxs real vaziyatni to'liq rad etmasdan, uni kechiktirilgan tahlilga yo'naltiradi. Bunday mexanizm haddan tashqari stressni kamaytirishga yordam beradi va uzoq muddatli zo'riqish sharoitida vaqtinchalik psixologik himoya sifatida namoyon bo'ladi. Emotsional muvozanat inkorni moslashuvchan vositaga aylantirib, harbiy xizmatchilar oilalarida xavfli vaziyatlarga adaptatsiya jarayonining samarali kechishini ta'minlaydi. Inkorning konstruktiv shakli ruhiy izdan chiqishning oldini olib, shaxsning ichki resurslarini saqlab qolishga xizmat qiladi hamda keyingi faol tahlil uchun imkon yaratadi. Emotsional barqarorlik inkor mexanizmini ongli nazorat ostida ushlab turishga yordam beradi, psixologik xizmat esa ushbu mexanizmning destruktiv shaklga o'tishining oldini oladi. Natijada mazkur bog'lanish adaptiv psixologik himoya tizimining muhim ko'rinishlaridan biri sifatida talqin etiladi.

«Emotsional barqarorlik» omilining «kompensatsiya» mexanizmi bilan ijobiy korrelyatsiyasi harbiy xizmatchilar oilalarida affektiv muvozanatning konstruktiv himoya strategiyalari bilan uzviy bog'liqligini anglatadi ( $r=0,41$ ;  $p\leq 0,05$ ). Emotsional jihatdan barqaror shaxslar ichki zo'riqishlarni to'g'ridan-to'g'ri destruktiv shaklda namoyon etmasdan, salbiy tajribani ijtimoiy maqbul faoliyatga yo'naltirishga moyillik bildiradi. Kompensatsiya mexanizmi shaxsning zaif jihatlarini boshqa kuchli tomonlari orqali muvozanatlashtirishni ta'minlab, psixik barqarorlikni saqlashga xizmat qiladi. Emotsional barqarorlik mavjud sharoitda kompensator strategiyalar ongli ravishda shakllanib, shaxs ichki diskomfortni tashqi samaradorlik orqali kamaytirishga intiladi. Bu esa oilaviy tizimda konstruktiv xulq-atvorni mustahkamlab, affektiv muvozanat asosida kompensatsiyani nazoratli tarzda amalga oshirish imkonini beradi. Zo'riqishli vaziyatlarda psixik energiyaning salbiy reaksiyalarga emas, balki foydali faoliyatga yo'naltirilishi psixologik resurslarning

safarbar etilganini ko'rsatadi. Mazkur bog'lanish psixologik xizmat samaradorligini ham tasdiqlaydi, chunki xizmat jarayonida konstruktiv himoya shakllari rivojlantiriladi va kompensatsiya shaxsiy o'sish mexanizmi sifatida namoyon bo'ladi. Emotsional barqarorlik ushbu mexanizmni patologik emas, balki adaptiv shaklda ushlab turib, harbiy xizmatchilar oilalarida ijtimoiy moslashuvni kuchaytiradi. Natijada emotsional barqarorlik va kompensatsiya o'rtasidagi bog'lanish adaptiv psixologik himoya tizimining muhim ko'rinishi sifatida talqin etiladi.

«Emotsional barqarorlik» va «kognitivlik» omillari o'rtasidagi ijobiy aloqadorlik affektiv muvozanat bilan ratsional qayta ishlash jarayonlari o'rtasidagi uyg'unlikni aks ettiradi ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ). Emotsional jihatdan barqaror shaxs vaziyatni hissiy emas, balki tahliliy asosda baholab, impulsiv xulq o'rniga mantiqiy qarorlar qabul qiladi. Kognitiv mexanizmlar voqealarni qayta talqin qilish orqali zo'riqishni kamaytirib, tafakkur jarayonlarining izchilligini ta'minlaydi. Murakkab vaziyatlarda kognitiv qayta baholashning ustuvorligi psixologik yetuklik belgisi sifatida namoyon bo'ladi. Affektiv nazorat tafakkur elastikligini kuchaytirib, hissiy reaksiyalarni strukturallashtirish imkonini beradi hamda reflektiv tahlilni qo'llab-quvvatlaydi. Natijada shaxs o'z his-tuyg'ularini anglab, ularni ongli ravishda boshqaradi, bu esa ichki nizolar intensivligini pasaytiradi va ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlaydi. Harbiy xizmatchilar oilalarida bunday uyg'unlik moslashuv jarayonini yengillashtirib, kognitiv mexanizmlarning himoyaning ongli shakli sifatida samarali ishlashini ta'minlaydi. Psixologik xizmat sharoitida kognitiv strategiyalarni rivojlantirish orqali ushbu jarayon yanada kuchaytiriladi va mazkur bog'lanish psixologik resurslarning integrativ xarakterini ifodalaydi.

«Moslashuvchanlik» omilining «regressiya» mexanizmi bilan ijobiy bog'lanishi adaptiv jarayonlarning murakkab psixodinamik tuzilishini aks ettiradi ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ). Moslashuvchan shaxs o'zgaruvchan vaziyatlarga tez va mos ravishda javob qaytarib, murakkab sharoitlarda regressiyani psixik energiyani tejashga xizmat qiluvchi vaqtinchalik himoya vositasi sifatida qo'llashi mumkin. Bunday holatda shaxs soddaroq xulq shakliga qisqa muddatli qaytish orqali ichki zo'riqishni kamaytiradi, biroq moslashuvchanlik darajasi yuqori bo'lganda regressiya uzoq davom etmaydi va tez orada yetuk xulq modeliga qaytish kuzatiladi. Mazkur jarayon psixik tizimning elastikligini ifodalab, regressiyaning destruktiv emas, balki tiklovchi mexanizm sifatida namoyon bo'lishini ta'minlaydi. Harbiy xizmatchilar oilalarida bunday holat ko'proq zo'riqishli vaziyatlardan keyingi tiklanish bosqichida kuzatilib, ichki resurslarning qayta safarbar etilishiga xizmat qiladi. Moslashuvchanlik regressiv epizodlarni nazorat ostida ushlab turib, shaxsni vaziyatni qayta baholash va adaptiv yechimlarga yo'naltiradi. Natijada regressiya vaqtinchalik himoya vositasi darajasida cheklanib, psixologik barqarorlikni saqlashga xizmat qiladi, psixologik xizmat esa ushbu mexanizmni konstruktiv yo'naltirish orqali uning samaradorligini oshiradi. Mazkur bog'lanish moslashuvchanlikning psixologik himoya tizimi bilan dinamik aloqasini ifodalaydi.

«Moslashuvchanlik» va «kognitivlik» omillari o'rtasidagi ijobiy aloqadorlik adaptiv tafakkur jarayonlarining ustuvorligini aks ettiradi ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ). Moslashuvchan shaxs vaziyatni qayta talqin qila olib, kognitiv mexanizmlar orqali

stressorni yangicha mazmunda qabul qiladi, bu esa ichki zo‘riqishni kamaytirishga xizmat qiladi. Tafakkur elastikligi moslashuvchanlikning muhim tarkibiy qismi sifatida namoyon bo‘lib, shaxsga muqobil yechimlarni tez topish hamda qattiq fikrlash stereotiplaridan voz kechish imkonini beradi. Harbiy xizmatchilar oilalarida bunday xususiyat o‘zgaruvchan sharoitlarga moslashuv jarayonini yengillashtirib, kognitiv qayta ishlash orqali emotsional reaksiyalarni muvofiqlashtirishga yordam beradi. Moslashuvchanlik tafakkur jarayonlarining faol ishlashini ta‘minlab, psixologik yetuklikning muhim belgisi sifatida namoyon bo‘ladi, chunki shaxs voqealarni bir necha nuqtayi nazardan baholash imkoniyatiga ega bo‘ladi. Natijada konfliktli vaziyatlarda konstruktiv pozitsiya egallanib, ijtimoiy barqarorlik mustahkamlanadi. Psixologik xizmat bunday mexanizmlarni rivojlantirishga yo‘naltirilgan bo‘lib, ongli qayta baholash adaptiv himoya vositasi sifatida xizmat qiladi hamda tafakkur faoliyati hissiy dezorganizatsiyani kamaytiradi. Shu tariqa mazkur bog‘lanish moslashuvchanlikning ratsional asosga ega ekanligini tasdiqlaydi.

«Stressni boshqarish» omilining «siqib chiqarish» mexanizmi bilan ijobiy bog‘lanishi zo‘riqish sharoitida psixik regulyatsiya jarayonlarining faollashishini anglatadi ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ). Siqib chiqarish ayrim salbiy tajribalarni ong ostiga surish orqali qisqa muddatli yengillik berib, stressni boshqarish qobiliyati yuqori bo‘lgan shaxs tomonidan nazorat ostida qo‘llanadi. Bunday sharoitda shaxs salbiy hissiy impulslarni vaqtincha cheklab, asosiy vazifaga diqqatni jamlash imkoniyatiga ega bo‘ladi, bu esa harbiy sharoitda operativlikni ta‘minlab, stressli vaziyatlarda ichki tartibni saqlashga xizmat qiladi. Siqib chiqarish haddan tashqari darajaga yetmay, stressni boshqarish mexanizmlari bilan muvozanatlashtiriladi va vaziyat o‘tganidan so‘ng shaxs tajribani qayta tahlil qilishga o‘tadi, bu esa psixik salomatlikni saqlashga yordam beradi. Nazoratli siqib chiqarish adaptiv xususiyat kasb etib, emotsional barqarorlik bilan uyg‘unlashgan holda xavf tug‘dirmaydi hamda ichki resurslarni saqlash orqali zo‘riqishli vaziyatlarda faoliyat uzluksizligini ta‘minlaydi. Psixologik xizmat ushbu jarayonni sog‘lom shaklda rivojlantirishga yo‘naltirilib, siqib chiqarish mexanizmi shaxsni affektiv portlashlardan himoya qiluvchi muhim vosita sifatida namoyon bo‘ladi. Shu tariqa mazkur bog‘lanish stress regulyatsiyasining murakkab psixologik mexanizmini ochib beradi.

