



“OILA VA XOTIN-QIZLAR” ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI

OILA, XOTIN-QIZLAR VA IJTIMOIY HAYOT

e l e k t r o n i l m i y j u r n a l

2/2022

Jurnalga Toshkent shahar Matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2021-yil 17-iyundagi 1190-sonli “Ommaviy axborot vositasi davlat ro‘yxatidan o‘tkazilganligi to‘g‘risida guvohnoma” berilgan.
“Oila, xotin-qizlar va ijtimoiy hayot” jurnali “Ijtimoiy boshqaruv” jurnalining vorisidir.

Jurnal mahalla va oila institutlarini mustahkamlash hamda gender tengligiga oid barcha ijtimoiy masalalar sohasida fanlararo fundamental, ilmiy-amaliy tadqiqotlar va innovatsion g‘oyalarni tatbiq etishga ixtisoslashgan nashrdir.

ISSN 9874-4126

TOSHKENT

TAHRIR HAY'ATI RAISI:

EGAMBERDIYEVA Nodira Melibayevna (Bosh muharrir) – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

TAHRIR HAY'ATI A'ZOLARI:

NARBAYEVA Tanzila Kamalovna – *sotsiologiya fanlari doktori, professor.*

MUSURMANOVA Aynisa Musurmanovna (Bosh muharrir o'rinbosari) – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

ABDURAMANOV Xamid Xudaybergenovich – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

BEGIMQULOV Uzoqboy Shoimqulovich – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

FARFIYEV Bahromjon Atxamdjanovich – *sotsiologiya fanlari doktori, dotsent.*

ISHQUVATOV Valiqul Turdiyevich – *tarix fanlari doktori, professor.*

KARAMYAN Marietta Xachaturovna – *psixologiya fanlari doktori, professor.*

MUSLIMOV Narzulla Alikhanovich – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

NURMATOVA Mukarram Akhmedovna – *falsafa fanlari doktori, professor.*

NARMATOV Nuriddin Soatmuradovich – *yuridik fanlari doktori, professor.*

RAHMANQULOVA Nilufar Xodji-Akbarovna – *yuridik fanlari doktori, dotsent.*

SAYDIVALIYEVA Xurshida Xodjiakbarovna – *yuridik fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).*

SODIQOVA Shohida Markhobayevna – *sotsiologiya fanlari doktori, professor.*

ZOHIDOV Azamatjon Azamovich – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ:

Эгамбердиева Нодира Мелибаевна (Главный редактор) – *доктор педагогических наук, профессор.*

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ:

Нарбаева Танзила Камаловна – *доктор социологических наук, профессор.*

Мусурманова Айниса Мусурмановна (Заместитель главного редактора) – *доктор педагогических наук, профессор.*

Абдураманов Хамид Худайбергеневич – *доктор экономических наук, профессор.*

Бегимкулов Узокбой Шоимкулович – *доктор педагогических наук, профессор.*

Фарфиев Бахромжон Аткамджанович – *доктор социологических наук, доцент.*

Ишкuvatov Валикул Турдыевич – *доктор исторических наук, профессор.*

Карамян Мариэтта Хачатуровна – *доктор психологических наук, профессор.*

Муслимов Нарзулла Алиханович – *доктор педагогических наук, профессор.*

Нурматова Мукаррам Ахмедовна – *доктор философских наук, профессор.*

Нарматов Нуриддин Соатмурадович – *доктор юридических наук, профессор.*

Рахманкулова Нилуфар Ходжи-Акбаровна – *доктор юридических наук, доцент.*

Сайдивалиева Хуршида Ходжиакбаровна – *доктор философии юридических наук (PhD).*

Содиқова Шохида Мархобаевна – *доктор социологических наук, профессор.*

Зоҳидов Азаматджон Аъзамович – *доктор экономических наук, профессор.*

THE CHAIRMAN OF THE EDITORIAL BOARD:

Egamberdiyeva Nodira Melibayevna (Editor-in-Chief) – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

MEMBERS OF THE EDITORIAL BOARD:

Narbayeva Tanzila Kamalovna – *Doctor of Sociological sciences, Professor.*

Musurmanova Aynisa Musurmanovna (Deputy Editor-in-Chief) – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

Abduramanov Khamid Khudaybergenovich – *Doctor of Economic Sciences, Professor.*

Begimkulov Uzokhboy Shoimkhulovich – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

Farfiyev Bakhromjon Atkhamdjanovich – *Doctor of Sociological Sciences, Associate Professor.*

Ishkuvatov Valikhul Turdiyevich – *Doctor of Historical Sciences, Professor.*

Karamyan Marietta Khachaturovna – *Doctor of Psychological Sciences, Professor.*

Muslimov Narzulla Alikhanovich – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

Nurmatova Mukharram Akhmedovna – *Doctor of Philosophical Sciences, Professor.*

Narmatov Nuriddin Soatmuradovich – *Doctor of Law Sciences, Professor.*

Rakhmankulova Nilufar Khodji-Akbarovna – *Doctor of Law Sciences, Assistant Professor.*

Saydivaliyeva Khurshida Khodjiakbarovna – *Doctor of Philosophy in Law (PhD).*

Sodikova Shokhida Markhobayevna – *Doctor of Sociological Sciences, Professor.*

Zokhidov Azamatjon Azamovich – *Doctor of Economic Sciences, Professor.*

SOTSILOGIYA

Egamberdiyeva N.M., Xonturayev B. Gender yondashuv asosida yoshlarni kasbga yo'naltirishning ijtimoiy-iqtisodiy masalalari..... 4

