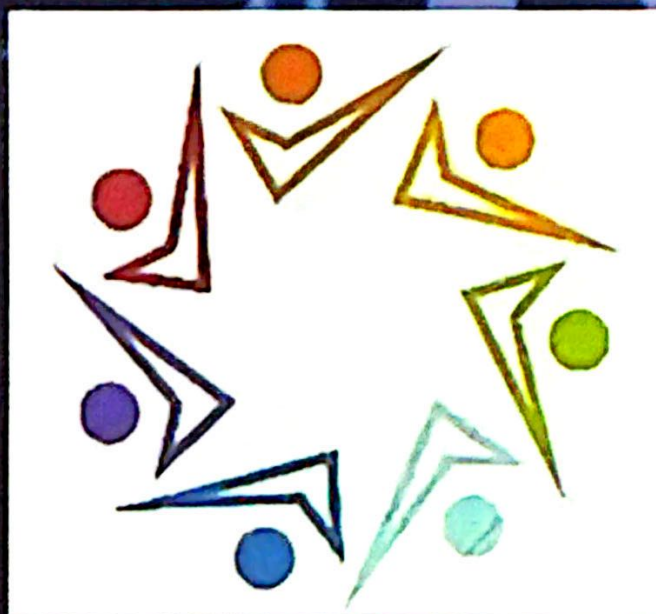


A.Q. SHIRINOV

# GUMANITAR KRIZISLAR SHAROITIDA IJTIMOIIY ISH



O'QUV QO'LLANMA

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA  
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**IJTIMOIIY-SIYOSIIY FANLAR KAFEDRASI**

**SHIRINOV ANVAR QANOATOVICH**

**GUMANITAR KRIZISLAR  
SHAROITIDA IJTIMOIIY ISH**

**O‘quv qo‘llanma**

60920100 – Ijtimoiy ish (faoliyatning turli sohalari bo‘yicha) - ta’lim  
yo‘nalishi uchun talabalari uchun

**“Durdona” nashriyoti  
Buxoro - 2025**

**UO‘K 364(075.8)**

**65.272ya73**

Sh 63

Shirinov, A.Q.

Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish [Matn] : o‘quv qo‘llanma / A.Q. Shirinov .- Buxoro: Sadriddin Salim Buxoriy, 2025.- 136 b.

**KBK 65.272ya73**

Mazkur o‘quv qo‘llanmasi 60920100 – Ijtimoiy ish (faoliyatning turli sohalari bo‘yicha) - ta‘lim yo‘nalishi uchun talabalariga mo‘ljallangan bo‘lib, unda insoniyat va tamadduning taraqqiyoti davrida gumanitar krizislarga bo‘lgan tezkor javob berish, insoniyatni xavf-xatardan saqlab qolish, jahonda ro‘y berayotgan gumanitar krizislarning oqibatlarini bartaraf etish, yumshatish holatlarini hal qilishda ijtimoiy ischiga kerak bo‘ladigan kompetensiya, malaka, ko‘nikma va mahoratni rivojlantirish masalalari aks ettirilgan, o‘quv qo‘llanmasi oliy o‘quv yurtlari talabalari, magistrleri va oq‘ituvchilari uchun mo‘ljallangan bolib, undan ijtimoiy ishning evolyutsiyasi, metodikasi, tarixi bilan qiziquvchi barcha kitobxonlar ham foydalanishi mumkin.

**Muallif:**

**Shirinov Anvar Qanoatovich**, Buxoro davlat universiteti “Ijtimoiy-siyosiy fanlar” kafedrası dotsenti, falsafa fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

**Mas’ul muharrir:**

**B.S. Turdiyev**, Buxoro davlat universiteti “Ijtimoiy-siyosiy fanlar” kafedrası dotsenti, falsafa fanlari doktori (DSc), professor

**Taqrizchilar:**

**S.S. Raupov**, tarix fanlari nomzodi, professor, Buxoro davlat universiteti,

**F.M. Bafoyev**, siyosiy fanlar nomzodi, dotsent, Buxoro davlat texnika universiteti

**Darslik Buxoro davlat universitetining 2025-yil 17-dekabrdagi 783-U- sonli buyrug‘iga asosan nashr etishga ruxsat berilgan.  
Ro‘yxatga olish raqami 783-34.**

**ISBN 978-9910-10-845-7**



## **ANNOTATSIYA**

Ushbu o'quv qo'llanmasida gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ishning ahamiyati va xususiyatlari boyicha ma'lumotlar keltirilgan. O'quv qo'llanma O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi tomonidan tasdiqlangan namunaviy dastur asosida tayyorlangan bo'lib, bakalavriat ta'lim yo'nalishi talabalariga mo'ljallangan. Gumanitar inqirozlar — urush, tabiiy ofatlar, iqtisodiy buzilishlar va boshqa favqulodda holatlar natijasida yuzaga keladigan inson hayoti va jamiyatning barqarorligiga tahdid soluvchi vaziyatlardir. Mazkur sharoitlarda ijtimoiy ishning roli jamiyatning zaif qatlamlarini qo'llab-quvvatlash, ularning hayot sifatini yaxshilash va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda muhimdir. Tadqiqotda ijtimoiy ish amaliyotining gumanitar vaziyatlardagi usullari, muammolari va samarali yechimlari tahlil qilinadi. Ijtimoiy ishchilarning kasbiy faoliyati va ularni qo'llab-quvvatlash mexanizmlari haqida tavsiyalar beriladi. O'quv qo'llanmasi professor-o'qituvchilar, talabalar va ijtimoiy ish faniga qiziquvchilar uchun mo'ljallangan.

## **АННОТАЦИЯ**

В данном учебном пособии представлены сведения о значении и особенностях социальной работы в условиях гуманитарных кризисов. Учебное пособие подготовлено на основе типовой программы, утвержденной Министерством высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан, и предназначено для студентов бакалавриата. Гуманитарные кризисы — это ситуации, представляющие угрозу для жизни человека и стабильности общества, возникающие в результате войны, природных катастроф, экономических потрясений и других чрезвычайных обстоятельств. В таких условиях роль социальной работы чрезвычайно важна — она заключается в поддержке уязвимых слоёв населения, улучшении качества их жизни и обеспечении социальной стабильности. В исследовании анализируются методы социальной работы в гуманитарных ситуациях, существующие проблемы и эффективные пути их решения. Даются рекомендации относительно профессиональной деятельности социальных работников и механизмов их поддержки. Учебное пособие предназначено для преподавателей, студентов и всех, кто интересуется наукой социальной работы.

## **SUMMARY**

This textbook provides information about the importance and specific features of social work in the context of humanitarian crises. It has been developed based on the standard curriculum approved by the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan and is intended for undergraduate students. Humanitarian crises are situations that pose a threat to human life and societal stability, arising from war, natural disasters, economic disruptions, and other emergencies. In such conditions, the role of social work becomes critically important — it involves supporting vulnerable groups, improving their quality of life, and ensuring social stability. The study analyzes the methods of social work in humanitarian situations, existing challenges, and effective solutions. It also provides recommendations regarding the professional activities of social workers and mechanisms for their support. This textbook is intended for professors, students, and anyone interested in the field of social work.

## MUNDARIJA

|                                                                                                                                                     |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Kirish .....                                                                                                                                        | 5   |
| 1-mavzu. “Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish” fanining predmeti, maqsadi va vazifalari .....                                               | 6   |
| 2-mavzu. Ijtimoiy ish nazariyasi va amaliyotida inqiroz tushunchasining paydo bo‘lishi va rivojlanishining nazariy asoslari.                        | 14  |
| 3-mavzu. Gumanitar inqirozlar va favqulodda vaziyatlarning turlari va xususiyatlari.....                                                            | 21  |
| 4-mavzu. Favqulodda vaziyatlarning aholining ruhiy salomatligi va psixologik-ijtimoiy farovonligiga ta’siri.....                                    | 28  |
| 5-mavzu. Yuqori xavf ostida bo‘lgan odamlar va guruhlar.....                                                                                        | 36  |
| 6 mavzu. Aholiga psixologik-ijtimoiy yordamni tashkil etishning asosiy prinsiplari: ko‘pqirrali qo‘llab-quvvatlash modeli.....                      | 44  |
| 7-mavzu. Stress, travmadan keyingi stress. qayg‘u va yo‘qotish tajribasi. ....                                                                      | 51  |
| 8-mavzu. Qurolli mojarolardan jabrlangan bolalar, o‘spirinlar va ayollar bilan ishlashning o‘ziga xos jihatlari .....                               | 57  |
| 9-mavzu. Migratsiya va majburiy ko‘chirishning bolalar va o‘smirlarga ta’siri: bolalar va ota-onalaridan ajratilgan bolalar. ....                   | 69  |
| 10-mavzu. Epidemiya / pandemiya holatlarida aholiga ruhiy-ijtimoiy yordam. pandemiyalar holatida ijtimoiy ishga nisbatan shakllangan muammolar..... | 75  |
| 11-mavzu. Favqulodda vaziyatlarda aholiga ruhiy-ijtimoiy yordam ko‘rsatishda ijtimoiy ischining asosiy ko‘nikmalari. ....                           | 82  |
| 12-mavzu. Favqulodda vaziyatlarda aholining turli guruhlar bilan ishlashda keys-menejment .....                                                     | 89  |
| 13-mavzu. Ijtimoiy ishda intervensiya: shaxslar, guruhlar va jamoalar bilan ishlash.....                                                            | 97  |
| 14-mavzu. Bolalar va oilalarga ijtimoiy-psixologik yordam.....                                                                                      | 106 |
| 15-mavzu. Favqulodda vaziyatlarda ruhiy-ijtimoiy yordamni rivojlantirishda davlat, nodavlat va xalqaro tashkilotlarning roli.....                   | 117 |
| Testlar .....                                                                                                                                       | 125 |
| Gumanitar krizislar va ijtimoiy ish faniga oid glossariy .....                                                                                      | 129 |
| Adabiyotlar .....                                                                                                                                   | 132 |

## **KIRISH**

Jahondagi gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish muammolari, pandemiyalar, ocharchilik muammolari XXI asrda dolzarb global muammoga aylanib ulgurdi. Shiddat bilan transformatsiyaga uchrayatgan dunyoda turli gumanitar inqirozlar ham sodir bo'layotganligi achinarli holdir. Bugungi globallashuv va beqarorliklar davrida insoniyat turli xil inqiroz holatlari — tabiiy ofatlar, qurolli mojarolar, pandemiyalar, majburiy migratsiyalar va boshqa gumanitar inqirozlar bilan tobora ko'proq duch kelmoqda. Bunday holatlar aholining zaif qatlamlari — bolalar, ayollar, keksalar, nogironligi bo'lgan shaxslarga salbiy ta'sir ko'rsatib, ularning ijtimoiy muhofazasini kuchaytirish zaruratini yuzaga keltiradi.

Mazkur «Gumanitar inqirozlar sharoitida ijtimoiy ish» fani ijtimoiy ish sohasi mutaxassislariga favqulodda vaziyatlarda, gumanitar inqirozlar davrida aholi bilan ishlash bo'yicha nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan. Fan doirasida talabalarga inqiroz holatlarining turlari, ularning ijtimoiy oqibatlari, xalqaro va milliy miqyosdagi yondashuvlar, inqiroz holatlarida ijtimoiy ishning strategik va etik asoslari haqida tushunchalar beriladi.

Bir jihatdan, gumanitar inqirozlar kontekstida ijtimoiy ishning dolzarbligini asoslab bersa, ikkinchi tomondan, ijtimoiy xodimlarning malakasini oshirish, ularni real sharoitlarda mustaqil va mas'uliyatli faoliyat yuritishga tayyorlashda muhim o'rin tutadi. O'quv material talabalarga nafaqat nazariy bilimlarni, balki real holatlarga tayyor turish, halokatlarga tezkor va samarali javob qaytarish, ijtimoiy yordam tizimini boshqarish va insonparvarlik yondashuvlarini qo'llashda zarur bo'lgan amaliy tajribani ham taqdim etadi. Fanning o'rgatilishi ijtimoiy adolat, inson huquqlari, tenglik va hamjihatlik tamoyillariga asoslanadi va jamiyatda barqaror rivojlanishni ta'minlashda ijtimoiy ishning rolini chuqur anglashga xizmat qiladi.

O'quv qo'llanmasi bu yo'nalishda amalga oshirgan dastlabki ishlardan bo'lganligi sababli ayrim kamchiliklardan xoli bo'lmasligi tabiiy. Bu borada xolisona fikr va mulohazalar bildirgan soha mutaxassislar darsliklarning kelgusida yanada takomillashuviga o'z hissalarini qo'shgan bo'ladilar. Ushbu o'qub qo'llanmasining tayyorlanishidan asosiy maqsad talabalarning bilimini milliy va xorijiy tajriba uyg'unligi asosida yuksaltirish va olgan bilimlarni amaliyotda qo'llay olish ko'nikmalarini shakllantirishdan iboratdir.

## **1-MAVZU. “GUMANITAR KRIZISLAR SHAROITIDA IJTIMOYIY ISH” FANINING PREDMETI, MAQSADI VA VAZIFALARI**

**1.8. Predmeti:** Bu fan gumanitar krizislar (urush, tabiiy ofatlar, iqtisodiy inqirozlar va boshqalar) sharoitida ijtimoiy ishning nazariyasi, metodlari va amaliyotini o‘rganishga qaratilgan. Fan gumanitar yordam ko‘rsatish jarayonida jamiyatning zaif qatlamlariga ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni tashkil etish va muammolarni hal qilishni o‘z ichiga oladi.

**Maqsadi:** Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish faoliyatining samarali usullarini o‘rgatish va ushbu sohada faoliyat yuritayotgan mutaxassislarni malakali tayyorlash orqali jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlikni ta‘minlash.

**Gumanitar krizislarda ijtimoiy ish fanining obyekti.** Gumanitar krizis — bu inson hayotiga, uning osoyishtaligiga, farovonligiga va jamiyatning barqarorligiga jiddiy tahdid soluvchi favqulodda holatlar majmui hisoblanadi. Bunday vaziyatlarda insonlarning asosiy ehtiyojlari — oziq-ovqat, ichimlik suvi, boshpana, tibbiy yordam va xavfsizlik — jiddiy ravishda buziladi. Shuningdek, ruhiy va ijtimoiy muammolar kuchayadi, oilalar tarqalishi, ijtimoiy tizimlarning zaiflashishi kuzatiladi.

Ijtimoiy ish fanining obyekti gumanitar krizis sharoitida insonlarning va jamiyatlarning ijtimoiy muammolari va ehtiyojlaridir. Bu obyekt ijtimoiy ish mutaxassislari tomonidan aniqlanib, tahlil qilinadi va yechimlar ishlab chiqiladi. Gumanitar krizislarda ijtimoiy ishning asosiy vazifasi — muammoga duchor bo‘lgan odamlar va guruhlarini qo‘llab-quvvatlash, ularning hayot sifatini yaxshilash, ijtimoiy muvozanatni tiklash va barqarorlikni ta‘minlashdan iborat.

Ijtimoiy ish fanining obyekti gumanitar krizis kontekstida insonlarning hayotiy qiyinchiliklari, ularning ijtimoiy himoya tizimlariga bo‘lgan muhtojligi va jamiyatning qayta tiklanish jarayonlaridir. Bu fan mutaxassislari krizisning ijtimoiy, psixologik, iqtisodiy oqibatlarini o‘rganib, samarali yordam berish mexanizmlarini yaratish va amalga oshirish bilan shug‘ullanadi. IFSW Bosh yig‘ilishi va IASSW Bosh Assambleyasi tomonidan 2014 yil

iyulda tasdiqlangan ijtimoiy ishning global ta'rifining o'zbek tilidagi tarjimasini:

**Ijtimoiy ishning global ta'rifi.** "Ijtimoiy ish amaliyotga asoslangan kasb va akademik fan bo'lib, u ijtimoiy o'zgarish va rivojlanishni, ijtimoiy birdamlikni, shuningdek, insonlarni kuchaytirish va ozod qilishni targ'ib qiladi. Ijtimoiy adolat, inson huquqlari, umumiy mas'uliyat va xilma-xillikka hurmat ijtimoiy ishning markaziy tamoyillaridir. Ijtimoiy ish nazariyalari, ijtimoiy fanlar, gumanitar fanlar va mahalliy bilimlarga tayangan holda, odamlar va ijtimoiy tuzilmalar bilan hamkorlikda hayotdagi muammolarni hal qilish va farovonlikni oshirishga qaratilgan. Yuqoridagi ta'rif milliy va mintaqaviy darajalarda kengaytirilishi mumkin<sup>1</sup>."

**Vazifalari:**

1. Gumanitar krizislarning ijtimoiy-iqtisodiy va psixologik oqibatlarini tahlil qilish;
2. Ijtimoiy yordam ko'rsatish tizimlarini va strategiyalarini o'rganish;
3. Krizis sharoitida zarur bo'lgan ijtimoiy xizmatlar va resurslarni aniqlash;
4. Zaif qatlamlarga yordam berishning zamonaviy usullari va yondashuvlarini o'rgatish;
5. Ijtimoiy ishda etika va professional standartlarni mustahkamlash;
6. Amaliy ko'nikmalarni shakllantirish va gumanitar yordam loyihalarini rejalashtirishga tayyorlash.

**"Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish" fanining obyekti.** Fan obyekti — bu gumanitar krizislar (urush, tabiiy ofatlar, epidemiya, ijtimoiy va iqtisodiy inqirozlar kabi favqulodda vaziyatlar) sharoitida insonlarning ijtimoiy holati, ularning muammolari va ehtiyojlari, ijtimoiy yordam va qo'llab-quvvatlash jarayonlari hisoblanadi. Obyekt sifatida gumanitar yordamga muhtoj bo'lgan shaxslar va guruhlar, ularning hayot sharoitlarini yaxshilashga qaratilgan ijtimoiy ish faoliyati hamda ushbu jarayonni tashkil etuvchi tizimlar va institutlar o'rganiladi.

---

<sup>1</sup> International Federation of Social Workers. <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/>



**Gumanitar krizislarning o'lchovlari.** Gumanitar krizislar turli o'lchamlarda va shakllarda namoyon bo'ladi. Ularning asosiy o'lchovlari quyidagilardan iborat:

1. **Tabiiy o'lchov.** Bu o'lchovga yer silkinishi, bo'ronlar, suv toshqini, qurg'oqchilik kabi tabiiy ofatlar kiradi. Tabiiy ofatlar natijasida yuzaga kelgan infrastrukturadagi zarar, insonlarning yashash sharoitining yomonlashishi va resurslarning yetishmasligi gumanitar krizisning tabiiy o'lchovini tashkil etadi.

2. **Ijtimoiy o'lchov.** Ijtimoiy o'lchovga urush, ichki nizolar, etnik ziddiyatlar va siyosiy beqarorlik sababli yuzaga kelgan muammolar kiradi. Bu holatda insonlarning xavfsizligi, huquqlari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari zaiflashadi.

3. **Iqtisodiy o'lchov.** Iqtisodiy krizislar – inflyatsiya, ishsizlik, oziq-ovqat va tibbiy yordam yetishmovchiligi ham gumanitar krizisning muhim qismidir. Bu o'lchovda insonlarning hayot darajasi pasayadi, ularning asosiy ehtiyojlarini qondirish qiyinlashadi.

4. **Psixologik o'lchov.** Gumanitar krizislar natijasida odamlar orasida ruhiy tushkunlik, stress, travmalar paydo bo'ladi. Bu o'lchov insonlarning ruhiy sog'lig'i va ijtimoiy moslashuvi uchun xavf tug'diradi.

5. **Geografik o'lchov.** Gumanitar krizislarning hududiy taqsimoti va qamrovi. Bu o'lchovda krizis qaysi hududlarni qamrab olgani, qaysi aholi qatlamlari ko'proq ta'sirlanganligi o'rganiladi.

**“Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish” faniga bo'lgan ehtiyoj.** Zamonaviy dunyoda urushlar, tabiiy ofatlar, pandemiyalar va boshqa gumanitar krizislar soni ortib bormoqda. Bunday favqulodda vaziyatlar insonlarning hayotiga, sog'lig'iga va ijtimoiy barqarorligiga katta zarar yetkazadi. Shu sababli, gumanitar krizislar sharoitida zaif guruhlariga malakali ijtimoiy yordam ko'rsatish, ularning muammolarini tez va samarali hal qilish zarurati paydo bo'ladi.

“Ijtimoiy ish” ixtisosligining ushbu yo'nalishi, krizis sharoitida insonlarning ehtiyojlarini to'liq tushunish, ularni qo'llab-quvvatlash strategiyalarini ishlab chiqish hamda amaliy yordam ko'rsatish imkonini beradi. Bu fan yordamida ijtimoiy ish mutaxassislari gumanitar yordam sohasida zamonaviy bilim va ko'nikmalarga ega bo'lib, krizis holatlarida samarali faoliyat yuritishi mumkin.

Gumanitar krizislarning murakkab va ko'p o'lchamli tabiati ijtimoiy ish sohasida yangi yondashuvlar va metodlarni ishlab

chiqishni talab qiladi. “Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish” fani nafaqat ilmiy, balki amaliy ahamiyatga ega bo‘lib, jamiyatdagi barqarorlikni saqlash va insonparvarlik prinsiplarini rivojlantirishda muhim o‘rin tutadi.

**Gumanitar krizislarda ijtimoiy ish faniga bo‘lgan ehtiyoj.** Gumanitar krizislar insonlarning hayoti, salomatligi va farovonligiga katta tahdid soluvchi murakkab vaziyatlardir. Bunday holatlarda insonlar nafaqat moddiy yordamga, balki ijtimoiy va psixologik qo‘llab-quvvatlashga ham muhtoj bo‘ladilar. Shu bois, humanitar krizis sharoitida ijtimoiy ish faniga bo‘lgan ehtiyoj juda oshadi.

Ijtimoiy ish fanining asosiy vazifasi — muammoga duch kelgan shaxslar va jamiyatlarni qo‘llab-quvvatlash, ularning ijtimoiy muammolarini aniqlash, zarur yordamni tashkil etish va ularni jamiyatga qayta integratsiya qilishdir. Gumanitar krizislarda esa bu ehtiyoj yanada dolzarb bo‘lib, favqulodda vaziyatlarda insonlarning ruhiy holatini barqarorlashtirish, oilalarni tiklash, ijtimoiy himoya tizimlarini qayta tiklash kabi masalalarni hal qilish talab etiladi.

Gumanitar krizislarda yuzaga keladigan ijtimoiy muammolar — ishsizlik, kambag‘allik, nogironlik, bolalar va ayollarning himoyasizligi — ijtimoiy ish fanining o‘rganish doirasini kengaytiradi va amaliy faoliyatni murakkablashtiradi. Bu vaziyatda ijtimoiy ish mutaxassislari ijtimoiy adolatni ta‘minlash, resurslarni samarali taqsimlash va aholining zaif guruhlarini himoya qilishda muhim rol o‘ynaydi. Gumanitar krizislarni samarali yengib o‘tishda ijtimoiy ish fanining o‘rni beqiyosdir. U nafaqat insonlarga yordam berish vositasi, balki jamiyatning barqarorligini saqlash va qayta tiklash mexanizmi sifatida xizmat qiladi. Demak, humanitar krizis sharoitida ijtimoiy ish faniga bo‘lgan ehtiyoj har doim yuqori bo‘lib, uning rivojlanishi va qo‘llanilishi dolzarb ahamiyatga ega.

**O‘zbekistonda ijtimoiy ish fanining tarixi.** Ijtimoiy ish fani — jamiyatdagi ijtimoiy muammolarni aniqlash, ularni hal etish yo‘llarini izlash va odamlarni qo‘llab-quvvatlash bilan shug‘ullanuvchi ilmiy va amaliy soha hisoblanadi. O‘zbekistonda ijtimoiy ish fanining rivojlanishi XX asrning boshlaridan boshlangan bo‘lsa-da, uning tizimli shakllanishi va mustahkam asoslari keyingi davrlarda yaratilgan.

Sovet davrida ijtimoiy ish asoslari asosan ijtimoiy himoya tizimlari va davlat tomonidan olib boriladigan ijtimoiy siyosatga

qaratilgan edi. Shu paytda ijtimoiy xizmat ko'rsatish tizimlari, kasaba uyushmalari va boshqa ijtimoiy muassasalar faoliyat ko'rsatib, aholi muammolarini hal qilishga xizmat qilgan. Lekin ijtimoiy ish fani mustaqil ilmiy soha sifatida yetarli darajada rivojlanmagan edi.

Istiqlol yillarida O'zbekistonda "Ijtimoiy ish" fanining rivojlanishi yangi bosqichga ko'tarildi. 1990-yillardan boshlab ijtimoiy ish nazariyasi va amaliyotini chuqur o'rganish, mutaxassislar tayyorlash uchun maxsus o'quv dasturlari ishlab chiqila boshlandi. Universitetlarda ijtimoiy ish yo'nalishlari ochildi va ijtimoiy ish kadrlarini tayyorlash tizimi shakllandi. Bugungi kunda O'zbekistonda ijtimoiy ish fani nafaqat ijtimoiy muammolarni hal etishda, balki gumanitar krizislar, ijtimoiy himoya, aholining zaif qatlamlarini qo'llab-quvvatlashda ham muhim rol o'ynamoqda. Ijtimoiy ish mutaxassislari davlat va nodavlat tashkilotlarida faoliyat olib borib, jamiyatning barqaror rivojlanishiga hissa qo'shmoqda. O'zbekistonda ijtimoiy ish fanining tarixi murakkab jarayonlardan tashkil topgan bo'lib, u bugungi kunda mamlakatimizning ijtimoiy rivojlanishida muhim soha hisoblanadi.

2022 yil 21 iyunda O'zbekiston Prezidentining PQ-288 son "Gumanitar yordam ko'rsatish bo'yicha xalqaro ko'p funksiyali transport-logistika xabini tashkil etish choralari to'g'risida" qarori qabul qilindi. Bu Afg'oniston hududida gumanitar amaliyotlarni bajarishda qo'l keladi. Gumanitar inqirozlarda BMT, UNICEF kabi tashkilotlar peshqadam hisoblanishadi. Koronavirus sabab ochlikdan vafot etishi mumkin bo'lgan insonlar soni 135 milliondan 270 million kishiga yetdi. Ayni vaqtdagi vaziyatga ko'ra, 2021-yil falokatli kelishi mumkin"<sup>2</sup>.

Global Hunger Index- Global Ocharchilik indeksiga ko'ra O'zbekiston bu muammodan himoyalangan mamlakatlar qatoridan 1-22 o'rinlarni egallagan. Qozogiston 25 o'rinni, Qirgiziston 36-, Turkmaniston 50, Tojikiston 65-o'rinni egallagan. Qiyoslash uchun Afg'oniston 116- o'rinni olgan<sup>3</sup>.

