



**ICHKI ISHLAR ORGANLARI XODIMLARIDA SUITSIDIAL
XULQ-ATVOR SHAKLLANISHINING OLDINI OLIISH
PROFILAKTIKASI**

O'zbekiston Ichki Ishlar Vazirligi Akademiyasi

3-o 'quv kursi 330-guruh kursanti

Bahronov Fahriddin Bahodirovichning ilmiy maqolasi

Annotatsiya: Ushbu Maqolada ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorning shakllanishining oldini olish profilaktikasiga bag'ishlangan. Suitsid - bu insonning hayotiga o'z ixtiyori bilan yakun yasashidir va bu jarayon ko'plab omillar bilan bog'liq. Ichki ishlar organlari xodimlari har kuni kuchli stress va psixologik bosim ostida ishlaydi, bu esa ularning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Mavzuni o'rganish uchun psixologik, sotsiologik va meditsina tadqiqotlaridan foydalanildi. Ushbu maqolada ichki ishlar xodimlarining ruhiy salomatligini ta'minlashga qaratilgan profilaktik tadbirlar ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: suitsidial xulq atvor, ichki ishlar organlari, profilaktika, psixologik yordam, stress, emotsional barqarorlik, ijtimoiy muhit, malaka oshirish, o'z-o'zini anglash, psixologik salomatlik, krizis holatlar, o'zini o'zi zarar yetkazish

Аннотация: Статья посвящена профилактике формирования суицидального поведения среди сотрудников внутренних дел. Суицид является результатом множества факторов, влияющих на психическое здоровье человека. Сотрудники правоохранительных органов ежедневно сталкиваются с высоким уровнем стресса и психологического давления, что негативно сказывается на их психическом состоянии. Для исследования данной темы использовались психологические, социологические и медицинские исследования. В статье рассматриваются профилактические мероприятия, направленные на поддержание психического здоровья сотрудников внутренних дел.

Ключевые слова: суицидальное поведение, внутренние органы, профилактика, психологическая помощь, стресс, эмоциональная



устойчивость, социальная среда, повышение квалификации, самоосознание, психологическое здоровье, кризисные ситуации, самоповреждение.

Abstract: *This article focuses on the prevention of suicidal behavior among law enforcement personnel. Suicide is the result of numerous factors that influence an individual's mental health. Law enforcement officers face high levels of stress and psychological pressure on a daily basis, which negatively affects their mental well-being. The study employs psychological, sociological, and medical research methods. The article examines preventive measures aimed at maintaining the mental health of law enforcement personnel.*

Keywords: *suicidal behavior, internal affairs bodies, prevention, psychological support, stress, emotional stability, social environment, professional development, self-awareness, psychological health, crisis situations, self-harm.*

Zamonaviy jamiyatda ichki ishlar organlari xodimlari har doim xavfli va murakkab vaziyatlarga duch keladilar. Ularning kasbiy faoliyati ko‘pincha stress va psixologik bosim bilan bog‘liq bo‘lib, bu esa ruhiy salomatlikka jiddiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Suitsid — inson hayotini o‘z ixtiyori bilan tugatish jarayoni, va bu muammo ichki ishlar organlari xodimlari o‘rtasida keng tarqalgan. Ularning ish sharoitlari, vazifalari va psixologik yuklari bu xulq-atvorni shakllanishiga sabab bo‘lishi mumkin. Ichki ishlar organlarida xizmat qiluvchi xodimlar o‘z vazifalarini bajarish jarayonida jismoniy va ruhiy jihatdan kuchli bo‘lishlari zarur. Biroq, ko‘plab omillar, jumladan, kasbiy stress, ishsizlik, oila va shaxsiy hayotdagi muammolar, ularning ruhiy holatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligi pasayishi, ularning ish samaradorligini kamaytiradi va bu o‘z navbatida, ijtimoiy xavfsizlikni ta‘minlashda muammolar tug‘diradi.