«Stressni boshqarish» va «giperkompensatsiya» omillari o‘rtasidagi ijobiy bog‘lanish zo‘riqish sharoitida ortiqcha faollik orqali ichki muvozanatni tiklash tendensiyasini aks ettiradi ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ). Giperkompensatsiya kuchaytirilgan harakat orqali ichki noqulaylikni qoplashga yo‘naltirilgan bo‘lib, stressni boshqarish qobiliyati mavjud bo‘lgan sharoitda ushbu jarayon nazoratli tus oladi. Bunday vaziyatda shaxs ortiqcha tashvish o‘rniga faoliyatni kuchaytirib, psixik energiyaning konstruktiv yo‘nalishini ta‘minlaydi hamda harbiy sharoitda yuqori mas‘uliyat hissining shakllanishiga xizmat qiladi. Giperkompensatsiya me‘yoriy darajada namoyon bo‘lganda faoliyat samaradorligini oshiradi, stressni boshqarish mexanizmlari esa uning haddan oshib ketishining oldini oladi. Shaxs ichki zo‘riqishni tashqi faollik orqali muvozanatlashtirib, o‘z imkoniyatlarini safarbar etadi, bu esa psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi va motivatsiyaning kuchayishiga olib keladi. Shu bilan birga, giperkompensatsiyaning haddan tashqari

shakli salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin bo'lsa-da, stressni boshqarish mexanizmi ushbu xavfni kamaytiradi hamda psixologik xizmat orqali energiyani konstruktiv yo'naltirish imkonini beradi. Natijada shaxs yuqori natijalarga erishish orqali ichki muvozanatini saqlab qoladi va zo'riqish samarali faoliyatga aylantiriladi. Mazkur bog'lanish stress regulyatsiyasining faol strategiyalaridan biri sifatida talqin etiladi.

Dissertatsiyaning «**Aholiga psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomilashtirishning amaliy asoslari**» deb nomlangan uchinchi bobida aholiga psixologik xizmat ko'rsatishning ilmiy uslubiy asoslari va tadqiqot obyektlaridan olingan natijalarning qiyosiy tahlili keltirilgan. Shuningdek, olib borilgan nazariy-empirik tahlillar asosida harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish modeli, uning darajalari va ko'rsatkichlari ishlab chiqilib, ular asosida maxsus psixologik rivojlantiruvchi trening dasturi yaratildi hamda uning samaradorligi baholandi.

#### 5-jadval.

#### «Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi orqali olingan natijalarining qiyosiy tahlili (n=100)

№	Komponentlari	Guruhlar	Treningdan oldingi	Treningdan keyingi	Farqlanish	
			M <sub>1</sub>	M <sub>2</sub>	t	p
1.	Emotsional barqarorlik	Tajriba guruhi (n=25)	2,4	4,9	-2,9	0,05
		Nazorat guruhi (n=75)	2,8	3,4	-1,5	0,14
2.	Moslashuvchanlik	Tajriba guruhi (n=25)	2,6	4,8	-2,5	0,05
		Nazorat guruhi (n=75)	2,9	3,5	-1,5	0,12
3.	Stressni boshqarish	Tajriba guruhi (n=25)	2,5	4,7	-2,7	0,05
		Nazorat guruhi (n=75)	2,8	3,6	-1,4	0,17

Tajriba va nazorat guruhidan «Harbiy xizmatchi oilalarining psixologik holatini aniqlash» so'rovnomasi orqali olingan qiyosiy natijalar tahliliga ko'ra, rivojlantiruvchi trening dasturimizdan keyin barcha omillarda ahamiyatli tafovutlar kuzatildi. Jumladan, «emotsional barqarorlik» ( $t=-2,9$ ;  $p\leq 0,05$ ), «moslashuvchanlik» ( $t=-2,5$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda «stressni boshqarish» ( $t=-2,7$ ;  $p\leq 0,05$ ) omillarida sezilarli darajadagi o'zgarishlar kuzatildi. Bu shundan dalolat beradiki, tajriba guruhimizda ahamiyatli darjadagi o'zgarishlar aniqlandi.

Natijalarga ko'ra, ishlab chiqilgan rivojlantiruvchi dastur «Aholiga psixologik xizmat ko'rsatish» konsepsiyasi doirasida harbiy xizmatchilar va ularning oilalarida stressli holatlarni nazorat qilish, zo'riqishni konstruktiv boshqarish hamda murakkab vaziyatlarda hissiy reaksiyalarni muvofiqlashtirish qobiliyatlarining sezilarli darajada rivojlanishiga olib keldi. Dastur ta'siri ostida affektiv regulyatsiya

darajasining oshishi favqulodda vaziyatlarda tezkor va izchil qaror qabul qilish imkoniyatini kengaytirib, xizmat samaradorligining barqarorlashuviga xizmat qildi. Psixologik aralashuv mexanizmlarining tizimli qo'llanishi harbiy xizmatchilarda o'zgaruvchan sharoitlarga moslashuvchanlikni shakllantirib, noaniq va xavfli vaziyatlarda ishonchli faoliyat yuritish salohiyatini mustahkamladi. Trening dasturining psixologik barqarorlik va stress-menejment ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan maxsus texnikalari ruhiy muvozanatni mustahkamlash bilan birga, jamoaviy muhitda konstruktiv o'zaro ta'sirni ta'minlash uchun zarur shart-sharoit yaratdi.

Tajriba guruhida qayd etilgan ijobiy dinamik o'zgarishlar psixologik xizmat mexanizmlarini takomillashtirish orqali shaxsning ichki resurslarini samarali safarbar etish mumkinligini empirik jihatdan tasdiqladi. Rivojlantiruvchi dastur ishtirokchilarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirib, stressli vaziyatlarni yengib o'tishda ruhiy bardoshlilikni kuchaytirdi hamda affektiv dezorganizatsiya xavfini kamaytirdi. Mashg'ulotlarning amaliy yo'naltirilganligi real xizmat sharoitlariga mos psixologik strategiyalarni shakllantirishga imkon berib, xulq-atvorni ongli boshqarish va psixologik xavfsizlikni ta'minlashga xizmat qildi. Tajriba guruhida kuzatilgan yuqori natijalar psixologik tayyorgarlik darajasining sezilarli oshganini ko'rsatib, emotsional barqarorlik, moslashuvchanlik va stressni boshqarish kompetensiyalarining integrativ rivojlanishini tasdiqladi. Ushbu o'zgarishlar xizmat samaradorligini oshirish bilan bir qatorda jamoada ijobiy psixologik iqlimni shakllantirish hamda o'zaro ishonchni mustahkamlashga yordam berdi. Dastur nafaqat favqulodda vaziyatlarda, balki kundalik xizmat jarayonida yuzaga keladigan zo'riqishlarga bardoshlilikni ham kuchaytirib, umumiy ish qobiliyatining barqarorlashuviga olib keldi. Umuman olganda, qiyosiy tahlil natijalari harbiy xizmatchilar va ularning oilalariga yo'naltirilgan psixologik xizmat dasturlarini tizimli ravishda joriy etish psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini takomillashtirishning samarali yo'nalishi ekanligini ko'rsatib, ruhiy barqarorlikni ta'minlash hamda faoliyatni muvaffaqiyatli boshqarishga bo'lgan ehtiyojni qondirishda bunday intervensiyalarning dolzarbligini ilmiy jihatdan asoslaydi.

## **XULOSA**

1. Harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida xizmat faoliyati bilan bog'liq ijtimoiy moslashuvchanlik va stressni boshqarish ko'nikmalarining oilaviy munosabatlar dinamikasiga bevosita ta'sir ko'rsatishi aniqlandi.

2. Harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatishda individual, oilaviy va psixoprofilaktik mexanizmlarni psixoeduktiv yondashuv asosida integratsiyalash orqali stressni boshqarish kompetensiyalarini shakllantirishning samarali omili ekanligi dalillandi.

3. Harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish modeli shaxsning psixologik muhofaza mexanizmlari (kompensatsiya, kognitiv qayta ishlash va emotsional barqarorlik)ni hisobga olgan holda, xizmat safarlari, ajralish davri hamda re-adaptatsiya bosqichlarida psixologik baholash darajalari va tashkiliy-amaliy yordam sxemasini o'z ichiga olishi zarurligi dalillandi.

4. Harbiy xizmat bilan bog'liq stress omillari ta'sirida oilalarda psixologik zo'riqlashlarning kelib chiqishi ko'p hollarda «ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kutishga yo'nalganlik»ning psixologik himoya mexanizmlari bilan integrativ rivojlanishi natijasida namoyon bo'lishi, natijada shaxsning emotsional sohasida stressbardoshlik darajasi bevosita oilaviy muhit barqarorligiga bog'liqligi aniqlandi.

5. Xizmat tajribasi besh yilgacha bo'lgan harbiylar oilalarida xavotirli vaziyatlarga nisbatan yuqori sezuvchanlik, emotsional beqarorlik va tezkor qaror qabul qilish imkoniyatlarining pastroq darajada ekanligi aniqlandi.

6. Harbiy xizmatchilarning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish samaradorligi oilaviy munosabatlarni stressga bardoshlilik asosida barqarorlashtirish, ijtimoiy-psixokognitiv resurslarni kauzal atributsiya orqali refleksiv faollashtirish va konstruktiv konfrontatsiya mexanizmlarini rivojlantirish bilan bog'liqligi ilmiy jihatdan dalillandi.

Dissertatsion tadqiqot doirasida quyidagi **amaliy tavsiyalar** ishlab chiqildi:

1. Harbiy xizmatchilar va ularning oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish tizimini takomillashtirish maqsadida emotsional barqarorlik, moslashuvchanlik hamda stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan kompleks psixologik trening dasturlarini harbiy qismlar va oilaviy maslahat markazlari faoliyatiga tizimli ravishda joriy etish maqsadga muvofiq.

2. Harbiy xizmatning turli bosqichlari (safaroldi, safar davri va qayta moslashuv jarayoni)ni hisobga olgan holda, harbiy xizmatchilar oilalari uchun differensial psixologik xizmat modelini ishlab chiqish va amaliyotga tadbiq etish lozim.

3. Psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida psixologik himoya mexanizmlarini (inkor etish, kompensatsiya, kognitiv qayta ishlash) aniqlash va ularni konstruktiv yo'naltirishga qaratilgan psixodiagnostik hamda psixoprofilaktik usullarni keng qo'llash tavsiya etiladi.

4. Harbiy xizmatchilar oilalarida yuzaga keladigan stressli va krizisli vaziyatlarni bartaraf etish maqsadida oilaviy krizisli intervensiya texnologiyalarini, psixosotsial mashg'ulotlarni hamda stress-menejment dasturlarini amaliy faoliyatga integratsiyalash lozim.

