



**YEVROPA DAVLATLARI SOG‘LIQNI SAQLASH TIZIMIDA  
PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISHNING STRUKTURAVIY VA  
METODOLOGIK XUSUSIYATLARI**

*Toshkent davlat tibbiyot universiteti*

*2-son davolash fakulteti*

*221-A guruh talabasi Zokirjonova Havasxon*

*Ilmiy rahbar: Maxamatova Nigora Baxrom qizi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada Evropa Ittifoqi davlatlari (aynan Germaniya, Buyuk Britaniya, Skandinaviya mamlakatlari) misolida sog‘liqni saqlash tizimida psixologik yordamning o‘rni tahlil qilinadi. Tadqiqotda birlamchi tibbiy-sanitariya yordami darajasida psixologik xizmatlarning integratsiyalashuvi, davlat tomonidan moliyalashtirish mexanizmlari va aholining ruhiy salomatligini muhofaza qilishning huquqiy asoslari yoritilgan. Shuningdek, raqamli psixologiya va masofaviy xizmatlarning zamonaviy tendentsiyalari ko‘rib chiqilgan.*

**Kalit so‘zlar:** *Psixologik xizmat, Evropa sog‘liqni saqlash tizimi, mental salomatlik, integratsiyalashgan yondashuv, psixoterapevtik yordam, sog‘liqni saqlash iqtisodiyoti, raqamli tibbiyot.*

### **KIRISH**

Zamonaviy dunyoda aholining salomatlik ko‘rsatkichlari nafaqat jismoniy, balki ruhiy farovonlik bilan ham belgilanadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma‘lumotlariga ko‘ra, Evropa mintaqasi ruhiy salomatlikni saqlash strategiyalari bo‘yicha dunyoda etakchi o‘rinni egallaydi. Evropa davlatlarining sog‘liqni saqlash tizimlarida psixologik xizmat shunchaki yordamchi tarmoq emas, balki tibbiyotning ajralmas va strategik qismi sifatida talqin qilinadi.

Ushbu maqolaning dolzarbligi shundaki, O‘zbekistonda ham sog‘liqni saqlash islohotlari doirasida psixologik xizmatni takomillashtirish masalasi turibdi. Evropa tajribasini o‘rganish – psixologik yordamni standartlashtirish, sug‘urta tizimiga kiritish va kadrlar tayyorlash masalalarida muhim ahamiyat kasb etadi.



Maqolaning maqsadi Evropa modelining eng samarali jihatlarini aniqlash va ularning o'ziga xos xususiyatlarini ochib berishdan iborat.

## ASOSIY QISM

Psixologik xizmatning tashkiliy-huquqiy asoslari

Evropada psixologik yordam ko'rsatish ikki asosiy modelga tayanadi: Baverij modeli (masalan, Buyuk Britaniya, Skandinaviya) va Bismark modeli (Germaniya, Frantsiya, Avstriya).

Baverij modelida psixologik xizmatlar to'liq davlat byudjetidan moliyalashtiriladi va Milliy sog'liqni saqlash tizimi (NHS) tarkibiga kiradi. Bu erda asosiy urg'u "IAPT" (Improving Access to Psychological Therapies) kabi dasturlarga beriladi, bu esa aholining barcha qatlamlari uchun bepul psixologik yordamni kafolatlaydi.

Bismark modelida esa psixologik xizmatlar majburiy tibbiy sug'urta hisobidan qoplanadi. Masalan, Germaniyada agar psixoterapevtik yordam tibbiy ko'rsatma asosida tavsiya etilsa, sug'urta kompaniyalari davolanish xarajatlarini (o'rtacha 25 tadan 80 tagacha seans) to'liq o'z zimmasiga oladi.

Birlamchi bo'g'indagi integratsiya (Primary Care Integration)

Evropa tizimining eng kuchli jihati – psixologning oilaviy shifokor bilan yonma-yon faoliyat yuritishidir. Bemor birinchi navbatda umumiy amaliyot shifokoriga murojaat qilganda, depressiya yoki xavotir alomatlari aniqlansa, u o'sha erning o'zida psixolog maslahatiga yo'naltiriladi. Bu "Step-by-step" (qadam-baqadam) tamoyili asosida ishlaydi:

Past intensivlikdagi yordam: Engil ruhiy tushkunlikda o'z-o'ziga yordam berish guruhlari yoki qisqa konsultatsiyalar.