**Gumanitar inqirozlar sharoitida ijtimoiy ish.** Gumanitar inqirozlar — harbiy mojarolar, tabiiy ofatlar yoki ommaviy ko'chishlar natijasida yuzaga keladigan, millionlab odamlar hayotini murakkab va juda qiyin sharoitlarga soladigan vaziyatlardir. Bunday

---

<sup>2</sup> <https://daryo.uz/2020/12/05/bmt-keyingi-yilda-75-yil-ichidagi-eng-jiddiy-gumanitar-inqiroz-yuz-berishi-mumkin>

<sup>3</sup> Global Hunger Index. <https://www.globalhungerindex.org/ranking.html>

holatlarda ijtimoiy ish jabrlanganlarga yordam berish va qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynaydi. Gumanitar inqiroz sharoitida ijtimoiy ish himoyaga muhtoj aholining zaif guruhlarining — bolalar, qariyalar, nogironlar, qochqinlar va ichki ko'chirilgan shaxslarning asosiy ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan. Bu oziq-ovqat, tibbiy yordam, vaqtinchalik turar joy va psixologik yordamga kirishni tashkil etishni o'z ichiga oladi.

Gumanitar inqirozlarda ijtimoiy ishning asosiy vazifalari: Jabrlanganlarning holatini va ehtiyojlarini baholash, yordamni samarali rejalashtirish uchun; Stress, xavotir va posttravmatik reaksiyalarni kamaytirishga qaratilgan psixosotsial qo'llab-quvvatlash; Zaif guruhlarining huquq va manfaatlarini himoya qilish, ekspluatatsiya va zo'ravonlikning oldini olish; Muammolarni kompleks hal qilish uchun gumanitar tashkilotlar, davlat idoralari va mahalliy jamoalar bilan hamkorlikni muvofiqlashtirish; Ta'limga va ijtimoiy reabilitatsiyaga kirishni ta'minlash, hayotiy istiqbollarni tiklash.

Gumanitar inqirozlarda faoliyat yurituvchi ijtimoiy ishchilar yuqori kasbiy tayyorgarlik, hamdardlik va noaniqlik hamda xavfli sharoitlarda ishlash qobiliyatini talab qiluvchi jiddiy muammolarga duch kelishadi. Ularning faoliyati nafaqat bevosita yordam ko'rsatishga, balki jabrlangan jamiyatlarning ijtimoiy barqarorligini mustahkamlashga ham xizmat qiladi. Shunday qilib, gumanitar inqirozlarda ijtimoiy ish inson qadr-qimmatini saqlash va ekstremal sinovlar sharoitida hayotni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan kompleks choralar tizimining muhim qismidir.

Hukumatlarga ijtimoiy muhofazani kengaytirish va takomillashtirishda yordam berish ochlikni butunlay bartaraf etish yo'lida muhim qadamdir. WFP hukumatlar va sheriklar bilan birga 2030 yilgacha odamlarning milliy ijtimoiy muhofaza tizimlariga kirishini sezilarli darajada oshirish uchun faoliyat yuritmoqda. Ushbu tizimlar odamlarning oziq-ovqat xavfsizligi, ovqatlanishi va boshqa muhim ehtiyojlarini qondirish qobiliyatini muhofaza qilish va rivojlantirish hamda ular duch keladigan xavflar va shoklarni boshqarishga yordam beradi. Hukumatlarni inklyuziv ijtimoiy muhofaza dasturlarini loyihalashtirish va amalga oshirishda qo'llab-quvvatlashadi, odamlarning ehtiyojlari va qobiliyatlari, shuningdek, ularning zaifliklari va tengsizliklarini hisobga olinadi.

Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish fani quyidagi muammolarni hal qilishga e'tiborni qaratadi: og'ir hayotiy vaziyatga tushgan, urushlar va tabiiy ofatlardan zararlarni aholi bilan manzilli ishlash va ularga ijtimoiy xizmat va yordam ko'rsatish, jamiyatga ijtimoiylashuvini ta'minlash orqali ijtimoiy himoyaga muhtoj aholi sonini kamaytirish;

Og'ir hayotiy vaziyatga tushish xavfi ostida bo'lgan ijtimoiy xizmat va ijtimoiy yordamni mahalla darajasida tashkil etish orqali aholini o'zi yashayotgan muhitidan ajratmaslik;

Ijtimoiy xizmat va ijtimoiy yordamning barqaror bo'lishini ta'minlash orqali ularning huquqlarini doimiy kafolatlash;

Ijtimoiy xizmat va ijtimoiy yordam ko'rsatishning barcha bosqichlarida shaffoflikni ta'minlash orqali ijtimoiy himoya siyosatini shakllantirishda ishtirokini oshirish;

Ijtimoiy xizmatlarni shakllantirishda aholining talab va ehtiyojlarini inobatga olish orqali xizmatlar manzilliligini va samaradorligini

1. Nogironligi bo'lgan shaxslar bilan ishlash tizimini takomillashtirish

2. Voyaga yetmagan bolalarni himoya qilish yo'nalishida:

3. Ayollarni himoya qilish tizimini takomillashtirish yo'nalishida:

4. Og'ir hayotiy vaziyatga tushib qolgan oilalar bilan ishlash yo'nalishida:

5. Yoshlar bilan ishlash yo'nalishida:

6. Yakka yolg'iz va keksalar bilan ishlash yo'nalishida:

7. Ijtimoiy ta'minot dasturlari yo'nalishida:

Agarda vaziyat 24 soatdan 72 soatgacha bo'lgan vaqt oralig'ida individ yoki oilani tahlikali vaziyatdan chiqara olmasa, bu inqiroz bo'lib favqulodda vaziyat hisoblanmaydi. Inqirozning uchta asosiy elementlari mavjud: intervensiyada stressli vaziyat, uni bartaraf etishda, vaqtini belgilashda qiyinchilik.

WFP milliy darajada boshqariladigan ijtimoiy muhofazani loyihalashtirish va amalga oshirishda yordam berishda uzoq tarixga ega bo'lib, hukumatlar nomidan texnik maslahatlar beradi va dasturlarni amalga oshiradi. Bundan tashqari, WFPning o'z dasturlari ko'pincha milliy ijtimoiy muhofaza maqsadlariga mos keladi. WFP siyosat va dasturlarni loyihalashtirish hamda amalga oshirishning barcha elementlari bo'yicha tajribaga ega.



**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish fanining predmeti nima?
2. Ijtimoiy ish fani gumanitar krizislar sharoitida qanday vazifalarni bajaradi?
3. Gumanitar krizislar qanday turlarga bo'linadi?
4. Gumanitar krizislar davrida ijtimoiy ishchilarning roli qanday o'zgaradi?
5. Ijtimoiy ishchi gumanitar krizis sharoitida qanday metod va strategiyalarni qo'llaydi?
6. Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ishchilarning qanday maxsus tayyorgarliklari kerak?
7. Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish fanini o'rgatishda qanday amaliy ko'nikmalarni rivojlantirish kerak?
8. Ijtimoiy ishchilar krizis davrida o'z psixologik holatini qanday boshqarishlari kerak?
9. Ijtimoiy ishchilarning gumanitar krizislar sharoitida mustahkam psixologik holatini saqlash uchun qanday metodlar qo'llaniladi?
10. Gumanitar krizislar sharoitida eng ko'p yordamga muhtoj bo'lgan guruhlar kimlar?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160
4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). -Trocaire.

## **2-MAVZU. IJTIMOIIY ISH NAZARIYASI VA AMALIYOTIDA INQIROZ TUSHUNCHASINING PAYDO BO‘LISHI VA RIVOJLANISHINING NAZARIY ASOSLARI.**

**Gumanitar krizislarda ijtimoiy ish nazariyasi.** Gumanitar krizislar – bu jamiyatdagi favqulodda holatlar bo‘lib, ularda insonlar asosiy ehtiyojlarini qondirishda jiddiy qiyinchiliklarga duch kelishadi. Tabiiy ofatlar, urug‘liklar, janglar yoki iqtisodiy inqirozlar natijasida yuzaga keladigan bunday vaziyatlarda ijtimoiy ishning o‘rni juda katta ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy ish nazariyasi gumanitar krizislarni bartaraf etishda inson resurslari va jamiyatning imkoniyatlarini samarali tarzda muvofiqlashtirishga yordam beradi. Ushbu nazariya insonlarning haq-huquqlari, himoya va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlari asosida ish olib boradi, shunday qilib, muammolarni ildizidan hal qilishga yo‘naltirilgan. Gumanitar krizislarda ijtimoiy ish nazariyasining asosiy vazifalari: Himoya qilish va qo‘llab-quvvatlash – krizisdan zararlangan shaxslar, ayniqsa xotin-qizlar, yoshlar va nogironlar kabi himoyaga muhtoj guruhlar uchun maxsus xizmatlarni tashkil etish. Resurslarni taqsimlash – insonlarga zarur yordamni samarali yetkazish uchun mavjud resurslarni maqsadli taqsimlash va boshqarish.

Psixologik va ijtimoiy rehabilitasiya – krizisdan so‘ng insonlarning ruhiy holatini tiklash va ularni jamiyatga qayta integratsiya qilish. Jamoatchilik bilan hamkorlik – mahalliy jamoalarni krizisga qarshi kurashishda ishtirok etishga va ularning imkoniyatlarini oshirishga qaratilgan dasturlarni rivojlantirish. Ijtimoiy ish nazariyasi gumanitar yordam jarayonida faqat moddiy yordam bilan cheklanmaydi, balki psixologik yordamni ko‘rsatadi.

**Ijtimoiy ish nazariyasida gumanitar inqirozlar.** Bugungi kunda dunyoda ko‘plab hududlarda gumanitar inqirozlar yuzaga kelmoqda. Urushlar, tabiiy ofatlar, epidemiyalar va siyosiy notinchliklar natijasida millionlab odamlar og‘ir sharoitlarga duch kelmoqda. Bunday vaziyatlarda ijtimoiy ish nazariyasi va amaliyoti o‘zining katta ahamiyatini ko‘rsatadi.

Bugungi kunda dunyodagi ko‘plab mintaqalar insonparvarlik inqirozlari bilan yuzma-yuz kelmoqda. Urushlar, tabiiy ofatlar,

iqtisodiy inqirozlar, qochqinlik va ijtimoiy beqarorlik natijasida millionlab odamlar oziq-ovqat, sog‘liqni saqlash, boshpana va ta‘lim kabi eng muhim ehtiyojlardan mahrum bo‘lib qolmoqda. Bunday vaziyatlar nafaqat jabr ko‘ruvchi aholi, balki butun xalqaro hamjamiyat uchun jiddiy tahdiddir. Gumanitar inqirozlar inson huquqlari, inson qadri va global xavfsizlik masalalari bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, ularni bartaraf etish uchun milliy va xalqaro darajadagi hamkorlik, mustahkam infratuzilma va aniq harakatlar zarur. Gumanitar inqirozlarning sabablari, oqibatlari va yechimlari haqida fikr yuritish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy ish — bu jamiyatdagi zaif guruhlar va shaxslarning hayot sifatini yaxshilash, ularni qo‘llab-quvvatlash hamda ijtimoiy adolatni ta‘minlashga qaratilgan professional faoliyatdir. Gumanitar inqirozlar paytida ijtimoiy ish nazariyasi inson huquqlari, psixososial yordam, resurslarni samarali taqsimlash va jamiyatni barqarorlashtirish kabi asosiy tamoyillarni o‘z ichiga oladi.

Gumanitar inqirozlar ijtimoiy ish uchun murakkab va ko‘p qirrali muammolarni keltirib chiqaradi. Bu holatlarda odamlar faqat moddiy yordamga muhtoj emas, balki psixologik qo‘llab-quvvatlash, huquqiy maslahat va ijtimoiy rehabilitatsiyaga ham ehtiyoj sezadi. Shuning uchun ijtimoiy ish mutaxassislari nafaqat favqulodda vaziyatlarda yordam ko‘rsatish, balki uzoq muddatli tiklanish jarayonida ham faol ishtirok etishlari lozim. Nazariy jihatdan, ijtimoiy ish gumanitar inqirozlarni tahlil qilishda tizimli yondashuvdan foydalanadi. Bu yondashuv ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy va madaniy omillarni birgalikda o‘rganish imkonini beradi va muammolarning ildizini aniqlashga yordam beradi. Kuchga asoslangan yondashuv (*strength-based approach*) orqali zaif guruhlarining resurslari va imkoniyatlariga e‘tibor qaratiladi.

Ijtimoiy ish nazariyasi gumanitar inqirozlarda yordam ko‘rsatishning ilmiy va amaliy asoslarini yaratadi. Bu soha mutaxassislari inson hayotini yaxshilash, jamiyatni tiklash va ijtimoiy barqarorlikni ta‘minlash yo‘lida muhim rol o‘ynaydi. Gumanitar inqirozlar sharoitida ijtimoiy ishning samaradorligini oshirish uchun nazariy bilimlar va amaliy ko‘nikmalarning uyg‘unlashuvi zarur.

Misli ko‘rilmagan darajada ko‘plab odamlar harakatda bo‘lib, inqirozlar soni va murakkabligi ortib borayotgan bir paytda, vaziyatga moslashuvchan va kontekstga xos gumanitar yondashuvga ehtiyoj har

qachongidan ham dolzarb bo'lib bormoqda. So'nggi global tashabbuslar inqirozlarga birgalikda yondashish muhimligini ko'rsatmoqda. Bir vaqtning o'zida yuzaga kelayotgan gumanitar inqirozlar, ortib borayotgan ehtiyojlar va torayib borayotgan gumanitar makon sharoitida samarali javob choralarini ko'rish asosan turli gumanitar tashkilotlarning hamkorlikdagi sa'y-harakatlar, ularning birlashgan va o'zaro to'ldiruvchi yondashuvlariga bog'liq. Gumanitar krizislar ijtimoiy ish sohasida ko'plab murakkab jarayonlarni o'z ichiga oladi va ularning shakllanishi bir necha bosqichdan iborat. Har bir bosqichda ijtimoiy ish mutaxassislari o'zining vazifalari va yondashuvlarini qo'llaydi. Bular quyidagilardir:

**1. Oldindan ogohlantirish va profilaktika bosqichi.** Ushbu bosqichda gumanitar krizisning yuzaga kelishi mumkin bo'lgan xavflar aniqlanadi, jamiyat va zaif guruhlar haqida ma'lumot to'planadi. Ijtimoiy ish mutaxassislari krizisning oldini olish uchun profilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqadi va amalga oshiradi.

**2. Krizis yuzaga kelishi (boshlanish) bosqichi.** Gumanitar krizis boshlanganda odamlar va jamiyatda keskin o'zgarishlar sodir bo'ladi. Bu bosqichda ijtimoiy ishchilar favqulodda yordam ko'rsatish, zarur resurslarni taqsimlash va himoya qilishga qaratilgan faoliyatni olib boradi.

**3. Faol javob va yordam ko'rsatish bosqichi.** Krizisning eng kuchli davrida ijtimoiy ishchilar zarur ijtimoiy yordam, psixologik qo'llab-quvvatlash, joylashtirish va boshqa xizmatlarni tashkil etadi. Bu bosqichda tezkor va samarali harakat qilish talab etiladi.

**4. Reabilitatsiya va tiklash bosqichi.** Gumanitar krizisning bosqichma-bosqich kamayishi va barqarorlik tiklanishi jarayonida ijtimoiy ishchilar zarar ko'rgan shaxslar va jamiyatni tiklash, ularning ijtimoiy va iqtisodiy holatini yaxshilashga ko'maklashadi.

**5. Baholash va tahlil bosqichi.** Inqiroz yakunlangach, ijtimoiy ishchilar amalga oshirilgan yordamning samaradorligini baholaydi, muammolar va kamchiliklarni aniqlaydi hamda kelgusida shunday vaziyatlarda qanday chora ko'rish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqadi.

**Sudandagi gumanitar inqiroz.** Sudan so'nggi yillarda jiddiy gumanitar inqirozga duch kelmoqda. Mamlakatda davom etayotgan siyosiy notinchlik, qurolli to'qnashuvlar va tabiiy ofatlar millionlab odamlarning hayotini qiyinlashtirmoqda. Bu inqiroz natijasida millionlab odamlar oziq-ovqat, toza suv, tibbiy xizmat va boshpanasiz

qolmoqda. Sudandagi gumanitar inqirozning asosiy sabablari — siyosiy beqarorlik, urush va qishloq xo‘jaligi yetishmovchiligi hisoblanadi. To‘qnashuvlar natijasida ko‘plab odamlar qochqin va ichki ko‘chirilgan shaxslar holatiga tushmoqda. Bu esa ularning sog‘ligi, ta’lim olish huquqi va xavfsizligiga katta tahdid solmoqda. Xalqaro hamjamiyat va gumanitar tashkilotlar Sudandagi vaziyatda yordam ko‘rsatmoqda. Ammo xavfsizlik muammolari va logistika qiyinchiliklari tufayli yordam yetkazish ko‘p hollarda sekinlashmoqda. Sudandagi gumanitar inqirozni yengish uchun siyosiy barqarorlikni tiklash, tinchlik jarayonlarini rivojlantirish va aholiga doimiy yordam ko‘rsatish zarur. Shu bilan birga, ijtimoiy ish mutaxassislari jabrlanganlarga psixososial yordam berib, jamiyatni tiklashda muhim rol o‘ynaydi.

**G‘azodagi gumanitar inqiroz.** G‘azo sektori so‘nggi o‘n yilliklarda dunyoning eng og‘ir gumanitar inqirozlaridan biriga duch kelmoqda. Isroil va Falastin o‘rtasidagi uzoq davom etayotgan mojarolar, blokada va cheklovlar G‘azo aholisi uchun asosiy hayotiy ehtiyojlarning yetishmasligiga olib kelmoqda. Natijada millionlab odamlar oziq-ovqat, toza suv, tibbiy yordam, elektr energiyasi va boshpana kabi asosiy xizmatlardan mahrum bo‘lib qolmoqda. 2023 yil 7 oktyabrdan hozirgi kungacha bu hududa eng ayanchli holatlar ro‘y bermoqda.

G‘azodagi gumanitar inqirozning sabablari murakkab va ko‘p qirrali. Asosiy omillar sifatida siyosiy nizolar, iqtisodiy blokadalar, harbiy to‘qnashuvlar va infratuzilmaning buzilishini ko‘rsatish mumkin. Ushbu sharoitlar ayniqsa bolalar, ayollar va nogironlar kabi zaif guruhlar hayotini yanada qiyinlashtirmoqda. Xalqaro hamjamiyat va ko‘plab nodavlat tashkilotlar G‘azodagi aholiga yordam berishga harakat qilmoqda, biroq harbiy harakatlar va siyosiy to‘siqlar bu yordamning yetkazilishini qiyinlashtirmoqda. Bundan tashqari, sog‘liqni saqlash tizimining yetishmovchiligi va maktablarning ko‘plab hududlarda yopilishi ijtimoiy muammolarni yanada kuchaytirmoqda. G‘azodagi gumanitar inqirozni bartaraf etishda siyosiy muzokaralar, tinchlik jarayonlarini davom ettirish va xalqaro yordamni samarali tashkil etish muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, ijtimoiy ish mutaxassislari jabrlangan aholiga psixososial yordam ko‘rsatib, ularning hayot sifatini yaxshilash va jamiyatni tiklashga ko‘maklashishi zarur.

**Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish tarixi.** Gumanitar krizislar insoniyat tarixida ko'p marta yuzaga kelgan va ularning ijtimoiy, iqtisodiy, madaniy ta'sirlari juda katta bo'lgan. Bunday vaziyatlarda jamiyatlar zaif qatlamlari – muhojirlar, qochqinlar, nogironlar, yolg'iz ota-onalar va boshqalar ayniqsa ta'sir ko'radi. Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish muhim va zarur faoliyatga aylanadi. Bu matnda ijtimoiy ishning tarixiy rivojlanishi, gumanitar krizislar davrida uning roli va o'ziga xos jihatlari ko'rib chiqiladi.

### **Asosiy qism**

**1. Ijtimoiy ish tushunchasi va uning rivojlanishi** Ijtimoiy ish – bu insonlarning ijtimoiy muammolarini hal qilishga qaratilgan faoliyat bo'lib, uning tarixi asrlar davomida shakllangan. Dastlabki ijtimoiy yordam diniy va xayriya tashkilotlari orqali amalga oshirilgan. XIX-asrda sanoat inqilobi va shaharsozlik rivojlanishi bilan ijtimoiy ish instituti shakllanib bordi.

**2. Gumanitar krizislar va ularning ijtimoiy ta'siri.** Urushlar, tabiiy ofatlar, epidemiyalar kabi gumanitar krizislar jamiyatlarda katta o'zgarishlar va qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Bu sharoitda aholi, ayniqsa zaif guruhlar hayotini yaxshilash uchun maxsus yondashuvlar va ijtimoiy yordam tizimlari zarur bo'ladi.

**3. Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ishning tarixi. Birinchi jahon urushi va undan keyingi davr:** Urushdan keyin yaradorlar, yetimlar, qochqinlar uchun ijtimoiy yordam ko'rsatish tizimi shakllandi.

**Ikkinchi jahon urushi va undan keyingi davr:** Ko'p davlatlarda gumanitar yordam va ijtimoiy ish sohalari rivojlana boshladi. Qochqinlar va jabrlanganlar uchun maxsus dasturlar tashkil etildi.

**XX asr oxiri – XXI asr boshidagi krizislar:** Tabiiy ofatlar (tsunami, zilzila), urushlar va epidemiyalar (Suriya urushi, COVID-19 pandemiyasi, G'azodagi inqirozda qariyb 56 mingdan ziyod kishining halok bo'lishi) davrida ijtimoiy ish yangi metod va yondashuvlarni qabul qildi<sup>4</sup>.

**4. Bugungi kunda gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish** Zamonaviy ijtimoiy ishda krizislarni boshqarish, psixosotsial yordam, jamiyatni qayta tiklash va rivojlantirish kabi funksiyalar ustuvor.

---

<sup>4</sup> Wafaa Shurafa, Samy Magdy. Gaza health authorities say Israel kills 44 waiting for aid as war's death toll passes 56,000. <https://apnews.com/article/israel-palestinians-hamas-war-06-24-2025-dbbdba6c1986376e6e09900650814412>

Xalqaro tashkilotlar (BMT, Qizil Xoch) va mahalliy tashkilotlar hamkorlikda ishlaydi.

**Xulosa.** Gumanitar krizislar sharoitida ijtimoiy ish jamiyatning eng zaif qatlamlarini qo'llab-quvvatlashda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Tarixiy tajriba shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy ishning samarali tashkil etilishi va doimiy rivojlanishi insonparvarlik g'oyalarini amalga oshirishda muhim omil hisoblanadi.

Gumanitar inqirozlar — harbiy mojarolar, tabiiy ofatlar yoki ommaviy ko'chishlar natijasida yuzaga keladigan, millionlab odamlar hayotini murakkab va juda qiyin sharoitlarga soladigan vaziyatlardir. Bunday holatlarda ijtimoiy ish jabrlanganlarga yordam berish va qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynaydi.

Gumanitar inqiroz sharoitida ijtimoiy ish himoyaga muhtoj aholining zaif guruhlarining — bolalar, qariyalar, nogironlar, qochqinlar va ichki ko'chirilgan shaxslarning asosiy ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan. Bu oziq-ovqat, tibbiy yordam, vaqtinchalik turar joy va psixologik yordamga kirishni tashkil etishni o'z ichiga oladi.

**Gumanitar inqirozlarda ijtimoiy ishning asosiy vazifalari:** Jabrlanganlarning holatini va ehtiyojlarini baholash, yordamni samarali rejalashtirish; Stress, xavotir va posttravmatik reaksiyalarni kamaytirishga qaratilgan psixosotsial qo'llab-quvvatlash; Zaif guruhlarining huquq va manfaatlarini himoya qilish, ekspluatatsiya va zo'ravonlikning oldini olish; Muammolarni kompleks hal qilish uchun gumanitar tashkilotlar, davlat idoralari va mahalliy jamoalar bilan hamkorlikni muvofiqlashtirish; Ta'limga va ijtimoiy reabilitatsiyaga kirishni ta'minlash, hayotiy istiqbollarni tiklash.

Gumanitar inqirozlarda faoliyat yurituvchi ijtimoiy ishchilar yuqori kasbiy tayyorgarlik, hamdardlik va noaniqlik hamda xavfli sharoitlarda ishlash qobiliyatini talab qiluvchi jiddiy muammolarga duch kelishadi. Ularning faoliyati nafaqat bevosita yordam ko'rsatishga, balki jabrlangan jamiyatlarning ijtimoiy barqarorligini mustahkamlashga ham xizmat qiladi. Gumanitar inqirozlarda ijtimoiy ish inson qadr-qimmatini saqlash va ekstremal sinovlar sharoitida hayotni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan kompleks choralar tizimining muhim qismidir.

#### **Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Gumanitar inqiroz tushunchasi nima?
2. Gumanitar inqiroz va ijtimoiy muammolar orasidagi farq nima?



3. Ijtimoiy ishda inqiroz tushunchasining paydo bo'lishi qanday amaliyotga ta'sir ko'rsatadi?

4. Gumanitar inqirozlar ijtimoiy ishchilarning yondashuvlariga qanday ta'sir qiladi?

5. Inqiroz nazariyasining rivojlanishida asosiy qarashlar va yo'nalishlar qanday?

6. Inqirozlar qanday holatlarda va qanday ijtimoiy, iqtisodiy yoki siyosiy omillar asosida yuzaga keladi?

7. Ijtimoiy ishda inqirozlar qanday o'zgarishlarga sabab bo'lishi mumkin?

8. Inqiroz sharoitida ijtimoiy ishchi qanday ijtimoiy o'zgarishlarni kuzatishi va ularga moslashishi kerak?

9. Ijtimoiy ishda inqirozlar sharoitida qanday metod va yondashuvlar qo'llaniladi?

10. Inqirozlar bartaraf etishda ijtimoiy ishchilarning asosiy vazifalari qanday bo'lishi kerak?

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>

2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.

3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.

5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). -Trocaire.

### **3-MAVZU. GUMANITAR INQIROZLAR VA FAVQULODDA VAZIYATLARNING TURLARI VA XUSUSIYATLARI**

#### **Gumanitar inqirozlar va favqulodda vaziyatlarning turlari, xususiyatlari**

**Gumanitar inqirozlar** — bu insonlarning hayoti, sogʻligi va farovonligiga jiddiy xavf soluvchi, katta miqyosda zarar yetkazadigan va favqulodda yordam koʻrsatishni talab qiladigan vaziyatlardir. Ular turli sabablarga koʻra yuzaga kelishi mumkin va oʻziga xos xususiyatlarga ega.