5. Harbiy sohada faoliyat yurituvchi psixologlarning oila bilan ishlash kompetensiyalarini kengaytirish, ularni zamonaviy psixodiagnostik va korreksion metodikalar bilan muntazam ta'minlash zarur.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/2025.27.12.P.08.10 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ  
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ БУХАРСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ  
УНИВЕРСИТЕТЕ**

---

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ТУЙМУРОДОВ АБДУРАХМОН ШУХРАТ УГЛИ**

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕХАНИЗМОВ ОКАЗАНИЯ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ (на примере семей  
военнослужащих)**

**19.00.05 –Социальная психология. Этнопсихология**

**АВТОРЕФЕРАТ  
ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ  
НАУКАМ**

**Бухара – 2026**

Тема диссертации доктора философии (PhD) по психологическим наукам зарегистрирована за № В2023.4.PhD/P721 в Высшей Аттестационной Комиссии при Министерстве высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан

Диссертация выполнена в Бухарском государственном университете.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекский, русский и английский (резюме) размещен на веб-странице Научного совета ([www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)) и Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» ([www.ziynet.uz](http://www.ziynet.uz)).

**Научный руководитель:** **Авезов Олмос Равшанович**  
доктор философии по психологическим наукам (PhD),  
доцент

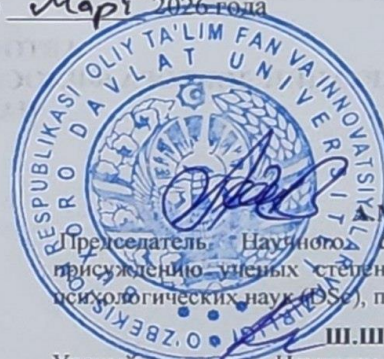
**Официальные оппоненты:** **Сафаров Дилмурод Халимович**  
доктор психологических наук (DSc), профессор  
**Гайбуллаев Аъзам Ахатович**  
доктор философии по психологическим наукам  
(PhD), доцент

**Ведущая организация:** **Ургенчский государственный университет**

Защита диссертации состоится в 14<sup>30</sup> часов 4 апреля 2026 года на заседании Научного совета DSc.03/2025.27.12.P.08.10 по присуждению ученых степеней при Бухарском государственном университете (Адрес: 200118, г.Бухара, ул.Мухаммад Икбол, 11. (Тел.:+99865221-29-14;факс: +998365 221-57-27; e-mail: [buxdu\\_rektor@buxdu.uz](mailto:buxdu_rektor@buxdu.uz))

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Бухарского государственного университета (зарегистрирована под № 2026). (Адрес: 200118, г. Бухара, ул.Мухаммад Икбол, 11. (Тел: +998365221-25-87).

Автореферат диссертации разослан «16» Март 2026 года  
(реестр протокола рассылки № 2 от «16» Март 2026 года)



**А.М. Назаров**  
Председатель Научного совета по  
присуждению ученых степеней, доктор  
психологических наук (DSc), профессор

**Ш.Ш. Рустамов**  
Ученый секретарь Научного совета по  
присуждению ученых степеней, доктор  
психологических наук (DSc), доцент

**А.А. Хусейнова**  
Председатель Научного семинара при  
Научном совете по присуждению ученых  
степеней, доктор философических наук,  
профессор

## **ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))**

**Актуальность и востребованность темы диссертации.** В мире в условиях глобализации, миграционных процессов и социально-политических изменений особую актуальность приобретает вопрос совершенствования механизмов психологического обслуживания семей военнослужащих. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), высокие стрессовые факторы, связанные со служебной деятельностью, являются причиной широкого распространения проблем психического здоровья среди военнослужащих и членов их семей, которые наблюдаются у более чем 1 миллиарда человек по всему миру. Согласно отчетам Министерства обороны США (Department of Defense), почти 36% супругов военнослужащих испытывают хронический стресс и трудности адаптации. Также было отмечено, что почти 30% детей в семьях военнослужащих испытывают эмоциональную нестабильность в процессе развода. Эти статистические показатели еще больше усиливают необходимость научно обоснованного совершенствования системы психологической службы, ориентированной на семьи военнослужащих<sup>4</sup>.

В мировых образовательных учреждениях и научно-исследовательских центрах было установлено, что психологическое влияние условий военной службы на семейную систему носит комплексный характер. В частности, исследования, проведенные Американской психологической ассоциацией (APA) и исследовательскими центрами при Гарвардском университете, показали, что уровень нарушений адаптации и тревожности в семьях военнослужащих в среднем на 25-40 процентов выше, чем в гражданских семьях. В докладах UNICEF и международных организаций социальной защиты отмечается, что более 60 процентов детей из семей, проживающих в зонах конфликтов, нуждаются в психологической поддержке. Такие результаты указывают на необходимость применения индивидуального консультирования, семейной терапии, профилактических программ и цифровых консультационных платформ на основе комплексного подхода в процессе оказания психологических услуг. Поэтому системное совершенствование механизмов оказания психологических услуг семьям военнослужащих выступает как актуальная научно-практическая проблема<sup>5</sup>.

В нашей республике в последние годы особое внимание уделяется социально-психологической поддержке военнослужащих и членов их семей, улучшению их условий жизни и обеспечению духовно-психологической устойчивости. В «Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы» всесторонняя поддержка военнослужащих и членов их семей определена в качестве одного из приоритетных направлений. Осуществляются системные меры по совершенствованию деятельности психологической службы при воинских частях, внедрению эффективных механизмов работы с членами семьи, а также разработке профилактических и коррекционных программ. Эти

---

<sup>4</sup> <https://www.usa.gov/agencies/u-s-department-of-defense>

<sup>5</sup> <https://www.hillel.org/>

процессы создают необходимую теоретическую и практическую основу для проведения научных исследований, направленных на дальнейшее совершенствование механизмов оказания психологических услуг семьям военнослужащих, укрепление их психической устойчивости и обеспечение социальной адаптации<sup>6</sup>.

Данное диссертационное исследование в определенной степени служит реализации задач, обозначенных в Законе Республики Узбекистан № ЗРУ-989 «О психологической помощи населению» от 5 ноября 2024 года, Указах Президента Республики Узбекистан № УП-60 «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы» от 28 января 2022 года, № УП-27 «Об утверждении Концепции общественной безопасности Республики Узбекистан и мерах по ее реализации» от 29 ноября 2021 года, Постановлении Президента Республики Узбекистан № ПП-4190 «Об утверждении Концепции развития службы охраны психического здоровья населения Республики Узбекистан на 2019-2025 годы» от 13 февраля 2019 года, Положении о внутренней службе Вооруженных Сил Республики Узбекистан и других нормативно-правовых актах, относительно данной деятельности.

**Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики.** Данное исследование выполнено в рамках приоритетного направления развития науки и технологий республики «Формирование системы инновационных идей и пути их реализации в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства».

**Степень изученности проблемы.** Ученые-психологи нашей страны А.Р.Абдурасулов, З.Ш.Алимардонов, О.Р.Авезов, Ш.Р.Баротов, Д.Ш.Баратова, А.М.Жабборов, В.М.Каримова, Н.Г.Камилова, З.Т.Нишонова, Н.С.Сафоев, Р.С.Самаров, Э.Г.Гозиев, А.А.Эргашев и другие изучали теоретико-методологические основы оказания психологических услуг.

Ученые из стран Содружества Независимых Государств, такие как Ю.П.Ильин, М.А.Котик, Д.А.Леонтьев, В.Л.Марищук, А.С.Пуни, А.Б.Петровский, Л.Р.Правдина, С.Л.Рубинштейн, А.М.Столяренко, В.Ф.Сопов, Н.Б.Стамбулова, В.Н.Томалинцев И.П.Волков, Л.С.Выгоский, Ю.Л.Ханин, Р.М.Загайнов и другие в своих современных исследованиях проводили исследования по практике оказания психологических услуг населению.

В научных исследованиях зарубежных ученых, таких как А.Adler, E.Bern, A.Freyd, E.Fromm, Z.Freyd, A.Lazarus, A.Louen, D.Mayers, F.Perlz, R.Plutchik, K.Rodgers, G.Sele, K.Horney, приведены комментарии о психологической службе.

**Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ высшего образовательного учреждения, в котором выполнена диссертация.** Диссертационное исследование

---

<sup>6</sup> <https://lex.uz/uz/docs/-5841063>

выполнено в соответствии с планом научно-исследовательских работ Бухарского государственного университета в рамках инновационного проекта PZ-202005236 «Создание мультимедийного продукта по дисциплине «Семейная психология» (2021-2022 гг.).

**Целью исследования** является совершенствование механизмов оказания психологической помощи населению.

**Задачи исследовательской работы:**

совершенствование социально-психологических механизмов системы психологического обслуживания населения;

раскрытие значимости факторов эмоциональной устойчивости, адаптивности и управления стрессом в семьях военнослужащих;

анализ значимости факторов самоконтроля в эмоциональных состояниях при оказании психологических услуг семьям военнослужащих;

разработка практических рекомендаций по совершенствованию механизмов оказания психологической помощи населению.

В качестве **объекта исследования** определено совершенствование механизмов оказания психологических услуг населению, в качестве респондентов были привлечены 45 семей военнослужащих из Бухарской области, 30 семей из Кашкадарьинской области и 25 семей из Самаркандской области, всего 100 семей военнослужащих.

**Предмет исследования** составляет совершенствование механизмов оказания психологических услуг населению.

**Методы исследования.** В процессе исследования использовались методы наблюдения, беседы, тестирования, анкетирования, контент-анализа, а также методика «Механизмы психологической защиты личности» Р.Плутчика и Г.Келлермана, «Методика изучения проявления самоконтроля в эмоциональных состояниях» Г.С.Никифорова, В.К.Васильева и С.В.Фирсовой, методика «Проявление факторов психологического здоровья» Дерогатиса и в соавторстве (О.Р.Авезов, А.Ш.Туймуродов) опросник «Определение психологического состояния семей служащих населения». Степень статистической достоверности полученных результатов подтверждена математико-статистическими методами t-критерия Стьюдента, коэффициента r-корреляции К.Пирсона.

