

INQIROZLI VAZIYATLARGA UCHRAGAN OILALARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISHNING AYRIM MASALALARI

Manzura Djumabayeva

TAFU Psixologiya kafedrası dotsent v.b

Аннотация. Mazkur maqolada o'zbek oilalarida uchrayotgan turli zo'ravonliklar va ular natijasida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan inqirozli vaziyatlarda psixologik yordam ko'rsatish, ularni himoya qilish mexanizmlari tahlil qilinadi. Shuningdek inqirozli vaziyatlarda oilalarga psixologik yordam ko'rsatishning ijtimoiy va psixologiya sohalaridagi mavjud muammolar va ularning yechimlari ko'rib chiqiladi.

KIRISH

O'zbek jamiyatida oila alohida, beqiyos qadriyatga ega bo'lib, jamiyatning ma'naviy asosi va milliy an'analar saqlanuvchi maskani hisoblanadi. Ko'p avlodlar birga yashaydigan katta oilalar keng tarqalgan bo'lib, ular kundalik hayot, bayramlar va mas'uliyatli tadbirlarda asosiy o'rinlarni tutadi. Jamiyatda oilaning barqarorligi va uning demografik hamda ijtimoiy-iqtisodiy ko'rsatkichlari jamiyatning rivojlanishi va farovonlik darajasining asosiy mezonlaridan biri hisoblanadi.

So'nggi yillarda O'zbekistonda oilalarni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan jamiyatimizning asosiy bo'g'ini bo'lgan oilalarni mustahkamlash bo'yicha, qator yangi qonun hujjatlari va islohotlar amalga oshirildi jumladan, 2016-yildan boshlab O'zbekiston Respublikasida "Sog'lom ona va bola yili" Davlat dasturi e'lon qilinishi, shuningdek, "Fuqarolarning reproduktiv salomatligini muhofaza qilish to'g'risida", "Xotin-qizlarni tazyiq va zo'ravonliklardan himoya qilish to'g'risida", "Xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq va imkoniyatlarning kafolatlari to'g'risida"gi Qonunlar, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 21-dekabrda PF-208-son Farmoni bilan Oila va xotin-qizlar qo'mitasining faoliyatini takomillashtirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar va PQ-401-sonli Qarori oilalarni mustahkamlash va xotin-qizlarning faoilligini oshirishga qaratilgan muhim hujjatlar hisoblanadi.

ASOSIY QISM

Keyingi yillarda keng jamoatchilik va olimlarning diqqatini o'ziga jalb qilib kelayotgan masalalardan biri shaxs va oila, oilaviy munosabatlar muammosidir. Bu muammoni o'rganish bugungi kunda o'zining tarixiy, madaniy, milliy va umumbashariy qadriyatlarini tiklayotgan O'zbekiston davlati ravnaqi uchun ham katta ahamiyatga ega.

Oilada zo'ravonlik — jamiyatdagi eng jiddiy va keng tarqalgan ijtimoiy muammolardan biri bo'lib, u inson huquqlari, jumladan, hayot, erkinlik va xavfsizlik huquqlariga bevosita tahdid soladi. Oilaviy zo'ravonlik nafaqat jabrlanuvchi — ayol, bola yoki keksalarning jismoniy va psixologik salomatligiga, balki butun oilaning ichki muhitiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu esa o'z navbatida keng jamiyatda beqarorlik va ma'naviy tanazzulni yuzaga keltiradi. Oilada zo'ravonlik va uning natijasida vujudga keluvchi inqirozli vaziyatlar — ko'p omilli, kompleks ijtimoiy-ruhiy muammo bo'lib, uning kelib chiqishiga turli ildizli vaziyatlar bilan bog'liq sabablar sababchi bo'ladi.

"Inqiroz" so'zi harakatning o'ziga xosligi, xavfliligi va zarurligini aks ettiradigan tushuncha bo'lib, yunonchadan-yechim, burilish nuqtasi tizim muvozanatining buzilishi, biror narsada keskinlik, keskin sinish, og'ir o'tish holati, biror narsada keskin qiyinchiliklarni ifodalaydi. Inqiroz - bu keskin burilish, boshi berk ko'chaga kirib qolish yoki og'ir o'tish holati bo'lib, bunda odatdagi hayot, ish yoki boshqaruv usullari ishlamay qoladi. Bu eski xulq-atvor modeli mos kelmaydigan, yangisi esa hali yaratilmagan, keskin o'zgarishlar, moslashish va murakkab qarorlar qabul qilishni talab qiladigan vaziyatdir. Inqiroz qisqa, ba'zan esa uzoq muddatga paydo bo'lib, ko'p hollarda turli o'zgarishlarni talab qiluvchi hissiy va ruhiy stresslar vaziyatga sabab bo'lishi mumkin.

Oilaviy inqirozlar odamlarning xatti-harakatlarining xususiyatlari bilan bog'liq bo'lgan juda noaniq va shuning uchun noadekvat vaziyatlar bilan tavsiflanadi. Oilalarda sodir bo'ladigan inqirozli vaziyatlar oila tizimining barqarorligiga, oiladagi psixologik muhitga salbiy ta'sir qilib, ko'pgina jarayonlarning buzilishi bilan tavsiflanadi va odatda bunday vaziyatlar oilaning odatiy usullaridan umidsizlikka olib kelishi mumkin.