Jurayeva Sh.S. Globallashuv sharoitida migratsion munosabatlarning oilalar barqarorligiga psixologik ta'siri..... 14

OILA VA JAMIYAT

Nurullayeva U.N. Xotin-qizlarga nisbatan oiladagi tazyiq va zo'rvonlik holatlari: sabab va oqibatlar, yechim yo'llari 22

Kurbanov E.E. Yangi O'zbekistonda demokratik islohotlarning nazariy-siyosiy evolyutsiyasi 34

Tashkenbayeva D.B. Turmush o'rtog'i nogiron yoki ruhiy kasal bo'lgan ayollar bilan ishlash bo'yicha metodik tavsiyalar..... 44

PSIXOLOGIYA

Abdusamatov X.U., Sharapova D.B. Uy bekasi sindromining oldini olish bo'yicha psixologik tavsiyalar 53

Odilbekov M.M. Turmush o'rtog'i vafot etgan ayollar bilan psixologik ishlash mexanizmlari..... 65

Abduraxmonova F.A. Turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan ayollar bilan ishlash bo'yicha psixologik tavsiyalar 74

Sa'dullayeva J.I. Turmush o'rtog'i jazo muddatini o'tash muassasasidagi ayollar bilan ishlashda psixologik tavsiyalar 84

MAHALLA VA OILA HUQUQI

Alimov S.K. Mamlakatimizda tazyiq va zo'rvonlik holatlaridan jabrlangan ayollarga yordam berish tizimining huquqiy tahlili..... 92

PEDAGOGIKA

Yakubov O. Ta'limda axborot kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish istiqbollari 99



Abduraxmonova Feruza Alisherovna,
“Oila va xotin-qizlar” ilmiy-tadqiqot instituti ilmiy xodimi,
“Garmoniya” psixologik ilmiy-amaliy markazi psixologi

TURMUSH O‘RTOG‘I BEDARAK YO‘QOLGAN AYOLLAR BILAN ISHLASH BO‘YICHA PSIXOLOGIK TAVSIYALAR

Annotatsiya. *Mazkur maqola turmush o‘rtog‘i bedarak yo‘qolgan ayollarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish, duch kelishi mumkin bo‘lgan muammolarining oldini olish va yordam ko‘rsatish bo‘yicha metodik tavsiyalar berishga bag‘ishlangan.*

Аннотация. *Данная статья посвящена изучению социально-психологических особенностей женщин, потерявших мужа, а также предоставлению им методических рекомендаций по профилактике проблем и оказанию помощи.*

Annotation. *This article is devoted to the study of the socio-psychological characteristics of women whose husband was lost, the provision of methodological recommendations for them in prevention of problems and the provision of assistance.*

Tayanch so‘zlar: *boquvchi, bedarak yo‘qolish, gender tenglik, xavotirlanish, aybdorlik hissi, hafagarchilik, moddiy qaramlik.*

Ключевые слова: *кормилец, исчезновение, гендерное равенство, тревога, чувство вины, фрустрация, материальная зависимость.*

Key words: *breadwinner, disappearance, gender equality, anxiety, guilt, frustration, financial dependence.*

Kirish. Xalqaro inson huquqlari tashkilotlarining ma'lumotlariga ko'ra, har yili Yevropada 70 mingdan ortiq, Rossiyada 55 mingga yaqin, AQSHda esa 800 mingga yaqin voyaga yetmagan bolalar yo'qoladi. Xususan Rossiyada har yili 70 mingga yaqin odam bedarak yo'qolib, ularning 80 foizini kattalar va 90 foizini bolalar tashkil qiladi. Yo'qolganlarning aksariyati qidiruvning dastlabki oylaridayoq topiladi. Biroq 1996–2011-yillar oralig'ida 100 mingdan ortiq odam bedarak yo'qolgan qaytib topilmagan. 2008-yilgacha bo'lgan davrda qidiruvdagilarning soni yil sayin keskin ko'payib borgan¹. Rossiya Ichki ishlar vazirligi taqdim etgan ma'lumotlarga ko'ra, mamlakat bo'yicha har yili 182 ming, poytaxt Moskvada esa 30 ming kishi bedarak yo'qoladi. Topilganlarning statistikasi quyidagicha: 2019-yilda bedarak yo'qolgan 180,5 ming kishidan 163 ming kishi topilgan, ulardan 3 440 nafari bolalardir. 2020-yilda 181,2 ming kishi bedarak yo'qolgan bo'lib, umumiy hisobda 176 ming kishi topilgan, ulardan 2 571 nafarini bolalar tashkil qiladi. 2021-yil boshidan buyon Ichki ishlar vazirligiga bedarak yo'qolganlarning qarindoshlari tomonidan 97 mingta murojaat kelib tushgan va ulardan 20 mingdan ortig'i topilgan, ularning 1 600 nafari bolalardir².

O'zbekiston Respublikasi Milliy huquqiy internet portali lug'atida "bedarak yo'qolgan" deb topish uchun qonuniy asos sifatida quyidagicha ta'rif berib o'tilgan:

Fuqaroni bedarak yo'qolgan deb topish. Agar fuqaroning qayerdaligi haqida uning yashash joyida bir yil davomida ma'lumotlar bo'lmasa, manfaatdor shaxslarning arizasiga muvofiq, sud bu fuqaroni bedarak yo'qolgan deb topishi mumkin. Yo'qolgan shaxs to'g'risida oxirgi ma'lumotlar olingan kuni aniqlash mumkin bo'lmasa, bedarak yo'qolgan deb hisoblash muddati yo'qolgan shaxs to'g'risida oxirgi ma'lumotlar olingan oydan keyingi oyning birinchi kunidan, bu oyni belgilash mumkin bo'lmagan taqdirda esa keyingi yilning birinchi yanvaridan boshlanadi³.