**Научная новизна исследовательской работы** состоит из следующих:

выявлена важность позитивной стабилизации культурно-адаптивных особенностей посредством семейных кризисных интервенций в связи с влиянием на динамику межличностных отношений в семье навыков социальной адаптации и управления стрессом при выполнении служебных обязанностей в процессе оказания психологических услуг населению;

выявлена важность развития навыков управления стрессом посредством интегративного проявления особенности самоконтроля в деятельности с эмоциональной устойчивостью в соответствии с важностью гармоничного применения индивидуальных, семейных, психопрофилактических механизмов на основе психоэдуктивных сеансов при оказании адресных психологических услуг военным семьям;

определено, что психологическое состояние семей военнослужащих идентично выражено уровнем индивидуальной адаптации через психологическую функциональную деятельность на основе проявления эмоциональной устойчивости в социальной адаптации под влиянием механизмов защиты, связанных с отрицанием, компенсацией и когнитивностью, управлением стрессом;

доказана необходимость рефлексивной активизации социальных психокогнитивных ресурсов на основе каузальной атрибуции, связанной с конструктивной конфронтацией, в соответствии с важностью стабилизации семейных отношений через стрессоустойчивость в эмоциональном состоянии личности при оказании психологических услуг семьям военнослужащих.

#### **Практические результаты исследовательской работы:**

систематизированы методики изучения механизмов психологического обслуживания семей военнослужащих;

проанализирована роль факторов психологического здоровья в оказании психологических услуг семьям военнослужащих;

разработан комплекс психологических тренингов по оказанию психологических услуг семьям военнослужащих.

**Достоверность результатов исследования** объясняется четкой постановкой проблемы, международно признанными методическими средствами, репрезентативностью данных, глубоким научно-теоретическим обоснованием эмпирических исследований; достоверностью выявленных показателей, основанных на научных источниках; использованием психодиагностических методов, отвечающих психометрическим требованиям; целенаправленным анализом эмпирических результатов, обработкой результатов с помощью программ «Ms Excel», «SPSS 22.0»; внедрением научных идей и выводов в практику, подтверждением полученных результатов уполномоченными организациями.

**Научная и практическая значимость исследования.** Научная значимость результатов исследования объясняется тем, что научные выводы, описывающие факторы психологического обслуживания семей военнослужащих, личностные особенности, анализ феномена и психологическое содержание, сущность механизмов, выражающих их специфические аспекты, могут быть использованы в качестве источника в работах по направлениям социальной психологии.

Практическая значимость результатов исследования определяется тем, что полученные теоретические материалы и рекомендации могут быть использованы для повышения эффективности оказания психологической помощи военным семьям, полученные результаты и выдвинутые идеи могут быть использованы при использовании методик исследования формирования межличностных отношений между психологами и населением, уточнении направления психологической и психоконсультативной работы с ними, а также при подготовке учебных пособий, учебников по дисциплинам «Психология экстремальных ситуаций», «Психологическая служба»,

совершенствовании психологических словарей.

**Внедренность результатов исследования.** На основе результатов научного исследования по теме «Совершенствование механизмов психологического обслуживания населения (на примере семей военнослужащих)»:

выводы и рекомендации относительно важности позитивной стабилизации культурно-адаптивных характеристик посредством семейных кризисных интервенций в связи с влиянием на динамику межличностных отношений в семье навыков социальной адаптации и управления стрессом при выполнении служебных обязанностей в процессе оказания психологических услуг населению на основании приказа № РМ -130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 3 мая 2024 года включены в модуль «Психологическая служба» (справка № РМ-130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 10 мая 2024 года). В результате разработана модель психологического обслуживания населения;

научные выводы о выявлении важности развития навыков управления стрессом посредством интегративного проявления особенности самоконтроля в деятельности с эмоциональной устойчивостью в соответствии с важностью гармоничного применения индивидуальных, семейных, психопрофилактических механизмов на основе психоэдуктивных сеансов при оказании адресных психологических услуг семьям военнослужащих на основании приказа № РМ -130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 3 мая 2024 года включены в модуль «Психологическая служба» (справка № РМ-130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 10 мая 2024 года). В результате выявлено проявление различных стратегий стрессоустойчивости в эмоциональной сфере личности в кризисных ситуациях в зависимости от возникновения психологического напряжения у населения;

данные о выявлении идентивного выражения психологического состояния семей военнослужащих на уровне индивидуальной адаптации через психологическую функциональную деятельность на основе проявления эмоциональной устойчивости в социальной адаптации под влиянием механизмов защиты, связанных с отрицанием, компенсацией и когнитивностью, управлением стрессом на основании приказа № РМ -130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 3 мая 2024 года включены в модуль «Психокоррекция» (справка № РМ-130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 10 мая 2024 года). В результате усовершенствованы психологические механизмы оказания психологических услуг населению;

данные о доказательстве необходимости рефлексивной активизации социальных психокогнитивных ресурсов на основе каузальной атрибуции,

связанной с конструктивной конфронтацией, в соответствии с важностью стабилизации семейных отношений через стрессоустойчивость в эмоциональном состоянии личности при оказании психологических услуг семьям военнослужащих на основании приказа № РМ -130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 3 мая 2024 года включены в модуль «Психология чрезвычайных ситуаций» (справка № РМ-130-а Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана имени Низами от 10 мая 2024 года). В результате разработаны практические рекомендации по оказанию психологических услуг населению.

**Апробация результатов исследования.** Результаты исследования были обсуждены на 6 международных и 3 республиканских научно-практических конференциях.

**Опубликованность результатов исследования.** Всего по теме диссертации опубликовано 18 научных работ, в том числе 9 научных статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов диссертаций, из них 6 в республиканских и 3 в зарубежных журналах.

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, рекомендаций, списка использованной литературы и приложений. Объем диссертации составляет 142 страницы.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

Во **введении** диссертации обоснованы актуальность и востребованность темы диссертации, определены цель и задачи, объект и предмет исследования, показано соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, изложены научная новизна и практические результаты исследования, раскрыты научная и практическая значимость полученных результатов, приведены сведения по опубликованным работам и структуре диссертации.

В первой главе диссертации, под названием «**Теоретические основы психологического обслуживания населения**», представлены аналитические обзоры, связанные с социально-психологическими особенностями психологического обслуживания населения, принципами научно-практических аспектов изучения проблемы психологического обслуживания.

В исследованиях зарубежных ученых D.Kolb, H.Gardner, J.Piaget, V.Bloom, A.Bandura, E.Erikson и других систематизированы сведения об оказании психологических услуг, интеграции опыта и практики в деятельности военнослужащих.

Из ученых СНГ Б.Г.Ананьев, Г.М.Андреева, Л.И.Божович, И.В.Дубровина, В.В.Давыдов, Н.С.Лейтес, А.Э.Личко и другие ученые проводили научные исследования по психологическому обслуживанию военнослужащих и механизмам, влияющим на него.

Во многих научно-исследовательских работах ученых-психологов Узбекистана особое внимание уделяется вопросам стресса у личности, стрессоров, вызывающих его, и факторов, влияющих на него. В частности, В.Каримова, Ш.Абдуллаева, М.Давлетшин, Н.С.Сафоев, Р.С.Самаров, Э.Г.Гозиев, Г.Б.Шоумаров и другие проводили исследования по оказанию психологических услуг.

Вторая глава диссертации, озаглавленная «**Эмпирический анализ оказания психологических услуг населению**», посвящена эмпирическому анализу исследуемой проблемы, в которой отражены теоретико-методологические основы исследования, общая характеристика методов, использованных в исследовании, порядок проведения, анализ полученных результатов и корреляционные связи.

Вначале обратим внимание на анализ предварительных результатов, полученных с помощью опросника «Определение психологического состояния семей военнослужащих».

**Таблица №1.**

**Анализ предварительных результатов, полученных по опроснику «Определение психологического состояния семей военнослужащих» (n=100)**

Шкалы название	Среднее (M)		Различия  t
	Семьи военнослужащих, находящихся в командировке более пяти лет n <sub>1</sub> =40	Семьи военнослужащих, находящихся в командировке более десяти лет n <sub>2</sub> =60	
Эмоциональная устойчивость	2,5	4,7	-2,5*
Адаптивность	2,7	4,5	-2,6*
Управление стрессом	4,4	2,1	-2,4*

«Проанализированы предварительные результаты, полученные по опроснику «Определение психологического состояния семей военнослужащих». В частности, наблюдались достоверные различия в факторах «эмоциональная устойчивость» ( $t=-2,5$ ;  $p\leq 0,05$ ), «адаптивность» ( $t=-2,6$ ;  $p\leq 0,05$ ) и «управление стрессом» ( $t=-2,4$ ;  $p\leq 0,05$ ).

По первому фактору нашей методики «эмоциональная устойчивость» высокие результаты наблюдались в семьях военнослужащих, находившихся в отбывании более десяти лет ( $t=-2,5$ ;  $p\leq 0,05$ ). Выявленные статистические различия показывают неразрывную связь данного фактора с продолжительностью военной службы и подтверждают относительное формирование механизмов внутреннего аффективного контроля в условиях длительной командировки. Опыт жизни в таких условиях приводит к развитию компенсаторных стратегий, направленных на регулирование эмоциональных реакций в системе семьи. Хотя в этой группе наблюдалось

снижение чувствительности к внешним факторам риска, это состояние проявляется не как безразличие, а как устойчивость, вызванная сознательным управлением эмоциональными реакциями. Условия длительной командировки требуют перераспределения семейных ролей, повышают психологическую самостоятельность супруга и снижают аффективную зависимость. Также сбалансированность тревожных реакций влияет на мотивацию использования психологических услуг. Эмоциональная устойчивость характеризуется не уменьшением семейных конфликтов, а формированием конструктивного отношения к ним. Фактор долгосрочной службы приводит к мобилизации внутренних ресурсов и обеспечивает рефлексивную обработку аффективных напряжений. В данной группе сочетание механизмов психологической службы с индивидуальным подходом служит дальнейшему укреплению эмоциональной устойчивости. Развитие навыков эмоционального самоконтроля положительно влияет на качество общения с детьми и стабилизирует психогигиеническое состояние семейной среды. Семьи с длительным опытом путешествий имеют высокую скорость адаптации к кризисным ситуациям, что объясняется формированием локуса внутреннего контроля. Повышение эмоциональной устойчивости сопровождается эффективным использованием ресурсов социальной поддержки. Эти результаты обосновывают необходимость организации механизмов психологической службы на основе дифференцированного и индивидуального подхода.