#### **Tabiiy ofatlar natijasidagi gumanitar inqirozlar:**

**1. Tabiiy ofatlar.** Yer silkinishi, boʻron, tsunami, toshqin, vulqon otilishi, qurgʻoqchilik va boshqa tabiiy hodisalar natijasida yuzaga keladi. Tabiiy ofatlar odatda katta hududlarni qamrab oladi va infratuzilmalarga katta zarar yetkazadi.

- Zilzilalar, toʻfonlar, sel, qurgʻoqchilik, oʻrmon yongʻinlari va boshqalar;

- Aholi boshpanasiz qoladi, toza ichimlik suvi taqchil boʻladi.

#### **Iqlim oʻzgarishi bilan bogʻliq gumanitar inqirozlar**

- Qurgʻoqchilik, suv tanqisligi, yerning degradatsiyasi;
- Qishloq xoʻjaligi ishlab chiqarishining pasayishi va oziq-ovqat tanqisligi.

**Masalan:** 2010-yilgi Gaiti zilzilasi, 2023-yilgi Turkiya-Suriya zilzilasi, Afrika qurgʻoqchiligi (Sahel hududi), Bangladeshda suv bosish xavfi.

**2. Inson faoliyati natijasidagi inqirozlar.** Urushlar, ichki mojarolar, terroristik harakatlar va siyosiy beqarorlik kabi omillar natijasida yuzaga keladi. Bu turdagi inqirozlar insonlarning xavfsizligiga, ijtimoiy barqarorlikka salbiy taʼsir koʻrsatadi.

**3. Ijtimoiy-iqtisodiy inqirozlar.** Inflyatsiya, ishsizlik, oziq-ovqat va tibbiy yordam yetishmovchiligi kabi holatlar natijasida yuzaga keladi. Iqtisodiy inqirozlar insonlarning kundalik hayotiga, ayniqsa zaif qatlamlarga katta taʼsir koʻrsatadi.

- Tizimli kambagʻallik, oziq-ovqat xavfsizligi yoʻqligi;
- Ishsizlik va sogʻliqni saqlash tizimi izdan chiqishi.

**Masalan:** Venesueladagi iqtisodiy inqiroz, Afg'onistondagi iqtisodiy tanazzul.

#### **4. Qurolli mojarolar (urush va nizolar) natijasidagi gumanitar inqirozlar**

- Ichki yoki xalqaro qurolli to'qnashuvlar;
- Aholining ko'chishga majbur bo'lishi (qochqinlar va majburiy kochirilganlar);
- Tibbiy xizmatlar va oziq-ovqat ta'minotining buzilishi.

**Masalan:** Suriya urushi, Ukraina-Rossiya urushi, Sudan nizosi.

#### **5. Sog'liqni saqlash inqirozlari (epidemiya va pandemiyalar)**

- Yuqumli kasalliklarning keng tarqalishi;
- Tibbiy yordamga yetishmaslik va o'lim ko'rsatkichlarining oshishi;
- **Pandemiyalar va sog'liqni saqlash inqirozlari.** Yuqumli kasalliklarning keng tarqalishi, sog'liqni saqlash tizimining zaiflashishi holatlari. Bunday vaziyatlarda tezkor tibbiy yordam va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash zarur bo'ladi.

**Masalan:** 2014-yilgi Ebola epidemiyasi, Zika virusi, COVID-19 pandemiyasi.

#### **6. Majburiy migratsiya va qochqinlar inqirozi**

- Urush, ta'qib, tabiiy ofat yoki boshqa tahdidlar natijasida odamlarning vatanni tark etishi.
- Boshpanasiz qolgan aholi, inson huquqlarining buzilishi.

**Masalan:** Rohinja musulmonlarining Myanmadan Bangladeshga qochishi, Suriyalik qochoqlar.

#### **Favqulodda vaziyatlarning xususiyatlari:**

- **Tez yuzaga kelishi** — Favqulodda vaziyatlar odatda kutilmagan va tezda rivojlanadi.
- **Keng qamrovli zarar** — Ular odamlar, infratuzilma, iqtisodiyot va ijtimoiy tizimlarga katta zarar yetkazadi.
- **Zudlik bilan harakat qilish zarurati** — Favqulodda vaziyatlarda tez va samarali javob berish hayotiy ahamiyatga ega.
- **Resurslar cheklanganligi** — Ko'pincha zarur yordam va resurslar yetishmasligi muammosi yuzaga keladi.
- **Ijtimoiy va psixologik ta'sir** — Vaziyat odamlarning ruhiy holatiga, ijtimoiy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

## **Oilalarga, yoshlar va bolalarga ko'rsatiladigan alohida ko'mak turlari**

### **1. Oilalarga ko'rsatiladigan ko'mak:**

- **Ijtimoiy yordam:** moddiy yordam, oziq-ovqat va kiyim-kechak bilan ta'minlash, kommunal xizmatlar uchun subsidiyalar;
- **Psixologik qo'llab-quvvatlash:** oilaviy mojarolarni hal qilish, stressni kamaytirish bo'yicha maslahatlar va treninglar;
- **Ijtimoiy himoya xizmatlari:** boshpana, vaqtinchalik turar joy va ijtimoiy xizmatlarga yo'naltirish;
- **Ta'lim va mehnat yordami:** kasb-hunar o'rgatish, ish bilan ta'minlash, moliyaviy maslahatlar.

### **2. Yoshlar uchun ko'mak:**

- **Ta'lim va o'qish imkoniyatlari:** stipendiyalar, qo'shimcha ta'lim kurslari, kasb-hunar o'rgatish dasturlari.
- **Ijtimoiy moslashuv va rivojlanish:** ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish uchun treninglar, sport va madaniy tadbirlar.
- **Psixologik yordam:** stress, depressiya va ruhiy tushkunlik holatlarida maslahatlar, guruh terapiyasi.
- **Mehnat bozoriga tayyorlash:** ish qidirish bo'yicha yordam, stajirovkalar va ishga joylashtirish.

### **3. Bolalarga ko'rsatiladigan ko'mak:**

- **Sog'liqni saqlash:** tibbiy ko'riklar, emlashlar, sog'lom ovqatlanishni ta'minlash;
- **Ta'lim:** maktabgacha ta'lim, maktabda qo'shimcha yordam, o'qishda qiyinchiliklarga qarshi dasturlar;
- **Ijtimoiy himoya:** oilada zo'ravonlik yoki e'tiborsizlik holatlarida himoya qilish, vaqtinchalik boshpana;
- **Psixologik yordam:** travma va stressni yengillashtirish uchun individual va guruh bo'lim terapiyalari;

### **▪ Ruhiy, mental salomatlik va imkoniyati cheklanganlik**

**Ruhiy va mental salomatlik** — bu insonning psixologik, emotsional va ijtimoiy farovonlik holati bo'lib, u hayotiy qiyinchiliklarga moslashish, stressni boshqarish va samarali muloqot qilish qobiliyatini o'z ichiga oladi. Sog'lom ruhiy holat insonning kundalik hayoti va ijtimoiy faoliyatida muhim ahamiyatga ega.

**Imkoniyati cheklanganlik** esa jismoniy, ruhiy, aqliy yoki sezgi nuqsonlari tufayli insonning faoliyati, harakati va ijtimoiy hayotda ishtirok etish qobiliyatining cheklanishi hisoblanadi. Imkoniyati

cheklangan shaxslar uchun maxsus ijtimoiy yordam va qo'llab-quvvatlash zarur.

**Ruhiy va mental salomatlikning ahamiyati:**

**Stress va travmalarni boshqarish:** ruhiy salomatlik insonlarga qiyin vaziyatlarda bardosh berish va o'zini tiklash imkonini beradi.

**Ijtimoiy munosabatlar:** sog'lom ruhiy holat shaxslarning oilada, jamiyatda ijobiy munosabatlar o'rnatishiga yordam beradi.

**Ish faoliyati:** yaxshi ruhiy salomatlik samarali ish faoliyatini ta'minlaydi va ish joyidagi qoniqishni oshiradi.

**Imkoniyati cheklanganlik bilan bog'liq muammolar:**

**Ijtimoiy izolyatsiya:** ko'pincha imkoniyati cheklangan shaxslar jamiyatda ajratilganlik, diskriminatsiyaga duch keladi.

**Qo'shimcha yordamga ehtiyoj:** ular uchun maxsus tibbiy, ijtimoiy va psixologik xizmatlar talab etiladi.

**Ta'lim va ishga joylashish qiyinchiliklari:** imkoniyati cheklangan shaxslar uchun maxsus ta'lim va ish o'rinlari tashkil etilishi muhimdir.

**Gumanitar krizislarda xatarni baholash (Risk management).**

Xatarni **baholash** — bu gumanitar krizislar paytida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan xavflarni aniqlash, ularning darajasini o'lchash va ularni boshqarish jarayonidir. Bu jarayon yordamida favqulodda vaziyatlarga oldindan tayyorlanish va zararlarni minimallashtirish maqsad qilinadi.

**Xatarni baholashning asosiy bosqichlari:**

1. **Xatarlarni aniqlash.** Potensial xavflar va ularning manbalarini aniqlash. Masalan, tabiiy ofatlar, urush, epidemiya yoki iqtisodiy inqirozlar.

2. **Xatarlarning ta'sir doirasini baholash.** Har bir xavf insonlar hayoti, sog'ligi, infratuzilma va jamiyatga qanchalik ta'sir qilishini tahlil qilish.

3. **Xatar ehtimolini aniqlash.** Qanday tez-tez va qanchalik kuchli xavf yuzaga kelishi mumkinligini baholash.

4. **Xatarlarni boshqarish strategiyasini ishlab chiqish.** Xatarlarni kamaytirish yoki oldini olish uchun chora-tadbirlar, profilaktika va rehabilitatsiya rejalarini yaratish.

5. **Monitoring va nazorat qilish.** Xatarlar va ularni boshqarish samaradorligini doimiy kuzatib borish va zaruratga qarab rejalarini yangilab borish.

**Gumanitar krizislarda xatarni boshqarishning ahamiyati:** Zarurat bo'lgan resurslarni oldindan aniqlash va tayyorlash; Insonlar hayoti va sog'ligini muhofaza qilish; Favqulodda vaziyatlarga tezkor va samarali javob berish imkonini yaratish; Ijtimoiy barqarorlikni saqlashga yordam berish.

**Gumanitar inqirozlar sharoitida ijtimoiy ishning zamonaviy turlari.** Qurolli mojarolar, tabiiy ofatlar, pandemiyalar va majburiy ko'chirish kabi ortib borayotgan global muammolar fonida, ijtimoiy ish jabrlangan aholi qatlamlarining murakkab va shoshilinch ehtiyojlarini qondirish maqsadida rivojlandi. Gumanitar inqirozlarda zamonaviy ijtimoiy ish ko'p qirrali, moslashuvchan va inson huquqlari hamda ijtimoiy adolat tamoyillariga asoslangan. Quyida ushbu holatlarda qo'llaniladigan zamonaviy ijtimoiy ish turlarining asosiy yo'nalishlari keltirilgan:

**1. Favqulodda holatlarga javob beruvchi ijtimoiy ish**

Bu yo'nalish darhol inqirozga aralashishni o'z ichiga oladi. Bu sohadagi ijtimoiy ishchilar tezkor psixosotsial baholash, emotsional yordam ko'rsatadi va odamlarni boshpana, oziq-ovqat, tibbiy yordam va oilani qayta birlashtirish dasturlari kabi muhim xizmatlarga yo'naltiradi. Ular inqirozning keskin bosqichida favqulodda yordam ko'rsatish guruhleri va gumanitar tashkilotlar bilan yaqindan hamkorlikda ishlaydi.

**2. Travmaga yo'naltirilgan ijtimoiy ish.** Ushbu yondashuv xizmat ko'rsatishning barcha bosqichlariga travma haqidagi bilimlarni integratsiya qiladi. Ijtimoiy ishchilar zo'ravonlik, yo'qotish yoki majburiy ko'chishdan aziyat chekkan odamlarga yordam berish uchun travmaga sezgir usullardan foydalanadi. Ular mijozlarga moslashuv mexanizmlarini shakllantirish, qayta travmatizatsiyani kamaytirish va xavfsizlik hamda nazorat hissini tiklashda ko'maklashadi.

**3. Jamoaga asoslangan ijtimoiy ish.** Gumanitar sharoitlarda jamoaning chidamliligi juda muhimdir. Ijtimoiy ishchilar jamoani safarbar qilish, mahalliy yetakchilarni qo'llab-quvvatlash va yordam tarmoqlarini yaratishda yordam beradi. Shuningdek, ular jamoa asosida himoya mexanizmlarini ishlab chiqishda va qaror qabul qilish jarayonlarida ishtirokni rag'batlantirishda faol bo'ladi.

**4. Gumanitar muhitda ish yuritish (case management).** Bu yondashuv zaif toifalardagi odamlar, ayniqsa yolg'iz qolgan voyaga yetmaganlar, nogironligi bo'lgan shaxslar va jinsiy zo'ravonlik

qurbonlari bilan tizimli ish olib borishni anglatadi. Ijtimoiy ishchilar baholash o'tkazadi, individual yordam rejasini ishlab chiqadi, xizmatlarni muvofiqlashtiradi va doimiy monitoring hamda kuzatuvni ta'minlaydi.

**5. Bola himoyasi bo'yicha ijtimoiy ish.** Bolalarni himoya qilishga ixtisoslashgan ijtimoiy ishchilar inqiroz sharoitida bolalarning xavfsizligi va farovonligini ta'minlaydi. Ular bola mehnati, ekspluatatsiya, zo'ravonlik va oiladan ajralish kabi muammolarni hal qilish bilan shug'ullanadi. Bu ish ko'pincha NNTlar, BMT agentliklari va mahalliy hokimiyatlar bilan hamkorlikda amalga oshiriladi.

**6. Edvokasy va siyosiy faoliyat.** Ijtimoiy ishchilar majburiy ko'chirilgan aholi, qochqinlar va ijtimoiy jihatdan chetlatilgan guruhlar manfaatlarini himoya qiladi. Ular siyosiy qarorlarni ishlab chiqishda ishtirok etadi, huquqlarga asoslangan yondashuvni targ'ib qiladi va jabrlangan jamoalarning ovozi gumanitar rejalashtirish va javob choralari jarayonida eshitilishini ta'minlaydi.

**7. Raqamli va masofaviy ijtimoiy ish.** Texnologiyalarning rivojlanishi va qurolli mojarolar yoki sog'liqni saqlash inqirozlari (masalan, COVID-19) tufayli yuzaga kelgan cheklovlar natijasida, ijtimoiy ishchilar xizmatlarni ko'rsatishda raqamli platformalardan tobora ko'proq foydalanmoqda. Bunga telemaslahat, virtual qo'llab-quvvatlash guruhlari, mobil ish yuritish va ijtimoiy tarmoqlar yoki ilovalar orqali ma'lumot tarqatish kiradi.

**Ijtimoiy reyestrlarda qamrov:** kimlar kiritilgan? Ijtimoiy reyestrlar turli maqsad va tanlov mezonlariga ega bo'lgan bir nechta dasturlarni yo'naltirishda ma'lumot manbai bo'lib xizmat qiladi. Shuning uchun ular ma'lumot sifati bilan bog'liq xatoliklar — noto'g'ri kiritish yoki istalmagan chiqarib tashlash holatlarini kamaytirishga qaratilgan tarzda ishlab chiqilishi lozim. Bunday muammolar, jumladan, ro'yxatga olish va yangilash strategiyalari, ma'lumotlarning aniqligi va tizimlararo muvofiqlik yetishmasligidan kelib chiqadi.

**Asosiy jihatlar quyidagilardan iborat:**

**Strategik ma'lumot qamrovi:** Ma'lumotlar qamrovi siyosiy maqsadlar bilan mos bo'lishi lozim. Masalan, agar ijtimoiy reyestrlar faqat "qashshoq" deb oldindan aniqlangan shaxslarni qamrab olsa, u holda ularning zaiflik, oziq-ovqat xavfsizligi va ovqatlanish bilan

bog'liq xavf-xatarlarni kamaytirishdagi samaradorligi cheklangan bo'ladi.

**Inklyuzivlik (hammani qamrab olish):** Kimlarning ma'lumotlari yig'ilyotganini va kimlarning chetda qolayotganini va nima sababdanligini hisobga olish kerak. Inklyuziv va dalillarga asoslangan ma'lumot yig'ish tizimning foydaliligi va ta'sirini oshiradi.

**Dinamik qamrov:** Doimiy ro'yxatga olishdan qochish kerak. Ma'lumotlar bazasining yangilanishini ta'minlaydigan strategiyalar ishlab chiqilishi zarur, jumladan, yangi tug'ilgan bolalar, migrantlar, ichki ko'chirilgan shaxslar, adolatsiz ravishda chiqarib tashlanganlar va hayot sharoiti o'zgargan xonadonlar uchun.

**Bosqichma-bosqich joriy qilish rejalari:** Milliy, yirik va mayda geografik darajalarda ro'yxatga olish rejalari ma'lumotlarga asoslangan, oldindan belgilangan, shaffof va ehtiyojlarga moslashuvchan bo'lishi kerak.

**Shikoyatlarni ko'rib chiqish:** Shikoyatlarni ko'rib chiqish va ma'lumotlardagi xatolarni to'g'rilash imkoniyatlari kafolatlanishi lozim.

**Xulosa.** Gumanitar inqirozlar sharoitidagi zamonaviy ijtimoiy ish moslashuvchanlikni, madaniy sezgirlikni va turli sohalar bilan hamkorlikni talab qiladigan dinamik sohaga aylangan. Ijtimoiy ishchilar nafaqat shoshilinch ehtiyojlarni, balki uzoq muddatli tiklanishni ham qamrab olgan holda, dunyodagi eng og'ir sinovlarga duch kelgan shaxslar va jamoalarga or-nomus, huquq va umidni tiklashda muhim rol o'ynaydi.

#### **Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Gumanitar inqiroz nima? U qanday holatlarda yuzaga keladi?
2. Favqulodda vaziyat tushunchasi qanday ta'riflanadi?
3. Favqulodda vaziyatlar deganda nimani tushunasiz va ular qanday ijtimoiy oqibatlarga olib keladi?
4. Gumanitar inqirozlar va favqulodda vaziyatlar o'rtasidagi asosiy farq nima?
5. Bu ikki tushuncha qanday holatlarda bir-biridan ajraladi?
6. Qaysi omillar gumanitar inqirozlarning yuzaga kelishiga sabab bo'ladi?
7. Favqulodda vaziyatlar tabiiy va texnogen xususiyatlarga ko'ra qanday toifalarga bo'linadi?



8. Tabiiy ofatlar natijasida yuzaga keladigan favqulodda vaziyatlarning xususiyatlari qanday?

9. Gumanitar inqirozlar sharoitida aholining eng zaif qatlamlari kimlar hisoblanadi?

10. Favqulodda vaziyatlarda tezkor ijtimoiy yordam qanday tashkil etiladi?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>

2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.

3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.

5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

#### **4-MAVZU. FAVQULODDA VAZIYATLARNING AHOLINING RUHIY SALOMATLIGI VA PSIXOLOGIK-IJTIMOY FAROVONLIGIGA TA'SIRI**

Favqulodda vaziyatlar, jumladan tabiiy ofat, urush, pandemiya va boshqa inqirozlar insonlarning ruhiy salomatligi va psixologik-ijtimoiy farovonligiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday vaziyatlarda odamlar o'z hayotlari va yaqinlarining xavfsizligi uchun katta xavotirda bo'lib, stress va travma holatlariga duch kelishadi. Ruhiy salomatlik nuqtai nazaridan, favqulodda vaziyatlar odamlarning tashvish, qo'rquv, bezovtalik va depressiya kabi ruhiy muammolarini kuchaytiradi. Uzoq davom etadigan krizislar esa posttravmatik stress

buzilishi (PTSB) va boshqa jiddiy psixologik holatlarga olib kelishi mumkin. Bunday vaziyatlarda aholining psixologik qo'llab-quvvatlanishi muhim ahamiyatga ega.

Psixologik-ijtimoiy farovonlik esa jamiyatdagi insonlarning bir-biri bilan munosabatlari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi va jamoaviy hamkorlik darajasiga bog'liq. Favqulodda vaziyatlar ko'pincha ijtimoiy izolyatsiya, qarama-qarshilik va qo'llab-quvvatlash resurslarining kamayishiga olib keladi. Natijada, odamlar orasida yolg'izlik va o'zaro ishonchning pasayishi kuzatiladi.

Shuning uchun favqulodda vaziyatlarda aholining ruhiy salomatligini saqlash va psixologik-ijtimoiy farovonlikni ta'minlash uchun kompleks yordam ko'rsatish zarur. Bu yordam psixologik maslahatlar, stressni boshqarish treninglari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash guruhleri va jamiyatdagi ijobiy munosabatlarni mustahkamlashga qaratilgan tadbirlarni o'z ichiga oladi.

Gumanitar krizislardagi favqulodda vaziyatlar aholini ruhiy salomatligiga juda katta ta'sir ko'rsatadi. Bunday vaziyatlar, masalan, urushlar, tabiiy ofatlar, iqtisodiy falokatlar va boshqa ijtimoiy-siyosiy beqarorliklar, insonlarning ruhiy va emosional holatini sezilarli darajada yomonlashtiradi. Quyida gumanitar krizislardagi favqulodda vaziyatlar va ularning aholi ruhiy salomatligiga ta'sirini ko'rib chiqamiz.

### **1. Gumanitar krizislar va ruhiy salomatlik:**

Gumanitar krizislar ko'pincha odamlarning hayotini jiddiy ravishda o'zgartiradi. Urush yoki tabiiy ofat natijasida uy-joylarining yo'qolishi, oila a'zolarining halok bo'lishi, xavf ostidagi yashash sharoitlari — bularning barchasi odamlarni chuqur psixologik travmalar bilan qoldiradi. Bu holatlarning ruhiy salomatlikka ta'siri jismoniy jarohlardan ham ko'ra ko'proq bo'lishi mumkin, chunki ruhiy travmalar uzoq muddat davomida insonning psixikasiga ta'sir o'tkazadi.

### **2. Favqulodda vaziyatlarning psixologik ta'siri:**

Favqulodda vaziyatlar odamlarning xavotir va qo'rquvni kuchaytiradi. Urushlar va tabiiy ofatlar paytida odamlar xavf ostida qolishadi, o'zini himoya qilish, oila a'zolarini saqlab qolish uchun doimiy ruhiy bosim ostida bo'ladilar. Bu holatlar odamlarning uyqusi, ovqatlanishi, ishlash qobiliyatini va umumiy ruhiy farovonligini kamaytiradi.

**3. Post-travmatik stress va uning ta'siri:** Gumanitar krizislar ko'pincha post-travmatik stress buzilishini (PTSB) keltirib chiqaradi. Bu ruhiy holat urushlar, tabiiy ofatlar yoki boshqa favqulodda vaziyatlardan so'ng keng tarqalgan bo'lib, odamlarning yomon xotiralarini qayta tiklash, qo'rquv va xavotirni doimiy his qilish, va ba'zida xatti-harakatlarining buzilishi bilan namoyon bo'ladi. PTSB ruhiy salomatlik uchun jiddiy xavf tug'diradi va psixologik yordamni talab qiladi.

**4. Psixologik yordamning ahamiyati:** Gumanitar krizislar sharoitida psixologik yordam ko'rsatish juda muhimdir. Aholiga psixologik yordam va terapiya, stressni boshqarish bo'yicha kurslar, va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini yaratish zarur. Bunday yordamlar odamlarning ruhiy holatini barqarorlashtirishga, qayta tiklanishga va ularni jamiyatga qayta integratsiya qilishga yordam beradi.

**5. Ijtimoiy tarmoqlar va jamiyatning roli:** Gumanitar krizislar davrida ijtimoiy tarmoqlar va jamoalar birlashib, o'zaro yordam va qo'llab-quvvatlashni ta'minlashi mumkin. Aholi o'rtasida empatiya va yordam ko'rsatish ruhiy barqarorlikni saqlashda muhim rol o'ynaydi. Ijtimoiy aloqalar va qo'llab-quvvatlovchi jamoalar shaxsning ruhiy salomatligi uchun kuchli resurs bo'lishi mumkin.

Gumanitar krizislar ruhiy salomatlikka ta'sir qiluvchi katta omil bo'lib, aholi uchun yangi psixologik muammolarni keltirib chiqaradi. Bu jarayonlar odamlarning ruhiy va emosional barqarorligini sinovdan o'tkazadi va uzoq muddatli yordam va qo'llab-quvvatlashni talab qiladi. Shu sababli, favqulodda vaziyatlarda psixologik yordam ko'rsatish, ijtimoiy tarmoqlarda qo'llab-quvvatlashni ta'minlash va stressni boshqarish bo'yicha choralar ko'rish juda muhim ahamiyatga ega.

**Ijtimoiy ko'mak olishga to'siqlar.** Ijtimoiy ko'mak — jamiyatdagi zaif guruhlar va ehtiyojmand shaxslarga beriladigan moddiy, psixologik va ijtimoiy yordamdir. Biroq, ko'plab holatlarda odamlar bu yordamdan samarali foydalana olmasliklari yoki umuman ololmasliklari mumkin. Buning asosiy sabablari — ijtimoiy ko'mak olishga to'siqlar hisoblanadi.

**Ijtimoiy ko‘mak olishga to‘siqlarning asosiy turlari:** Ma’lumot yetishmovchiligi. Ko‘pchilik odamlar mavjud ijtimoiy xizmatlar haqida yetarlicha ma’lumotga ega emaslar yoki qanday murojaat qilishni bilmaydilar.

1. **Ma’muriy va huquqiy to‘siqlar.** Murakkab hujjatlar, ruxsatnomalar yoki uzoq kutish davri ko‘plab odamlarni ijtimoiy yordam olishdan to‘sadi.

2. **Ijtimoiy stigma va diskriminatsiya.** Zaif guruhlar, ayniqsa imkoniyati cheklanganlar yoki nogironlar, ko‘pincha jamiyatda kam baholanadi yoki kamsitiladi, bu esa yordam olishni qiyinlashtiradi.

3. **Moliyaviy va infratuzilma cheklovlari.** Ijtimoiy xizmatlarni ko‘rsatish uchun yetarli moliyaviy resurslar yoki infratuzilma mavjud emasligi ko‘makning chegaralanishiga olib keladi.

4. **Psixologik to‘siqlar.** Ba’zi odamlar o‘z muammolarini ochiq aytishga yoki yordam so‘rashga qo‘rqishadi, uyatchanlik yoki ishonchsizlik tufayli yordam olishdan bosh tortadilar.

5. **Geografik qiyinchiliklar.** Qishloq joylarda yoki chekka hududlarda yashovchilar ijtimoiy xizmatlarga kirish imkoniyatidan cheklangan bo‘lishlari mumkin.