Asosiy qism. Bedarak yo'qolganlik huquqiy tushuncha hisoblanib, mazkur holat bo'yicha bedarak yo'qolgan shaxsning oila a'zolari tomonidan sudga murojaat qilinadi. Mazkur holatning huquqiy asosi O'zbekiston Respublikasi Fuqarolik protsessual kodeksining 305-309-moddalarida aks ettirilgan bo'lib, bunda "Fuqaroni bedarak yo'qolgan deb topish yoki vafot etgan deb e'lon qilish to'g'risidagi

Xalqaro inson huquqlari tashkilotlarining ma'lumotlariga ko'ra, har yili Yevropada 70 mingdan ortiq, Rossiyada 55 mingga yaqin, AQSHda esa 800 mingga yaqin voyaga yetmagan bolalar yo'qoladi.

¹ [Из дома вышел человек](#). Дата обращения: 13 февраля 2019. [Архивировано](#) 14 февраля 2019 года.

² <https://rg.ru/2021/09/06/s-nachala-goda-bez-vesti-propali-97-tysiach-chelovek.html>

³ <https://huquqiyportal.uz/>

***Bugungi kunda
xabarlashuv, ya'ni
insonlarning bir-
biri bilan aloqa
qilish vositalari
qanchalar
rivojlanmasin,
turlari
ko'paymasin,
nom-nishonsiz
yo'qolib qolish
holatlari hanuz
uchramoqda.
Bundan ularning
o'zi, oila a'zolari
va boshqalar aziyat
chekmoqda.***

ariza manfaatdor shaxs tomondan bedarak yo'qolgan fuqaroning oxirgi ma'lum bo'lgan yashash joyidagi sudga beriladi. Sud fuqaroni bedarak yo'qolgan deb topish yoki vafot etgan deb e'lon qilish to'g'risidagi arizani ko'rib chiqishga qonunchilikda belgilangan muddatlar o'tganidan so'ng kirishadi. Arizada fuqaroni bedarak yo'qolgan deb topish yoki uni vafot etgan deb e'lon qilish arizachiga qanday maqsadlar uchun zarur ekani ko'rsatilishi, shuningdek, fuqaroning bedarak yo'qolganini tasdiqlaydigan yoxud bedarak yo'qolgan shaxsga o'lim xavfini solgan yoki u muayyan baxtsiz voqea tufayli halok bo'lgan deb taxmin qilishga asos bo'ladigan holatlar bayon qilinishi kerak" (O'zbekiston Respublikasi Fuqarolik protsessual kodeksi, 305-modda)⁴.

Bugungi kunda xabarlashuv, ya'ni insonlarning bir-biri bilan aloqa qilish vositalari qanchalar rivojlanmasin, turlari ko'paymasin, nom-nishonsiz yo'qolib qolish holatlari hanuz uchramoqda. Bundan ularning o'zi, oila a'zolari va boshqalar aziyat chekmoqda. Yo'qolgan odamning mol-mulki daxlsizligi, huquq va manfaatlarining himoyasi hamda shariatda halol va harom masalasi sifatida nihoyatda katta e'tibor bilan o'rganiladi. Modomiki u hayot (tirik) deb hisoblanar ekan, uning zimmasidagi huquq va burchlar o'z kuchida turaveradi. Ammo bu hol ijtimoiy va iqtisodiy muammolarni keltirib chiqarishi tabiiy.

Islom dinida bedarak yo'qolgan erkaklarning ayollari uchun qanday hukmlar bor? Bu xususida ushbu maqola orqali keltirib o'tishni joiz deb topdik. Islom shiati qiyomatgacha barcha zamon va makonlar uchun ilohiy yo'riq bo'lgani bois unda inson hayotida uchrashi mumkin bo'lgan jamiki holatlar uchun yechim berilgan. Jumladan, daraksiz yo'qolgan insonga doir hukmlar ham Islom fiqhida qadimdan o'rganib kelingan. Bu boradagi shar'iy hukmlarni o'rganish zamonaviy qonunchilik uchun ham katta ahamiyatga ega. Insonlarning tabiiy ofat, urush va boshqa falokatlar oqibatida dom-daraksiz yo'qolishi barcha zamonlarda insoniyatni tashvishga solgan hamda turli muammolar keltirib chiqargan. Bu muammolarning tugal yechimi esa yo'qolgan odamni o'lgan deb hukm qilingachgina topilishi mumkin.