По следующему фактору «адаптивность» положительные результаты были выявлены в семьях военнослужащих, находящихся в командировке более десяти лет ( $t=-2,6$ ;  $p\leq 0,05$ ). Результаты исследования показывают, что формирование адаптивности системно связано с продолжительностью военной службы, подтверждая наличие высокого уровня пластичности к социальным и психологическим изменениям в семьях с длительным опытом командировки. Тот факт, что процесс адаптации к новым ситуациям в этой группе происходит в короткие сроки, объясняется когнитивными схемами, сформированными на основе предыдущего опыта. Условия длительного разлучения приводят к перераспределению семейных ролей, обеспечивая стабилизацию механизмов функциональной адаптации. Адаптивность проявляется не как сопротивление социальным изменениям, а через конструктивную интеграцию и повышает скорость принятия решений в условиях неопределенности. Также высокий уровень адаптивности позволяет воспринимать изменения социальных ролей не как кризис, а как этап развития и упрощает взаимодействие с внешними системами. Психологическая эластичность, сформированная под влиянием долгосрочной службы, помогает выбирать конструктивные стратегии в конфликтных ситуациях и обеспечивает эффективное использование источников социальной поддержки. Развитие адаптивности усиливает рефлексивный подход в воспитании детей и совершенствует внутреннюю коммуникативную систему семьи. Эти результаты обосновывают необходимость применения дифференцированного и сегментированного подхода в процессе оказания психологических услуг.

Системный характер адаптации проявляется как важный фактор, обеспечивающий долгосрочную социальную стабильность семей военнослужащих.

По последнему фактору нашей методики «управление стрессом» высокие результаты были зафиксированы в семьях военнослужащих, находившихся в командировке более пяти лет ( $t=-2,4$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эмпирические данные показывают, что уровень управления стрессом в этом слое выше, что подтверждает формирование стратегий осознанной регуляции в отношении стрессовых ситуаций. В данной группе процесс оценки стрессоров осуществляется на основе когнитивного анализа, а не аффективных импульсов. Долгосрочный опыт службы приводит к формированию адаптивных копинг-механизмов в семейной системе, повышает толерантность к стрессу и приоритезирует рациональную модель принятия решений. Также активность стратегии поиска социальной помощи и применение релаксационных и саморегуляционных методов обеспечивает конструктивную переработку стресса. Это проявляется в улучшении качества семейного общения и снижении деструктивного поведения. Развитие навыков управления стрессом положительно влияет на взаимоотношения с детьми и обеспечивает длительность эмоционального напряжения. Эти результаты обосновывают необходимость организации механизмов психологической службы на основе индивидуальных потребностей и в профилактическом направлении.

**Таблица №2.**

**Корреляция между опросником «Определение психологического состояния семей военнослужащих» и методикой «Проявление факторов психического здоровья» Дерогатиса (n=100)**

<b>Факторы</b>	<b>Эмоциональная устойчивость</b>	<b>Адаптивность</b>	<b>Управление стрессом</b>
Психосоматика	0,35*	0,14	0,17
Обсессивно-компульсивный	0,08	0,12	0,33*
Депрессия	0,14	0,37*	0,12
Беспокойство	0,39*	0,14	0,14
Фобия	0,12	0,13	0,17
Агрессивность	0,16	0,31*	0,17

По результатам корреляционных связей между опросником «Определение психологического состояния семей военнослужащих» и методикой «Проявление факторов психического здоровья» отмечена положительная корреляция фактора «эмоциональная устойчивость» с факторами «психосоматика» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) и «тревожность» ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактора «адаптивность» с факторами «депрессия» ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) и «агрессивность» ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактора «управление стрессом» с фактором «обсессивно-компульсивность» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Отрицательная корреляция ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) между факторами «эмоциональной устойчивости» и «психосоматики», выявленная в процессе комплексного анализа психологического состояния семей военнослужащих, проявляется как важное эмпирическое доказательство, обосновывающее необходимость совершенствования механизмов психологической службы. Эта корреляция показывает, что по мере повышения уровня психического равновесия уменьшаются соматические жалобы и укрепляется психогигиеническая среда в семейной системе. Данная взаимосвязь свидетельствует о необходимости не только ограничить психологическую службу консультативным направлением, но и интегрировать профилактический и реабилитационный компоненты. Потому что, если во время аффективного напряжения не проводится коррекционное вмешательство, они могут оказать негативное влияние на физическое здоровье через психосоматические реакции. Достаточное формирование эмоциональной устойчивости расширяет возможности конструктивной обработки стрессоров в рамках семейной системы. Это повышает эффективность организации механизмов психологической службы на основе ранней диагностики и индивидуального наблюдения. Уменьшение психосоматических симптомов усиливает оздоровительную функцию психологической службы, оказываемой семьям военнослужащих. В результате взаимодействие между психическим и физическим здоровьем приобретает системный характер. Таким образом, данный корреляционный результат научно обосновывает необходимость внедрения специальных тренингов и психопрофилактических программ, направленных на развитие эмоциональной устойчивости при совершенствовании механизмов психологической службы.

Отрицательная корреляция между факторами «эмоциональная устойчивость» и «тревожность» ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) указывает на необходимость дифференциации системы психологической службы и подтверждает снижение интенсивности тревожных реакций в семьях военнослужащих с высоким аффективным балансом. Эта связь означает, что формирование навыков эмоциональной регуляции в рамках психологической службы служит снижению уровня тревожности и тем самым укрепляет способность принимать осознанные решения в чрезвычайных ситуациях. Поскольку высокий уровень тревожности может вызвать напряжение и нестабильность в семейном общении, важно систематически применять методы управления стрессом и релаксации в механизмах психологической службы. Снижение уровня тревожности наряду с повышением эмоциональной устойчивости косвенно положительно влияет на эффективность обслуживания. Душевное равновесие проявляется как один из основных факторов, обеспечивающих устойчивость деятельности. С этой точки зрения, в процессе совершенствования психологической службы определение профиля тревожности и разработка индивидуальных коррекционных программ определяется как приоритетная задача.

Отрицательная корреляция между факторами «адаптация» и «депрессия» ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) определяет одно из важных направлений развития механизмов психологической службы при работе с семьями военнослужащих, поскольку депрессивная симптоматика менее выражена в семьях военнослужащих, способных адаптироваться к изменяющимся условиям. Высокий уровень адаптивности расширяет способность человека мобилизовать свои внутренние ресурсы и проявляется как защитный фактор от депрессии. Эта корреляция указывает на необходимость когнитивной перестройки в рамках психологической службы, формирования оптимистического мышления и усиления механизмов социальной поддержки. Снижение депрессивных реакций укрепляет стабильность семейной системы и положительно влияет на эффективность коллективной деятельности. Поэтому разработка модулей обучения, развивающих адаптивность в процессе совершенствования механизмов психологической службы, является актуальной с научной и практической точки зрения.

Отрицательная корреляция между факторами «адаптивность» и «агрессивность» ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ) позволяет шире интерпретировать социально-психологическую значимость психологической службы, поскольку по мере повышения уровня адаптивности частота агрессивных реакций снижается. Эта взаимосвязь объясняется формированием стратегий конструктивного общения и создает основу для компромиссного разрешения конфликтных ситуаций в семейном и служебном процессе. Снижение агрессивности означает необходимость развития механизмов психологической службы в профилактическом направлении, укрепляя взаимное доверие и сотрудничество в социальной среде. Эмпирически подтверждается, что деструктивное поведение можно предотвратить путем развития адаптивности. Поэтому широкое внедрение конфликтологических тренингов и программ развития эмоционального интеллекта в системе психологической службы повысит эффективность механизма.

Отрицательная корреляция между факторами «управление стрессом» и «обсессивно-компульсивность» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) определяет приоритет регулятивного компонента в совершенствовании механизмов психологической службы, поскольку лица, способные осознанно управлять стрессом, менее склонны к вынужденным повторным мыслям и действиям. Данная корреляция подтверждает ослабление невротической симптоматики по мере развития навыков конструктивной обработки стресса. Уменьшение обсессивно-компульсивных симптомов расширяет возможности рациональной организации деятельности и создает основу для быстрого и точного принятия решений в процессе службы. В условиях недостаточной сформированности механизмов управления стрессом возрастает вероятность усиления излишней тревожности и принудительного поведения. Поэтому в процессе совершенствования системы психологических услуг системная интеграция программ стресс-менеджмента, релаксационных техник и

когнитивно-поведенческих интервенций определяется как научно обоснованное стратегическое направление.

**Таблица №3.**

**Корреляция между опросником «Определение психологического состояния семей военнослужащих» и методикой «Изучение проявления самоконтроля в эмоциональных ситуациях» Г.С.Никифорова, В.К.Васильева и С.В.Фирсовой (n=170)**

<b>Факторы</b>	<b>Эмоциональная устойчивость</b>	<b>Адаптивность</b>	<b>Управление стрессом</b>
Самоконтроль в эмоциональных состояниях	0,33*	0,12	0,19
Самоконтроль в деятельности	0,32*	0,11	0,35*
Самоконтроль в социализации	0,15	0,39*	0,21

По результатам корреляционных связей между факторами опросника «Определение психологического состояния семей военнослужащих» и методики «Проявление факторов психологического здоровья» отмечена положительная связь фактора «эмоциональная устойчивость» с факторами «самоконтроль в эмоциональных состояниях» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) и «самоконтроль в деятельности» ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактора «адаптация» с фактором «самоконтроль в социализации» ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактора «управление стрессом» с фактором «самоконтроль в деятельности» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Положительная корреляция ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) между факторами «эмоциональной устойчивости» и «самоконтроля в эмоциональных состояниях», выявленная в рамках совершенствования системы психологического обслуживания семей военнослужащих, научно обосновывает приоритетное значение компонента аффективной регуляции в механизмах психологической службы. Эта взаимосвязь показывает, что люди с устойчиво сформированным психическим равновесием могут координировать эмоциональные реакции в сложных и опасных ситуациях не импульсивно, а на основе сознательного управления. Поэтому в процессе совершенствования психологической службы считается необходимым внедрение тренинговых программ, направленных на развитие навыков эмоционального самоконтроля, поскольку по мере повышения уровня аффективного контроля снижается вероятность дезорганизации в чрезвычайных ситуациях и обеспечивается последовательность деятельности. Высокий уровень эмоциональной устойчивости служит стабилизации эффективности службы, сбалансировав субъективную интерпретацию стрессовых факторов. С этой точки зрения в процессе совершенствования

механизмов психологического обслуживания семей военнослужащих целесообразно систематически интегрировать психопрофилактические модули, развивающие эмоциональную регуляцию.