Kam ta’minlanganlarning ijtimoiy sxemalar bilan qamrab olinmasligi, oiladagi zo‘ravonlik, ijtimoiy izolyatsiya, ta’lim va tibbiy muassalarning mavjudligi.

**Kam ta’minlanganlarning ijtimoiy sxemalar bilan qamrab olinmasligi** — bu jamiyatdagi eng zaif qatlamlarning ijtimoiy yordam va qo‘llab-quvvatlash tizimlariga yetarlicha kirish imkoniga ega emasligi holatidir. Bu esa ularning hayot sifatining pasayishiga, qiyinchiliklarning kupayishiga olib keladi. Ko‘pincha, bu qatlamdagi odamlar moliyaviy cheklovlar, ma’lumot yetishmasligi yoki rasmiyatchilik to‘siqlari tufayli ijtimoiy xizmatlardan foydalanishda qiyinchiliklarga duch keladi.

**Nogironlar bilan ijtimoiy ish.** Nogironlar jamiyatda alohida e’tibor va qo‘llab-quvvatlashni talab qiluvchi guruhdir. Ularning hayot sifatini yaxshilash, teng imkoniyatlar yaratish va ijtimoiy faolliklarini oshirish maqsadida ijtimoiy ish muhim ahamiyatga ega. Nogironlar bilan ijtimoiy ish — bu ularning huquqlarini himoya qilish, muammolarini aniqlash, ijtimoiy moslashuvini ta’minlash va jamiyatga integratsiyasini osonlashtirishga qaratilgan faoliyatdir.

Ijtimoiy ishchilar nogiron shaxslarning ta'lim, ishga joylashish, sog'liqni saqlash va boshqa sohalarida muammolarini hal qilishda yordam beradi. Shuningdek, ular nogironlar oilalari bilan ham ishlab, ularning hayot sharoitlarini yaxshilash uchun maslahatlar va resurslar taqdim etadilar. Nogironlar bilan ijtimoiy ish inson huquqlariga hurmat bilan yondashishni, ularni jamiyatda teng huquqli va faol a'zolar sifatida ko'rishni ta'minlaydi.

**Gumanitar krizislarda nogironlar bilan ijtimoiy ish.** Gumanitar krizislar — bu tabiiy yoki inson tomonidan kelib chiqadigan favqulodda vaziyatlar bo'lib, ularda jamiyatning eng zaif qatlamlari, ayniqsa nogironlar alohida xavf ostida qoladi. Bunday vaziyatlarda nogironlarning ehtiyojlari va muammolari yanada murakkablashadi, shuning uchun ular bilan ijtimoiy ish alohida ahamiyat kasb etadi. Gumanitar yordam ko'rsatish jarayonida ijtimoiy xodimlar nogironlarning xavfsizligini ta'minlash, ularga zarur tibbiy, psixologik va moddiy yordam berish, shuningdek, ularning huquqlari himoyasini ta'minlash bo'yicha faol ish olib boradilar. Ijtimoiy ishchilar nogironlarning nafaqat jismoniy, balki ruhiy holatini ham qo'llab-quvvatlaydi, ularni krizis sharoitida ijtimoiy oqishdan saqlaydi va jamiyatga integratsiyalashuvini osonlashtiradi. Nogironlar bilan ishlashda ularning oilalari va mahalliy jamiyat bilan hamkorlik qilish muhim. Bu – nogironlarning ehtiyojlarini aniqlash va ularga muvofiq yordam dasturlarini ishlab chiqish imkonini beradi.

Xulosa qilib aytish mumkinki, gumanitar krizislarda nogironlar bilan ijtimoiy ish — ularning hayot sifatini saqlab qolish va murakkab sharoitlarda ham teng huquq va imkoniyatlarga ega bo'lishini ta'minlash uchun zarur yo'nalishdir.

Gumanitar krizislar — bu tabiiy yoki inson tomonidan kelib chiqadigan favqulodda vaziyatlar bo'lib, ularda jamiyatning eng zaif qatlamlari, ayniqsa nogironlar alohida xavf ostida qoladi. Bunday vaziyatlarda nogironlarning ehtiyojlari va muammolari yanada murakkablashadi, shuning uchun ular bilan ijtimoiy ish alohida ahamiyat kasb etadi.

**Oiladagi zo'ravonlik** — oilaviy muhitda jismoniy, ruhiy yoki iqtisodiy bosim ko'rinishidagi zo'ravonlik bo'lib, bu nafaqat jabrlanuvchilarning ruhiy holatiga, balki ularning ijtimoiy faolligiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Zo'ravonlik mavjud bo'lgan oilalarda bolalar va yoshlar rivojlanishida muammolar yuzaga keladi, bu esa

ularning jamiyatdan ajralishiga va kelajakda ijtimoiy muammolar paydo bo'lishiga olib keladi.

**Ijtimoiy izolyatsiya** — shaxs yoki guruhlarining jamiyat hayotidan, ijtimoiy aloqalaridan uzoqlashishi holatidir. Kam ta'minlanganlar, zo'ravonlik qurbonlari yoki imkoniyati cheklangan shaxslar ko'pincha ijtimoiy izolyatsiyaga uchraydi, bu esa ularning ruhiy salomatligi va umumiy farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

**Ta'lim va tibbiy muassasalarning mavjudligi** jamiyatning sog'lom va barqaror rivoji uchun muhim ahamiyatga ega. Ammo ko'plab hududlarda, ayniqsa qishloq joylarda, sifatli ta'lim va tibbiy xizmatlarga kirish cheklangan bo'lishi mumkin. Bu holat kam ta'minlangan oilalar va ijtimoiy zaif guruhlar uchun qo'shimcha qiyinchiliklar yaratadi va ularning ijtimoiy integratsiyasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

**Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishning psixologik yordam sifatida o'rni**

Tabiiy ofatlar, qurolli mojarolar, pandemiyalar yoki kutilmagan shaxsiy inqirozlar kabi favqulodda vaziyatlarda odamlar ko'pincha kuchli psixologik bosimni boshdan kechiradilar. Qo'rquv, shok, qayg'u, adashuv va nazoratni yo'qotish kabi his-tuyg'ular ruhiy salomatlikka jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday paytda ijtimoiy ishchilar nafaqat amaliy yordamni muvofiqlashtirishda, balki muhim psixologik yordam ko'rsatishda ham beqiyos rol o'ynaydilar. Empatiya, etika va inson huquqlariga asoslangan ijtimoiy ish emotsional inqiroz va tiklanish o'rtasidagi ko'priikka aylanadi. Ijtimoiy ishchilar birinchi yordam ko'rsatuvchi sifatida shaxslar va jamoalarga travmani qayta ishlash, barqarorlikni tiklash va sog'ayish yo'lini boshlashda yordam beradilar.

**Favqulodda holatlarda psixologik yordam bo'yicha ijtimoiy ishning asosiy funksiyalari**

### **1. Zudlik bilan emotsional barqarorlikni ta'minlash**

Ijtimoiy ishchilar odamlarning kuchli hissiy holatlarini tinchlantirishga yordam berish uchun xavfsiz, mulohazasiz suhbat muhitini taqdim etadilar. Faol tinglash va hissiyotlarni tan olish orqali ular odamlar o'zlarini eshitilgan va qo'llab-quvvatlangan deb his qilishlariga yordam beradilar.

## **2. Inqirozga aralashuv va moslashuvni qo'llab-quvvatlash**

Qisqa muddatli aralashuv usullaridan foydalanib, ijtimoiy ishchilar shaxsga inqiroz vaqtida yuzaga kelgan dastlabki shok va travmani yengib o'tishda yordam beradilar. Ular amaliy moslashuv strategiyalarini taklif qilib, emotsional yomonlashuvning oldini olishga harakat qiladilar.

**3. Travmaga yo'naltirilgan parvarish.** Ijtimoiy ishchilar inqirozli hodisalarning ruhiy ta'sirini inobatga olgan, travmaga sezgir yondashuvlarni qo'llaydilar. Ular, ayniqsa bolalar, ayollar va yoshi katta insonlar kabi zaif guruhlar uchun xavfsizlik, avtonomiya va qadr-qimmat tuyg'usini tiklashga e'tibor qaratadilar.

**4. Ruhiy salomatlik xizmatlariga yo'naltirish.** Zarurat tug'ilganda, ijtimoiy ishchilar shaxslarni psixologlar, psixiatrlar yoki travma bo'yicha maslahatchilarga yo'naltiradilar. Ular tiklanish jarayonida doimiy yordam va kuzatuvni ta'minlaydilar.

**5. Jamoaviy qo'llab-quvvatlash tizimlarini mustahkamlash.** Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchilar oilalar, jamoalar va mahalliy muassasalar bilan hamkorlikda ijtimoiy tarmoqlarni qayta tiklash ustida ishlaydilar. Bunday tarmoqlar emotsional chidamlilik va jamoaviy tiklanish uchun muhim hisoblanadi.

**Empatiya va madaniy sezgirlikning o'рни.** Turli va ko'pincha zaif qatlamlarga mansub aholiga psixologik yordam ko'rsatishda ijtimoiy ishchilar madaniy sezgirlikni namoyon qilishlari zarur. Odamlarning kelib chiqishi, e'tiqodi va muloqot uslublarini tushunish ishonchni shakllantirish va mazmunli yordam ko'rsatish uchun muhimdir.

Empatiya — to'liq e'tiborli va emotsional jihatdan moslashgan bo'lish — ijtimoiy ishchilarning sog'lom va shifobaxsh munosabatlarni shakllantirishdagi asosiy ko'nikmasidir. Ularning shunchaki ishtiroki ham yolg'izlik va qo'rquv hissini kamaytirishi mumkin. Empatiya bu hamdardlik emas, balki birovni to'liq tushunishdir.

**Xulosa.** Favqulodda vaziyatlardagi ijtimoiy ish faqat tashkiliy yordam bilan cheklanmaydi. Bu — emotsional og'riqlarni kamaytiruvchi, travmani yengillashtiruvchi va umidni tiklovchi

psixologik birinchi yordam shaklidir. Rahmdil muloqot, inqirozga aralashuv va ruhiy salomatlik xizmatlariga yo'naltirish orqali ijtimoiy ishchilar hayotdagi eng og'ir sinovlarga duch kelgan odamlarga hayot chizig'i bo'lib xizmat qiladilar. Ularning psixologik yordamdagi roli nafaqat zarur, balki o'zgartiruvchi kuchga ega.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Favqulodda vaziyat nima va u aholining ruhiy salomatligiga qanday ta'sir qiladi?
2. Favqulodda vaziyatlardan so'ng aholida qanday psixologik holatlar yuzaga kelishi mumkin?
3. Travmatik stress tushunchasini tushuntiring. U favqulodda vaziyatlar bilan qanday bog'liq?
4. Favqulodda vaziyatlarda bolalar va o'smirlarning ruhiy salomatligiga qanday alohida ta'sir ko'rsatiladi?
5. Ruhiy salomatlik va psixologik-ijtimoiy farovonlik o'rtasidagi bog'liqlikni izohlang.
6. Favqulodda vaziyatlarda ruhiy salomatlikni saqlab qolish uchun qanday yordam ko'rsatish kerak?
7. Qanday omillar odamlarning favqulodda vaziyatlarga psixologik barqarorligini oshiradi?
8. Psixologik-ijtimoiy farovonlik tushunchasi nima va u qanday o'zgarishga uchrashi mumkin?
9. Ruhiy salomatlikka yetgan zarar ijtimoiy muhit va oilaviy hayotga qanday ta'sir qiladi?
10. Favqulodda vaziyatlardan keyingi davrda ijtimoiy ishchilar qanday ruhiy yordam choralarini ko'rishlari kerak?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160



4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

## **5-MAVZU. YUQORI XAVF OSTIDA BO'LGAN ODAMLAR VA GURUHLAR.**

**Yuqori xavf ostida bo'lgan odamlar va guruhlar.** Yuqori xavf ostida bo'lgan odamlar va guruhlar — bu ijtimoiy, iqtisodiy yoki boshqa sabablar tufayli favqulodda vaziyatlar, gumanitar krizislar va ijtimoiy muammolarga ko'proq duch keladigan, zaif holatda bo'lgan shaxslar va jamoalardir. Ularning hayoti va farovonligi ko'proq tahdid ostida bo'ladi, shuning uchun ularga ko'rsatiladigan yordam va qo'llab-quvvatlash alohida e'tibor talab qiladi. ***Yuqori xavf ostidagi asosiy guruhlar:***

1. **Nogironligi bo'lgan shaxslar.** Jismoniy, ruhiy yoki aqliy cheklovlari tufayli kundalik hayotda va favqulodda vaziyatlarda ko'proq muammolarga duch keladi.

2. **Keksalar.** Sog'liq muammolari va harakat cheklovlari tufayli favqulodda vaziyatlarda ko'makka muhtoj bo'lishadi.

3. **Bolalar va yoshlar.** Tarbiyaviy, psixologik va ijtimoiy himoyaga ehtiyoji yuqori bo'lgan guruhdir. Favqulodda vaziyatlarda ularning xavfsizligi va rivojlanishi alohida nazorat qilinishi zarur.

4. **Qochqinlar va majburiy ko'chirilganlar.** O'z uy-joyidan ajralib, yangi muhitda yashashga majbur bo'lgan, ko'plab ijtimoiy va iqtisodiy muammolarni boshdan kechiradigan shaxslar.

5. **Kam ta'minlangan oilalar.** Moliyaviy qiyinchiliklari tufayli sog'liqni saqlash, ta'lim va boshqa ijtimoiy xizmatlardan yetarlicha foydalana olmaydilar.

6. **Ayollar, ayniqsa yolg'iz onalar.** Ijtimoiy, iqtisodiy va ba'zan oilaviy zo'ravonlik xavfi ostida bo'lishadi.

**7. Psixologik va ruhiy salomatligi buzilgan shaxslar.** Stress, depressiya va boshqa ruhiy kasalliklar bilan kurashayotganlar krizis paytida yanada ko‘proq qo‘llab-quvvatlashga muhtoj bo‘ladi.

**Xarassmentga uchragan kishilar.** Xarassment (bezovtalik, zo‘ravonlik) — bu shaxsga nisbatan takroriy ravishda nomaqbul, tahdidli, kamsituvchi yoki zo‘ravonlik xarakteridagi harakatlar yoki so‘zlar orqali uning ruhiy va jismoniy farovonligiga zarar yetkazishdir. Xarassmentga uchragan kishilar ko‘pincha jismoniy va ruhiy sog‘lig‘ida muammolar, ijtimoiy izolyatsiya va xavotirli holatlarni boshdan kechiradi.

**Xarassmentga uchragan kishilarning asosiy xususiyatlari va ehtiyojlari:**

**1. Psixologik ta’sir.** Qo‘rquv, depressiya, stress va o‘zini past baholash holatlari kuzatiladi. Ular ko‘pincha yordam so‘rashda qiynaladi yoki uyatchanlik qiladi.

**2. Ijtimoiy himoya va qo‘llab-quvvatlash.** Harassmentga uchragan shaxslar uchun maxsus psixologik maslahatlar, qonuniy yordam va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash zarur.

**3. Xavfsizlikni ta’minlash.** Ularni xavfdan himoya qilish, zarur bo‘lsa vaqtinchalik boshpana yoki maxsus xizmatlarga yo‘naltirish muhim hisoblanadi.

**4. Ma’lumot va ogohlik.** Harassment haqida tushuncha berish, uning oldini olish bo‘yicha jamoatchilikni xabardor qilish va qurbonlarga qanday yordam olish mumkinligini o‘rgatish.

**Stigmaga uchragan kishilar bilan ishlash.** Stigma — bu jamiyat tomonidan ma’lum bir guruh yoki shaxsga nisbatan salbiy qarash, kamsitish yoki noto‘g‘ri tushunish bo‘lib, u odamlarning ijtimoiy hayotga integratsiyasini qiyinlashtiradi. Stigmaga uchragan kishilar ko‘pincha yolg‘izlik, o‘zini past baholash va ijtimoiy izolyatsiya kabi muammolar bilan yuzma-yuz keladilar.

**Stigmaga uchragan kishilar bilan ishlashda asosiy yondashuvlar:**

**1. Empatiya va hurmat.** Ushbu shaxslarga nisbatan hurmat va tushunishni namoyish etish, ularning his-tuyg‘ularini qadrlash muhimdir.

**2. Ma’lumot berish va ogohlikni oshirish.** Jamiyatda stigma haqida noto‘g‘ri tushunchalarni kamaytirish uchun targ‘ibot ishlari olib borish, noto‘g‘ri stereotiplarni yo‘qotishga yordam berish.

**3. Psixologik qo'llab-quvvatlash.** Stigmaga uchragan kishilarga stress va depressiyani yengishga yordam beruvchi maslahatlar, terapiyalar tashkil etish.

**4. Ijtimoiy integratsiyani rag'batlantirish.** Ularni jamiyatdagi ijtimoiy faoliyatlarga, ish va ta'lim jarayonlariga jalb qilish, ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash.

**5. Xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish.** Stigmaga uchragan shaxslar uchun diskriminatsiyasiz va xavfsiz muhit ta'minlash, ularning huquqlarini himoya qilish.

**Shelterlar amaliyoti.** Shelterlar — favqulodda vaziyatlar, gumanitar krizislar yoki ijtimoiy muammolar paytida vaqtinchalik boshpana va xavfsiz muhit ta'minlaydigan joylardir. Shelterlar nafaqat insonlarni jismoniy xavfdan himoya qiladi, balki ularning ruhiy va ijtimoiy farovonligini saqlashga ham xizmat qiladi.

**Shelterlarning asosiy amaliy yo'nalishlari:**

**1. Xavfsiz boshpana ta'minlash.** Zo'ravonlik, tabiiy ofatlar yoki boshqa xavfli vaziyatlardan qochayotgan shaxslar uchun xavfsiz va qulay yashash sharoitlarini yaratish.

**2. Asosiy ehtiyojlarni qondirish.** Oziq-ovqat, toza suv, gigiena vositalari va tibbiy xizmatlar bilan ta'minlash.

**3. Psixologik yordam ko'rsatish.** Stress va travma holatlarida psixologik qo'llab-quvvatlash, maslahat berish va ruhiy barqarorlikni saqlash.

**4. Ijtimoiy xizmatlar va maslahatlar.** Huquqiy yordam, ta'lim, ish bilan ta'minlash va ijtimoiy xizmatlarga yo'naltirish.

**5. Jamiyatga integratsiya qilish.** Shelterdan chiqqan shaxslarni jamiyat hayotiga qayta qo'shilishlari uchun ko'maklashish.

**Shelterlar amaliyotining ahamiyati:**

- Favqulodda vaziyatlarda odamlarning hayotini saqlash va ularni jismoniy xavfdan himoya qilish;

- Ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash va zaif guruhlarini qo'llab-quvvatlash;

- Odamlarning ruhiy holatini yaxshilash va ularni qayta tiklash jarayonini tezlashtirish.

**Xospislar faoliyati.** Xospislar — bu og'ir surunkali yoki terminal holatdagi bemorlarga, ularning oilalariga maxsus parvarish va qo'llab-quvvatlash ko'rsatadigan ijtimoiy-sog'liqni saqlash muassasalari hisoblanadi. Xospislar asosan og'riqni kamaytirish, bemorning hayot

sifatini yaxshilash va ruhiy yordam berishga qaratilgan xizmatlarni taqdim etadi.

**Xospislarning asosiy vazifalari:**

1. **Og‘riq va boshqa simptomlarni boshqarish.** Kasallikning oxirgi bosqichida bemorning og‘riq, nafas olish qiyinligi kabi noqulayliklarini yengillashtirish.

2. **Psixologik va ruhiy qo‘llab-quvvatlash.** Bemor va uning yaqinlariga ruhiy yordam ko‘rsatish, stress va tashvishlarni kamaytirish.

3. **Ijtimoiy va huquqiy yordam.** Bemorlar va oilalariga ijtimoiy xizmatlar, huquqiy maslahatlar berish.

4. **Diniy va madaniy ehtiyojlarni qondirish**

Bemorlarning diniy va madaniy qadriyatlariga hurmat bilan yondashish va ularni qo‘llab-quvvatlash.

**O‘zbekistonda xospislar.** O‘zbekistonda xospislar faoliyati nisbatan yangi rivojlanayotgan soha hisoblanadi. So‘nggi yillarda davlat va nodavlat tashkilotlar tomonidan og‘ir kasalliklarga chalingan bemorlarga yordam berish maqsadida bir qator xospis markazlari tashkil etilmoqda. Bu muassasalar aholining ehtiyojlarini qondirish, bemorlarga sifatli parvarish ko‘rsatish va oilalarni qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan.

Davlat siyosatida xospis xizmatlarini kengaytirish, tibbiy va ijtimoiy xodimlarning malakasini oshirish, aholi o‘rtasida bu xizmatlar haqida tushunchani oshirish muhim vazifalardan hisoblanadi. Shuningdek, xalqaro tajriba va standartlarga asoslangan xizmatlarni joriy etish orqali O‘zbekistonda xospislar sifatini yanada yaxshilash maqsad qilinmoqda.

**Qochoqlar va boshpana qidiruvchi kishilar bilan ishlash**

**Qochoqlar va boshpana qidiruvchi kishilar** — o‘z vatani yoki yashash joyidan urush, zo‘ravonlik, tabiiy ofatlar yoki ta‘qib tufayli majburiy ravishda qochishga majbur bo‘lgan shaxslar hisoblanadi. Ular ko‘pincha xavfsizlik, asosiy ehtiyojlar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashdan mahrum bo‘lib, maxsus yondashuv va xizmatlarni talab qiladi.

**Qochoqlar va boshpana qidiruvchi kishilar bilan ishlashning asosiy yo‘nalishlari:**

**Xavfsizlikni ta'minlash.** Ularni zo'ravonlik va harassmentdan himoya qilish, vaqtinchalik boshpana va asosiy turar joy bilan ta'minlash.

**Asosiy ehtiyojlarni qondirish.** Oziq-ovqat, sog'liqni saqlash, suv, gigiena vositalari va kiyim-kechak bilan ta'minlash.

**Huquqiy yordam ko'rsatish.** Ularning huquqlarini himoya qilish, qonuniy maqomini olish va muvofiqlashtirishda yordam berish.

**Psixologik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash.** Stress va travmalarni yengillashtirish, psixologik maslahatlar berish va ijtimoiy integratsiyani rag'batlantirish.

**Ta'lim va ish bilan ta'minlash.** Bolalar va kattalar uchun ta'lim imkoniyatlarini yaratish, kasb-hunar o'rgatish va ishga joylashishda yordam ko'rsatish.

**Jamiyat bilan integratsiya.** Qochoqlarni yangi jamiyatga moslashishida yordam berish, madaniy moslashuvni qo'llab-quvvatlash.

Gumanitar krizislarda xospislar (yoki terminal yordam markazlari) ham juda muhim rol o'ynaydi, chunki bunday vaziyatlarda tibbiy yordam va psixologik qo'llab-quvvatlashni ta'minlash kerak bo'ladi, ayniqsa oxirgi bosqichda bo'lgan bemorlar uchun. Xospislar o'lim arafasida bo'lgan odamlar uchun sog'liqni saqlash va ruhiy yordamni birlashtirgan muassasalardir. Gumanitar krizislar sharoitida bu turdagi yordamning ahamiyati yanada ortadi.

**Gumanitar krizislar va xospislar:** Gumanitar krizislar, masalan, urushlar, tabiiy ofatlar yoki ijtimoiy beqarorliklar paytida aholi ko'plab tibbiy va psixologik muammolar bilan yuzlashadi. Bunday vaziyatlarda xospislar:

Xospis — tuzalmas dardlarga chalinganlar, asosan onkologik bemorlarga kasallikning so'nggi bosqichida palliativ yordam ko'rsatuvchi tibbiy-ijtimoiy tashkilot. Ya'ni har qancha shafqatsiz va qo'pol bo'lmasin, xospis o'lim oldi holatida bemorning azoblarini yengillatish uchun xizmat qiladi va u yerga... o'lish uchun boriladi.

**Terminal kasalliklar va og'ir holatlar bilan shug'ullanadi.** Gumanitar krizislar davrida, tibbiy xizmatlarning cheklanishi, davolash imkoniyatlarining yomonlashuvi va infratuzilmaning yomonlashuvi terminal holatdagi bemorlar uchun xospislarning ahamiyatini oshiradi.

O'zbekistonda xospislar masalasiga endi e'tibor berilmoqda. Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 24 oktyabrdagi 892-sonli qaroriga muvofiq tasdiqlangan onkologik xizmat va onkologik bemorlarga tibbiy-psixologik yordam ko'rsatishni rivojlantirish [dasturi](#), yadro tibbiyotini rivojlantirish [konsepsiyasi](#) tasdiqlangan. Unga ko'ra, mamlakatimizda xospislar tarmog'i va palliativ yordam ko'rsatish bo'limlari ochiladi. Mamlakatimizda xospislar va palliativ yordam ko'rsatish bo'limlari tashkil etishga ruxsat berilgan. To'rt viloyatda xospislar ochilishi kerak va bugungi kunda Samarqand, Farg'ona hamda Xorazm viloyatlarida xospislar qurilgan, ta'mirlangan. Toshkent shahridagi markazda esa 2021 yil oxiriga qadar ta'mirlash ishlari tugallanishi zarur. Shu bilan birga, har bir onkologiya markazi viloyat bo'limlarida 20 o'ringacha palliativ yordam bo'limlari ochilgan. Lekin ular xospislar funksiyalarini to'laqonli bajara olmaydi.

O'zbekistonda 133 mingdan ziyod onkologik bemorlar bor. Ularning 4 mingdan ortig'i kasallikning oxirgi darajasi bilan kurashmoqda. Zamonaviy dunyoda tuzalmas kasallikka chalinganlar umrining oxirini maxsus kasalxonalarda o'tkazadi. Bizda esa hozircha buning aksi – chidab bo'lmas og'riq va dardni faqat bemor emas, uning yaqinlari ham boshdan o'tkazadi. Chunki mamlakatimizda Samarqand va Xorazmdan boshqa hech yerida hospis yo'q. Yaqinda ijtimoiy tarmoqlarda kuzatilgan holat: saratonga chalingan uysiz keksa bemorning pod'yezdga tashlab ketilishi bu masaladagi vaziyat qanday ekanini tahlil qilishga undadi<sup>5</sup>.

**O'limni qabul qilish va ruhiy yordam.** Urush yoki tabiiy ofat kabi sharoitlarda o'lim holatlari ko'payadi. Xospislar bemorlarga o'limni qabul qilishda yordam beradi, ularga tinchlik va insoniy munosabatda bo'lgan holda qo'llab-quvvatlashni ta'minlaydi. Xospislar ruhiy, jismoniy va ruhiy yordamni birlashtirib, bemorlarning oxirgi kunlarini eng yaxshi sharoitda o'tkazish uchun zarur yordamni taqdim etadi.