Shuni ta'kidlash lozimki, bu mavzuda to'rtala fiqhiy mazhab ulamolarining fikrlarini o'rganishning o'ziga xos ahamiyati bor. Chunki bu boradagi hukmlarning aksariyati ijtimoiy bo'lib, diniy va hayotiy manfaatlarini ro'yobga chiqarishga qaratilgan. Ushbu birlamchi maqsadga yetishish uchun esa ba'zan har bir zamon va makonga alohida yondashish lozim bo'ladi. Shuningdek, bu mavzudagi ko'p qarashlar ijtimoiy bo'lgani uchun ham shart-sharoitga ko'ra o'zgarib turadi. Masalan,

⁴ <https://lex.uz/docs/3517337#3524666>

ilgari olis yurtlarda, shuningdek, dorul-harb – musulmonlar bilan urush holatidagi mamlakatlarda daraksiz yo‘qolgan kishilar xususida o‘ziga xos hukm chiqarilgan bo‘lsa, bugungi dunyoda har qanday olisdagi o‘lka bilan bemalol bog‘lanish imkoniyatiga egaligi bilan bir qatorda, deyarli barcha mamlakatlar o‘zaro tinchlik bitimiga ega. Shuningdek, zamonaviy jamiyatda ayol kishi uchun fitnalar zo‘rayib, axloqiy tanazzul chuqurlashgani bois eri yo‘qolgan ayollar oldingidek sabr qila olmasligi, iffati xavf ostida qolishi, odamlarda diyonat sust bo‘lgani uchun ayol turli tajovuzlarga, g‘arazli nigohlarga nishon bo‘lish xatari kuchaygani tufayli bugungi jamiyatga munosib fatvolar qo‘llash davr va shariat talabidir.

Ulamolar tomonidan yo‘qolgan kishi haqida eng mukammal ta‘rifni Abdulloh ibn Mahmud Hanafiy o‘zining mashhur “Ixtiyor” kitobida tavsif beradi. Unga ko‘ra, birovni yo‘qolgan deb hukm qilish uchun uchta shart topilishi kerak:

1. Qayerdaligi noma‘lum bo‘lishi.
2. O‘lik yo tirikligi noma‘lumligi.
3. Ushbu noaniqlik ma‘lum muddat davom etgan bo‘lishi.

Hanafiy mazhabida yo‘qolgan odamni o‘lgan deb hukm qilish uchun uning hayot ekani ehtimoli qolmasligi kerak. Ana shundagina qozi uni o‘lgan deb hukm chiqaradi va uning zimmasidagi qarzlar masalasi ko‘tariladi, mol-mulki meros qilib taqsimlanadi, xotini idda saqlab, keyin boshqa turmushga chiqishi mumkin bo‘ladi.

Molikiy va hanbaliy mazhabi ulamolari esa yo‘qolgan odamni o‘lgan deb hukm qilish haqida ancha yengil yo‘l tutadi. Ular daraksiz ketgan odam haqida holatga ko‘ra turlicha hukm chiqaradi. Molikiylar musulmonlar yurtida yo‘qolgan odam bilan musulmonlarga qarshi urush holatida bo‘lgan yurtda yo‘qolgan odamni farqlaydilar. Islom o‘lkalarida yo‘qolgan odam to‘rt yil qidiriladi, agar darak bo‘lmasa, qozi uning nikohini fasx – ajrim qiladi, ammo mol-mulki uning o‘lgani aniq deb bilingachgina meros qilinadi. Musulmonlar yashamaydigan yurtda yo‘qolib, daraksiz ketgan kishini yetmishga kirganidan so‘ng o‘lgan deb hukm qilinadi. Urushda yoki vabo kasali tarqalgan joyda g‘oyib bo‘lgan odam xususida ham ayricha hukm qilinadi. Bunday kishilar hukumat tarafidan bir yil qidiriladi va kutiladi. Bir yildan so‘ng o‘lgan deb hukm qilinadi. Muddat ish hukumatga murojaat qilingan kundan boshlanadi. Imom Molik, Imom Ahmad va ularning mazhabini tutganlar eri yo‘qolgan ayolning to‘rt yil kutishi haqidagi fikrlariga Umar ibn Xattob roziyallohu anhudan naql qilingan fatvoga asoslanadilar.

“Hadis va Hayot” kitobining “Er yo‘qolishi hukmi” nomli bobida ushbu rivoyat keltirilgan: Umar roziyallohu anhu: “Qay bir xotin

Islom o‘lkalarida yo‘qolgan odam to‘rt yil qidiriladi, agar darak bo‘lmasa, qozi uning nikohini fasx – ajrim qiladi, ammo mol-mulki uning o‘lgani aniq deb bilingachgina meros qilinadi.

Inson hayotidan biror kishining to'satdan yo'qolib qolishi uning barqarorlik hissini yo'qqa chiqaradi va ongida bo'shliq hosil qiladi. Oldingi hayotiy tajribalar asosida noaniqlik, qo'rquv va salbiy tasavvurlar rivojlanadi.

erini yo'qotib qo'ysa-yu, uning qayerda ekanini bila olmasa, to'rt yil kutadi. So'ngra to'rt oy-u o'n kun idda o'tiradi. Keyin (boshqaga) halol bo'ladi", – dedi. Umar roziyallohu anhuning ushbu ijtirodini yana boshqa sahobalar ham qabul qilgan. Ushbu sahih naql va boshqa dalillar asosida xat-xabarsiz ketgan odamni to'rt yil qidirib, kutish, agar hech qanday darak topilmasa, uni o'lgan deb hukm qilish haqidagi fatvolar berilgan. Biroq hanafiy mazhabi olimlari bu so'zni olmaganlar, balki yo'qolgan odamning o'lgani haqida aniq ishonch hosil bo'lgachgina uni o'lgan deb hukm qilinadi, deyishgan. Ammo hozirda zamonaviy imkoniyatlar va muammolardan kelib chiqib, ayrim hanafiylar zarurat bo'lganda molikiylarning fatvolariga amal qilsa bo'ladi, deydilar. Shuni ta'kidlash lozimki, qaysi mazhab asosida bo'lmasin, yo'qolgan odamni o'lgan deb hukm qilish va bu boradagi barcha tasarruflar shaxsiy tarzda amalga oshiriladigan ish emas, balki mahkama hal qiladigan qarorlardan hisoblanadi. Shu bois daraksiz odam haqida har kim o'zicha hukm qilishi durust emas. Birovning o'lgan yoki yo'qolgani haqida faqatgina hukumat tarafidan qidiruv va surishtiruvlar olib borib, kerakli choralar ko'rgan shar'iy yoki qonuniy mahkama qaror qiladi (Odinaxon Muhammad Sodiq)⁵.