Положительная корреляция между факторами «эмоциональная устойчивость» и «самоконтроль в деятельности» ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ) указывает на необходимость гармонизации механизмов психологической службы с операционной деятельностью, поскольку аффективно устойчивые люди обладают потенциалом координировать свое поведение в процессе службы на основе внутренней дисциплины. Данный эмпирический результат подтверждает, что формирование поведенческой регуляции и компетенций самоуправления является важным направлением в процессе развития психологической службы. Способность контролировать себя в процессе деятельности расширяет возможности быстрого и обоснованного принятия решений в сложных условиях. Сочетание эмоционального равновесия с поведенческим контролем укрепляет стабильность службы и повышает профессиональную надежность. Поэтому в процессе совершенствования механизмов психологической службы разработка программ психологической подготовки, ориентированных на деятельность, является научно и практически обоснованным направлением.

Положительная корреляция между факторами «адаптация» и «самоконтроль в социализации» ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) обосновывает необходимость обогащения механизмов психологической службы с точки зрения социально-психологической интеграции, поскольку лица с высоким адаптивным потенциалом имеют возможность сознательно координировать коллективные отношения. Эта взаимосвязь подтверждает укрепление компетенции самоконтроля в процессах социального общения по мере повышения уровня адаптивности. Военнослужащие, способные поддерживать эмоциональный баланс в социальной среде, конструктивно регулируют конфликты внутри коллектива и последовательно организуют процесс достижения общих целей. Развитая адаптивность обеспечивает быструю адаптацию к изменениям социальных ролей и укрепляет взаимное доверие.

Положительная корреляция между факторами «управление стрессом» и «самоконтроль в деятельности» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) определяет стратегическую значимость направления стресс-менеджмента в механизмах психологической службы, поскольку в условиях напряжения люди, у которых сформированы внутренние регулятивные ресурсы, могут последовательно и осознанно управлять своим поведением. Эта связь подтверждает стабилизацию поведенческого контроля в процессе деятельности по мере развития навыков конструктивной обработки стресса. Повышенная стрессоустойчивость снижает вероятность импульсивных реакций и обеспечивает точность при выполнении сложных задач. Системная интеграция технологий управления стрессом в систему психологической службы, наряду с повышением эффективности деятельности, укрепляет психологическое здоровье личности.

Таблица №4.

**Связь между опросником «Определение психологического состояния семей военнослужащих» и методикой «Механизмы психологической защиты личности» Р.Плутчика и Г.Келлермана (n=100)**

<b>Защитные механизмы</b>	<b>Эмоциональная устойчивость</b>	<b>Адаптивность</b>	<b>Управление стрессом</b>
Отрицание	0,32*	0,18	0,15
Вытеснение	0,11	0,16	0,35*
Регрессия	0,17	0,34*	0,14
Компенсация	0,41*	0,19	0,18
Проекция	0,15	0,17	0,20
Замещение	0,18	0,19	0,21
Когнитивность	0,38*	0,36*	0,13
Гиперкомпенсация	0,17	0,14	0,30*

Согласно анализу корреляционных связей между факторами опросника «Определение психологического состояния семей военнослужащих» и методики «Механизмы психологической защиты личности» Р.Плутчика и Г.Келлермана, фактор «эмоциональной устойчивости» продемонстрировал положительную корреляцию с механизмами «компенсации» ( $r=0,41$ ;  $p \leq 0,05$ ), «когнитивности» ( $r=0,38$ ;  $p \leq 0,05$ ) и «отрицания» ( $r=0,32$ ;  $p \leq 0,05$ ). Это означает, что в эмоционально устойчивых военных семьях преобладают относительно конструктивные и осознанные формы психологической защиты. Фактор «адаптивность» показал положительную корреляцию с «регрессией» ( $r=0,34$ ;  $p \leq 0,05$ ) и «когнитивностью» ( $r=0,36$ ;  $p \leq 0,05$ ), что подтвердило тенденцию использования различных защитных стратегий в зависимости от ситуации. Фактор «управление стрессом» продемонстрировал положительную корреляцию с механизмами «вытеснения» ( $r=0,35$ ;  $p \leq 0,05$ ) и «гиперкомпенсации» ( $r=0,30$ ;  $p \leq 0,05$ ), и показал неразрывную связь с процессами мобилизации внутренних ресурсов и компенсации психического напряжения в определенной степени в условиях напряжения.

Положительная связь «эмоциональной устойчивости» с «отрицанием» отражает сложный характер механизмов психологической защиты ( $r=0,32$ ;  $p \leq 0,05$ ). Отрицание в некоторых ситуациях проявляется как временное регулятивное средство, и устойчивая личность проявляет склонность к постепенному восприятию проблемы, не драматизируя негативную информацию сразу. Это служит для предотвращения аффективных взрывов и поддержания психического равновесия. В условиях эмоциональной устойчивости отрицание не переходит в патологическую форму, а человек не полностью отрицает реальную ситуацию, а направляет ее на отложенный анализ. Такой механизм помогает снизить чрезмерный стресс и проявляется как временная психологическая защита в условиях длительного напряжения. Эмоциональное равновесие превращает отрицание в адаптивное средство и обеспечивает эффективное протекание процесса адаптации к опасным ситуациям в семьях военнослужащих. Конструктивная форма отрицания

предотвращает психическое расстройство, служит сохранению внутренних ресурсов личности и создает возможность для дальнейшего активного анализа. Эмоциональная устойчивость помогает поддерживать механизм отрицания под осознанным контролем, а психологическая служба предотвращает переход этого механизма в деструктивную форму. В результате эта связь интерпретируется как одно из важных проявлений системы адаптивной психологической защиты.

Положительная корреляция фактора «эмоциональной устойчивости» с механизмом «компенсации» означает, что аффективный баланс в семьях военнослужащих неразрывно связан со стратегией конструктивной защиты ( $r=0,41$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эмоционально устойчивые личности склонны направлять негативный опыт на социально приемлемую деятельность, не проявляя внутренних напряжений в прямой деструктивной форме. Механизм компенсации обеспечивает уравнивание слабых сторон личности через другие сильные стороны и служит поддержанию психической устойчивости. В условиях эмоциональной стабильности сознательно формируются компенсаторные стратегии, и человек стремится снизить внутренний дискомфорт за счет внешней эффективности. Это укрепляет конструктивное поведение в семейной системе и позволяет контролируемо осуществлять компенсацию на основе аффективного баланса. В стрессовых ситуациях направление психической энергии на полезную деятельность, а не на негативные реакции, свидетельствует о мобилизации психологических ресурсов. Эта связь также подтверждает эффективность психологической службы, поскольку в процессе службы развиваются конструктивные формы защиты, а компенсация проявляется как механизм личностного роста. Эмоциональная устойчивость усиливает социальную адаптацию в семьях военнослужащих, поддерживая этот механизм в адаптивной, а не патологической форме. В результате взаимосвязь между эмоциональной устойчивостью и компенсацией интерпретируется как важное проявление адаптивной психологической системы защиты.

Положительная корреляция между факторами «эмоциональная устойчивость» и «когнитивность» отражает гармонию между аффективным равновесием и процессами рациональной обработки ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эмоционально устойчивая личность оценивает ситуацию не эмоционально, а аналитически, принимая логические решения вместо импульсивного поведения. Когнитивные механизмы обеспечивают последовательность мыслительных процессов, снижая напряжение за счет переосмысления событий. В сложных ситуациях приоритет когнитивной переоценки проявляется как признак психологической зрелости. Аффективный контроль усиливает эластичность мышления, позволяет структурировать эмоциональные реакции и поддерживает рефлексивный анализ. В результате человек осознает свои эмоции и сознательно управляет ими, что снижает интенсивность внутренних конфликтов и укрепляет социальную стабильность. Такая гармония в семьях военнослужащих облегчает процесс адаптации и обеспечивает эффективное функционирование когнитивных

механизмов как осознанной формы защиты. В условиях психологической службы этот процесс еще более усиливается за счет развития когнитивных стратегий, и эта связь представляет собой интегративный характер психологических ресурсов.

Положительная связь фактора «адаптации» с механизмом «регрессии» отражает сложную психодинамическую структуру адаптивных процессов ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ). Адаптивный человек может быстро и адекватно реагировать на меняющиеся ситуации и использовать регрессию в сложных условиях в качестве временного средства защиты, служащего для экономии психической энергии. В этом случае человек снижает внутреннее напряжение за счет кратковременного возвращения к более простой форме поведения, но когда уровень адаптации высокий, регрессия длится недолго, и вскоре наблюдается возвращение к зрелой модели поведения. Этот процесс выражает эластичность психической системы и обеспечивает проявление регрессии как восстановительного, а не деструктивного механизма. В семьях военнослужащих такая ситуация наблюдается на этапе восстановления после напряженных ситуаций и служит для ремобилизации внутренних ресурсов. Адаптивность направляет человека к переоценке ситуации и адаптивным решениям, держа регрессивные эпизоды под контролем. В результате регрессия ограничивается временным средством защиты и служит поддержанию психологической стабильности, а психологическая служба повышает ее эффективность за счет конструктивной ориентации этого механизма. Эта связь представляет собой динамическую связь адаптивности с системой психологической защиты.

Положительная корреляция между факторами «адаптация» и «когнитивность» отражает приоритетность процессов адаптивного мышления ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ). Адаптивный человек способен переосмысливать ситуацию и через когнитивные механизмы воспринимает стрессор в новом смысле, что служит снижению внутреннего напряжения. Эластичность мышления проявляется как важная составляющая адаптивности, позволяющая человеку быстро находить альтернативные решения и отказываться от жестких стереотипов мышления. В семьях военнослужащих такая особенность облегчает процесс адаптации к изменяющимся условиям и помогает координировать эмоциональные реакции посредством когнитивной обработки. Адаптивность обеспечивает активное функционирование мыслительных процессов и проявляется как важный признак психологической зрелости, поскольку человек имеет возможность оценивать события с нескольких точек зрения. В результате в конфликтных ситуациях приобретает конструктивную позицию, укрепляется социальная стабильность. Психологическая служба направлена на развитие таких механизмов, сознательная переоценка служит средством адаптивной защиты и снижает эмоциональную дезорганизацию мыслительной деятельности. Таким образом, данная взаимосвязь подтверждает рациональную основу адаптивности.