Oila — jamiyatning eng muhim ijtimoiy va psixologik tayanchi sifatida inson hayotining barcha bosqichlarida katta ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oiladagi psixologik muhit shaxsning emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va ruhiy salomatligi uchun asosiy omil hisoblanadi. Har bir oila a'zosining emotsional barqarorligi, mehr va ishonch muhiti umumiy psixologik farovonlikning asosi hisoblanadi.

Inqirozga uchragan oilalarga psixologik yordam ko'rsatishning o'ziga xosligi shundaki, bu jarayon tezkorlikni, bu jarayonga kompleks yondashuvni va madaniy hamda etnik omillarni hisobga olishni talab qiladi. Bunday vaziyatlarning asosiy o'ziga xos xususiyatlari sifatida quyidagilarni keltirib o'tishimiz mumkin:

- ✓ Tezkorlik va shoshilinch aralashuv: Inqiroz vaqt bilan cheklangan holat (odatda 4-6 hafta) va muvozanatni tezda tiklashni talab qiladi va bunday vaziyatlarda psixolog mutaxassisning asosiy vazifasi vaziyatni barqarorlashtirish va xavfsizlikni ta'minlashdan iborat bo'ladi.
- ✓ Emotsional va kognitiv qo'llab-quvvatlashning uyg'unligi: Dastlabki bosqichda emotsional qo'llab-quvvatlash (tinchlashtirish, ularni eshitish) muhim bo'lsa, o'tish davrida kognitiv qo'llab-quvvatlash, ya'ni (ma'lumot berish, maslahatlar) asosiy o'rin tutadi.
- ✓ Butun oila tizimiga yondashuv: Inqiroz bitta oila a'zosining muammosi bo'lsa ham, butun oila tizimiga ta'sir qiladi. Shu sababli, yordam faqat muammo egasiga emas, balki barcha oila a'zolariga qaratilsa, ularning o'zaro munosabatlarini yaxshilashga yordam beradi.
- ✓ Aniq ehtiyojlarni belgilash: Har bir inqiroz o'ziga xos bo'lib, turli elementlar (stress keltirib chiqaruvchi vaziyat, yordamning yetishmasligi) o'zaro ta'sir qiladi. Psixolog oilaning aynan qanday yordamga muhtojligini (emotsional, amaliy yoki axborot) aniqlashi kerak.
- ✓ Milliy va madaniy qadriyatlarni hisobga olish: O'zbekistonda oila noyob va o'zgarmas qadriyat hisoblanadi va odatda milliy an'ana va urf-odatlar muhim rol o'ynaydi. Psixologik yordam ko'rsatishda bu madaniy me'yorlar va oilaning ijtimoiy muhiti (mahalla, qarindoshlar) bilan hamkorlikni yo'lga qo'yish muhimdir.
- ✓ Konfidentsiallik va xavfsizlik: Psixologik yordam olish fakti va uning natijalari psixologning kasbiy sirini tashkil etadi va qonun bilan himoyalangan. Bu oila a'zolarining ishonchini qozonish va ularni ochiqroq bo'lishga undash uchun juda muhimdir.
- ✓ Resurslarni safarbar qilish: Inqiroz davrida oila ko'pincha o'zini yolg'iz his qiladi. Psixolog oilaning ichki resurslarini (o'zaro qo'llab-quvvatlash) va tashqi resurslarni, ya'ni (davlat tashkilotlari, jamoatchilik vakillari, ijtimoiy xizmatlar)ni jalb qilishga yordam beradi.

Inqirozga uchragan oilalarga psixologik yordam ko'rsatish va oila bilan ishlashda psixolog mutaxassis har bir oila a'zolarini yosh davrlari psixologiyasini, inqirozli yosh davrlari haqida, o'zaro munosabatlar psixologiyasiga oid bilimlar bilan qurollantirishi, yosh oila qurganlarni esa psixolog maslahatiga yo'naltirishi juda muhimdir. Zero, insonning dunyoga kelishi, yashashi, shakllanishi oila bilan bog'liq ekan, hech bo'lmaganda bir oilaning dardini, tashvishini aniqlab, unga yordam berish nihoyatda ezgu ishdur. Xulosa qilib aytganda, oilaviy psixologik farovonlik jamiyatning barqarorligi va individuellarning ruhiy sog'lig'ini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Umuman olganda, inqirozdagi oila bilan ishlashda psixolog nafaqat individual shaxslarga, balki butun oila dinamikasiga e'tibor qaratishi, tezkor harakat qilishi, milliy va mahalliy sharoitlarni hisobga olishi talab etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 18-fevraldagi «Jamiyatda ijtimoiy-ma'naviy muhitni sog'lomlashtirish, mahalla institutini yanada qo'llab-quvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi darajaga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PF-5938-son Farmoni.
2. «Xotin-qizlar va oilaviy zo'ravonlikka qarshi kurashish to'g'risida»gi qonun.
3. Oila psixologiyasi. O'quv qo'llanma. – Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2020.
4. Oila va yoshlar psixologiyasi. – Toshkent. 2021.