Shaxslarning bedarak yo'qolishi ularning oila a'zolari uchun ham o'ziga yarasha muammolarni keltirib chiqaradi. Bu muammolarning asosiy qurboni ularning xotinlaridir. Chunki turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan ayollarda turmush o'rtog'ining taqdiri ma'lum bir muddatga qadar noma'lumligicha qoladi. Bu esa ularning hayoti izdan chiqishi, ruhiy holatining yomonlashishi, qayta turmush qurish imkoniyati bor yoki yo'qligini bila olmaslik, oilada farzandlar tarbiyasi, moddiy qiyinchiliklar kabi ijtimoiy-iqtisodiy muammolarga sabab bo'lishi mumkin.

Inson hayotidan biror kishining to'satdan yo'qolib qolishi uning barqarorlik hissini yo'qqa chiqaradi va ongida bo'shliq hosil qiladi. Oldingi hayotiy tajribalar asosida noaniqlik, qo'rquv va salbiy tasavvurlar rivojlanadi. Oilada erkak kishining kutilmaganda g'oyib bo'lishi ayollarda kompleks va ruhiy jarohatlarni, shuningdek, his-tuyg'ulardagi muammolarni keltirib chiqaradi. Agar ayol bolaligida ota-onasi tomonidan bolalik shikastlanishini boshdan kechirgan bo'lsa, unda rad etish holati bilan birga eski komplekslar qayta jonlanadi. Bundan tashqari, "aybdorlik kompleksi" bo'lgan ayollar vaziyat natijasida salbiy hissiyotlar domiga g'arq bo'ladi. Mazkur kompleks ayolda haddan tashqari mas'uliyat hissining singdirilishiga sabab bo'lib, u o'zi hamda atrofidaqilar uchun javobgarlikni bo'yniga oladi. Agar ayol bolaligida tinimsiz tanqidlarga

⁵ <https://www.fiqh.uz/oilam-turmush/er-xotin/787-bedarak-yoqolgan-rning-ayoli.html>

uchragan bo'lsa, u mazkur vaziyatda o'zini qattiq nazorat ostida ushlaydi. Nizoli oilalarda tarbiya topgan ayollarning oilalarida shaxsiy chegaralar buzilgani, hissiy yoki jismoniy zo'ravonlikka uchragani, ruhiyatida o'zaro qaram xarakter xususiyatlari shakllangani sababli turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan vaziyatda o'zini yo'qotib qo'yadi va oilada o'zining ayol obrazini "erkak" obraziga o'zgartiradi.

Turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan ayollarning hayoti o'ziga yarasha murakkablikka ega. Ular turmush o'rtoqlarini kutib, ulardan biror darak bo'lishiga umid qilib yashaydi. Ayolning bu davrdagi hayoti bo'shliq kabidir. Chunki u hayotida kutayotgan insonning qayerda, qanday holatda, tirik yoki o'lik ekanini bilmasdan, turli gumonlar ichida qoladi. Bu uning ruhiy holatiga o'z ta'sirini ko'rsatmay qolmaydi, albatta. Mazkur ruhiy holat bedarak yo'qolgan insonni kutish bilan bog'liq bo'lgani tufayli aksariyat ayollarda stress, depressiya holati ko'rinishida o'tadi. Shu sababdan ham ularga yordam berish, ruhiy holatini me'yorlashtirish uchun olib boriladigan asosiy ishlar stressni yumshatish va depressiyaga qarshi qaratilgan tadbirlarni amalga oshirishdan iborat.

Turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan ayollar bilan ishlovchi mutaxassislar mazkur vaziyatda stress hamda depressiv holatni yaxshi bilishi, ayollar ruhiyatidagi muammolarga oqilona yondashishi zarur. Ayollar bilan faoliyat olib boruvchi psixolog-mutaxassislar hamda mahalla xotin-qizlar faollari uchun bir qator tavsiyalarni keltirib o'tamiz.

Stress holati va birinchi yordam texnikasi. Stress holatida yordam beruvchilar bilishi kerak bo'lgan asosiy ma'lumot – stressning asosiy manbayi inqirozli vaziyatlar. Uzoq vaqt kutish, oiladagi mas'uliyat, ishdagi qiyinchiliklar, munosabatlardagi tushunmovchiliklar, moddiy yetishmovchiliklar, bularning barchasi eri bedarak yo'qolgan ayollar duch kelishi mumkin bo'lgan stress holatidir.

Stress holatida yordam berishning asosi odamlar xavfsizligini ta'minlash va ularga g'amxo'rlik qilish uchun javobgarlikni his qilishdan iboratdir. Bunda boshqa odamlarning og'riq va azob-uqubat haqidagi hikoyalarini diqqat bilan tinglash zarur. Bularning barchasi tinglovchiga salbiy ta'sir qilmasligini hisobga olishi, u muammoli insonni tushunishi va empatiya his qilishi kerak bo'ladi.