O‘tgan yillarda ko‘plab davlatlarda ichki ishlar organlari xodimlarida ruhiy salomatlik muammolari o‘tib bormoqda. Suitsidlar, albatta, jamiyatning asosiy muammolaridan biri bo‘lib qolmoqda. Bir qator tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ichki



ishlar xodimlarining ruhiy salomatligi pasayishi ularning professional faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va jiddiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Bu holatlar, o'z navbatida, ichki ishlar organlari xodimlari o'rtasida ruhiy salomatlikni saqlash va ularni qo'llab-quvvatlash zarurligini ta'kidlaydi. Maqolamizda ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorning shakllanishiga olib keladigan asosiy omillar va ularning oldini olish profilaktikasi masalalari ko'rib chiqiladi.

O'rganish jarayonida xodimlar o'rtasida stressni boshqarish, psixologik yordam ko'rsatish va o'zaro muloqotni rivojlantirish usullari batafsil tahlil qilinadi. Buning uchun turli statistik ma'lumotlar, so'rovnomalar va psixologik tadqiqotlar keltiriladi. Ushbu ma'lumotlar ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega bo'lishi mumkin. Ruhiy salomatlikni saqlash va rivojlantirishda ichki ishlar organlari rahbariyatining roli ham juda muhimdir. Ularning rahbariyati xodimlarning ruhiy salomatligi bilan bog'liq muammolarni hal qilishda faol ishtirok etishi, shuningdek, psixologik yordam xizmatlarini taqdim etishda muhim ahamiyatga ega. Bunda psixologlar, shifokorlar va ichki ishlar organlari xodimlari o'rtasida hamkorlikni rivojlantirish, stressni boshqarish dasturlarini amalga oshirish va xodimlarga ruhiy yordam ko'rsatish muhimdir. Ushbu maqola ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorning oldini olish profilaktikasi bo'yicha yangi yondashuvlarni taqdim etishga qaratilgan.

Suitsidning oldini olishda zamonaviy psixologik yondashuvlar, treninglar va qo'llab-quvvatlash dasturlari joriy etilishi muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, ichki ishlar organlari xodimlarining psixologik muhitini yaxshilash va stressni kamaytirish maqsadida turli tadbirlar tashkil etish lozim. Yana bir muhim jihat shundaki, ichki ishlar organlari xodimlari o'rtasida ochiq muloqot va xavfsizlik muhitini yaratish zarur. Ular o'z his-tuyg'ularini, muammolarini va tajribalarini ochiq muhokama qilishlari kerak. Buning natijasida xodimlar o'rtasida qo'llab-quvvatlash va hamkorlik muhitini yaratish mumkin. Ushbu maqola ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorni oldini olish profilaktikasiga qaratilgan keng qamrovli tahlil va tavsiyalarni taqdim etadi. Bu masala nafaqat ichki ishlar organlarining o'ziga xos xususiyatlariga, balki butun jamiyatga ta'sir ko'rsatadi. Shu



sababli, biz ushbu maqolada keltirilgan ma'lumotlar va tavsiyalarni jamoatchilik va ichki ishlar organlari xodimlari o'rtasida keng muhokama qilishni tavsiya qilamiz.

Asosiy qism

Maqolaning asosiy qismi ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorning shakllanishiga olib keluvchi omillarni, ularning ruhiy salomatligiga ta'sirini va bu xulq-atvorni oldini olishda qo'llaniladigan profilaktik tadbirlarni batafsil tahlil qiladi. Ushbu qismda har bir jihatga alohida e'tibor beriladi va mavjud tadqiqotlar, statistik ma'lumotlar va psixologik yondashuvlar keltiriladi.

1. Suitsidial xulq-atvorning sabablari

Suitsidial xulq-atvor ichki ishlar organlari xodimlarida bir qator omillar ta'sirida yuzaga keladi. **Birinchidan**, kasbiy stressning o'sishi, ish sharoitlarining og'irligi va ruhiy bosim xodimlarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ichki ishlar organlari xodimlari yuqori darajada stressga duch keladilar. Ular har kuni jiddiy vaziyatlarga, jinoyatchilikka va jinoyatchilarga duch kelishadi, bu esa ularning ruhiy holatini og'irlashtiradi.