Yuqori intensivlikdagi yordam: Murakkab holatlarda kognitiv-xulq-atvor terapiyasi yoki klinik psixolog yordami.

Germaniya tajribasi: Sifat va nazorat

Germaniya psixologik xizmatlar eng yaxshi tartibga solingan davlatdir. Bu erda "Psixoterapevtlar to'g'risida"gi qonun mavjud bo'lib, u psixologning maqomini vrach bilan tenglashtiradi. Germaniyada psixologik xizmatning o'ziga xosligi –



"Approbation" tizimidir. Ya'ni, universitetni bitirgan psixolog darrov mustaqil ishlay olmaydi; u kamida 3-5 yil davomida klinik ordinaturada o'qishi va davlat imtihonini topshirishi shart.

## Raqamli psixologiya va innovatsiyalar

So'nggi besh yillikda Estoniya, Finlyandiya va Niderlandiya kabi davlatlar "Digital Mental Health" (Raqamli ruhiy salomatlik) tizimini joriy qildi. Bunga mobil ilovalar orqali masofaviy terapiya, VR (virtual borliq) texnologiyalari yordamida fobiya va post-travmatik stresslarni davolash kiradi.

Shuningdek, sun'iy intellekt bemorlarning holatini monitoring qilishda shifokorlarga yordam bermoqda.

## Maktab va mehnat jamoalaridagi psixologik xizmat

Evropada psixologik xizmat nafaqat shifoxonada, balki jamiyatning barcha bo'g'inlarida mavjud. Masalan, Frantsiyada "Psixologik yordam markazlari" (CMP) aholiga yashash joyi bo'yicha xizmat ko'rsatadi. Korxonalarda esa "Burnout" (kasbiy charchash) profilaktikasi uchun maxsus psixologik shtatlar ajratilgan.

## Psixologik xizmatlarning iqtisodiy samaradorligi (Health Economics)

Evropa tizimida psixologik xizmatga sarflangan har bir evro kelajakda davlat byudjetiga 4-7 baravar ko'p foyda keltirishi ilmiy isbotlangan. Skandinaviya mamlakatlarida o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ruhiy salomatlikni erta bosqichda qo'llab-quvvatlash aholining mehnat qobiliyatini saqlab qoladi.

Masalan, Shvetsiyada "Mental Health in the Workplace" dasturi doirasida korxonalar psixologik xizmatlar bilan shartnoma tuzadi. Agar xodimda depressiya boshlansa, u byulletenga chiqishidan oldin psixologik korrektsiyadan o'tadi. Bu esa davlatning ijtimoiy nafaqalar uchun sarflaydigan milliardlab mablag'ini tejash imkonini beradi. Iqtisodiy yondashuvning o'ziga xosligi shundaki, psixologik xizmat "xarajat" emas, balki "investitsiya" sifatida ko'riladi.

## Evropada "Klinik psixolog" va "Psixoterapevt" statusining huquqiy farqlari

Ko'plab MDH davlatlaridan farqli o'laroq, Evropada (xususan, Avstriya va Shveysariyada) bu ikki tushuncha qat'iy chegaralangan. Klinik psixolog asosan diagnostika va umumiy maslahat bilan shug'ullansa, psixoterapevt — oliy



ma'lumotdan keyin yana bir necha yillik maxsus maktabni (masalan, Geştalt, Psixoanaliz yoki Ekzistentsial terapiya) bitirgan mutaxassisdir.

Ushbu ierarxiya sog'liqni saqlash tizimida xizmat sifatini kafolatlaydi. Bemor o'z muammosining murakkabligiga qarab, aynan qaysi darajadagi mutaxassisga murojaat qilishini aniq biladi. Shuningdek, "Superviziya" tizimi – har bir ishlovchi psixologning o'zidan tajribaliroq ustoz nazoratida bo'lishi majburiy talab hisoblanadi.