**Gumanitar krizislar sharoitida xospislar uchun asosiy chaqiruvlar:** Xospislar gumanitar krizislar paytida bir qator muammolar bilan duch kelishi mumkin:

---

<sup>5</sup>Onkokasallik, ilojsizlik va 6 yildan beri qurilayotgan hospis haqida katta suhbat. <https://kun.uz/news/2025/03/17/onkokasallik-ilojsizlik-va-6-yildan-beri-qurilayotgan-hospis-haqida-katta-suhbat>

**Resurslarning yetishmasligi.** Favqulodda vaziyatlarda tibbiy yordam resurslari, o'quvchi xodimlar, tibbiy asboblari va dori-darmonlar cheklangan bo'lishi mumkin. Bu xospislarga tibbiy yordam ko'rsatishni sezilarli darajada qiyinlashtiradi.

**Infratuzilma buzilishi.** Yirik tabiiy ofatlar yoki urushlar tufayli yo'llar, elektr ta'minoti, va boshqa zarur infratuzilma vositalari buzilishi xospislarning samarali ishlashini qiyinlashtiradi.

**Xodimlarning stressi va charchoqligi.** Xospislar xodimlari ham gumanitar krizislarning ta'siridan aziyat chekishini mumkin. Ular o'z shaxsiy hayotidagi qayg'ularni va stressni boshqarish bilan birga, bemorlarga sifatli yordam ko'rsatishga majbur bo'ladilar.

**Xospisda psixologik yordamning roli:**

Gumanitar krizislar davrida xospislar bemorlarga nafaqat jismoniy yordam, balki ruhiy yordamni ham ta'minlashlari kerak. Psixologik yordam quyidagi shakllarda bo'lishi mumkin:

**Bemorlar va ularning oilalariga ruhiy yordam.** Xospislar o'limdan oldin bemorlarning ruhiy holatini yaxshilash va o'limni qabul qilish jarayonini yengillashtirish uchun psixologik qo'llab-quvvatlash taqdim etadi.

**Oila a'zolari uchun maslahat.** Oila a'zolari ham ruhiy stressni boshdan kechirishi mumkin. Xospislar ularning his-tuyg'ularini tushunish, qo'llab-quvvatlash va ularni o'lim jarayoniga tayyorlash uchun maslahatlar beradi.

**Grupplarga yordam.** Xospisda o'limni kutayotgan bemorlar o'rtasida muvofiqlikni va ruhiy tinchlikni ta'minlash uchun guruh terapiyalari va qo'llab-quvvatlovchi jamoalar tuzilishi mumkin.

**Xospislarning gumanitar krizislar davrida taqdim etadigan xizmatlari:**

**Tibbiy xizmatlar.** Terminal kasalliklar uchun eng yaxshi tibbiy yordamni ko'rsatish, og'riqni kamaytirish, jismoniy holatni yaxshilash, va bemorning qolgan hayotini o'tkazishni engil qilish uchun xizmatlar ko'rsatiladi.

**Ruhiy yordam.** O'limni qabul qilish, ruhiy barqarorlikni saqlash, oilalar bilan maslahatlashish va jamoaviy qo'llab-quvvatlashni ta'minlash.

**Diniy yordam (agar kerak bo'lsa).** Bemorlarning diniy e'tiqodlariga qarab, diniy xizmatlar yoki ruhoniylar yordamida spiritual qo'llab-quvvatlash.

**Xospislarning ilg'or strategiyalari:** Mobil xospislar. Gumanitar krizislar paytida mobil xospis xizmatlari ham joriy etilishi mumkin. Bu xizmatlar bemorlarni uydan olib, xavfsiz hududlarga olib kelishga va xospis yordamlarini taqdim etishga qaratilgan.

**Onlayn va masofaviy yordam.** Gumanitar krizislar davrida xospislar masofaviy yordam tizimlarini yaratishlari mumkin, masalan, telefon yoki video qo'ng'iroqlar orqali ruhiy yordam.

**Xulosa.** Gumanitar krizislar sharoitida xospislar bemorlarga jismoniy va ruhiy yordamni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Bu xizmatlar faqatgina tibbiy yordam ko'rsatish bilan cheklanmay, balki o'limni qabul qilish va oxirgi kunlarda insoniy yondashuvni ta'minlashni o'z ichiga oladi. Xospislarning roli humanitar krizislar vaqtida yanada ortadi, chunki ular aholini qo'llab-quvvatlash va ularning ruhiy va jismoniy farovonligini saqlashga yordam beradi.

#### **Mustahkamlash uchun savollar:**

1. "Yuqori xavf ostida bo'lgan guruhlar" tushunchasiga ta'rif bering.
2. Qanday ijtimoiy guruhlar yuqori xavf ostida hisoblanadi? Ularning asosiy belgilarini sanab bering.
3. Nogironligi bo'lgan shaxslar nega yuqori xavf guruhiga kiradi?
4. Qochqinlar va majburiy ko'chirilgan shaxslar qaysi xavflarga duch keladi?
5. Favqulodda vaziyatlarda bolalar va keksa yoshdagilar nima sababdan ko'proq himoyaga muhtoj bo'ladi?
6. Ayollar, ayniqsa yolg'iz onalar, qanday ijtimoiy xavf ostida bo'lishi mumkin?
7. Yuqori xavf guruhlariga mansub odamlar uchun ijtimoiy xizmatlar qanday tashkil qilinadi?
8. Ruhiy kasalliklarga ega bo'lgan shaxslar qanday ijtimoiy cheklovlar va xavflarga duch keladilar?
9. Ijtimoiy ishchilarning yuqori xavf ostidagi guruhlariga yondashuv uslublari qanday bo'lishi kerak?
10. Yuqori xavf ostida bo'lgan guruhlarini aniqlash va ularga yordam ko'rsatishdagi asosiy muammolar nimalardan iborat?

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>



2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.

3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.

5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

## **6 MAVZU. AHOLIGA PSIXOLOGIK-IJTIMOIIY YORDAMNI TASHKIL ETISHNING ASOSIY PRINSIPLARI: KO'PQIRRALI QO'LLAB-QUVVATLASH MODELII**

**Aholiga psixologik-ijtimoiy yordamni tashkil etishning asosiy prinsiplari: ko'pqirrali qo'llab-quvvatlash modeli.** Favqulodda vaziyatlar, gumanitar krizislar va ijtimoiy muammolar paytida aholi, ayniqsa zaif guruhlar, ruhiy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga muhtoj bo'ladi. Psixologik-ijtimoiy yordamni samarali tashkil etish uchun ko'pqirrali qo'llab-quvvatlash modeli muhim ahamiyatga ega.

**Ko'pqirrali qo'llab-quvvatlash modeli asosiy tamoyillari:**

1. **Integratsiyalashgan yondashuv.** Psixologik va ijtimoiy xizmatlar birlashtirilgan holda taqdim etiladi, bu esa bemorning umumiy holatini yaxshilashga yordam beradi.

2. **Individual va jamoaviy qo'llab-quvvatlash.** Yordam nafaqat individual darajada, balki oilalar va jamoalar darajasida ham ko'rsatiladi, ijtimoiy aloqalar mustahkamlanadi.

3. **Qamrovning kengligi.** Turli ehtiyoj va muammolarga moslashtirilgan ko'p qatlamli xizmatlar taqdim etiladi: psixologik maslahatlar, huquqiy yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, tibbiy yordam va boshqalar.

4. **Madaniy va ijtimoiy kontekstga moslashuv.** Yordam ko'rsatishda mahalliy an'analar, qadriyatlar va tillar hisobga olinadi, shaxslarning o'ziga xos xususiyatlari hurmat qilinadi.

5. **Barqarorlik va davomiylik.** Psixologik-ijtimoiy xizmatlar favqulodda vaziyatdan keyin ham davom ettiriladi, ijtimoiy tiklanishga ko'maklashadi.

6. **Hamkorlik va ko'p tomonlama aloqalar.** Davlat organlari, nodavlat tashkilotlar, jamoalar va xalqaro tashkilotlar o'rtasida samarali hamkorlik tashkil etiladi.

7. **Qaror qabul qilishda ishtirok.** Yordam oluvchilarni o'z hayotiga oid qarorlar qabul qilish jarayoniga jalb qilish, ularning mustaqilligini oshirish.

Agar ijtimoiy ishchilarning o'rtacha sof oylik maoshlarini hisobga olsak, eng yuqori maoshlar €3000 dan yuqori bo'lgan mamlakatlar guruhi qaytadan Islandiya, Angliya va Finlandiyadir. €2000 dan €3000 gacha bo'lgan o'rtacha maoshlarni Germaniya va Buyuk Britaniya (Angliyadan tashqari) xodimlari olishlari mumkin. Fransiya, Italiya, Ispaniya va Portugaliyada o'rtacha maoshlar €1000 dan €2000 gacha. Eng kam maosh oladigan ijtimoiy ishchilar guruhi (o'rtacha maoshi €1000 dan past) yana Gretsiya, Turkiya, Polsha, Vengriya, Ruminiya, Bolgariya, Armaniston va Belarus hisoblanadi.

**Hammaga teng imkoniyatlar.** Daniyada farovonlik davlati keng qamrovli ijtimoiy ta'minot tizimi va yuqori darajada daromad tengligi bilan xarakterlanadi. Barcha daniyalik fuqarolar ijtimoiy va moliyaviy holatidan qat'iy nazar, ta'lim va sog'liqni saqlash xizmatlariga teng huquq bilan ega. Har bir fuqaro ishsizlik, nogironlik yoki kasallik tufayli daromad yo'qotishiga cheklangan miqdorda kompensatsiya olish huquqiga ega – bu farovonlik tizimining taqdim etadigan bir nechta davlat xizmatlaridan biridir.

Ushbu «universal farovonlik modeli»ning bosh tamoyili shundan iboratki, barcha fuqarolar faqatgina «fuqaro» ekanliklari asosida ma'lum bir asosiy farovonlik imtiyozlari va xizmatlariga ega bo'lish huquqiga ega. Bu, masalan, Buyuk Britaniya yoki AQShda mavjud bo'lgan «rezidual farovonlik modeli»ga zid keladi, bunda har bir shaxs o'zini-o'zi ta'minlashi kerak va davlat faqat eng kambag'allar uchun minimal darajada farovonlik xizmatlarini taqdim etadi.

Daniya modeli, shuningdek, «selektiv farovonlik modeli»dan ham farq qiladi. Bu modelda farovonlik xizmatlariga bepul kirish huquqi

mavjud, lekin faqat mehnat bozoriga bog'liq bo'lganlar uchun — ya'ni o'zlari ishda bo'lishlari yoki ularning sherigi yoki ota-onasi ishda bo'lishi kerak. Ushbu model ostida farovonlik davlat, ish beruvchi va xodim o'rtasidagi mas'uliyat sifatida ko'riladi, ular birgalikda majburiy farovonlik sug'urtalarini moliyalashtiradilar, masalan, Fransiya va Germaniyada shunday. Daniya davlatining imtiyozlar va xizmatlarni taqdim etishi va taqsimlashi hamda barcha fuqarolarning ijtimoiy farovonligi uchun asosiy mas'uliyatni o'z zimmasiga olishi Daniya modelini juda noyob qilib ko'rsatadi. Daniya farovonlik modeli sotsialistik yoki kommunistik ideologiyaga asoslangan, rejalashtirilgan iqtisodiyotni nazarda tutuvchi deb noto'g'ri tushuniladi — aksincha. Daniya farovonlik modeli Daniya jamiyati integratsiyalashgan kapitalistik bozor iqtisodiyotini qo'llab-quvvatlash uchun yaratilgan<sup>6</sup>.

**Ijtimoiy ish bo'yicha «O'zbek modeli».** «Ijtimoiy ish bo'yicha O'zbek modeli» — bu O'zbekistonning ijtimoiy ish tizimida shakllangan va milliy an'ana, madaniyat hamda ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarni hisobga olgan yondashuvdir. Ushbu model mamlakatning o'ziga xos xususiyatlari, aholining ehtiyojlari va davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlarini aks ettiradi.

**«O'zbek modeli»ning asosiy xususiyatlari:**

**1. Milliy an'ana va qadriyatlarga asoslangan yondashuv.** Ijtimoiy ishda oilaviy an'ana, hurmat, mehr-oqibat kabi qadriyatlar muhim o'rin tutadi.

**2. Markazlashtirilgan va davlat boshqaruvi bilan uyg'unlik.** Davlat organlari tomonidan ijtimoiy siyosat va dasturlarni boshqarish, amalga oshirish, nazorat qilish tizimi mavjud.

**3. Oilani ijtimoiy muhofaza qilishning asosiy vositasi sifatida ko'rish.** Ijtimoiy ish oilani qo'llab-quvvatlashga, uning barqarorligini ta'minlashga qaratilgan.

**4. Mahalliy jamoalar va nodavlat tashkilotlarning faol ishtiroki.** Ijtimoiy xizmatlarning samaradorligini oshirish uchun mahalliy darajadagi jamoalar va NNTlar bilan hamkorlik muhim.

**5. Ijtimoiy yordamning kompleksligi.** Ijtimoiy yordam faqat moddiy yordam bilan cheklanmay, psixologik, huquqiy, ta'lim va

---

<sup>6</sup> The Danish welfare state and why it is hard to copy. <https://denmark.dk/society-and-business/the-danish-welfare-state>

tibbiy ko'makni ham o'z ichiga oladi.

**6. Maxsus ehtiyojlarga yo'naltirilgan xizmatlar.** Nogironligi bor shaxslar, keksalar, kam ta'minlanganlar, yoshlar kabi zaif guruhlariga qaratilgan maxsus dasturlar ishlab chiqiladi.

**Ijtimoiy ishning kasbiy rivojlanishi.** O'zbekiston ijtimoiy ish sohasida kadrlar tayyorlash, malakasini oshirish va xalqaro standartlarga moslashishga e'tibor beradi.

**Orolbo'yi mintaqasi uchun Inson xavfsizligi bo'yicha ko'psheriklik trast fondi.** Orolbo'yi mintaqasi — ekologik, ijtimoiy va iqtisodiy jihatdan murakkab muammolarga duch kelayotgan hududdir. Suv resurslarining kamayishi, qurg'oqchilik, sog'liqni saqlashdagi muammolar va ijtimoiy-iqtisodiy qiyinchiliklar mintaq aholisining xavfsizligiga tahdid solmoqda. Shu sababli, Orolbo'yi mintaqasi uchun inson xavfsizligini ta'minlash maqsadida ko'psheriklik asosida faoliyat yurituvchi Inson xavfsizligi bo'yicha ko'psheriklik trast fondi tashkil etilgan.

**Fondning asosiy maqsadlari va vazifalari:**

1. **Ekologik barqarorlikni ta'minlash.** Suv resurslarini oqilona boshqarish va tabiatni tiklash bo'yicha loyihalarni moliyalashtirish.

2. **Sog'liqni saqlashni yaxshilash.** Orolbo'yi aholisi uchun sifatli tibbiy xizmatlar ko'rsatish, sog'liqni saqlash infratuzilmasini rivojlantirish.

3. **Ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlash.** Mahalliy aholini bandligini ta'minlash, ta'lim va kasb-hunar o'rgatish dasturlarini tashkil etish.

4. **Xavfsizlik va barqarorlikni mustahkamlash.** Ijtimoiy xizmatlar va qo'llab-quvvatlash tizimlarini rivojlantirish, inson xavfsizligini ta'minlash bo'yicha hamkorlikni kuchaytirish.

5. **Ko'p tomonlama sheriklik.** Davlat organlari, xalqaro tashkilotlar, nodavlat tashkilotlar va mahalliy jamoalar o'rtasida samarali hamkorlikni yo'lga qo'yish.

**Fondning ahamiyati.** Orolbo'yi mintaqasi uchun inson xavfsizligi bo'yicha ko'psheriklik trast fondi mintaqadagi murakkab muammolarni hal etishda muhim rol o'ynaydi. U ekologik, ijtimoiy va iqtisodiy sohalarda integratsiyalashgan yondashuvni amalga oshirib, aholining hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan samarali mexanizm hisoblanadi.

“Ko'pqarali qo'llab-quvvatlash modeli” (multilevel support

model) – bu, odatda, jamiyatdagi yoki tashkilotdagi turli darajalarda, ya'ni individual, guruh va tashkilot miqyosida, resurslar va yordamni ta'minlash uchun qo'llaniladigan tizimni ifodalaydi. Bunday modelda, har bir daraja o'zining o'ziga xos resurslari va strategiyalariga ega bo'lib, umumiy maqsadga erishish uchun o'zaro hamkorlik qiladi.

Bundan tashqari, ko'pqarali qo'llab-quvvatlash modeli psixologiya, ta'lim, sog'liqni saqlash va ijtimoiy xizmatlar kabi sohalarda qo'llaniladi. U, masalan:

1. **Individning darajasi:** Shaxsiy yordam va psixologik qo'llab-quvvatlash (masalan, terapiya, maslahatlar);

2. **Guruh darajasi:** Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, guruhlarini shakllantirish (; qo'llab-quvvatlash guruhlari, jamoaviy terapiya);

3. **Tashkilot darajasi:** Tashkilotlar tomonidan ko'rsatiladigan yordam (resurslar taqdim etish, strategik qo'llab-quvvatlash, treninglar).

Agar siz ma'lum bir sohada (masalan, ta'lim, sog'liqni saqlash yoki ijtimoiy xizmatlar) ko'pqarali qo'llab-quvvatlash modelining qanday ishlashini so'rasangiz, aniqroq ma'lumot bera olishim mumkin. Nima haqida gaplashmoqchisiz?

Ijtimoiy ishda psixologik yordam — bu shaxslar va jamoalarga kompleks xizmat ko'rsatishning muhim qismi bo'lib, ayniqsa inqiroz yoki stress davrlarida alohida ahamiyat kasb etadi. Bu yordam nafaqat darhol yuzaga kelgan psixologik ehtiyojlarni qondirishga, balki odamlarning uzoq muddatli kurashish strategiyalarini shakllantirishga ham qaratilgan bo'lib, ularning ruhiy holatini va bardoshini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Ijtimoiy ishda psixologik yordamning asosiy jihatlari quyidagilardan iborat:

1. **Inqirozga aralashish:** Tabiiy ofatlar, avariya yoki shaxsiy inqirozlar kabi darhol xavf yoki travma paytida ijtimoiy ishchilar shoshilinch psixologik yordam ko'rsatadilar. Bu yordam hissiy birinchi yordamni taqdim etish, odamlarning travmatik hodisani qabul qilishiga yordam berish va ularga tezkor kurashish usullarini ko'rsatishni o'z ichiga oladi. Ijtimoiy ishchilar travma va ruhiy sog'liq muammolarining belgilarini aniqlashga o'qitilgan va dastlabki tiklanish jarayonini qo'llab-quvvatlaydi.

2. **Terapevtik maslahat:** Ijtimoiy ishchilar shaxsiy yoki guruh maslahatlarini taklif qilib, odamlarning his-tuyg'ulari, fikrlari va xatti-

harakatlarini tushunishi va boshqarishini yordam beradi. Kognitiv-xulq terapiyasi (CBT), shaxsga yo'naltirilgan terapiya yoki oilaviy terapiya kabi turli terapevtik yondashuvlar orqali mijozlarga o'zlarining hissiy muammolarining ildizlarini o'rganishda va sog'lomroq kurashish usullarini ishlab chiqishda yordam beradilar.

**3. Bardoshlilikni shakllantirish:** Ijtimoiy ishdagi psixologik yordam faqat darhol yuzaga kelgan stressni boshqarish bilan cheklanmaydi; u shuningdek, shaxslar va jamoalarga uzoq muddatli bardoshlilikni mustahkamlashga yordam beradi. Ijtimoiy ishchilar mijozlarni ruhiy salomatlik uchun ijobiy amaliyotlarni rivojlantirishga, ijtimoiy tarmoqlarini kuchaytirishga va doimiy qo'llab-quvvatlash manbalarini taqdim etishga rag'batlantiradi. Bu bardoshlilik kelajakdagi stresslarga yaxshiroq dosh berishga va hayotdagi qiyinchiliklarni samaraliroq yengishga imkon beradi.

**4. Kompleks parvarish:** Psixologik yordamning asosiy xususiyatlaridan biri uning kompleks yondashuvi bo'lib, u faqat psixologik ehtiyojlarni emas, balki ijtimoiy, ruhiy va madaniy jihatlarni ham qamrab oladi. Masalan, ko'p madaniyatli yoki ko'p dinli jamoalarda ijtimoiy ishchilar madaniy nozikliklarni hisobga olib, mijozlarning qadriyatlari, an'analari va e'tiqodlarini qo'llab-quvvatlash jarayoniga integratsiya qiladi.

**5. Oila va jamoani qo'llab-quvvatlash:** Ijtimoiy ish psixologik yordamni oilalar va jamoalarga ham kengaytiradi, chunki ruhiy salomatlik ko'pincha ijtimoiy va atrof-muhit omillariga bog'liq ekanligini e'tirof etadi. Oila maslahati jarayonida ijtimoiy ishchilar oila a'zolarining muloqotini yaxshilash, nizolarni hal qilish va aloqalarni mustahkamlashga yordam beradi. Jamoalarda ular ruhiy salomatlik haqida xabardorlikni oshirish va umumiy farovonlikni ta'minlash uchun qo'llab-quvvatlash guruhlarini yoki tashabbuslarini tashkil qilishlari mumkin.

**6. Oldini olish va ta'lim:** Mavjud psixologik qiyinchiliklarga javob berishdan tashqari, ijtimoiy ishchilar ruhiy salomatlik muammolarining oldini olishda ham muhim rol o'ynaydi — ular xabardorlikni oshiradi, ta'lim dasturlarini taklif qiladi va oldini olish choralari yaratadi. Shuningdek, ular stressni boshqarish, ruhiy salomatlikni saqlash va kurashish strategiyalari haqida psixo-ta'lim beradi, bu individual shaxslarga ham, jamoalarga ham qaratilgan bo'lishi mumkin.

**7. Boshqa mutaxassislar bilan hamkorlik:** Ijtimoiy ishchilar ko‘pincha psixologlar, psixiatrlar, tibbiyot xodimlari va jamoa yetakchilari bilan hamkorlik qilib, kompleks yordamni ta‘minlaydi. Bu jamoaviy yondashuv psixologik sog‘liqning ko‘p qirrali tabiatini hisobga oladi va mijozlarning terapiya, dori-darmon yoki ijtimoiy xizmatlardan to‘g‘ri foydalanganini ta‘minlaydi.

**8. Zaif guruhlarini qo‘llab-quvvatlash:** Ijtimoiy ishda psixologik yordam ayniqsa bolalar, qariyalar, qochqinlar, zo‘ravonlik qurbonlari va nogironligi bo‘lgan shaxslar kabi zaif guruhlar uchun juda muhimdir. Ijtimoiy ishchilar ushbu guruhlarining o‘ziga xos ehtiyojlariga moslashtirilgan aralashuvlar ishlab chiqadi va ularga nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va iqtisodiy qiyinchiliklarni yengishda amaliy yordam ko‘rsatadi.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy ishda psixologik yordam shaxslar va jamoalarning ruhiy salomatligi va farovonligini oshirishda asosiy ahamiyatga ega. Psixologik, ijtimoiy va ruhiy ehtiyojlarni qondirish orqali ijtimoiy ishchilar odamlarni bardoshlilikni shakllantirishga, qiyinchiliklarni yengishga va qiyin vaziyatlarga qaramay to‘la hayot kechirishga yordam beradi. Ko‘pqirrali qo‘llab-quvvatlash modeli psixologik-ijtimoiy yordamni samarali va barqaror tashkil etishda asos bo‘lib, aholini nafaqat favqulodda vaziyatlardan himoya qiladi, balki ularning ijtimoiy farovonligini oshirishga yordam beradi. “Ijtimoiy ish bo‘yicha O‘zbek modeli” milliy xususiyatlarga moslashgan, davlat va jamoat institutlari bilan uzviy bog‘liq, kompleks yondashuvga asoslangan tizimdir. Ushbu model jamiyatning barqaror rivoji va aholining ijtimoiy farovonligini ta‘minlashda muhim rol o‘ynaydi.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. “Yuqori xavf ostida bo‘lgan guruhlar” tushunchasiga ta‘rif bering.
2. Qanday ijtimoiy guruhlar yuqori xavf ostida hisoblanadi? Ularning asosiy belgilarini sanab bering.
3. Nogironligi bo‘lgan shaxslar nega yuqori xavf guruhiga kiradi?
4. Qochqinlar va majburiy ko‘chirilgan shaxslar qaysi xavflarga duch keladi?
5. Favqulodda vaziyatlarda bolalar va keksa yoshdagilar nima sababdan ko‘proq himoyaga muhtoj bo‘ladi?
6. Ayollar, ayniqsa yolg‘iz onalar, qanday ijtimoiy xavf ostida bo‘lishi mumkin?

7. Yuqori xavf guruhlariga mansub odamlar uchun ijtimoiy xizmatlar qanday tashkil qilinadi?
8. Ruhiy kasalliklarga ega bo'lgan shaxslar qanday ijtimoiy cheklovlar va xavflarga duch keladilar?
9. Ijtimoiy ishchilarning yuqori xavf ostidagi guruhlarga yondashuv uslublari qanday bo'lishi kerak?
10. Yuqori xavf ostida bo'lgan guruhlarni aniqlash va ularga yordam ko'rsatishdagi asosiy muammolar nimalardan iborat?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160
4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

## **7-MAVZU. STRESS, TRAVMADAN KEYINGI STRESS. QAYG'U VA YO'QOTISH TAJRIBASI.**

**Stress va travmadan keyingi stress.** Stress — bu inson organizmining tashqi va ichki omillarga (muammo, xavf, bosim) bo'lgan tabiiy javob reaksiyasidir. U qisqa muddatli (o'tkir) yoki uzoq muddatli (surunkali) bo'lishi mumkin. Stress me'yorida bo'lsa, insonni ogohlikka va muammolarni yechishga undaydi. Ammo kuchli yoki davomli stress salomatlikka salbiy ta'sir qiladi.



**Stressning asosiy belgilariga quyidagilar kiradi:** doimiy charchoq, uyqusizlik; asabiylashish, tushkunlik; diqqatni jamlashda qiyinchilik; yurak urishi tezlashuvi, bosh og‘rig‘i; ishtahaning o‘zgarishi.

**Travmadan keyingi stress buzilishi** (PTSB / Post Traumatic Syndrome Disease)

**PTSB** — bu odam og‘ir psixologik zarba, ya’ni urush, zo‘ravonlik, tabiiy ofat, falokat, o‘linga yaqin holat kabi travmatik voqeani boshdan kechirganidan so‘ng paydo bo‘ladigan ruhiy kasallikdir.