Положительная связь фактора «управление стрессом» с механизмом «вытеснения» означает активизацию процессов психической регуляции в условиях напряжения ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ). Вытеснение используется под контролем человека, обладающего высокой способностью управлять стрессом, давая кратковременное облегчение путем внедрения определенных негативных переживаний в подсознание. В таких условиях человек имеет возможность временно ограничить негативные эмоциональные импульсы и сосредоточиться на основной задаче, что обеспечивает оперативность в военных условиях и служит поддержанию внутреннего порядка в стрессовых ситуациях. Вытеснение не достигает чрезмерного уровня, оно уравнивается механизмами управления стрессом, и после того, как ситуация проходит, человек переходит к повторному анализу опыта, что способствует поддержанию психического здоровья. Контролируемое вытеснение приобретает адаптивный характер, не представляет опасности в сочетании с эмоциональной устойчивостью и обеспечивает непрерывность деятельности в напряженных ситуациях за счет сохранения внутренних ресурсов. Психологическая служба направлена на развитие этого процесса в здоровой форме, а механизм вытеснения проявляется как важное средство защиты личности от аффективных взрывов. Таким образом, эта связь раскрывает сложный психологический механизм регуляции стресса.

Положительная корреляция между факторами «управление стрессом» и «гиперкомпенсация» отражает тенденцию к восстановлению внутреннего равновесия через чрезмерную активность в условиях напряжения ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ). Гиперкомпенсация направлена на компенсацию внутреннего дискомфорта посредством усиленных движений, и при наличии способности управлять стрессом этот процесс становится контролируемым. В такой ситуации вместо излишней тревоги человек усиливает деятельность, обеспечивает конструктивное направление психической энергии и служит формированию чувства высокой ответственности в военных условиях. Гиперкомпенсация при нормальном проявлении повышает эффективность деятельности, а механизмы управления стрессом предотвращают его перегрузку. Личность мобилизует свои возможности, уравнивая внутреннее напряжение посредством внешней активности, что укрепляет психологическую устойчивость и приводит к усилению мотивации. В то же время, хотя чрезмерная форма гиперкомпенсации может привести к негативным последствиям, механизм управления стрессом снижает этот риск и позволяет конструктивно направлять энергию через психологическую службу. В результате человек сохраняет внутреннее равновесие, добиваясь высоких результатов, и напряжение превращается в эффективную деятельность. Эта взаимосвязь интерпретируется как одна из активных стратегий регуляции стресса.

В третьей главе диссертации, под названием **«Практические основы совершенствования механизмов оказания психологической службы населению»**, представлены научно-методические основы оказания психологической помощи населению и сравнительный анализ результатов, полученных от объектов исследования. Также на основе проведенного

теоретико-эмпирического анализа разработана модель психологического обслуживания семей военнослужащих, ее уровни и показатели, на их основе создана специальная программа психологического развития, а также оценена ее эффективность.

**Таблица №5.**

**Сравнительный анализ результатов, полученных с помощью опросника «Определение психологического состояния семей военнослужащих» (n=100)**

№	Компоненты	Группы	До тренинга	После тренинга	Различие	
			М <sub>1</sub>	М <sub>2</sub>	t	p.
1.	Эмоциональная устойчивость	Экспериментальная (n=25)	2,4	4,9	-2,9	0,05
		Контрольная (n=75)	2,8	3,4	-1,5	0,14
2.	Адаптивность	Экспериментальная (n=25)	2,6	4,8	-2,5	0,05
		Контрольная (n=75)	2,9	3,5	-1,5	0,12
3.	Управление стрессом	Экспериментальная (n=25)	2,5	4,7	-2,7	0,05
		Контрольная (n=75)	2,8	3,6	-1,4	0,17

Согласно анализу сравнительных результатов, полученных с помощью опросника «Определение психологического состояния семей военнослужащих» в экспериментальной и контрольной группах, после нашей программы развивающего тренинга наблюдались значимые различия во всех факторах. В частности, наблюдались значительные изменения в факторах «эмоциональная устойчивость» ( $t=-2,9$ ;  $p\leq 0,05$ ), «адаптивность» ( $t=-2,5$ ;  $p\leq 0,05$ ) и «управление стрессом» ( $t=-2,7$ ;  $p\leq 0,05$ ). Это свидетельствует о том, что в нашей экспериментальной группе были выявлены значительные изменения.

Согласно результатам, разработанная развивающая программа в рамках концепции «Психологическое обслуживание населения» привела к значительному развитию у военнослужащих и их семей способностей контролировать стрессовые ситуации, конструктивно управлять напряжением и координировать эмоциональные реакции в сложных ситуациях. Повышение уровня аффективной регуляции под влиянием программы расширило возможности быстрого и последовательного принятия решений в чрезвычайных ситуациях и послужило стабилизации эффективности службы. Системное применение механизмов психологического вмешательства укрепило у военнослужащих способность адаптироваться к изменяющимся условиям и надежно действовать в неопределенных и опасных ситуациях. Специальные техники программы тренинга, направленные на развитие

психологической устойчивости и навыков стресс-менеджмента, наряду с укреплением психического равновесия, создали необходимые условия для обеспечения конструктивного взаимодействия в коллективной среде.

Положительные динамические изменения, отмеченные в экспериментальной группе, эмпирически подтвердили возможность эффективной мобилизации внутренних ресурсов личности за счет совершенствования механизмов психологической службы. Развивающая программа повысила уверенность участников в себе, укрепила психологическую выносливость в преодолении стрессовых ситуаций и снизила риск аффективной дезорганизации. Практическая направленность обучения позволила сформировать психологические стратегии, соответствующие реальным условиям службы, способствовала сознательному управлению поведением и обеспечению психологической безопасности. Высокие результаты, отмеченные в экспериментальной группе, показали значительное повышение уровня психологической подготовленности и подтвердили интегративное развитие эмоциональной устойчивости, адаптивности и компетенций управления стрессом. Эти изменения, наряду с повышением эффективности службы, способствовали формированию позитивного психологического климата в коллективе и укреплению взаимного доверия. Программа способствовала стабилизации общей работоспособности, повышая устойчивость не только к чрезвычайным ситуациям, но и к напряжению, возникающему в процессе повседневной службы. В целом, результаты сравнительного анализа показывают, что систематическое внедрение программ психологической службы, ориентированных на военнослужащих и их семьи, является эффективным направлением совершенствования механизмов психологической службы, научно обосновывает актуальность таких интервенций в обеспечении психической устойчивости и удовлетворении потребности в успешном управлении деятельностью.

## **ВЫВОДЫ**

1. Выявлено, что в процессе оказания психологических услуг семьям военнослужащих навыки социальной адаптации и управления стрессом, связанные со служебной деятельностью, оказывают непосредственное влияние на динамику семейных отношений.

2. Доказано, что оказание психологических услуг семьям военнослужащих является эффективным фактором формирования компетенций управления стрессом путем интеграции индивидуальных, семейных и психопрофилактических механизмов на основе психоэдуктивного подхода.

3. Доказано, что модель психологического обслуживания семей военнослужащих должна включать уровни психологической оценки и схему организационно-практической помощи на этапах служебных командировок, расставания и реадаптации с учетом механизмов психологической защиты личности (компенсация, когнитивная обработка и эмоциональная устойчивость).

4. Выявлено, что возникновение психологического напряжения в семьях под влиянием стрессовых факторов, связанных с военной службой, в большинстве случаев проявляется в результате интегративного развития «ориентации на ожидание социальной поддержки» с механизмами психологической защиты, в результате чего уровень стрессоустойчивости в эмоциональной сфере личности напрямую зависит от стабильности семейной среды.

5. Выявлено, что в семьях военнослужащих со стажем службы до пяти лет более высокая чувствительность к тревожным ситуациям, эмоциональная нестабильность и способность быстро принимать решения находятся на более низком уровне.

6. Научно доказано, что эффективность психологических услуг в семьях военнослужащих связана со стабилизацией семейных отношений на основе стрессоустойчивости, рефлексивной активацией социально-психокогнитивных ресурсов посредством каузальной атрибуции и развитием механизмов конструктивной конфронтации.

В рамках диссертационного исследования разработаны следующие **практические рекомендации:**

1. В целях совершенствования системы психологического обслуживания военнослужащих и их семей целесообразно систематически внедрять в деятельность воинских частей и семейных консультационных центров комплексные программы психологического тренинга, направленные на развитие эмоциональной устойчивости, адаптивности и навыков управления стрессом.

2. Необходимо разработать и внедрить в практику модель дифференцированной психологической службы для семей военнослужащих с учетом различных этапов военной службы: предвыездного, командировочного периода и процесса реадаптации.

3. В процессе оказания психологических услуг рекомендуется широкое применение психодиагностических и психопрофилактических методов, направленных на выявление механизмов психологической защиты (отрицание, компенсация, когнитивная обработка) и их конструктивную направленность.

4. В целях устранения стрессовых и кризисных ситуаций, возникающих в семьях военнослужащих, необходимо интегрировать в практическую деятельность технологии семейных кризисных интервенций, психообразовательные занятия и программы стресс-менеджмента.

5. Необходимо расширять компетенции психологов, работающих в военной сфере, по работе с семьей, регулярно обеспечивать их современными психодиагностическими и коррекционными методиками.

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES AT  
DSc.03/2025.27.12.P.08.10 AT BUKHARA STATE UNIVERSITY**

---

**BUKHARA STATE UNIVERSITY**

**TO‘YMURODOV ABDURAXMON SHUHRAT O‘G‘LI**

**IMPROVEMENT OF MECHANISMS FOR PROVIDING  
PSYCHOLOGICAL SERVICES TO THE POPULATION  
(on the example of families of military personnel)**

**19.00.05 – Social psychology. Ethnopsychology**

**ABSTRACT OF THE DISSERTATION OF THE DOCTOR OF  
PHILOSOPHY (PhD) IN PSYCHOLOGICAL SCIENCES**

**Bukhara – 2026**

Subject of present PhD in psychology thesis is registered with the Higher Certification Commission under the Ministry of Higher Education, Science and Innovations of the Republic of Uzbekistan with reference number B2023.4.PhD/P721.

Thesis is prepared in Bukhara State University.

Thesis summary in three languages (Uzbek, Russian, English (brief)) has been uploaded to website of Scientific Council (www.buxdu.uz) and «ZiyoNet» information-education portal (www.ziynet.uz).

