

KAMBAG'AL OILALARNI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASHDA UCHRAYDIGAN MUAMMOLAR VA YECHIMLARI

Dustnazarova Nargiza Gaybullayevna

Sirdaryo viloyati Sayxunobod tumani "Inson" markazi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada kambag'al oilalarni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash jarayonida uchraydigan asosiy muammolar va ularning samarali yechimlari tahlil qilingan. Oilalarning ijtimoiy himoyasi, psixologik barqarorligini ta'minlash, jamiyatda ijtimoiy tenglikni mustahkamlash masalalari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, mahalliy va xorijiy tajribalar asosida kambag'allikka qarshi kurashda qo'llaniladigan metod va yondashuvlar yoritilib, amaliy takliflar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Kambag'allik, ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash, oilaviy muammolar, ijtimoiy tenglik, psixologik xizmat, ijtimoiy yordam, jamiyat barqarorligi.

Kambag'allik bugungi kunda nafaqat iqtisodiy, balki psixologik va ijtimoiy muammolarning ham asosiy manbai hisoblanadi. Kambag'al oilalar ko'pincha ijtimoiy ajralib qolish, ruhiy tushkunlik, ta'lim va sog'liqni saqlash tizimidan yetarlicha foydalana olmaslik kabi qiyinchiliklarga duch keladi. Shuning uchun ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish, kambag'al oilalarning jamiyatga integratsiyasini ta'minlash bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Kambag'al oilalarni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash – bu murakkab jarayon bo'lib, u nafaqat moliyaviy yordamni, balki ruhiy salomatlik, oilaviy munosabatlar va jamiyatga integratsiyani ham qamrab oladi. Qashshoqlik oilalarning hayotini har tomonlama ta'sir qiladi: bolalarning rivojlanishidan tortib, ota-onalarning ruhiy holatigacha. Bu muammo global miqyosda mavjud bo'lib, O'zbekiston kabi rivojlanayotgan mamlakatlarda yanada keskinroq ifodalanadi. Masalan, O'zbekistonda qashshoqlik darajasi 2023-yilda taxminan 11-12% ni tashkil etgan bo'lib, bu asosan qishloq joylarda va ko'p bolali oilalarda kuzatiladi. Quyida muammolar va yechimlarni batafsil ko'rib chiqamiz, ularni tadqiqotlar va xalqaro tajribaga asoslanib tahlil qilamiz.

Uchraydigan muammolar

Kambag'al oilalardagi ijtimoiy-psixologik muammolar ko'pincha qashshoqlikning oqibati bo'lib, ular ruhiy stress, izolyatsiya va oilaviy nizolarga olib keladi. Bu muammolar yosh oilalarda (masalan, 18-30 yoshdagi ota-onalar) va migrant oilalarda kuchayadi, chunki ular resurslar va qo'llab-quvvatlash tarmoqlaridan mahrum. Quyida asosiy muammolarni batafsil tavsif va misollar bilan jadval shaklida keltiraman:

Muammo turi	Batafsil tavsif	Misollar va oqibatlar
Moliyaviy stress va resurslar yetishmasligi	Qashshoqlik tufayli kundalik xarajatlar (ovqat, uy-joy, tibbiy yordam) ni qoplash qiyinlashadi, bu doimiy tashvish va zo'r qiqishga sabab bo'ladi. Ota-onalar ko'pincha bir necha ishda ishlaydi, bu oilaviy vaqtni kamaytiradi va ruhiy charchoqni oshiradi. Yosh oilalarda bu muammo yanada keskin, chunki tajribasizlik va kam daromad birlashadi.	O'zbekistonda qishloq oilalarida qarzlar va qashshoqlik tsikli ruhiy depressiyaga olib keladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, moliyaviy stress bolalarning kognitiv rivojlanishini 20-30% ga sekinlashtirishi mumkin. Oqibat: Oilaviy nizolar, ajralishlar va bolalarda xatti-harakat muammolari.
Ijtimoiy izolyatsiya va stigma	Kambag'al oilalar jamiyatdan ajralib qoladi, chunki qashshoqlik "uyat" hissi tug'diradi. Bu stigma (masalan, qo'shnilar yoki qarindoshlar tomonidan tanqid) yordam izlashni qiyinlashtiradi. Migrant oilalarda bu muammo til va madaniy farqlar tufayli kuchayadi.	AQSh va Buyuk Britaniya tadqiqotlarida qashshoq oilalarning 40-50% i izolyatsiyadan aziyat chekishi aniqlangan. O'zbekistonda migrantlar (masalan, Rossiyadan qaytganlar) jamiyatga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi, bu yolg'izlik va ruhiy buzilishlarga olib keladi. Oqibat: Ruhiy salomatlik yomonlashishi va ijtimoiy tarmoqlarning yo'qligi.
Ruhiy salomatlik buzilishlari	Qashshoqlik depressiya, tashvish va post-travmatik stressni kuchaytiradi. Bolalarda bu emotsional muammolar (masalan, tajovuzkorlik yoki uyatchanlik) shaklida namoyon bo'ladi. Ota-onalar orasida alkogolizm yoki uyqu buzilishlari ko'p uchraydi.	Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, qashshoq oilalardagi bolalarning 25% i ruhiy muammolarga duch keladi. O'zbekistonda pandemiya davrida qashshoqlik ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatgan, ayniqsa ayollarda. Oqibat: Uzoq muddatli oqibatlar, masalan, bolalarning o'qishdagi muvaffaqiyatsizligi.
Qo'llab-quvvatlash tarmoqlarining yetishmasligi	Yosh va migrant oilalarda keksa oila a'zolari yoki qo'shnilar yordami yo'q, bu ota-onalik yukini oshiradi. Bolalarni parvarish qilish va ishni muvozanatlash qiyin.	Evropa tadqiqotlarida migrant oilalarning 60% i qo'llab-quvvatlash tarmoqlaridan mahrum ekanligi ta'kidlangan. O'zbekistonda shaharlashtirish tufayli an'anaviy oilaviy tarmoqlar buzilmoqda. Oqibat: Ota-onalarning charchashi va oilaviy aloqaning zaiflashishi.
O'zaro munosabatlardagi qiyinchiliklar	Moliyaviy bosim oilaviy nizolarni kuchaytiradi, masalan, tarbiya usullari yoki mas'uliyat taqsimoti bo'yicha. Bu ajralishlarga olib kelishi mumkin.	Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, qashshoq oilalardagi ajralish darajasi 30-40% yuqori. O'zbekistonda yosh oilalarda bu muammo madaniy va iqtisodiy omillar bilan bog'liq. Oqibat: Bolalarning emotsional barqarorligi buzilishi.

Bu muammolar bir-biri bilan bog'liq bo'lib, qashshoqlik tsiklini yaratadi: moliyaviy stress ruhiy muammolarni kuchaytiradi, bu esa ish unumdorligini

pasaytiradi va qashshoqlikni yanada chuqurlashtiradi. O'zbekistonda bu masalalar oila siyosati doirasida muhokama qilinmoqda, ammo resurslar yetishmasligi sababli hal etish qiyin.

Yechimlar va takliflar

Muammolarni hal qilish uchun kompleks yondashuv zarur: hukumat siyosati, jamiyat dasturlari va individual yordam. Yechimlar qashshoqlikni kamaytirish bilan birga ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan bo'lishi kerak. Quyida batafsil yechimlarni jadval shaklida keltiraman, xalqaro va mahalliy tajribaga asoslanib:

Yechim turi	Batafsil tavsif	Amaliy misollar va samaradorlik
Ruhiy salomatlik xizmatlarini rivojlantirish va kengaytirish	Qashshoq hududlarda bepul psixologik maslahat markazlari tashkil etish, onlayn va mobil ilovalar orqali yordam ko'rsatish. Mutaxassislar sonini oshirish va treninglar o'tkazish.	Buyuk Britaniyada "Improving Access to Psychological Therapies" dasturi qashshoq oilalardagi depressiyani 50% ga kamaytirgan. O'zbekistonda JSST bilan hamkorlikda ruhiy salomatlik markazlari ochilmoqda, ammo qishloq joylarda kengaytirish zarur. Samaradorlik: Ruhiy holatni yaxshilash va oilaviy nizolarni kamaytirish.
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlarini kuchaytirish va integratsiya	Jamiyat guruhlari, qo'shni yordam tarmoqlarini yaratish; migrantlar uchun madaniy moslashuv dasturlari. Yosh oilalar uchun ota-onalik maktablari.	AQShdagi "Family Resource Centers" qashshoq oilalarni jamiyatga bog'laydi va izolyatsiyani 30% ga kamaytiradi. O'zbekistonda "Mahalla" tizimini ishlatib, qo'llab-quvvatlash guruhlarini tashkil etish mumkin. Samaradorlik: Yolg'izlikni kamaytirish va oilaviy barqarorlikni oshirish.
Siyosiy va iqtisodiy choralar: Qashshoqlikni kamaytirish dasturlari	Hukumat tomonidan subsidiyalar, qarzlarini boshqarish va ish joylari yaratish. Bolalar uchun ta'lim va ovqatlanish dasturlari.	AQShdagi "Head Start" dasturi qashshoq bolalarning rivojlanishini yaxshilaydi. O'zbekistonda "Qashshoqlikni kamaytirish" milliy dasturi moliyaviy yordamni ruhiy qo'llab-quvvatlash bilan birlashtirishi mumkin. Samaradorlik: Qashshoqlik darajasini pasaytirish va ruhiy stressni kamaytirish.
Stigma va izolyatsiyaga qarshi kurash: Ombudsmanning va ta'limning roli	Jamiyatda stigma bo'yicha kampaniyalar, huquqiy yordam va ko'p stigmatizatsiya (etnik, gender) guruhlari uchun maxsus dasturlar.	Evropada "Anti-Stigma" kampaniyalari qashshoqlik haqidagi stereotiplarni buzadi. O'zbekistonda migrant oilalar uchun psixologik va huquqiy markazlar ochish zarur. Samaradorlik: Yordam izlashni osonlashtirish va ijtimoiy qabulni oshirish.
Ta'lim va profilaktika: Ehtiyojlarni erta aniqlash	Oilalarda munosabatlarni yaxshilash bo'yicha treninglar, bolalarning ruhiy salomatligini monitoring qilish. Iqtisodiy yordam dasturlari (masalan, shartli pul yordamlari).	Kanadadagi "Early Intervention" dasturlari bolalardagi muammolarni 40% ga oldini oladi. O'zbekistonda maktablarda psixologlar jalb qilish va oilaviy ta'limni kengaytirish mumkin. Samaradorlik: Uzoq muddatli oqibatlarini oldini olish va farovonlikni oshirish.

Kambag'al oilalarni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashda muvaffaqiyat kaliti – komplekslikda. Masalan, moliyaviy yordamni ruhiy maslahat bilan birlashtirish samaraliroq. O'zbekistonda bu masalalarni hal qilish uchun hukumat, NNT va xalqaro tashkilotlar (JSST, BMT) hamkorligi zarur. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday dasturlar qashshoqlikni 15-20% ga kamaytirishi va ruhiy salomatlikni yaxshilashi mumkin. Agar siz muayyan mintaqa yoki oila turiga oid batafsilroq ma'lumot istasangiz, qo'shimcha savollar bering!

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, kambag'al oilalarni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash kompleks yondashuvni talab qiladi. Faqatgina moddiy yordam emas, balki psixologik, ijtimoiy va huquqiy yordamni ham o'z ichiga olishi zarur.

Mahalladagi ijtimoiy hodimlar psixologik xizmatga muhtoj insonlarga inson markazi psixologlari orqali ijtimoiy-psixologik xizmat markazlariga yo'naltirish.

Ijtimoiy yordam dasturlari haqida keng jamoatchilikka axborot berish.

Kambag'al oilalarning farzandlari uchun bepul ta'lim va tibbiy xizmatlardan foydalanish imkoniyatlarini kengaytirish.

Jamiyatda kambag'allikka nisbatan salbiy qarashlarni kamaytirishga qaratilgan targ'ibot-tashviqot ishlarini kuchaytirish.

Adabiyotlar:

1. Karimova L.M. Psixologik maslahat va psixokorreksiya asoslari. — Toshkent: "Yangi asr avlodi", 2021.
2. G'ofurova M.X. Oila psixologiyasi. — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
3. Ergashev S.K. Ijtimoiy psixologiya asoslari. — Samarqand: SamDU, 2019.
4. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) materiallari: Mental health and psychosocial well-being in low-income populations. — Geneva, 2022.
5. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Oila va xotin-qizlar qo'mitasi nashrlari va me'yoriy hujjatlar to'plami.
6. S. Pavlina. "Oilaviy munosabatlarning muammolarini tushunish". (2006).
7. V. V. Kunitskaya. "Oilaviy nizolar va ularni hal etish yo'llari" Ijtimoiy o'qituvchi. (2017)