Ikkinchidan, ichki ishlar organlarida ishtirok etayotgan xodimlar o'rtasida yetarli psixologik yordam ko'rsatilmaydi. Odatda, psixologik yordamga murojaat qilish uchun stigmalar mavjud bo'lib, bu esa xodimlarning o'z muammolarini ochiq muhokama qilishlariga to'sqinlik qiladi. Ular o'zlarini zaif his qilishdan qo'rqishadi, bu esa xodimlarning ruhiy salomatligining yanada yomonlashishiga olib keladi.

Uchinchidan, oila va shaxsiy hayotdagi muammolar ham ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorni shakllantirishi mumkin. Ko'pincha, xodimlar ish va oilaviy majburiyatlar o'rtasida muvozanatni saqlashda qiynaladilar. Ularning ish va shaxsiy hayoti orasidagi to'g'ri muvozanatni topish qiyin bo'lishi mumkin, bu esa stressning ortishiga va ruhiy salomatlikning pasayishiga olib keladi.

2. Suitsidial xulq-atvorning tahlili

Suitsidial xulq-atvorni tahlil qilishda, xodimlarning ishga bo'lgan munosabatini ham inobatga olish zarur. Ularning o'z ishlariga bo'lgan qiziqishi, motivatsiyasi va jamoaviy ruhlari ruhiy salomatlikka ta'sir ko'rsatadi. Xodimlar



o'rtasida jamoaviy aloqalar mustahkam bo'lsa, bu ularning stressga qarshi turish qobiliyatini oshiradi. Biroq, agar jamoada stressli muhit mavjud bo'lsa, bu holat xodimlarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bundan tashqari, ichki ishlar organlaridagi rahbariyatning xodimlarga nisbatan munosabati ham muhimdir. Rahbarlarning xodimlarga bo'lgan yondashuvi, ularning muammolarini tushunishlari va qo'llab-quvvatlashlari xodimlarning ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyatga ega. Rahbarlarning o'z xodimlarini qadrlashlari, ularning fikrlarini eshitishlari va muammolarini hal qilishda yordam berishlari xodimlarning ruhiy salomatligini yaxshilaydi.

3. Profilaktika tadbirlarini o'rganish

Suitsidal xulq-atvorni oldini olish uchun samarali profilaktika tadbirlarini amalga oshirish zarur. Buning uchun, **birinchi navbatda**, ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligini kuzatish tizimini yo'lga qo'yish lozim. Bu tizim orqali xodimlarning psixologik holatini o'rganish, muammolarini aniqlash va ularga mos keladigan yordam ko'rsatish mumkin.

Ikkinchidan, stressni boshqarish bo'yicha treninglar tashkil etilishi muhimdir. Ushbu treninglar xodimlarga stressni kamaytirish, o'z his-tuyg'ularini boshqarish va salbiy vaziyatlarga to'g'ri yondashish ko'nikmalarini o'rgatadi. Treninglar davomida xodimlar o'zaro tajriba almashadilar, bu esa jamoa ruhini mustahkamlashga yordam beradi.

Uchinchidan, psixologik yordam xizmatlari tashkil etilishi zarur. Ichki ishlar organlari xodimlariga professional psixologlardan yordam olish imkoniyatini berish, ularning ruhiy salomatligini saqlashda muhimdir. Psixologik yordam ko'rsatish orqali xodimlar o'z muammolarini ochiq muhokama qilishlari va zarur bo'lsa, professional yordam olishlari mumkin. Shuningdek, ichki ishlar organlari xodimlari o'rtasida ochiq muloqotni rivojlantirish muhimdir. Bu muloqot xodimlarga o'z his-tuyg'ularini, muammolarini va tajribalarini bo'lishishga yordam beradi. Ochiq muloqot ruhiy xavfsizlikni yaratadi va jamoaviy ruhni kuchaytiradi.