**PTSBning asosiy simptomlari:**

1. **Travmatik hodisani doimiy eslab turish.** Voqealar tushlarda, xotiralarda yoki tasavvurlarda doimiy ravishda qayta namoyon bo‘ladi.

2. **Tashvishli holat va xavotir.** Tinchlanib bo‘lmaslik, doimiy qo‘rquv, asabiylik va haddan tashqari hushyorlik.

3. **Ijtimoiy izolyatsiya.** Odamlar bilan aloqa qilmaslik, yolg‘izlikni afzal ko‘rish.

4. **Muayyan joylardan yoki odamlardan qochish.** Travma bilan bog‘liq holatlar, joylar yoki odamlar eslatgan narsalardan qochishga harakat qilish.

5. **O‘z-o‘zini ayblash yoki umidsizlik.** O‘zini zaif, gunohkor yoki hech narsa o‘zgarmaydi deb his qilish.

**Yordam va davolash usullari:**

**Psixoterapiya** (kognitiv-behavioral terapiya, travma markazli yondashuvlar);

**Psixologik maslahatlar** va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash;

**Dori vositalari** (psixiatr nazoratida);

**Art-terapiya, musiqa terapiyasi, jismoniy faoliyat.** Qumloq joylarda rasmlarni chizish orqali davolash katta samaraga ega.

**Qayg‘u va yo‘qotish tajribasi.** Qayg‘u — bu insonning yaqinlari, azizlari, yoki muhim narsalarni yo‘qotganda his qiladigan chuqur og‘riq va alam hisidir. Yo‘qotish esa shaxs hayotida katta o‘zgarishlar va bo‘shliq paydo qiladigan jarayondir. Bu tajriba har kim uchun og‘ir, lekin hayotning ajralmas qismi hisoblanadi.

**Qayg‘u jarayoni va uning bosqichlari**

Psixologlar qayg‘u jarayonini odatda bir necha bosqichda ko‘radi:

1. **Inkor (rad etish)** Yo‘qotishni qabul qilolmaslik, voqeani tan olmaslik, “bu men bilan yuz bermadi” deb o‘ylash.

2. **G‘azablanish.** Nima uchun aynan men? Nega bu yuz berdi? kabi savollar va norozilik hislari paydo bo‘ladi.

3. **Kelishmovchilik (muzokara).** Agar shunday qilganimda, agar boshqacha bo‘lganda... kabi fikrlar bilan o‘z-o‘zini ayblash.

4. **Depressiya.** Chuqur qayg‘u, yolg‘izlik, umidsizlik va tushkunlik paydo bo‘ladi.

5. **Qabul qilish.** Yo‘qotishni qabul qilish, hayotni davom ettirishga tayyorlik va yangi holatga moslashish.

#### **Yo‘qotishning turlari.**

**Yaqin kishining o‘limi** — eng kuchli va azobli qayg‘u sabablaridan biri; **Sog‘liq yo‘qotilishi** — og‘ir kasallik yoki imkoniyatlarning kamayishi; **Munosib aloqalar** — do‘stlar, hamkasblar yoki sherik bilan aloqaning uzilishi; **Moddiy yo‘qotishlar** — ish yo‘qotish, moliyaviy qiyinchiliklar; **Qayg‘u bilan kurashish yo‘llari**; **O‘z his-tuyg‘ularingizni ifoda etish** — gaplashish, yozish yoki san‘at orqali; **Yaqinlar va do‘stlar bilan muloqot qilish**; **Psixolog yoki maslahat beruvchidan yordam olish**; **Sog‘lom turmush tarzini saqlash** — jismoniy faollik, to‘g‘ri ovqatlanish, yetarli uyqu; **Vaqt berish** — qayg‘u jarayoni individual va har bir kishi uchun o‘z vaqtida kechadi.

Stress va travmadan keyingi stress — jiddiy e‘tibor talab qiladigan holatlardir. Vaqtida aniqlash va malakali yordam ko‘rsatish inson ruhiy salomatligini saqlash, hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Qayg‘u va yo‘qotish — inson hayotidagi og‘ir, ammo tabiiy jarayon. Ularni to‘g‘ri boshqarish, o‘z his-tuyg‘ularini anglash va qo‘llab-quvvatlash orqali ruhiy sog‘liqni saqlash mumkin. Bu jarayon orqali inson kuchayadi va hayotga yangicha qarash bilan davom etadi.

#### **PTSD VA DEPRESSINI YENGIB O‘TISH**

**PTSD (Travmadan keyingi stress buzilishi) va depressiya** — ruhiy sog‘liqdagi jiddiy muammolar bo‘lib, ular hayot sifatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Biroq, to‘g‘ri yondashuv va yordam orqali bu holatlarni yengish, sog‘lom hayotga qaytish mumkin.

PTSD va depressiyani yengish yo‘llari:

1. Malakali psixologik yordam olish. Psixoterapiya — kognitiv-behavioral terapiya (KBT), EMDR (Eye Movement Desensitization

and Reprocessing) kabi usullar PTSD va depressiyanı kamaytirishda samaralidir.

**Individual yoki guruh terapiyasi** — o‘z his-tuyg‘ularini boshqalar bilan bo‘lishish ruhiy yengillik beradi.

2. Dori-darmonlar. Psixiatr nazorati ostida antidepressantlar yoki simptomatik dorilar qabul qilish mumkin; Dori vositalari bilan psixoterapiya birgalikda ko‘p hollarda yaxshiroq natija beradi.

3. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash. Oila va do‘stlarning yordami, atrofdagi insonlar bilan muloqot ruhiy holatni yaxshilaydi; Qo‘llab-quvvatlovchi guruhlar, nodavlat tashkilotlar bilan bog‘lanish.

4. Sog‘lom turmush tarzini saqlash. Jismoniy faollik (yurish, sport), to‘g‘ri ovqatlanish va yetarli uyqu; Stressni kamaytiruvchi texnikalar (nafas olish mashqlari, meditatsiya, yoga).

5. Travma bilan yuzlashish va uni qabul qilish

Qiyin bo‘lsa-da, travmatik voqeani eslash va unga to‘g‘ri yondashish muhim; O‘zingizga vaqt bering, bu jarayon bosqichma-bosqich kechadi.

6. Ijobiy maqsadlar qo‘yish

Kichik yutuqlarni qadrlash va ularga erishishga harakat qilish ruhiy tiklanishga yordam beradi; Yangi qiziqishlar va faoliyatlarga jalb qilish.

#### PTSD VA DEPRESSIYANING OLDINI OLISH

**Travmadan keyingi stress buzilishi (PTSD)** va **depressiya** ruhiy salomatlikdagi jiddiy muammolardir, ammo ularning oldini olish mumkin. To‘g‘ri profilaktika va o‘z-o‘zini parvarishlash choralari ko‘rish ruhiy holatni mustahkamlashga yordam beradi.

PTSD va depressiyaning oldini olish usullari:

1. Stressni boshqarishni o‘rganish: Kundalik hayotda stressni kamaytirish uchun nafas olish mashqlari, meditatsiya, yoga va boshqa dam olish usullarini qo‘llash; Vaziyatlarga ijobiy va muammolarni hal qilishga yo‘naltirilgan yondashuvni rivojlantirish.

2. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni mustahkamlash: Oila, do‘stlar va jamoa bilan muntazam muloqot qilish, o‘z his-tuyg‘ularini ochiq aytish; Qo‘llab-quvvatlovchi guruhlar va maslahat xizmatlaridan foydalanish.

3. Jismoniy sog‘lom turmush tarzini saqlash: Muntazam jismoniy faoliyat, sog‘lom ovqatlanish va yetarli uyqu ruhiy barqarorlikni oshiradi; Spirtli ichimliklar va zararli odatlardan saqlanish.

4. O‘z-o‘zini anglash va ruhiy salomatlikni nazorat qilish: Ruhiy holatdagi o‘zgarishlarni diqqat bilan kuzatish, kerak bo‘lsa mutaxassisga murojaat qilish; O‘zini haddan tashqari bosim ostida qo‘ymaslik, dam olish vaqti ajratish.

5. Travmatik voqealardan keyingi yordamni ta‘minlash: Qiyin vaziyatlarni boshdan kechirgan insonlarga tezkor psixologik yordam ko‘rsatish; Tez-tez tushuntirish va maslahat berish, ularning his-tuyg‘ularini eshitish.

6. Ta‘lim va ongli yondashuv: Ruhiy salomatlik bo‘yicha bilimlarni oshirish, stress va depressiyaning belgilarini bilish; Ruhiy sog‘liqni muhofaza qilishga qaratilgan dasturlar va treninglarda ishtirok etish.

Xulosa. PTSD va depressiyaning yengib o‘tish — uzoq va ba’zida qiyin jarayon bo‘lishi mumkin, ammo bu mumkin emas degani emas. To‘g‘ri yordam, sabr-toqat va ijobiy munosabat bilan ruhiy salomatlik tiklanadi, hayotga qaytish imkoniyati ortadi. PTSD va depressiyaning oldini olish uchun o‘zimizga g‘amxo‘rlik qilish, stressni boshqarish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini rivojlantirish va vaqtda yordam olish muhimdir. Bu chora-tadbirlar ruhiy salomatlikni mustahkamlashga, hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Frustratsiya nima? Frustratsiya — bu insonning maqsadiga erishish yo‘lida to‘sqinlikka uchraganida yuzaga keladigan ruhiy holat bo‘lib, unda g‘azab, tushkunlik, xavotir yoki umidsizlik kabi his-tuyg‘ular paydo bo‘ladi. Bu holat har bir inson hayotida uchrashi mumkin va ko‘pincha kutilmagan muammolar bilan bog‘liq bo‘ladi.

Frustratsiyaning sabablari. Frustratsiya quyidagi holatlar tufayli yuzaga keladi:

Tashqi to‘sqinliklar: maqsadga erishishga xalaqit beruvchi holatlar — masalan, ish topolmaslik, imtihondan o‘tolmaslik, boshqa odamlarning qarshiliklari.

Ichki ziddiyatlar: insonning o‘zi bilan bo‘lgan kurashi, ya’ni istak va imkoniyatlar o‘rtasidagi nomuvofiqlik.

Ijtimoiy bosim: jamiyat yoki atrofdagilarning kutilmalari bilan insonning istaklari mos kelmasligi.

Frustratsiyaning belgilari. Frustratsiyaga uchragan odamda quyidagi belgilar kuzatiladi: Asabiylashish, g‘azablanish; Hafsalasizlik va tushkunlik; Motivatsiyaning yo‘qolishi; O‘z-o‘zini ayblash; Yolg‘izlik va ijtimoiy izolyatsiya.

Frustratsiyadan chiqish yo‘llari:

1. **Vaziyatni tahlil qilish** — nima sababdan bunday holatga tushib qolgani aniqlanishi kerak.

2. **Maqsadlarni qayta ko‘rib chiqish** — real va aniq maqsadlar qo‘yish muhim.

3. **Ijobiy fikrlashni rivojlantirish** — har bir muammoning yechimi borligiga ishonish kerak.

4. **Sog‘lom turmush tarzi** — jismoniy faollik, dam olish va to‘g‘ri ovqatlanish kayfiyatni ko‘taradi.

5. **Yaqinlar bilan muloqot** — do‘stlar, oila yoki mutaxassis bilan suhbatlashish yengillik keltiradi.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Stress tushunchasini izohlang. U qanday holatlarda yuzaga keladi?

2. Travmadan keyingi stress buzilishi (PTSB) nima? U qanday belgilar bilan ifodalanadi?

3. Oddiy stress va travmadan keyingi stress o‘rtasidagi farqlar nimalardan iborat?

4. Qayg‘u va yo‘qotish tajribasi nima? U inson psixikasiga qanday ta’sir qiladi?

5. Qayg‘u kechirish bosqichlarini sanab bering va ularning har biriga qisqacha ta’rif bering.

6. Travmadan keyingi stress kimlarda ko‘proq uchraydi va nima sababdan?

7. Yo‘qotish tajribasidan so‘ng ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash qanday ahamiyatga ega?

8. Psixologik yordam va maslahatlar stress holatini yengishda qanday rol o‘ynaydi?

9. Ijtimoiy ishchilarning qayg‘udagi shaxslar bilan ishlashda amal qilishi kerak bo‘lgan asosiy prinsiplar nimalar?

10. Stress va qayg‘u holatida bolalar va o‘smirlarga qanday yondashuvlar qo‘llanilishi kerak?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people’s lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>

2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston,

Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.

3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.

5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116.  
[https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

## **8-MAVZU. QUROLLI MOJAROLARDAN JABRLANGAN BOLALAR, O'SPIRINLAR VA AYOLLAR BILAN ISHLASHNING O'ZIGA XOS JIHATLARI**

**Qurolli mojarolardan jabrlangan bolalar.** Qurolli mojarro yoki urushlar insoniyat tarixidagi eng og'ir va travmatik hodisalardan biridir. Afsuski, bugungi kunda ko'plab davlatlarda, ayniqsa, rivojlanayotgan mamlakatlarda, urushlar va qurolli mojarro tufayli millionlab bolalar hayotining qiyinlashishiga sabab bo'lmoqda. Qurolli mojarro, faqatgina kattalar uchun emas, balki bolalar uchun ham dahshatli oqibatlariga olib keladi. Ularga jismoniy, ruhiy va emotsional jihatdan kuchli zarbalar yetadi, bu ularning kelajagini jiddiy tarzda ta'sir qiladi.

**Qurolli mojarro ta'siri.** Bolalar urushda faqatgina jismoniy zarar ko'rishmaydi. Ular ko'pincha o'z oilalarini, uylari va do'stlarini yo'qotadilar. Ularning psixologik holati tubdan o'zgaradi: ularni travmalar, qo'rquv, depressiya va xavotirlar qamrab oladi. Qochqinlar lagerlarida yoki jangovar hududlarda yashovchi bolalar ovqatlanish, tibbiy yordam va ta'lim olish kabi asosiy ehtiyojlarga muhtojdirlar. Ular odatda jismoniy zarar ko'rgan yoki stressga duchor bo'lgan, va ko'p hollarda ularning rivojlanish jarayoni to'xtab qoladi.

**Qurolli mojarro va bolalar: Inson huquqlari va himoya.** Bolalar huquqlari bo'yicha xalqaro hujjatlar, jumladan, BMTning

Bolalar huquqlari Konvensiyasi, qurolli mojarolarda bolalar huquqlarini himoya qilishni maqsad qilgan. Shu bilan birga, qurolli mojarolarda bolalar to'g'risida ko'plab yuridik va xalqaro tashkilotlar, jumladan, YUNISEF va boshqa inson huquqlari tashkilotlari faoliyat yuritadi. Ular bolalar huquqlarini himoya qilish, ularning qayta tiklanishiga yordam berish va qurolli mojaro oqibatlarini kamaytirish uchun turli dasturlarni amalga oshirmoqda.

**Yordam va reabilitatsiya.** Urushdan jabrlangan bolalarni qayta tiklash, ularga tibbiy yordam, psixologik qo'llab-quvvatlash va ta'lim imkoniyatlarini taqdim etish juda muhimdir. Bunday bolalar uchun reabilitatsiya markazlari, psixologik yordam dasturlari va ta'lim muassasalari maxsus tashkil etilgan. Bu, ularga jismoniy va ruhiy tiklanish jarayonini boshlashga yordam beradi. Shuningdek, ularga jamiyatga qaytish, o'z hayotini tiklash va kelajakda muvaffaqiyatli fuqarolar bo'lish imkoniyatini yaratish juda zarur.

**Xulosa.** Qurolli mojaro va urushlar bolalar uchun nihoyatda og'ir ta'sirlar keltirib chiqaradi. Ularning hayoti va kelajagi xavf ostidadir. Biroq, xalqaro jamoatchilik va yordam dasturlari bu bolalarga qayta tiklanish imkoniyatlarini yaratib, ularni hayotga qaytarishga yordam bermoqda. Shuning uchun davlatlar va jamiyatlar bolalarga qarshi zo'ravonlikning oldini olish, ularning huquqlarini himoya qilish va jismoniy va psixologik yordamni taqdim etishga e'tibor qaratishlari lozim.

### **Qurolli mojarolardan jabrlangan ayollar bilan ishlashning o'ziga xos jihatlari**

Qurolli mojarolar va urushlar nafaqat erkaklar, balki ayollar va bolalar uchun ham og'ir oqibatlarga olib keladi. Ayollar qurolli mojaro zonalarida turli xil jismoniy, ruhiy va ijtimoiy zo'ravonlikka duchor bo'lishadi. Ayollar bilan ishlashning o'ziga xos jihatlari, ularning o'tkazgan travmalarini tiklash va huquqlarini himoya qilishda juda muhimdir. Shunday qilib, qurolli mojarolardan jabrlangan ayollar bilan ishlashda ko'plab nozik va murakkab jihatlar mavjud.

**1. Jismoniy va ruhiy travmalar.** Qurolli mojarolar ayollarni faqat jismoniy jihatdan emas, balki ruhiy jihatdan ham jiddiy shikastlaydi. Urushlar vaqtida ayollar ko'pincha zo'rlik, jinsiy tajovuz, oila a'zolarini yo'qotish, qochqinlik va boshqa noxush holatlarga duch kelishadi. Ushbu travmalar ularning psixologik holatiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi va ko'pincha ular qayta tiklanish jarayonida chuqur

depressiya, travmatik stress, va xavotirni boshdan kechiradilar. Ayollar bilan ishlashda ularning psixologik holatini inobatga olish juda muhimdir. Psixologik yordam, shaxsiy terapiya, guruh sessiyalari va emotsional qo'llab-quvvatlash orqali ayollarga yordam berish kerak. Ko'pincha, ular o'z hissiyotlarini bo'lishishga qiynalishi mumkin, shuning uchun ularni muloyimlik bilan tinglash, e'tiborli va sabrli bo'lish kerak.

**2. Jinsiy zo'ravonlik.** Qurolli mojarolar va urushlar, ayollarni jinsiy zo'ravonlikdan, shu jumladan, zo'rlash va jinsiy qul qilishdan himoya qilmaydi. Ayollar urush hududlarida ko'p holatlarda o'z himoyasizligini sezaдилar va jinsiy zo'ravonlikka uchraydilar. Bu, nafaqat jismoniy zarar ko'rishlariga, balki ruhiy va ijtimoiy jihatdan ham ular uchun og'ir oqibatlariga olib keladi. Ayollarni jinsiy zo'ravonlikdan himoya qilish, ularga huquqiy yordam va tibbiy xizmatlarni taqdim etish, shuningdek, travmadan keyingi rehabilitatsiya dasturlari tashkil etish zarur. Zo'rlangan ayollarga ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va psixologik yordam ko'rsatilishi lozim.

**3. Tibbiy va sog'liqni saqlash xizmatlari.** Ayollar qurolli mojarolar davomida tibbiy yordamga muhtoj bo'lishadi. Ular jismoniy jarohatlar, homiladorlik va tug'ruq bilan bog'liq muammolar, shuningdek, jinsiy kasalliklar va travma natijasida ko'plab sog'liqni saqlash muammolariga duch kelishadi. Ayollar uchun maxsus tibbiy xizmatlar, shu jumladan, homiladorlikni nazorat qilish, tug'ruq va ginekologik yordam ko'rsatish juda muhimdir. Shu bilan birga, ayollarni sog'liqni saqlash xizmatlariga kirish imkoniyatlarini oshirish, ayniqsa qochqinlar lagerlarida, ayni vaqtda urg'u bilan ta'minlanishi kerak.

**4. Ijtimoiy va iqtisodiy rehabilitatsiya.** Ayollar urushdan so'ng faqat jismoniy yoki psixologik rehabilitatsiya emas, balki ijtimoiy va iqtisodiy rehabilitatsiya ham kerak bo'ladi. Ularning o'z hayotini qayta tiklashi, jamiyatga qaytishi va oilaviy rolini davom ettirishi uchun ijtimoiy yordam va iqtisodiy imkoniyatlar yaratish zarur. Ayollarni iqtisodiy jihatdan mustahkamlash, ularga ish o'rinlarini yaratish, biznes va tadbirkorlik ko'nikmalarini o'rgatish orqali ularning mustaqilligini ta'minlash muhimdir. Shuningdek, ularni ta'lim olishga rag'batlantirish, yangi kasblarga ega bo'lish va ijtimoiy xizmatlar sohasida faoliyat ko'rsatish imkoniyatlarini yaratish lozim.



**5. Huquqiy himoya.** Qurolli mojarolardan jabrlangan ayollar uchun huquqiy yordam juda zarur. Ayollar ko‘pincha urushlar va qochqinlik sharoitlarida huquqlarini yo‘qotadilar yoki ularga huquqiy yordam ko‘rsatilmaydi. Ular o‘z huquqlarini talab qilishda qiynalishlari, shu jumladan, mulk huquqlari, oilaviy muammolar yoki zo‘ravonlikka qarshi kurashish borasida huquqiy yordam olishda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Huquqiy yordam, ularni tanish, huquqiy xizmatlar bilan ta‘minlash va huquqiy ongini oshirish zarurdir.

**6. Madaniy va ijtimoiy Asoslar.** Har bir jamiyatda ayollar va ularning rollari haqida o‘ziga xos madaniy va ijtimoiy nuqtai nazar mavjud. Ayollar bilan ishlashda mahalliy an‘analarga, madaniyatga, diniy qarashlarga hurmat bilan yondashish kerak. Ayollarni qo‘llab-quvvatlashda, ularning hurmatini, qadriyatlarini va o‘ziga xos ehtiyojlarini hisobga olish juda muhimdir.

**“Mehr operatsiyalari”** — bu insonparvarlik va yordam berishga yo‘naltirilgan tashkiliy yoki ijtimoiy tadbirlar to‘plamidir. Bu operatsiyalar, asosan, krizis holatlarida, masalan, urushlar, tabiiy ofatlar, ijtimoiy beqarorlik va boshqa favqulodda vaziyatlar yuzasidan jismoniy va ruhiy yordam ko‘rsatish uchun amalga oshiriladi. Mehr operatsiyalarining maqsadi — insoniyatning eng asosiy ehtiyojlarini qondirish, azob chekayotgan insonlarga yordam berish va ularni muammolardan chiqarishdir.

**1. “Mehr Operatsiyalari” nima?** Mehr operatsiyalari, ko‘pincha qisqa muddatli yoki uzoq muddatli ijtimoiy yoki insonparvarlik yordam dasturlari sifatida tashkil etiladi. Ularning mohiyati — bu voqea yoki favqulodda holat tufayli yengilmagan, jismoniy yoki ruhiy iztirob chekayotgan odamlarni qo‘llab-quvvatlashdir. Mehr operatsiyalari quyidagi yo‘nalishlarni o‘z ichiga oladi:

**Favqulodda yordam ko‘rsatish:** Urush yoki tabiiy ofatlar natijasida jabrlanganlarga tezkor yordam berish. Bu yordam oziq-ovqat, suyuqlik, tibbiy yordam, boshpana va boshqa asosiy ehtiyojlarni qamrab oladi.

**Reabilitatsiya:** Jabrlanganlar, ayniqsa, bolalar va ayollar uchun psixologik yordam ko‘rsatish, shuningdek, jismoniy va ijtimoiy yordamning ta‘minlanishi.

**Ta'lim va tarbiya:** Urush va favqulodda holatlarda ta'lim tizimi buzilgan bo'lsa, bolalar va yoshlarning ta'lim olish imkoniyatlarini ta'minlash.

**Ijtimoiy yordam va ijtimoiy himoya:** Qochqinlar, bezorilar va boshqa himoyasiz guruhlar uchun ijtimoiy xizmatlar yaratish.

**2. "Mehr" operatsiyalarining asosiy maqsadlari.** Mehr operatsiyalari quyidagi asosiy maqsadlarni ko'zlaydi:

**Insonparvarlik yordami:** Odamlarning hayotini saqlab qolish va ularni tirik tutish uchun zarur yordamni ko'rsatish. Bu, o'zgartirilgan sharoitlarda zarur bo'lgan oziq-ovqat, suv, boshpana va tibbiy yordamni taqdim etishni o'z ichiga oladi.

**Aholi sog'ligini saqlash:** Jabrlangan aholi uchun sog'liqni saqlash xizmatlarini taqdim etish, shu jumladan, jismoniy jarohatlar va psixologik travmalarni davolash.

**Zarar ko'rgan aholini qo'llab-quvvatlash:** Urushlar yoki tabiiy ofatlar tufayli hayotini yo'qotgan yoki uylarini tark etishga majbur bo'lgan aholini, ayniqsa, ayollar, bolalar, qariyalar va nogironlarni himoya qilish va ularga yordam berish.

**Reabilitatsiya va qayta tiklanish:** Yordam so'rovchilarning o'z hayotini qayta tiklashiga ko'maklashish. Ularning psixologik va ijtimoiy holatini yaxshilash, o'z ishini va o'zgaruvchan sharoitda hayotini qayta tiklash imkoniyatlarini yaratish.

**Jamiyatni tiklash:** Urush yoki tabiiy ofatlar natijasida buzilgan jamiyatni qayta tiklash, barcha ijtimoiy qatlamlarni jamiyatga qaytarish.

**3. "Mehr" operatsiyalarida amaliy yondashuvlar.** Mehr operatsiyalari turli xil amaliy yondashuvlar asosida amalga oshiriladi:

- **Tezkor yordam ko'rsatish:** Jabrlanganlarga eng birinchi navbatda zarur bo'lgan yordam, masalan, oziq-ovqat, tibbiy yordam va boshpana beriladi;

- **Uzun muddatli yordam:** Favqulodda holatdan so'ng, jabrlanganlar uchun uzoq muddatli reabilitatsiya va tiklanish dasturlari tashkil etiladi. Bu, psixologik yordam, ta'lim imkoniyatlarini yaratish, va iqtisodiy reabilitatsiya dasturlarini o'z ichiga oladi;

- **Maxsus dasturlar:** Ayollar, bolalar, qariyalar va nogironlar kabi himoyasiz guruhlar uchun alohida yordam dasturlari ishlab chiqiladi. Bu dasturlar, ularning ehtiyojlari va holatiga moslashtiriladi.

**4. "Mehr" operatsiyalarida xalqaro tashkilotlarning roli**

“Mehr” operatsiyalari ko‘pincha xalqaro tashkilotlar tomonidan amalga oshiriladi. Ular jamiyatlarning rivojlanishi va odamlarning hayotini yaxshilashga qaratilgan yirik loyiha va dasturlarni olib boradilar. Bunday tashkilotlar quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

**BMT (Birlashgan Millatlar Tashkiloti)** va uning alohida agentliklari, masalan, **YUNISEF** (Bolalar jamg‘armasi), **BMTning Qochqinlar bo‘yicha yuqori oliy komissari** (UNHCR), **BMTning Ta’lim, Fan va Madaniyat tashkiloti** (UNESCO) va boshqalar.