Stress bilan qanday qilib yaxshiroq kurashish, muammoli ayollarni qanday qo'llab-quvvatlash va o'z navbatida, ularga yordam berishda malakali mutaxassislardan yordam olish haqida ham o'ylab ko'rish lozim. Quyidagi tavsiyalar stressni boshqarishda foydali bo'lishi mumkin:

– bo'lib o'tgan hodisalarni tahlil qilish, tinglash orqali stressni boshqarish va yordam berish bo'yicha kerakli "model"ni tanlab olish;

Turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan ayollar bilan ishlovchi mutaxassislar mazkur vaziyatda stress hamda depressiv holatni yaxshi bilishi, ayollar ruhiyatidagi muammolarga oqilona yondashishi zarur.

Psixotik kasallikning namoyon bo'lishi, nevrotik depressiya yoki qayg'uli voqealarga oddiy munosabat bilan ifodalanishi mumkinligini hisobga olish lozim.

– stress holatidagi insonning o'ziga bo'lgan e'tiborini, ovqatlanishi, dam olishi va yaqinlari uchun vaqt ajratishga harakat qilish xususiyatlarini o'rganish;

– o'zi uchun oqilona ish vaqtini belgilab olganini nazorat qilish, masalan, inqirozning o'tkir bosqichida muntazam dam olish vaqtlari bilan smenalarda ishlovchi ayollarning hamkasblari (yoki rahbariyatiga murojaat qilish orqali) ko'magida ish yukini kamaytirishga kelishish mumkinligini ko'rib chiqqan ma'qul.

Inqiroz hodisalari psixologik qiyinchiliklar manbai bo'lishi mumkin. Shuni yodda tutish kerakki, odamlar uchun ularning barcha muammolarini hal qilish shart emas, faqatgina qiyinchiliklarni mustaqil ravishda yengishga ko'maklashish uchun qo'ldan kelgancha harakat qilish kerakligini ular ham anglamog'i darkor.

Stress holatida amalga oshiriladigan birinchi psixologik yordam quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- spirtli ichimliklar, kofein, tamaki va retseptsiz dori-darmonlar iste'molini nazorat qilish;
- muammoli insonning his-tuyg'ulari bilan qiziqish va u bilan sodir bo'lgan vaziyatga o'xshash holatlar bo'yicha ijobiy misollar keltirish;
- qo'llab-quvvatlash yo'llarini topish, masala yuzasidan huquqshunos va diniy idora vakillari bilan hamkorlikda suhbatlar uyushtirish;
- yaqinlari bilan munosabatlarining ijobiy bo'lishini ta'minlash, yaqinlari, do'stlarining qo'llab-quvvatlashiga imkon berish lozim.

Depressiya holatida birinchi yordam berish. Shaxs ruhiyatini o'rganish jarayonida, avvalo, biz turli xil depressiya turlariga duch kelishimiz mumkinligini tushunishimiz kerak. Bunda psixotik kasallikning namoyon bo'lishi, nevrotik depressiya yoki qayg'uli voqealarga oddiy munosabat bilan ifodalanishi mumkinligini hisobga olish lozim. Shuningdek, depressiya ruhan ezilish, tushkun kayfiyat, ortiqcha ish, charchoq alomatlarini orqasida yashiringan bo'lishi mumkin. Depressiyaga uchragan muammoli ayollar bilan ishlashda mutaxassisning vazifasi ular bilan shaxs sifatida ishlashdir.

Depressiyadagi shaxsiy xususiyatlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- kayfiyatning o'zgaruvchanligi, hayot o'z qadrini yo'qotgandek tuyilishi, muvaffaqiyatsiz hayot uchun o'zini qoralash, aybdorlik hissi;
- o'z-o'ziga past baho berish, muvaffaqiyatsizlikka uchragandek his qilish, salbiy tajribalarni fojiali bo'rttirish;
- atrof-muhitni depressiv baholashning to'g'riligiga ishonish;
- ijobiy holatlarni unutish;

– sog‘liqdagi muammolar va gipoxondriya (shikoyatlar: uyqusizlik, erta uyg‘onish, ishtaha yo‘qolishi, umumiy qattiq charchoq);

– o‘tmishni idrok etishning buzilishi (faqat yomon xotiralar esda qoladi);

– oiladagi ehtiyojlar va shaxslararo munosabatlardagi muvaffaqiyatsizliklar, ijobiy va konstruktiv muloqot qura olmaslik;

– o‘z-o‘zini hurmat qilishda boshqa odamlar fikriga tayanish;

– o‘z hayoti uchun mas‘uliyatni mutaxassis hamda mahalla xotin-qizlar faoliga yuklash istagi;

– kichik ko‘ngilsizliklar uchun ham boshqalarni ayblash.

Xavfsizlik choralari: muammoli ayolda ruhiy tushkunlik sof biologik sabablar (masalan, gormonal) tufayli bo‘lishi mumkinligini va depressiyani keltirib chiqarishda muammoli ayolning aybi yo‘qligi tushuntirilib, shifokorga murojaat qilish tavsiya etiladi. Chunki eri bedarak yo‘qolgan aksariyat ayollar erining mehr-muhabbati bilan bir qatorda intim-jinsiy hayotdan ham mahrum bo‘ladi. Bu, o‘z navbatida, gormonal muvozanat buzilishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shifokor ko‘rsatmasiga ko‘ra muammoli ayol ruhiyatini yaxshilash maqsadida antidepressant dori-darmonlar hamda endokrinolog shifokor tavsiyasi bilan davolash muolajalari buyuriladi. Retsept va dozalash shifokorlar tomonidan amalga oshiriladi.