**Scientific advisor:** **Avezov Olmos Ravshanovich**  
Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, associate professor

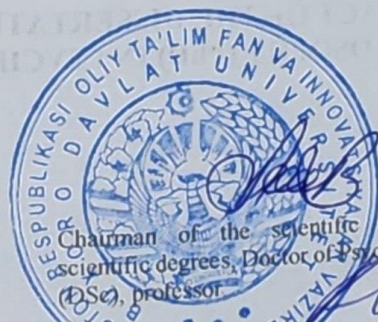
**Official Opponents:** **Safarov Dilmurod Xalimovich**  
Doctor of Psychology (DSc), Professor  
**G'aybullayev A'zam Axadovich**  
Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, associate professor

**Leading organization:** **Urgench State University**

Thesis defense will be taking place on 4 April 2026 at 14<sup>50</sup> pm at Scientific Council meeting Ref:DSc.03/2025.27.12.P.08.10 at Bukhara State University (Address: 200118, Bukhara region, Bukhara city, Muhammad Ikbol street, 11. Tel: (+998 65) 221-29-14; fax: +998 65 221-27-57; e-mail: buxdu.rektor@buxdu.uz)

Thesis is available for review (reference number D356) at information-resource center of Bukhara State University (Address: 200115, Bukhara region, Bukhara city, Muhammad Ikbol street, 11. Tel: (+998 65 221-29-14).

Thesis summary is issued on « 16 » March 2026.  
(issue reference number α « 16 » March 2026)



**A.M. Nazarov**  
Chairman of the scientific council awarding scientific degrees, Doctor of Psychological Sciences (DSc), professor

**Sh.Sh. Rustamov**  
Scientific Secretary of the scientific council awarding scientific degrees, doctor of Psychological Sciences (DSc), associate professor

**A.A. Xuscynova**  
Chairman of the Scientific seminar under Scientific council awarding scientific degrees, Doctor of Philosophical Sciences, professor

## INTRODUCTION (Annotation to PhD thesis)

**Research objective** is to improve the mechanisms for providing psychological assistance to the population.

**Research object** was to improve the mechanisms for providing psychological services to the population, and 45 families of military personnel from Bukhara region, 30 from Kashkadarya region, and 25 from Samarkand region, a total of 100 families, were involved as respondents.

**Research subject** is improving the mechanisms for providing psychological services to the population.

**Scientific novelty of research** is as follows:

In the process of providing psychological services to the population, it was determined that the importance of positively stabilizing cultural adaptive characteristics through family crisis intervention due to the impact of social adaptation and stress management skills on the dynamics of interpersonal relationships in the family is determined;

In the process of providing targeted psychological services to military families, it was determined that the importance of harmoniously applying individual, family, psychoprophylactic mechanisms based on psychoeducative sessions is determined, and the importance of developing stress management skills through the integrative manifestation of self-control in activities with emotional stability is determined;

It was determined that the psychological state of military families is expressed in terms of the level of individual adaptation through psychological functional activity, based on the manifestation of emotional stability in social adaptation under the influence of denial, compensation and cognitive, protective mechanisms related to stress management;

In providing psychological services to military families, it is argued that it is necessary to reflexively activate social psychocognitive resources based on causal attribution, based on the importance of stabilizing family relationships through stress tolerance in the emotional state of the individual.

**Implementation of research results.** Based on the results of the scientific research on the topic «Improving the mechanisms of psychological service to the population (on the example of families of military personnel)» the following conclusions and recommendations were made:

the conclusion that the importance of positively stabilizing cultural adaptive features through family crisis intervention in the process of providing psychological service to the population due to the impact of social adaptability and stress management skills in performing service duties on the dynamics of interpersonal relationships in the family was identified, and were included in the «psychological service» module in accordance with the order of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 3, 2024 No. PM-130 (reference book of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 10, 2024 No. PM-130-a). As a result, a model of psychological service to the population was developed;

scientific conclusions on the importance of the coordinated use of individual, family, psychoprophylactic mechanisms based on psycho-educational sessions in providing targeted psychological services to military families, the importance of developing stress management skills through the integrative manifestation of self-control with emotional stability in activities, were included in the «Psychological Service» module in accordance with the order of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 3, 2023 No. PM-130-a (reference book of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 10, 2024 No. PM-130-a). As a result, it was determined that, depending on the origin of psychological stress in the population, different strategies of stress coping in the emotional sphere of the individual are manifested in crisis situations;

the information that the psychological state of military families is expressed in the level of individual adaptation through psychological functional activity, based on the manifestation of emotional stability in social adaptation under the influence of defense mechanisms related to denial, compensation and cognitive, stress management, was included in the «Psychocorrection» module in accordance with the order of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 3, 2024 No. PM-130 (reference book of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 10, 2024 No. PM-130-a). As a result, the psychological mechanisms of providing psychological services to the population have been improved;

in the provision of psychological services to military families, information on the need for reflexive activation of social psychocognitive resources based on causal attribution, related to constructive confrontation, in accordance with the importance of stabilizing family relationships through stress tolerance in the emotional state of the individual, was included in the module "Psychology of Emergency Situations" in accordance with the order of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 3, 2024 No. PM-130 (reference book of the Educational and Scientific Center of Psychology under the National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami dated May 10, 2024 No. PM-130-a). As a result, practical recommendations for providing psychological services to the population were developed.

**Evaluation of study results.** The results of this study were discussed at 6 international and 3 republican scientific and practical conferences.

**Publishing of dissertation results.** 18 academic papers were published on scientific results of the research, including 9 scientific articles in scientific publications recommended for publication by the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan on the main scientific results of dissertations, 6 of which were published in national and 3 in foreign journals.

**Structure and size of the dissertation.** The structure of the dissertation consists of an introduction, three chapters, conclusion, recommendations, a list of references and appendices. The size of the dissertation is 142 pages.

**E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI**  
**СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ**  
**LIST OF PUBLICATION**

**I bo'lim (I часть; I part)**

1. To'ymurodov A.Sh. Social psychological foundations of providing psychological services for military communities. //Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2024. – № 32. – С. 233-239. ISBN: 978-5-9527-02-16-5.

2. To'ymurodov A.Sh. Harbiy xizmatchilar oilalarida psixologik xizmat ko'rsatish mexanizmlarini rivojlantirish. //Ta'limda istiqbolli izlanishlar. – Buxoro, 2025. № 12. – B. 539-548. ISSN: 3060-527X.

3. To'ymurodov A.Sh. Harbiy xizmatchilar oilalariga psixologik xizmat ko'rsatish tizimini takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari. //Zamonaviy jamiyat va innovatsiyalar. – Buxoro, 2025. № 12. – B. 631-641. ISSN: 3060-544X.

4. To'ymurodov A.Sh. Harbiy xizmatchilar oilalarida psixologik qo'llab quvvatlash xizmatini rivojlantirish mexanizmlarining ilmiy-amaliy jihatlari. //Raqqamli globallashuv va transformatsion yondashuvlar mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjuman to'plami. – Buxoro, 2026. – B. 247-251.

5. To'ymurodov A.Sh. Harbiy jamoalarga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari. //Zamonaviy psixologik tadqiqotlar integratsiyasi mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjuman to'plami. – Buxoro, 2023. – B. 151-152.

6. To'ymurodov A.Sh. Stress and emotional strain factors in the families of military personnel. //Universal insights conference on science and society International multidisciplinary research international conference. – France, 2026. – P. 227-233.

7. To'ymurodov A.Sh. Modern model of psychological services for the population and its development trends. //World conference on modern research applied International multidisciplinary research international conference. – Italy, 2026. – P. 54-59.

**II bo'lim (II часть; II part)**

8. To'ymurodov A.Sh. Aholiga psixologik ko'rsatishning ijtimoiy-psixologik tavsifi va uning diagnostikasi. //Guliston davlat universiteti axborotnomasi. – Guliston, 2023. № 2. – B. 99-102. ISSN: 2181-7367.

9. To'ymurodov A.SH. Ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatish. //Tadqiqot.uz. O'zbekiston olimlari va yoshlarining inovatsion ilmiy-amaliy tadqiqotlari mavzusidagi respublika 26-son ilmiy amaliy konfrensiya. – O'zbekiston, 2021. – B. 133-134.

10. To'ymurodov A.Sh. Harbiy oilalardagi hissiy-emotsional holatlar korreksiyasi. //Pedagogik mahorat. – Buxoro, 2023. № 9. – B. 92-97. ISSN: 2181-6833.

11. To‘ymurodov A.Sh. Basics of providing psychological services to military personnel. //Academic research in modern science international scientific-online conference. – USA, 2023. – P. 148-152.
12. To‘ymurodov A.Sh. Modern interpretation of psychodiagnostics and psychocorrection of extreme situations. //International scientific conference «Scientific advances and innovative approaches». – Tokyo, 2023. – P. 71-79.
13. To‘ymurodov A.SH. Ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko‘rsatishning ilmiy - amaliy asoslari. //Psixologiya. – Buxoro, 2021. – B. 199-205. ISSN: 2181-5291.
14. To‘ymurodov A.Sh. Scientific and practical basis of providing psychological service to military in emergency situations. //Central asian journal of literature, philosophy and culture. – Ispaniya, 2023. – P. 42-48. EISSN: 2660-6828.
15. To‘ymurodov A.Sh. Aholiga psixologik xizmatda qo‘llanadigan korreksion trening dastur. //Zamonaviy psixologik tadqiqotlar tendensiyalari mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy anjuman. – Buxoro, 2024. – B. 170-171.
16. To‘ymurodov A.Sh. Aholida kasbiy so‘nish turlari va nomoyon bo‘lishi. //International journal of education, social science & humanities. Finland academic research science publishers. – Finland, 2023. – P. 2351-2356. ISSN: 2945-4492.
17. To‘ymurodov A.Sh. Социально-психологические механизмы оказания психологической помощи военным сообществам. //Психология XXI столетия. – Самарканд, 2024. – С. 385-387.
18. To‘ymurodov A.Sh. Aholining kasbiy-psixologik xususiyatlari. //Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar. – O‘zbekiston, 2024. – B. 245-249. ISSN:2181-1709.

Avtoreferat “Durdona” nashriyotida tahrirdan o‘tkazildi hamda o‘zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlarning mosligi tekshirildi.



Bosishga ruxsat etildi: 11.03.2026-yil. Bichimi 60x84 1/16, «Times New Roman» garniturada raqamli bosma usulida bosildi. Shartli bosma tabog‘i 3,0.

Adadi: 100 nusxa. Buyurtma №153