**Xalqaro Qizil Xoch tashkiloti:** Har qanday favqulodda vaziyatlarda tibbiy yordam, oziq-ovqat ta’minoti va boshqa yordamni ko‘rsatish.

**Milliy va xalqaro NNTlar (Nodavlat notijorat notijorat tashkilotlar):** Ko‘p hollarda, xalqaro va mahalliy NNTlar ko‘p tomonlama yondashuv bilan yordam ko‘rsatadilar va insonparvarlik tashabbuslarini qo‘llab-quvvatlaydilar.

**5. “Mehr” operatsiyalarining hisoboti va tahlili.** “Mehr” operatsiyalarining samaradorligini baholash va tahlil qilish muhimdir. Bu yordamning kerakli darajada yetib borishini, uning tasiri va samaradorligini o‘lchash imkonini beradi. Hisobot va tahlil quyidagi nuqtalarda amalga oshiriladi:

**Yordamning to‘g‘ri va adolatli taqsimlanishi:** Yordamning eng ehtiyojmand guruhlariga to‘g‘ri yetib borishiga e’tibor qaratish.

**Operatsiyalarni kuzatish:** Operatsiyalarni doimiy ravishda tahlil qilish, ularning samaradorligini baholash va agar kerak bo‘lsa, yondashuvlarni o‘zgartirish.

**Qayta tiklanish va jamiyatni tiklash:** Yordam so‘rovchilarning jamiyatga qaytishi, ularning yangi sharoitlarga moslashishini kuzatish.

“Mehr” operatsiyalari doirasida qancha o‘zbekistonlik Yaqin Sharq va Afg‘onistondan qaytarilgani ma’lum qilindi. “Mehr” insonparvarlik operatsiyasi ilk bor 2019-yili amalga oshirilgan bo‘lib, unda 156 nafar o‘zbekistonlik, asosan, ayollar va bolalar Suriya poytaxti Damashqdan maxsus reys bilan O‘zbekistonga olib kelingan. 2019-yilning oktabr oyida esa Yaqin Sharqdagi mojarolar hududidan o‘zbekistonliklarni qaytarish bo‘yicha ikkinchi maxsus operatsiya amalga oshirilgan. 2020-yilning dekabridagi uchinchi maxsus operatsiya doirasida Suriyadan 25 nafar ayol va 73 nafar bola, 2021-yildagi “Mehr-4” operatsiyada esa 24 nafar fuqaro Afg‘onistondan O‘zbekistonga qaytarilgan.

“Mehr-5” operatsiyasi doirasida 93 nafar o‘zbekistonlik Suriyadan olib kelindi. Bugungi kungacha o‘tkazilgan “Mehr-1, 2, 3, 4” operatsiyalari doirasida Suriya, Iroq va Afg‘onistonda og‘ir ahvolga tushib, chorasiz qolgan 438 nafar ayollar va bolalar O‘zbekistonga olib kelindi. AQSh va boshqa hamkor davlatlar ko‘magi bilan amalga oshirilgan “Mehr-5” operatsiyasi natijasida Suriya hududidagi urush ketayotgan “qaynoq nuqtalarga” borib qolib, “Al-Hol” lagerida 3 yildan ortiq vaqt davomida ushlab turilgan 24 nafar ayol va 69 nafar bolalar O‘zbekistonga qaytarildi.

2021 yilda “O‘zbekkino” Milliy agentligi buyurtmasiga binoan “Buxoriylar” studiyasi tomonidan “Tutqunlik” dramasi suratga olish ishlari start oldi. Film Suriyadan ayollar va bolalarni olib kelish bo‘yicha 2019-2020-yillarda o‘tkazilgan “Mehr” operatsiyasiga bag‘ishlanadi.

Uzoq vaqt davomida og‘ir sharoitlarda, qochoqlar lagerlarida yashagan ayollar va bolalar Toshkent viloyatidagi “Bo‘ston” sanatoriyasiga joylashtiriladi. U yerda ularga tibbiy, psixologik va ijtimoiy yordam ko‘rsatiladi. Shuningdek, ularning shaxsini tasdiqlovchi hujjatlarini rasmiylashtirish bo‘yicha zarur ishlar amalga oshiriladi. E‘tiborlisi, mamlakatlar ichida birinchilardan bo‘lib O‘zbekiston, Rossiya, Qozog‘iston, Tojikiston vataniga qaytarilgan fuqarolarini o‘z himoyasiga oldi. Bugungi kunga qadar O‘zbekiston “Mehr” insonparvarlik operatsiyalari doirasida, Qozog‘iston “Jusan” va “Rusafa” operatsiyalari doirasida, Tojikiston, Qirg‘iziston hamda Rossiya Federatsiyasi o‘z fuqarolarini vataniga qaytardi.

**Xulosa.** “Mehr” operatsiyalari insonparvarlik yordamining asosiy elementlaridan biridir. Ular ijtimoiy, iqtisodiy va psixologik yordamni o‘z ichiga olib, jabrlanganlar uchun hayotiy muhim ehtiyojlarni ta‘minlashga qaratilgan. Bu operatsiyalar favqulodda holatlar va jamiyatdagi noxush voqealar paytida amalga oshiriladi va turli xalqaro tashkilotlar tomonidan qo‘llab-quvvatlanadi. Ularning asosiy maqsadi — insonlarga yordam ko‘rsatish, ularni qayta tiklash va jamiyatni ijtimoiy barqarorlikka qaytarishdir. Qurolli mojarolardan jabrlangan ayollar bilan ishlash juda nozik va murakkab jarayon bo‘lib, ularning travmalarini davolash, psixologik qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy va iqtisodiy yordam ko‘rsatish zarur. Buning uchun, ularning huquqlarini himoya qilish, tibbiy va psixologik xizmatlar, huquqiy yordam va iqtisodiy imkoniyatlar yaratish zarurdir. Urushlarning og‘ir

oqibatlariga duchor bo'lgan ayollarni qayta tiklash jarayonida, ularning o'ziga xos ehtiyojlarini hisobga olish, hurmat qilish va ularga doimiy yordam ko'rsatish jiddiy ahamiyatga ega.

“Bolalar va qurolli mojarolar” global tashkiloti hisobotiga ko'ra, 2024 yil oxirigacha urushlarda bolalarga nisbatan zo'ravonlikning “misli ko'rilmagan” darajasi qayd etilgan, og'ir huquqbuzarliklar soni 2023 yilga nisbatan 25 foiz ko'paygan. Hujjatda qayd etilishicha, BMT 41 370 ta jiddiy qoidabuzarlikni tasdiqlagan, shundan 36 221 tasi 2024 yil, 5 149 tasi esa avvalroq sodir etilgan. 2023 yil bu raqam 32 990 edi.

2023-2025 yillarda huquqbuzarlikning eng yuqori darajasi Falastin hududida, xususan G'azoda, Kongo Demokratik Respublikasi, Yaman, Somali, Nigeriya va Gaitida qayd etilgan. 2024 yilda “Bola huquqi to'g'risidagi konvensiya” qabul qilinganiga 35 yil to'ldi. 2025 yil bolalarni qurolli mojarolarga jalb qilishni taqiqlash to'g'risidagi Fakultativ protokolning 25 yilligi, shuningdek Xavfsizlik Kengashining 1612-sonli rezolyusiyasi qabul qilinganiga 20 yil to'ldi. Hisobotda keltirilishicha, bolalar bilan bog'liq vaziyat global miqyosda yomonlashgan bo'lsa-da, ayrim mamlakatlarda ijobiy tendensiya kuzatilgan. Masalan, ilgari harbiy ziddiyatda ishtirok etgan, ya'ni qo'lida qurol ushlagan qariyb 16 500 bola himoya va reintegratsiyada yordam oldi. 2005 yildan buyon 200 000 dan ko'p bola ozodlikka chiqarilgan.

2024 yil bolalarga nisbatan oldini olish mumkin bo'lgan zo'ravonlikning rekord darajasiga duch kelgan ekanmiz, bizda hali insoniyligimizni belgilaydigan tanlov bor: g'amxo'rlik qilish yoki yuz o'girish, – deyilgan hisobotda. – Bolalik urush qurboniga, tinchlik befarqlik badaliga aylanmasligi kerak. Azob-uqubatga barham berish uchun barchamiz shoshilinch va qat'iy harakat qilish kerak. Ertaga kech bo'lishi mumkin<sup>7</sup>. 2025 yilgi Isroil va Eron nizosida ham bolalar eng ko'p aziyat chekkan.

Sudan urush domida bo'lib, millionlab odamlar ovqat topishda qiynalayotgan bir paytda, ko'plar ochlikni bosish uchun begona o'tlar va yovvoyi o'simliklarga murojaat qilmoqda. Ikki yillik mojarodan so'ng, rasmiy ma'lumotlarga ko'ra, Sudanda 24,6 million kishi — aholining deyarli yarmi — keskin oziq-ovqat tanqisligiga duch

---

<sup>7</sup> BMT: Можароларда болаларга нисбатан мисли кўрилмаган даражада зўравонлик қилинмоқда [https://uza.uz/uz/posts/bmt-mozharolarda-bolalarga-nisbatan-misli-korilmagan-darazhada-zoravonlik-qilinmoqda\\_732796](https://uza.uz/uz/posts/bmt-mozharolarda-bolalarga-nisbatan-misli-korilmagan-darazhada-zoravonlik-qilinmoqda_732796)

kelmoqda. Odamlar o'simliklarni sho'r suvda qaynatib iste'mol qilmoqda, chunki boshqa hech narsa yo'q. Bu hayotni saqlab qolgan najot uchun minnatdor bo'lgan 60 yoshli nafaqadagi maktab o'qituvchisi "Xadicha Koro" deb nomlangan o'simlik haqida sevgi she'rini yozdi. U bu o'simlikni "qo'rquv bilan to'lib turgan bo'shliqlarga yoyilgan malham" deb atadi va aynan shu o'simlik uni hamda ko'plab boshqalarni ochlikdan saqlab qolganini yozdi. O'z to'liq ismi oshkor etilmasligi sharti bilan gapirgan A.H. — urushayotgan tomonlardan bosim ko'rishdan qo'rqqani sababli — hozirda Sudanda keskin oziq-ovqat tanqisligiga duch kelayotgan 24,6 million kishidan biri. Bu esa, IFSCP (Integrated Food Security Phase Classification) ma'lumotlariga ko'ra, mamlakat aholisining deyarli yarmidir. Gumanitar yordam tashkilotlariga ko'ra, urush natijasida bozordagi narxlar keskin oshdi, yordam yetkazib berish cheklab qo'yildi, bir paytlar dunyoning "non savati" bo'lgan mamlakatda dehqonchilik yerlari qisqarib ketdi.

2023-yil aprel oyida Sudan urush domiga cho'kdi. Bu Sudan armiyasi va unga raqib bo'lgan tezkor qo'llab-quvvatlash kuchlari (Rapid Support Forces) o'rtasidagi taranglikning poytaxt Xartumda ochiq to'qnashuvga aylanishi va butun mamlakat bo'ylab yoyilishi ortidan sodir bo'ldi. Urush natijasida 20 mingdan ortiq odam halok bo'ldi, qariyb 13 mln kishi majburiy ko'chirilganlarga aylandi va ko'plab insonlar ocharchilik yoqasiga yetib bordi. Gumanitar tashkilotlar bu holatni dunyodagi eng yirik ochlik inqirozi deb atashmoqda. Oziq-ovqat tanqisligi ayniqsa Kordofan viloyati, Nuba tog'lari va Darfur mintaqasida og'ir. Norvegiya Qochqinlar Kengashi vakili Matild Vu aytishicha, El-Fasher shahri va Zamzam lageri kabi joylarga hatto ular ham kira olmayapti. Port Sudanda faoliyat yurituvchi Vu aytishicha, ayrim odamlar kuniga bor-yo'g'i bitta taom — asosan suli bo'tqasi bilan tirik qolmoqda. Shimoliy Darfurda ba'zi kishilar ochlikni yengillashtirish uchun hatto ko'mirni so'rishga majbur bo'lmoqda.

2025 yil 27 uyunda BMT Bosh kotibi Antoniu Guterresh Sudan harbiy yetakchisi general Abdel-Fattah al-Burhan bilan telefon orqali suhbatlashib, El-Fasherda gumanitar yordam yetkazib berilishi uchun bir haftalik o't ochishni to'xtatish rejimini so'radi. Armiya bayonotiga ko'ra, Burhan bu so'rovga rozilik bildirib, biroq Tezkor Qo'llab-quvvatlash Kuchlari (RSF) bu sulhga qo'shiladimi yo'qmi — hozircha

noma'lum. A.H.ning aytishicha, yordam tarqatish ba'zan biroz yengillik olib keladi. Uning rafiqasi va farzandlari Obeid shahrida yashaydi va bozordagi yuqori narxlar sababli oziq-ovqat topishda qiynalishmoqda.

**Urush harakatlari harakatlanishni cheklab qo'yadi va oziq-ovqat tanqisligini yanada kuchaytiradi.** Sudan qishloq xo'jaligi vaziri Abu Bakr al-Bashari 2025 yil aprelda "Al-Hadath" telekanaliga bergan intervyusida mamlakatda ocharchilikning aniq belgisi yo'qligini aytdi, biroq Tezkor Qo'llab-quvvatlash Kuchlari (RSF) nazoratidagi hududlarda oziq-ovqat ta'minoti tanqisligini tan oldi. Biroq, Jahon oziq-ovqat dasturi (WFP)ning Sudandagi vakili Leni Kinzlining aytishicha, Gezeira viloyatidagi 17ta hudud, Darfur mintaqasining katta qismi hamda Xartum, shu jumladan Jebel Auliya hududi ocharchilik xavfi ostida. Kinzli ta'kidlashicha, har oyda bu tashkilot tomonidan 4 milliondan ortiq insonga yordam ko'rsatilmoqda, shundan 1,7 million nafari ocharchilik yuz berayotgan yoki xavfi mavjud hududlarda yashaydi.

Mamlakat hozirda ikki tomonlama mojaro domida: biri —RSF bilan armiyaning to'qnashuvi, ikkinchisi esa —Xalq Ozodlik Harakati- Shimol (People's Liberation Movement-North) bilan, ular armiyaga qarshi jang qilmoqda va RSF bilan aloqador. Bu holat oziq-ovqat, toza ichimlik suvi va dori-darmonlarga kirishni deyarli imkonsiz qilib qo'ydi. A.H. Shimoliy Kordofandagi Obeid shahrida yashayotgan oilasi yoniga bora olmayapti, chunki RSF kuchlari yo'llarni to'sib qo'ygan. Gumanitar yordam xodimlarining aytishicha, zo'ravonlik va talonchilik sababli sayohat xavfli bo'lib qolgan, odamlar o'z mahallalarida qolishga majbur bo'lmoqda va bu ularning oziq-ovqatga bo'lgan kirishini yanada cheklamoqda. A.H. davlatdan nafaqa pensiyasi olishi kerak, biroq jarayon juda sust kechmoqda. Shuning uchun u doimiy daromadga ega emas. U hozir vaqtinchalik o'qituvchilik mashg'ulotlaridan haftasiga atigi 35 AQSh dollari miqdorida pul topib, o'z oilasiga yubormoqda — lekin, uning so'zlariga ko'ra, bu yetarli emas.

Janubiy Kordofandagi Kadugli shahrida yashovchi Hassanning aytishicha, RSF kuchlari tomonidan o'rnatilgan qurshov sababli oziq-ovqat, suv, boshpanalar, daromad manbalari va birlamchi tibbiy xizmatlarning yo'qligi shtatni "begunoh fuqarolar uchun katta qamoqxona"ga aylantirgan. Hassan, xavfsizlik sababli faqat ismi bilan

tanitilishini so‘ragan holda, yashab turgan hududda xalqaro va mahalliy nodavlat tashkilotlar faoliyat yuritishiga mahalliy hukumat tomonidan taqiq qo‘yilganini bildirdi. U yashayotgan joyda doimiy janglar kuzatiladi va bu haqda ochiq gapirish odamlar uchun xavfli hisoblanadi. Shu sababli, odamlar ochlikdan najot topish uchun yovvoyi o‘simliklarni iste‘mol qilishga majbur bo‘lishgan.

**Oziq-ovqatni sotib olish qobiliyati** ham dolzarb muammo bo‘lib qolmoqda, deya ogohlantirdi Matild Vu. Bozorlarda narxlar keskin oshgani sababli aholining oziq-ovqat sotib olish imkoniyati tobora kamaymoqda. Naqd pul tanqisligi Norvegiya Qochqinlar Kengashini pul yordamlarini vaucher (talon) tizimi bilan almashtirishga majbur qildi. Hassanning so‘zlariga ko‘ra, ayrim bozorlarda va asosiy oziq-ovqat mahsulotlari — makkajo‘xori, bug‘doy uni, shakar va tuz — faqat xavfsizlik kuchlarining ruxsati bilan sotilmoqda. Mahalliy hokimiyatlar esa ushbu mahsulotlar ustidan monopoliyani o‘rnatgan. Shu orada, Sudan janubi-g‘arbida joylashgan Janubiy Darfur poytaxti Nyala shahrida yashovchilar dehqonchilikka tayangan holda kun kechirishmoqda. Biroq janglar va qishloq xo‘jaligi resurslarining yetishmasligi sababli ekin maydonlari tobora qisqarib bormoqda. 2004-yildan beri El-Sharif lagerida majburiy ko‘chirilgan holda yashayotgan Hawaa Hussein Associated Press agentligiga bergan intervyusida, yomg‘ir mavsumidan foyda olishayotganini, biroq loviya, yer yong‘oq, kunjut, bug‘doy va *weika* (quritilgan, kukunga aylantirilgan okra) kabi ekinlarni yetishtirish uchun urug‘ va traktor kabi asosiy resurslar yo‘qligini aytdi. Sakkiz kishilik oila bilan yashayotgan bu buvi ayol har ikki oyda bir marta oziq-ovqat to‘plami olishini aytdi. Unda yasmiq (yasmin loviya), tuz, yog‘ va pechenyelar bo‘ladi. Ba‘zan, jamoa yetakchilari yordamida bozordan mahsulot sotib oladi.

El Serif lagerida taxminan 49,000 nafar majburiy ko‘chirilganlar boshpana topgan, deb ta‘kidlaydi lagerning fuqaro yetakchisi Abdulrahman Idris AP agentligiga. 2023-yilda urush boshidan beri, lagerga 5,000 dan ortiq yangi kelganlar qabul qilindi, ulardan so‘nggi to‘lqin esa Sudan armiyasi may oyida to‘liq nazoratga olgan katta Xartum mintaqasidan kelmoqda. “Lagerga yetib kelayotgan oziq-ovqat jami ehtiyojning atigi 5 foizini tashkil qiladi. Ba‘zi odamlar ish va daromadga muhtoj. Hozir odamlar faqat ikki mahal ovqatlanmoqda, ba‘zilar esa bolalarini boqolmayapti,” dedi u.



Shimoliy Darfurda, El-Fasher janubida joylashgan Zamzam lageri — ocharchilik va so‘nggi zo‘ravonliklardan eng ko‘p zarar ko‘rgan hududlardan biridir. Avval lagerda ishlagan, ammo bosimdan qo‘rqib ismini oshkor qilmaslikni so‘ragan favqulodda yordam bo‘limi xodimi AP agentligiga aytishicha, so‘nggi zo‘ravonlik to‘lqini ayrim odamlarni o‘ldirdi, boshqalarini esa uysiz qoldirdi. Bozordagi narxlar esa deyarli hammaga ma‘qul kelmayapti — bir funt shakar 20,000 Sudan funtiga (\$33), bir dona sovun esa 10,000 Sudan funtiga (\$17) teng. Oxirgi paytlardagi Zamzamga qilinggan hujumlar gumanitar vaziyatni yanada og‘irlashtirdi va u xavfsizroq hududga qochishga majbur bo‘ldi. Yordam xodimining aytishicha, kimligini oshkor etmaslik sharti bilan gapirgan, urushayotgan tomonlardan birining nazoratidagi hududda yashash xavfi tufayli, bir nechta qariyalar, homilador ayollar va bolalar ochlik va tibbiy yordam yetishmasligi sababli vafot etgan. U aniq o‘limlar sonini aytmadi. Zamzam lageridagi vaziyat juda og‘ir, “insonlar o‘lim hukmini kutayotgan kishilar ahvolidagi” ekanini ta’kidladi<sup>8</sup>.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Qurolli mojarolardan jabr ko‘rgan bolalar va o‘spirinlarning psixologik holati qanday bo‘ladi?
2. Mojarolardan jabrlangan ayollar qanday turdagi zo‘ravonlik va tahdidga duch keladilar?
3. Qurolli mojarolardan keyin bolalarda qanday ruhiy-psixologik muammolar rivojlanishi mumkin?
4. Jabr ko‘rgan ayollar va bolalar bilan ishlashda ijtimoiy ishchilarning qanday etik me‘yorlarga amal qilishi zarur?
5. Mojarolardan keyingi travmalarni bartaraf etishda ijtimoiy-psixologik yordamning roli qanday?
6. Qurolli mojarolar ta’sirida o‘spirinlarda kuzatiladigan xulq-atvor buzilishlari qanday bo‘ladi?
7. Jabr ko‘rgan bolalar bilan ishlashda xavfsiz va ishonchli muhitni yaratish nima uchun muhim?
8. Mojarodan keyin ayollarda post-travmatik stress buzilishi qanday namoyon bo‘ladi?

---

<sup>8</sup> Driven to starvation, Sudanese people eat weeds and planta to survive as war vages  
<https://apnews.com/article/sudan-south-kordofan-darfur-hunger-aid-food-7ba4ef69a3c24ef72fddd37329857368>

9. Qurolli mojarolardan jabr ko'rgan guruhlar bilan ishlashda multidisiplinar yondashuv qanday amalga oshiriladi?

10. Ijtimoiy ishchi bu toifadagi shaxslar bilan ishlashda qanday yondashuv va strategiyalarni qo'llashi kerak?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>

2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.

3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.

5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande.

**9-MAVZU. MIGRATSIYA VA MAJBURIY  
KO'CHIRISHNING BOLALAR VA O'SMIRLARGA  
TA'SIRI: BOLALAR VA OTA-ONALARIDAN  
AJRATILGAN BOLALAR.**

So'nggi yillarda butun dunyoda ijtimoiy, siyosiy va ekologik omillar tufayli migratsiya va majburiy ko'chirishlar ko'paymoqda. Bunday holatlar, ayniqsa, bolalar va o'smirlar hayotiga chuqur ta'sir ko'rsatadi. Ular nafaqat o'z yashash joylarini, balki o'zlarining psixologik, ijtimoiy va ta'limiy barqarorliklarini ham yo'qotishlari mumkin. Ushbu maqolada migratsiya va majburiy ko'chirishning bolalar va o'smirlarga ko'rsatadigan asosiy ta'sirlari tahlil qilinadi.

1. **Psixologik ta'sirlar.** Migratsiya jarayonida bolalar o'zlarining tanish muhitidan, do'stlaridan, qarindoshlaridan va hatto ota-onasidan

ajralib qolishlari mumkin. Bu esa quyidagi psixologik muammolarga olib keladi:

**Stress va xavotir:** yangi muhitga moslashish jarayonida bolalarda doimiy xavotir holati paydo bo'ladi.

**Depressiya:** o'zini yolg'iz, tashlandiq his qilish oqibatida ruhiy tushkunlik rivojlanadi.

**Travmalar:** ayniqsa urushlar, tabiiy ofatlar yoki zo'ravonlik tufayli ko'chgan bolalarda ruhiy travmalar shakllanishi mumkin.

**2. Ta'limga ta'siri.** Migratsiya yoki majburiy ko'chish bolalar ta'limida uzilishlarga olib keladi:

**Maktabga borishdagi uzilish:** yangi joyga ko'chib o'tilgach, bolalar vaqtincha ta'limdan chetda qolishadi.

**Tillar muammosi:** boshqa til muhitiga tushib qolgan bolalar uchun darslarni tushunish qiyinlashadi.

**Sotsial moslashuvdagi qiyinchilik:** yangi maktabdagi do'stlar orttirish, o'qituvchilarga moslashish oson bo'lmaydi.

**4. Ijtimoiy va madaniy muammolar.** Migratsiya bolalarni o'zlari o'rganib qolgan madaniyat, urf-odat va ijtimoiy tizimdan ajratib qo'yadi:

**Identitet inqirozi:** o'smirlar o'zini yangi jamiyatda begona his qilishadi; **Diskriminatsiya va kamsitish:** yangi joyda ular milliy, diniy yoki til belgisi asosida kamsitilishi mumkin; **Yolg'izlanish hissi:** do'stlar va qarindoshlar yo'qligi ijtimoiy yakkalanishga olib keladi.

**Migratsiya va majburiy ko'chirishning bolalar va o'smirlarga ta'siri.** Hozirgi davrda ko'plab oilalar turli sabablarga ko'ra – iqtisodiy, siyosiy, tabiiy ofatlar yoki qurolli mojarolar tufayli o'z yashash joylarini tark etishga majbur bo'lishmoqda. Migratsiya va majburiy ko'chish butun oila, ayniqsa bolalar va o'smirlar hayotida katta o'zgarishlarga sabab bo'ladi. Ular bu jarayonda ko'plab qiyinchiliklarga duch keladilar.

**1. Psixologik ta'siri.** Migratsiya yoki majburiy ko'chish bolalarning ruhiy holatiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi: Tanish muhitdan ajralish stress va xavotirni kuchaytiradi; Do'stlar, maktab va qarindoshlar yo'qligi yolg'izlik hissini keltirib chiqaradi; Ayrim holatlarda bolalarda depressiya yoki ruhiy travma rivojlanadi.

**2. Ta'limga ta'siri.** Ko'chish bolalarning o'qish jarayoniga salbiy ta'sir qiladi: Maktabdan uzoqlashish yoki yangi maktabga

moslasha olmaslik; Yangi til yoki o'quv tizimiga moslashishda qiyinchilik; Ta'limdagi uzilishlar kelajakdagi muvaffaqiyatlariga to'sqinlik qiladi.

**3. Ijtimoiy va madaniy moslashuv.** Yangi joyda bolalar o'zlarini "begona" his qilishlari mumkin; Madaniy farqlar sababli ularni boshqalar tushunmasligi yoki kamsitilishi ehtimoli bor; Yangi do'stlar orttirish, jamiyatga qo'shilish ko'p vaqt talab qiladi.

**4. Sog'liq va xavfsizlik masalalari.** Ko'chish vaqtida tibbiy xizmatdan foydalanish qiyinlashadi; Bolalar ba'zida mehnatga majburlanishi yoki xavfli vaziyatlarga tushib qolishi mumkin; Sog'lom ovqatlanish va dam olish sharoitlari har doim ham ta'minlanmaydi.