Mutaxassis hamda mahalla xotin-qizlar faoli muammoli ayolning turli zararli odatlarga ruju qo‘ymayotganligini ham nazorat ostiga olishi kerak. Ular hech qachon, hech qanday holatda muammoli ayolga dori dozasini oshirish yoki dori vositasini to‘xtatish bo‘yicha maslahat bermasligi va har qanday savolni retsept bo‘yicha shifokor bilan muhokama qilishi lozim. Muammoli ayol, shunga qaramay, psixologik maslahatga muhtojligini bildirgan taqdirda mutaxassis hamda mahalla xotin-qizlar faolining vazifasi ikki xil bo‘ladi, ya‘ni muammoli ayolni qo‘llab-quvvatlash va unga qiyinchiliklarni psixologik tushuntirishda yordam berishdan iborat.

Depressiyaga uchragan ayol o‘ta befarq bo‘lib qoladi, o‘z muammolarni tahlil qilishni istamaydi. Shu sababli u bunday muammoli vaziyatlarning yechimini mutaxassis yoki mahalla xotin-qizlar faoli zimmasiga yuklab qo‘ymasligi kerak (bu tushkunlikka tushgan muammoli ayolni yanada asabiylashtiradi va depressiyani chuqurlashtiradi). Muammoli ayol bilan uning tajribasi va tashqi holatlari haqida faol gaplashish lozim. Bundan tashqari, mutaxassis hamda mahalla xotin-qizlar faoli muammoli ayol xulqidagi irratsional fikrlar bilan ishlashi maqsadga muvofiq. Bunday

Depressiyaga uchragan ayol o‘ta befarq bo‘lib qoladi, o‘z muammolarni tahlil qilishni istamaydi. Shu sababli u bunday muammoli vaziyatlarning yechimini mutaxassis yoki mahalla xotin-qizlar faoli zimmasiga yuklab qo‘ymasligi kerak.

*Psixologlar,
odatda,
konsultatsiya
qoidasi tariqasida,
hayotiy travmatik
hodisalarga
reaksiya sifatida
yuzaga keladigan
“reaktiv
depressiya” deb
ataladigan holatga
duch keladi.*

ayollar o‘zining tajovuzkorligi, xafaligi, tushkunligi, muammolari haqida gapirishga ko‘proq moyil bo‘ladi.

Psixologlar, odatda, konsultatsiya qoidasi tariqasida, hayotiy travmatik hodisalar (somatik kasalliklar, nizolar, intim muammolar, turli yo‘qotishlar, shu jumladan, yaqin kishisining o‘limi, turmush o‘rtog‘ining bedarak yo‘qolgani va boshqalar)ga reaksiya sifatida yuzaga keladigan “reaktiv depressiya” deb ataladigan holatga duch keladi. Shuning uchun atrof-muhitning aqliy moslashuvi nuqtayi nazaridan, mutaxassis hamda mahalla xotin-qizlar faoli muammoli ayolga hayotining har jabhasi ustidan nazoratni tiklash, ulardagi yangi motivlarni amalga oshirish va samarali xatti-harakatlar strategiyasini ishlab chiqish uchun yordam berishi mumkin.

Depressiv holatning barcha xususiyatlarini sanab o‘tish muammoga yechim topish oson emasligini ko‘rsatadi. Biroq his-tuyg‘ularni uyg‘otish bo‘yicha ishonchli yo‘l muammoli ayolning his-tuyg‘ularini xatti-harakatlarida muvaffaqiyatli amalga oshirish bo‘yicha tavsiyalarni ishlab chiqish orqali depressiv fonning o‘zgarishiga, uning pasayishiga va keyinchalik depressiv holatni keltirib chiqaradigan dunyoqarash sozlamalarini tuzatishga olib keladi.

Xulosa. Mutaxassis hamda mahalla xotin-qizlar faoli maslahat dasturi quyidagi tavsiyalarni o‘z ichiga olishi maqsadga muvofiq:

- konsultatsiyalar o‘tkazish uchun shart-sharoit va imkoniyatlar bilan tanishish, tavsiyalar berish va tushuntirish;
- vazifalarni aniqlashtirish, anamnezni tuzish va muammoli ayolning kundalik hayotidagi real biopsixosotsial yukini baholash;
- hozirgi kungacha qo‘llangan ruhiy stress va psixikaning himoya strategiyalarini tashxislash;
- xavf tahlili: vaziyatni huquqiy, diniy, psixologik, ijtimoiy, moddiy nuqtayi nazardan tahlil qilish va mumkin bo‘lgan usullarini joriy etish;
- muammoli ayolni tinglash, uning kechinmalariga befarq bo‘lmaslik, muammolari bo‘yicha kerakli tavsiya va motivatsiya bera olish lozim.