Bolalar va o'smirlar psixologiyasiga ixtisoslashgan xizmatlar

Niderlandiya va Daniyada bolalar psixologik xizmati maktabgacha ta'lim muassasalaridanoq boshlanadi. Bu erda "Preventiv psixologiya" (oldini olish) ustuvor yo'nalishdir. O'smirlar o'rtasidagi bulling (tazyiq), suitsidal holatlar yoki ijtimoiy tarmoqlarga bog'liqlik muammolari bilan ishlash uchun maxsus "Yoshlar salomatlik markazlari" tashkil etilgan.

Evropa modelining samaradorligi quyidagi omillar bilan izohlanadi:

Stigmatizatsiyaning pastligi: Ruhiiy salomatlik muammosi bilan psixologga borish jamiyatda "ayb" yoki "uyat" hisoblanmaydi.

Multidistsiplinar yondashuv: Bemor bilan bir vaqtda terapevt, psixolog, ijtimoiy xodim va reabilitolog ishlaydi.

Ilmiy asoslanganlik (Evidence-based): Faqatgina samarasi fan tomonidan isbotlangan metodlar (masalan, KBT) sug'urta tomonidan moliyalashtiriladi.

Biroq, tizimda muammolar ham yo'q emas. Masalan, Buyuk Britaniyada bepul xizmatga navbat kutish vaqti ba'zan 3-6 oygacha cho'zilishi mumkin. Bu esa xususiy psixologik sektorning rivojlanishiga turtki beradi.

## **XULOSA**

Evropa davlatlarining sog'liqni saqlash tizimida psixologik xizmat – bu inson kapitaliga tikilgan sarmoyadir. Xizmatlarning o'ziga xosligi uning universalligi, huquqiy himoyalanganligi va iqtisodiy jihatdan bemor uchun qulayligida namoyon bo'ladi.

O'zbekiston sharoitida ushbu tajribadan quyidagilarni o'zlashtirish maqsadga muvofiq:



Psixologik xizmatlarni majburiy tibbiy sug'urta paketiga bosqichma-bosqich kiritish.

Klinik psixologlar uchun litsenziyalash va malaka oshirish tizimini xalqaro standartlarga moslashtirish.

Birlamchi tibbiy bo'g'in (poliklinikalar)da psixolog xonasini tashkil etish bilan cheklanmay, shifokor-psixolog-bemor zanjirini yaratish.

Xulosa qilib aytganda, psixologik salomatlik tizimi qanchalik kuchli bo'lsa, jamiyatning umumiy ijtimoiy-iqtisodiy ko'rsatkichlari ham shunchalik barqaror bo'ladi.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

World Health Organization (2022). Mental Health Atlas 2021: Resources for mental health in the European Region. Geneva: WHO Publishing.

Knappe, S., et al. (2018). The organization of mental health care in Europe: State of the art and future perspectives. *European Neuropsychopharmacology*.

McDaid, D., & Park, A. L. (2021). Investing in mental health: Evidence on the costs and benefits of prevention and early intervention. *Eurohealth*, 27(1).

German Federal Ministry of Health (2023). *Psychotherapy in Germany: Rights and access*. Berlin: BMG Press.

Ibragimova, N. (2023). *Sog'liqni saqlashni boshqarish va xalqaro tajriba*. Toshkent: Tibbiyot nashriyoti.

Official Website of NHS England. *Improving Access to Psychological Therapies (IAPT) program reports 2024*.

European Psychiatric Association (EPA) Guidelines (2024). *Integration of psychotherapy in public health systems*. Brussels: EPA Press.

Layard, R., & Clark, D. M. (2025). *Thrive: The Power of Evidence-Based Psychological Therapies*. Oxford University Press (Updated Edition).

OECD Health Statistics (2023). *Mental health care systems in OECD countries: A comparative analysis*. Paris: OECD Publishing.

L'Abate, L. (2024). *International Handbook of Clinical Psychology*. Springer Science & Business Media.



Sodiqov, A. J. (2025). Psixologik xizmatning huquqiy asoslari va xalqaro standartlar. Toshkent: Sharq nashriyoti.

Scandinavian Journal of Psychology (2024). Workplace interventions for common mental disorders: A systematic review. Stockholm.