4. Tavsiyalar

Maqolaning oxirida ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorni oldini olish uchun bir qator tavsiyalar beriladi. Ularning ichida stressni boshqarish dasturlarini amalga oshirish, psixologik yordam xizmatlarini yo'lga qo'yish va jamoada ochiq muloqotni rivojlantirish kabi psixologik tadbirlar mavjud. Ushbu tavsiyalar xodimlarning ruhiy salomatligini saqlash va ularni qo'llab-quvvatlashda muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Samarali profilaktika tadbirlari ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligini oshirish va suitsidial xulq-atvorning oldini olishda muhim rol o'ynaydi. Bu jarayonda rahbarlarning yordami, psixologlar bilan hamkorlik va jamoaviy ruhni oshirish muhimdir. Yakuniy natijada, ichki ishlar organlari xodimlari ruhiy salomatlikka ehtiyoj sezib, o'z muammolarini hal qilishda vaqti-vaqti bilan yordam olishlari zarur. Ushbu maqola keltirgan ma'lumotlar va tavsiyalar ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligini saqlashga qaratilgan yangi yondashuvlarni ishlab chiqishga yordam beradi.

Xulosa

Maqolada ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorning shakllanishi va uni oldini olish profilaktikasi masalalari chuqur tahlil qilindi. Suitsid har bir inson uchun, ayniqsa, ichki ishlar organlari xodimlari uchun jiddiy muammo hisoblanadi. Ushbu xulq-atvor ko'plab omillar, jumladan, kasbiy stress, psixologik bosim va shaxsiy hayotdagi muammolar ta'sirida yuzaga keladi. Ichki ishlar organlari xodimlari o'z kasbiy faoliyatlari davomida turli xil jiddiy vaziyatlarga duch kelishadi, bu esa ularning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ichki ishlar xodimlarining ruhiy salomatligi pasayganida, ularning ish samaradorligi ham pasayadi. Bu holat ijtimoiy xavfsizlikni ta'minlashda muammolar tug'dirishi mumkin. Shuning uchun, ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligini saqlash, ularga psixologik yordam ko'rsatish va stressni boshqarish bo'yicha samarali tadbirlarni amalga oshirish juda muhimdir. Xulosa qilib aytganda, ichki ishlar organlari xodimlarida suitsidial xulq-atvorning oldini olish uchun samarali profilaktika tadbirlarini amalga oshirish zarur. Bu jarayonda psixologlar, mutaxassislar va rahbarlar o'rtasida yaqin hamkorlik o'rnatish muhimdir. Ichki ishlar



organlari xodimlarining ruhiy salomatligini saqlash, ularning psixologik xavfsizligini ta'minlash va ijtimoiy xavfsizlikni oshirishga qaratilgan yangi yondashuvlar zarur. Ushbu maqola ichki ishlar organlari xodimlarining ruhiy salomatligini saqlash va ularni qo'llab-quvvatlashda yangi yondashuvlarni ishlab chiqishga yordam berishi umid qilinadi. Suitsidial xulq-atvorning oldini olishga qaratilgan barcha tadbirlar ichki ishlar organlari xodimlari o'rtasida ruhiy salomatlikni oshirishga va ularni kuchli, sog'lom jamoa sifatida saqlashga yordam beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

- **Bahtiyorov. I.** (2021). "Ichki Ishlar Organlarida Psixologik Salomatlik: Muammolar va Yechimlar." *Psixologiya va Jamiyat*, 12(3), 45-60.
- **Jumayev. A.** (2020). "Suitsid va Uning Psixologik Sabablari: Ichki Ishlar Organlari Misolida." *O'zbekiston Tibbiyot Jurnali*, 34(2), 78-85.
- **Shodmonov. D.** (2022). "Ichki Ishlar Xodimlarining Ruhiy Salomatligi: Stress va Muammolar." *Sotsiologiya va Psixologiya Izlanishlari*, 5(1), 112-125.
- **Nazarov. O.** (2019). "Ruhiy Salomatlikni Saqlash: Ichki Ishlar Organi Xodimlariga Yo'naltirilgan Yondashuvlar." *Jamoatchilik Xavfsizligi va Huquq Tizimlari*, 22(4), 39-54.
- **Khodiev. R.** (2023). "Suitsidial Xulq-Atvorni Oldini Olish: Amaliy Tavsiyalar." *Pediatriya va Psixologiya*, 11(2), 88-99.
- **Duberstein, P. R., & Roth. R.** (2019). "Understanding the Relationship Between Suicide and Mental Health." *Journal of Clinical Psychology*, 75(7), 1234-1245.