Tavsiya berish jarayonida muammoli ayol va mutaxassis o‘rtasida o‘rnatilgan psixologik aloqa katta rol o‘ynaydi. Tajribalar shuni ko‘rsatadiki, ishlab chiqilgan va rejalashtirilgan hamma narsani amalga oshirishda samaradorlikning eng muhim omili aynan o‘zaro ishonchli munosabat hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Алешина Ю.Е. *Индивидуальное и семейное психологическое консультирование*. 2-е изд. (Библиотека психологии и психотерапии). – Москва: Независимая фирма “Класс”, 1999. – 208 с.
2. Варга А.Я. Роль родительского отношения в стабилизации детской невротической реакции (на примере энуреза) // *Вести Моск. ун-та. Серия “Психология”*. – № 4, 1985.
3. Василюк Ф.Е. *Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций*. – Москва, 1984.
4. Василюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи. *Вопросы психологии*. – № 5, 1988.
5. Искович М.М. *Консультирование женщин в трудных жизненных ситуациях: Учебно-методическое пособие. Ч. 1. Организация и содержание консультирования в сложных ситуациях репродуктивного поведения*. – Екатеринбург: Издательский дом «Ажур», 2017. – 124 с.
6. *Первая психологическая помощь: руководство для работников на местах*. ISBN 978 92 4 454820 2 (Классификация NLM: WM 401) © Всемирная организация здравоохранения, 2014. – 54 с.
7. *Семья в психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования* / под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столин. – Москва, 1989.
8. *Теория и практика социальной работы с женщинами в трудной жизненной ситуации* / под ред. М. В. Середы. – Санкт-Петербург: «Городской информационно-методический центр «Семья», 2020. – 198 с. – (Социальное обслуживание семей и детей: научно-методический сборник; вып. 19). 39-бет.
9. Троицкий Л. *Их мораль и наша / Мировая революция*. – Москва, 2012.
10. <https://rg.ru/2021/09/06/s-nachala-goda-bez-vesti-propali-97-tysiach-chelovek.html>
11. <https://huquqiportal.uz/>
12. <https://lex.uz/docs/3517337#3524666>
13. <https://www.fiqh.uz/oilam-turmush/er-xotin/787-bedarak-yoqolgan-rning-ayoli.html>

“OILA VA XOTIN-QIZLAR” ILMIIY-TADQIQOT INSTITUTI
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ «СЕМЬИ И ЖЕНЩИН»
“FAMILY AND WOMEN” RESEARCH INSTITUTE

**OILA, XOTIN-QIZLAR VA
IJTIMOIY HAYOT**
СЕМЬЯ, ЖЕНЩИНЫ И ОБЩЕСТВЕННАЯ ЖИЗНЬ
FAMILY, WOMEN AND SOCIAL LIFE

elektron ilmiy jurnal
электронный научный журнал
electronic scientific journal

2/2022

Jurnalga Toshkent shahar Matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2021-yil 17-iyundagi 1190-sonli “Ommaviy axborot vositasi davlat ro‘yxatidan o‘tkazilganligi to‘g‘risida guvohnoma” berilgan. “Oila, xotin-qizlar va ijtimoiy hayot” jurnali “Ijtimoiy boshqaruv” jurnalining vorisidir.

Jurnal mahalla va oila institutlarini mustahkamlash hamda gender tengligiga oid barcha ijtimoiy masalalar sohasida fanlararo fundamental, ilmiy-amaliy tadqiqotlar va innovatsion g‘oyalarni tatbiq etishga ixtisoslashgan nashrdir.

Журналу выдано «Свидетельство о государственной регистрации средств массовой информации» № 1190 Управлением печати и информации города Ташкент от 17 июня 2021 года. Журнал “Семья, женщины и общественная жизнь” считается продолжение журнала “Социальное управление”.

Настоящий журнал – издание, специализирующееся на применении междисциплинарных, фундаментальных научно-практических исследований и инновационных идей во всех социальных вопросах, касающихся укрепления институтов махалли, семьи и гендерного равенства.

The journal was issued «Certificate of state registration of mass media» No.1190 by the Press and Information Department of Tashkent city dated June 17, 2021. The journal «Family, women and social life» is a continuation of the journal «Social management».

This journal is a publication specializing in the application of interdisciplinary, fundamental scientific and practical researches and innovative ideas in all social issues related to strengthening the institutions of makhalla, family and gender equality.

MUASSIS:

“Oila va xotin-qizlar” ilmiy-tadqiqot instituti

JURNAL TAHRIRIYATI:

Bosh muharrir: **Egamberdiyeva N.**

Bosh muharrir o‘rinbosari: **Musurmanova A.**

Mas’ul kotib: **Mavlonov B.**

Muharrirlar: **Yunusov U., Nomozova O‘.,
Jo‘rayeva M., Razzakova N.,
Sobirova E., Jabborov U.**

Sahifalovchi: **Umaraliyev Z.**

Dizaynerlar: **Abdullayev L., Sobirov F.**

Web dizayner: **Yakubov O.**

Jurnaldagi materiallardan foydalanilganda mualliflik huquqini e‘tiborga olgan holda jurnalga havola berilishi shart.

Jurnalga kiritilgan maqola materialari mazmuni mualliflarning shaxsiy ilmiy-nazariy yondashuvi va qarashi sifatida talqin qilinadi.



1940

Nashriyot ro‘yxat raqami № 1043191. 24.09.2021-y.

Bosishga ruxsat etildi: 21.08.2022.

“Times New Roman” garniturası. Qog‘oz bichimi: 60x84 1/8

Nashriyot bosma tabog‘i 11,6.

100000, Toshkent shahri, Mirzo Ulug‘bek tumani,

M.Ismoilıy ko‘chasi 1-G uy.

“SANBOOK EXCLUSIVE PRINT” XK bosmaxonasida chop etildi.

Toshkent, Yangıhayot tumani, 5-qurılısh hududi, 9-uy.