Bolalar va ota-onalaridan ajratilgan bolalar – bu juda og'ir va noxush vaziyat. Bunday holatlar odatda turli ijtimoiy, iqtisodiy yoki siyosiy sabablarga ko'ra yuzaga keladi. Ajratilgan bolalar ko'pincha ijtimoiy himoyaga muhtoj bo'lib, ularning psixologik va emotsional salomatligi ta'sirlanishi mumkin. Bu holatlarning ba'zilar quyidagi omillar bilan bog'liq bo'lishi mumkin:

1. **Urush yoki mojarolar:** Urushlar va mojarolar bolalarning ota-onalaridan ajralishiga olib kelishi mumkin. Ular yoki ota-onalari, yoki ikki tomonlama mojarolarda zararga uchraydi va natijada bolalar qarovsiz qoladi.

2. **Ijtimoiy muammolar:** Yaxshi yashash sharoitlarining yo'qligi, kambag'allik yoki voyaga yetmagan ota-onalar uchun bolaning qayg'urishi qiyin bo'ladi. Ayrim holatlarda ota-onalar bolalarini ijtimoiy xizmatlarga topshirishadi.

3. **Yuridik va mehnat bo'yicha masalalar:** Ba'zi holatlarda bolalar ota-onalaridan ajratilishi mumkin, masalan, ota-ona tomonidan noqonuniy faoliyatlar yoki suiiste'mol holatlari yuzasidan.

4. **Oila ichidagi muammolar:** Ayrim oilalarda psixologik yoki jismoniy zo'ravonlik, shuningdek, ota-ona o'rtasidagi nizolar bolalarning farovonligiga jiddiy ta'sir qilishi mumkin. Bu vaziyatlar bolalar uchun og'ir emotsional va psixologik ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ularning qayta tiklanishi uchun, ko'pincha psixologik yordam, ta'lim, va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi kerak bo'ladi.

**BMTning ko'mak va reabilitatsiya tashkiloti.** Birlashgan Millatlar Tashkiloti o'zining ko'mak va reabilitatsiya tashkiloti orqali butun dunyo bo'ylab turli krizis holatlari va tabiiy ofatlar natijasida

zarar ko'rgan odamlarga yordam ko'rsatadi. Ushbu tashkilotning asosiy maqsadi – jismoniy, psixologik va ijtimoiy rehabilitatsiya xizmatlarini taqdim etish orqali qurbonlarga yordam berishdir. Tashkilot, inson huquqlari va xalqaro me'yorlar asosida, shuningdek, rivojlanayotgan mamlakatlar va ijtimoiy guruhlar uchun shoshilinch yordam ko'rsatishga e'tibor qaratadi. BMT ko'mak va rehabilitatsiya tashkiloti, zaruratga duchor bo'lgan aholiga shifokorlar, psixologlar, o'qituvchilar va boshqa mutaxassislar orqali kerakli tibbiy, psixologik va ijtimoiy yordamlarni taqdim etadi. Tashkilotning faoliyat sohalariga quyidagilar kiradi:

- **Shoshilinch tibbiy yordam:** tabiiy ofatlar, urushlar va boshqa favqulodda vaziyatlarda jabrlanganlarga tezkor tibbiy yordam ko'rsatish.
- **Psixologik yordam:** travma va ruhiy iztirobga uchraganlarga psixoterapevtik xizmatlar.
- **Ijtimoiy rehabilitatsiya:** ijtimoiy va iqtisodiy yordam orqali jamiyatga qaytish va o'z hayotini tiklashga yordam berish.
- **Ta'lim va malaka oshirish:** ta'lim olish, kasbiy o'qitish va rehabilitatsiya kurslari orqali aholini qayta tiklash.

BMT ko'mak va rehabilitatsiya tashkiloti, o'zining global miqyosdagi tarmoqlari va hamkorliklari orqali dunyo bo'ylab insonlar hayotini tiklashga yordam bermoqda. Tashkilotning asosiy qadriyatlari – inson huquqlariga hurmat, tenglik va adolatga asoslangan yondashuv.

**Ota-onalaridan ajratilgan bolalar uchun BMTning ko'mak va rehabilitatsiya faoliyati.** BMT ko'mak va rehabilitatsiya tashkiloti urushlar, tabiiy ofatlar, zo'ravonlik yoki migratsiya kabi omillar tufayli ota-onalaridan ajralgan bolalarning holatiga alohida e'tibor qaratadi. Bu bolalar eng zaif toifaga kiradi, chunki ular nafaqat jismoniy xavfga, balki ruhiy va emotsional zarbalarga ham duchor bo'ladilar.

**Tashkilotning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat:**

1. **Bolalarni aniqlash va himoya qilish:** Bolalarning holatini aniqlash, ularni xavfsiz joyga joylashtirish va zudlik bilan zarur yordamni ko'rsatish. Bu jarayonda mahalliy hamkor tashkilotlar bilan yaqindan ishlanadi.
2. **Psixologik va ijtimoiy rehabilitatsiya:** Ota-onasidan ajralgan bolalarga psixologik yordam ko'rsatish, travmadan chiqishga

ko'maklashish, ularning emotsional barqarorligini tiklash uchun mutaxassislar jalb qilinadi.

3. **Oilani tiklashga yordam:** Agar imkon bo'lsa, bola o'z oilasiga qaytarilishi uchun harakat qilinadi. Buning imkoni bo'lmasa, ularni mehribonlik uylariga yoki g'amxo'rlik qiladigan oilalarga joylashtirish tashkillashtiriladi.

4. **Ta'lim va ijtimoiy integratsiya:** Bolalarga sifatli ta'lim berilishi, ijtimoiy muhitga moslashuvi va yangi hayot boshlashi uchun barcha zarur shart-sharoitlar yaratiladi.

5. **Huquqiy himoya:** Bolalarning huquqlari xalqaro hujjatlar, xususan, Bola huquqlari to'g'risidagi konvensiya asosida himoya qilinadi.

BMT bu boradagi faoliyatida insonparvarlik tamoyillariga, bolaning eng yaxshi manfaatlari, xavfsizligi va huquqlariga ustuvorlik beradi. Tashkilotning maqsadi – har bir bola mehr-oqibat, xavfsizlik va imkoniyatlar muhitida ulg'ayishini ta'minlashdir.

BMT ning Qochqinlar bo'yicha Oliy komissariati 2022 yil 29-martda rohinja musulmonlarining gumanitar muammolarini hamjihatlikda hal etishga doir rejani taqdim etdi. Tashkilot Bangladesh sharqiga va dunyoning boshqa qismlariga qochib o'tib, lagerlarda ayanchli ahvolda kun kechirayotgan qariyb 1,4 million rohinja musulmonlariga yordam ko'rsatish uchun donorlardan 881 million dollardan ziyod mablag' ajratishni so'ramoqda. Vashington Bangladesh, Myanma va dunyoning boshqa joylarida Myanma hukumati qo'llagan genotsid, insoniyatga qarshi jinoyat, ozchilikni tashkil etuvchi etnik musulmonlarni tozalash operatsiyalaridan jabr ko'rgan rohinja xalqiga qo'shimcha yordam sifatida 152 million dollar ajratishini e'lon qildi. Myanmadan qo'shni Bangladeshga 740 mingdan ziyod rohinja musulmonlari qochib o'tgan 2017-yilning avgust oyidan buyon, so'nggi 152 million dollarlik ko'mak bilan hisoblaganda, AQSh qochqinlarga jami 1,7 milliard dollardan ziyod yordam ko'rsatgan.

Navbatdagi yordamning 125 million dollari asosan Bangladeshdagi gumanitar dasturlarga ajratiladi. Pulning ma'lum qismi Bangladeshda qo'nim topgan 920 mingdan ziyod qochqinlarga ko'mak beradigan hamkorlarga atalgan. Shuningdek, qochqinlar muammosi ta'sirida bo'lgan 540 mingdan ziyod aholiga ega mahalliy jamoatchilikka yordam berish ham nazarda tutilgan.

Moliyaning ma'lum qismi rohinja qochqinlarini oziq-ovqat, tibbiy xizmat, ichimlik suvi va kasalliklardan himoya vositalari bilan ta'minlashga sarflanadi. Shuningdek, qochqinlarning haq-huquqlari va farovonligi himoyasi, tabiiy ofatlardan va iqlim o'zgarishi oqibatlaridan saqlanishi imkoniyatlarini mustahkamlash nazarda tutilgan. O'z navbatida, xavfsiz qochqinlar lagerini yaratishda ta'lim va daromad keltiradigan faoliyat yo'lga qo'yilishi nihoyatda muhim. Shuning uchun ham, moliyaning muayyan qismi bolalarni o'qitish va kattalarni kasb-hunarga tayyorlashga sarflanadi.

AQSh Bangladesh hukumati va xalqi qochqinlarni qabul qilish bilan o'z zimmasiga katta mas'uliyatni olganini yaxshi tushunadi. Bangladesh rahbariyati, Rohinja musulmonlari va Myanma xalqi bilan muammoga yechim topish yuzasidan hamkorlik qilinmoqda. Xususan, qulay fursat tug'ilishi bilan qochqinlar hamda mamlakat ichida boshqa hududlarga ko'chishga majbur bo'lgan musulmonlarni xavfsiz, ixtiyoriy, qadri toptalmaydigan munosib shart-sharoitlar asosida vataniga qaytishi hamda jamiyat bilan qayta integratsiyalashuvini ta'minlash ustida ish olib borilmoqda.

**Xulosa.** Migratsiya va majburiy ko'chish bolalar va o'smirlar hayotiga chuqur ta'sir qiladi. Ular nafaqat jismonan, balki ruhan ham bu jarayondan zarar ko'rishlari mumkin. Shuning uchun bunday holatlarda bolalarni qo'llab-quvvatlash, ularga psixologik, ijtimoiy va ta'limiy yordam ko'rsatish juda muhimdir.

#### **Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Majburiy ko'chirish va migratsiya nima? Ularning bolalarga qanday umumiy ta'siri bor?
2. Migratsiya jarayonida bolalar qanday psixologik muammolarga duch kelishadi?
3. Ota-onasidan ajralgan bolalarning ruhiy holatiga qanday o'zgarishlar xos?
4. Majburiy ko'chirish vaqtida o'smirlarning ijtimoiy moslashuvi qanday buzilishi mumkin?
5. Ota-onasiz qolgan bolalar uchun xavfsizlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash qanday tashkil etilishi lozim?
6. Migratsiya tufayli oila ajralishi bolalarning rivojlanishiga qanday salbiy ta'sir ko'rsatadi?
7. Ijtimoiy ishchilar ota-onasiz qolgan yoki ajratilgan bolalar bilan ishlayotganda nimalarga e'tibor qaratishlari kerak?

8. Bolalar va o'smirlar uchun ko'chirilgan joyda yangi muhitga moslashishda qanday yordam zarur?
9. Ajralgan bolalar bilan ishlashda psixologik yordamning asosiy yo'nalishlari nimalardan iborat?
10. Majburiy migratsiya holatlarida bolalarni ijtimoiy himoya qilish tizimi qanday ishlashi kerak?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160
4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste.. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

**10-MAVZU. EPIDEMIYA / PANDEMIYA  
HOLATLARIDA AHOLIGA RUHIY-IJTIMOIIY  
YORDAM. PANDEMIYALAR HOLATIDA IJTIMOIIY  
ISHGA NISBATAN SHAKLLANGAN MUAMMOLAR**

**Pandemiya holatlarida aholiga ruhiy-ijtimoiy yordam.** Pandemiya kabi global sog'liqni saqlash inqirozlari nafaqat jismoniy salomatlikka, balki insonlarning ruhiy va ijtimoiy holatiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi. BMT va boshqa xalqaro hamkor tashkilotlar pandemiya davrida aholining ruhiy-ijtimoiy farovonligini ta'minlashni muhim ustuvor vazifalardan biri deb biladi.



**Pandemiya sharoitida yuzaga keladigan asosiy muammolar:** Ruhiy tushkunlik, xavotir va depressiya holatlarining ko'payishi; Ijtimoiy ajralish, yolg'izlik va stress; Oila ichidagi zo'ravonlik va nizolar; Ishsizlik va iqtisodiy beqarorlikdan kelib chiqadigan ruhiy bosim; Bolalar va yoshlarda o'qishdagi uzilishlar va psixologik beqarorlik.

**Ko'rsatilayotgan ruhiy-ijtimoiy yordam turlari:**

1. **Psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash xizmatlari:** Aholi uchun telefon orqali yoki onlayn tarzda psixologik maslahatlar, ishonch telefonlari va emotsional yordam xizmatlari yo'lga qo'yiladi.
2. **Ijtimoiy yordam va hamjamiyat bilan aloqani tiklash:** Yolg'iz qolgan, yordamga muhtoj yoki zaif qatlam vakillariga oziq-ovqat, dori-darmon va ijtimoiy xizmatlar orqali yordam ko'rsatiladi.
3. **Ma'rifiy va axborot kampaniyalari:** Ruhiy salomatlikni saqlash, stressni kamaytirish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qiluvchi axborot materiallari, videolar va treninglar orqali aholiga tushuntirish ishlari olib boriladi.
4. **Oila va bolalarga maxsus qo'llab-quvvatlash:** Ota-onalarga farzandlar bilan to'g'ri muloqot qilish, ularni qo'llab-quvvatlash va ta'lim jarayonida ruhiy holatni e'tiborga olish bo'yicha yo'riqnomalar ishlab chiqiladi.
5. **Sog'liqni saqlash xodimlariga psixologik yordam:** Oldingi safda ishlayotgan tibbiyot xodimlari uchun ham maxsus psixologik yordam xizmatlari tashkil qilinadi.

**Pandemiyalar holatida ijtimoiy ishga nisbatan shakllangan muammolar**

Pandemiya holatlari ijtimoiy ish sohasi uchun yangi va murakkab qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Ushbu muammolar nafaqat xizmat ko'rsatish jarayonlarini murakkablashtiradi, balki ijtimoiy ishchilarning o'z faoliyatini samarali olib borishiga ham to'sqinlik qiladi.

**Asosiy muammolar:**

1. **Yangi xavfsizlik va gigiena talablariga moslashish:** Pandemiya sharoitida ijtimoiy ishchilar uchun shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish, masofani saqlash va sanitariya qoidalariga qat'iy rioya qilish zaruriyati paydo bo'ldi. Bu esa ularning bemorlar va yordam oluvchilar bilan to'g'ridan-to'g'ri muloqotini cheklaydi.

2. **Onlayn va masofaviy xizmatlar bilan ishlash:** An'anaviy yuzma-yuz ish usullaridan onlayn platformalarga o'tish talab etiladi, bu esa texnologik imkoniyatlarning yetishmasligi yoki malaka yetishmovchiligi muammosini yuzaga keltiradi.

3. **Ijtimoiy izolyatsiya va o'z-o'zini yolg'izlikda his qilish:** Ijtimoiy yordam oluvchilar, ayniqsa zaif guruhlar, pandemiya sababli ijtimoiy izolyatsiyaga duch kelib, bu ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, ijtimoiy ishchilarning mavjud resurslari bu muammolarni to'liq qoplashga yetmasligi kuzatiladi.

4. **Moliyaviy va inson resurslari yetishmovchiligi:** Pandemiya davrida ko'plab tashkilotlar moliyaviy jihatdan qiyinchiliklarga duch keladi, bu esa ijtimoiy xizmatlarning sifat va hajmiga ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ijtimoiy ishchilarning yetishmasligi ham jiddiy muammo hisoblanadi.

5. **Psixologik bosim va charchoq:** Ijtimoiy ishchilar pandemiya davrida ko'proq ish yukiga duch kelib, ruhiy zo'riqish va charchoqni boshdan kechiradilar. Bu esa ularning samaradorligini pasaytirishi mumkin.

6. **Zaif guruhlarini aniqlash va qo'llab-quvvatlashning murakkabligi:** Pandemiya sharoitida nogironlar, keksalar, yetim bolalar va boshqa zaif qatlamlarni aniqlash va ularga to'liq yordam ko'rsatish qiyinlashadi.

**Ijtimoiy ishda zamonaviy tendensiyalar.** So'nggi yillarda ijtimoiy ish sohasi tezkor o'zgarishlarga duch kelmoqda. Jamiyat ehtiyojlari va texnologik rivojlanishlarga mos ravishda, ijtimoiy ishda yangi yondashuvlar va usullar paydo bo'lmoqda. Quyida asosiy zamonaviy tendensiyalar keltirilgan:

1. **Raqamli texnologiyalar va onlayn xizmatlar:**

Ijtimoiy ishda masofaviy maslahatlar, onlayn qo'llab-quvvatlash platformalari va mobil ilovalar keng qo'llanilmoqda. Bu, ayniqsa, pandemiya davrida xizmatlarni uzluksiz va qulay yetkazishda muhim rol o'ynaydi.

2. **Integratsiyalashgan yondashuv:** Ijtimoiy ishlar tibbiyot, ta'lim, psixologiya va boshqa sohalar bilan yaqindan hamkorlikda olib borilmoqda. Bu esa mijozlarga kompleks yordam ko'rsatish imkonini beradi.

3. **Inson markazlashgan yondashuv:** Har bir insonning noyob ehtiyojlari va sharoitlari hisobga olinib, shaxsga yo'naltirilgan rehabilitatsiya va qo'llab-quvvatlash dasturlari ishlab chiqilmoqda.
4. **Kuchaytirilgan profilaktika va erta aralashuv:** Muammolar kuchayib ketmasidan oldin ularni aniqlash va vaqtda aralashish strategiyalari ustuvorlik kasb etmoqda.
5. **Jamiyatni jalb qilish va kuchaytirish:** Mahalliy hamjamiyatlar bilan ishlash, ularning imkoniyatlarini oshirish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini mustahkamlashga e'tibor qaratilmoqda.
6. **Ijtimoiy adolat va tenglikni ta'minlash:** Gender tengligi, milliy va ijtimoiy ozchiliklarni qo'llab-quvvatlash hamda diskriminatsiyaga qarshi kurashish ijtimoiy ishning markaziy vazifalaridan biriga aylangan.
7. **Barqaror rivojlanish va ekologik ong:** Ijtimoiy ishda atrof-muhit muammolariga ham e'tibor berilib, inson va tabiat o'rtasidagi muvozanatni saqlashga qaratilgan dasturlar ishlab chiqilmoqda.

**Pandemiyalar davrida ijtimoiy ish: Qiyinchiliklar, rollar va barqarorlik**

Pandemiyalar — sog'liqni saqlash tizimlari, iqtisodiyot va kundalik hayotga jiddiy ta'sir ko'rsatadigan global inqirozlardir. Bunday sharoitda ijtimoiy ishchilar — eng old qatorlarda xizmat qiladigan mutaxassislar bo'lib, eng zaif qatlam vakillarining murakkab ehtiyojlarini qondirishda muhim rol o'ynaydilar. COVID-19 pandemiyasi butun dunyo bo'ylab ijtimoiy ish sohasi naqadar muhim va bir vaqtning o'zida qanday katta bosim ostida ekanligini yaqqol ko'rsatdi.

**1. Rollar va vazifalarning o'zgarishi.** Pandemiya sharoitida ijtimoiy ishchilar tezda o'z ish usullarini va favqulodda vaziyatlarga moslashuvchanlikni rivojlantirishlari kerak bo'ladi. Ularning vazifalari an'anaviy xizmat ko'rsatishdan tashqari quyidagilarni ham o'z ichiga oladi: Inqiroz holatlarida aralashuv; Shaxslar va oilalar uchun ruhiy salomatlik bo'yicha yordam; Bolalar va himoyaga muhtoj shaxslarni himoyalash; Resurslarni muvofiqlashtirish (ovqat, boshpana, tibbiy yordam); Aholiga xavfsizlik choralari va sog'liqni saqlash bo'yicha ma'lumot berish. Ijtimoiy ishchilar, ayniqsa pandemiyadan eng ko'p zarar ko'rgan, ijtimoiy jihatdan cheklangan guruhlar uchun adolatli sog'liq va ijtimoiy xizmatlarga kirishni ta'minlashda muhim vositachi hisoblanadi.

## **2. Mijoz ehtiyojlarining ortishi va ish murakkabligi**

Pandemiyalar mavjud ijtimoiy muammolarni keskinlashtiradi va yangi muammolarni yuzaga keltiradi. COVID-19 davrida dunyo bo'ylab ko'plab tashkilotlar quyidagi holatlarning sezilarli darajada ortganini qayd etdi:

Oilaviy zo'ravonlik va bolalarga nisbatan zo'ravonlik; Ruhiy salomatlik buzilishi (tashvish, depressiya, travma); Giyohvandlik va spirtli ichimliklar suiiste'moli; Ishsizlik va uy-joy muammolari; Qarilikdagi yolg'izlik va nogironlikdagi izolyatsiya.

Buyuk Britaniyada 2020-yil martidan 2021-yil martgacha bolalarga nisbatan e'tiborsizlik va zo'ravonlik tufayli ularni davlat qaramog'iga olish holatlari oshdi. AQShda bolalar bilan bog'liq shikastlanishlar sababli kasalxonaga yotqizish holatlari 2019-yildagi 2,1% dan 2020-yilda 3,2% ga oshdi.

## **3. Texnologiya va xizmatlardan foydalanishdagi nomutanosiblik**

Karantin davrida ko'plab ijtimoiy xizmatlar masofaviy shaklga o'tkazildi. Ijtimoiy ishchilar Zoom, WhatsApp, onlayn platformalar orqali ishlashga o'tdilar. Bu g'amxo'rlikni davom ettirishga yordam berdi, ammo quyidagi muammolarni keltirib chiqardi:

- **Raqamli nomutanosiblik:** Ko'plab mijozlar internetga yoki texnologiyadan foydalanish qobiliyatiga ega emas edilar;

- **Maxfiylik muammolari:** Ko'plab onlayn platformalarda xavfsizlik yetarli emas, bu esa mijoz ma'lumotlarining maxfiyligiga tahdid tug'dirdi;

- **Etik muammolar:** Xavf-xatar va kasbiy burchni muvozanatlashtirishdagi qiyinchiliklar yuzaga keldi.

## **4. Professional charchash va salomatlik**

Pandemiya davrida ijtimoiy ishchilarning hissiy holatiga katta bosim tushdi. Ish hajmining ortishi, shaxsiy xavf, axloqiy qarorlar charchash va ruhiy holatga salbiy ta'sir ko'rsatdi. Tadqiqotlarga ko'ra:

- Isroilda ijtimoiy ishchilarning 70% dan ortig'i hech bo'lmaganda bir martalik sog'liq bilan bog'liq muammoga duch kelgan;

- AQShda 58% sog'liqni saqlash sohasida ishlovchi ijtimoiy ishchilar ruhiy salomatlikda o'rtacha yoki og'ir muammolarni bildirgan;

- Buyuk Britaniyada 75% ijtimoiy ishchilar hissiy charchoqni boshdan kechirgan. Bu holatlar ijtimoiy ishchilarga mustahkam ish

joyi qo'llab-quvvatlovi, muntazam rahbarlik va ruhiy sog'liq xizmatlariga kirish imkonini zarurligini ko'rsatadi.

### **5. Axloqiy muammolar va SIZ (shaxsiy himoya vositalari ) yetishmovchiligi**

Pandemiya sharoitida ijtimoiy ishchilar tezda axloqiy qarorlar qabul qilishga majbur bo'ladilar. Misollar:

- SIZ (shaxsiy himoya vositalari) bo'lmagan paytda uyga borib ko'rik o'tkazish kerakmi?
- Bolaning xavfsizligini masofadan turib qanday baholash mumkin?
- Uy sharoitida ishlaganda kasbiy chegaralarni qanday saqlash kerak?

COVID-19 davrida Buyuk Britaniyada o'tkazilgan so'rovda ijtimoiy ishchilarning 55% SIZ yetishmasligi sababli xavotirda bo'lgani, bu esa ularning qonuniy vazifalarni bajarishiga ta'sir qilgani aniqlangan.

### **6. O'rganilgan saboqlar va siyosiy tavsiyalar**

Pandemiyalar ijtimoiy xizmat tizimining ham zaif tomonlarini, ham mustahkam tomonlarini yuzaga chiqardi. Muhim saboqlar:

- Raqamli infratuzilmaga investitsiya kiritish — xizmatlar o'rtasidagi nomutanosiblikni kamaytiradi;
- Ijtimoiy ishchilar uchun ruhiy salomatlik tizimlarini rivojlantirish;
- Muvofiqlashtirilgan hamkorlik tizimlarini kuchaytirish — tezkor javob choralari ta'minlash uchun;
- Moslashuvchan, gibrid (ya'ni aralash) xizmat ko'rsatish modellarini ishlab chiqish;
- Ijtimoiy ishchilarni favqulodda vaziyatlar rejalashtirish va siyosatga jalb qilish.

**Xulosa.** Ijtimoiy ishchilar pandemiya kabi global inqirozlarda parvarish, himoya va barqarorlikning asosiy tayanchlaridan biri hisoblanadi. Ular chidamlilik, axloqiy tamoyillar va ijodiy yondashuvlar orqali millionlab odamlar hayotini yaxshilaydi. Kelajakdagi sog'liqni saqlash inqirozlariga tayyorgarlik ko'rishda o'tgan tajribalar asosida ijtimoiy ish tizimlarini yanada kuchli, adolatli va barqaror qilish lozim. Pandemiyalar ijtimoiy ish sohasida yangi strategiyalar va innovatsiyalarni ishlab chiqishni talab qiladi. Bu muammolarni hal etish uchun davlatlar, jamoat tashkilotlari va xalqaro hamkorlar o'rtasida yanada kuchli hamkorlik va resurslarni

kengaytirish zarur. Pandemiya davrida aholining ruhiy-ijtimoiy salomatligini ta'minlash – bu faqat sog'liqni saqlash sohasi emas, balki umumiy jamiyat farovonligi uchun zarur chora-tadbirlar tizimidir. BMT va uning hamkorlari bu yo'nalishda davlatlar bilan hamkorlikda barqaror yordam mexanizmlarini ishlab chiqishga intilmoqda.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Epidemiya va pandemiya tushunchalari o'rtasidagi asosiy farqlar nimalardan iborat?
2. Pandemiya holatlarida aholining ruhiy salomatligiga qanday tahdidlar yuzaga keladi?
3. Ruhiy-ijtimoiy yordam nima va pandemiya sharoitida uning ahamiyati qanday oshadi?
4. Pandemiya davrida ijtimoiy ishchilarning asosiy vazifalari nimalardan iborat?
5. Pandemiya sharoitida aholi orasida yuzaga keladigan asosiy psixologik muammolar qaysilar?
6. Epidemiya / pandemiya vaqtida ruhiy yordam ko'rsatishda qanday strategiyalar qo'llaniladi?
7. Pandemiya davrida ijtimoiy ish sohasida yuzaga keladigan muammolar va cheklovlar nimalar?
8. Masofaviy psixologik va ijtimoiy yordam xizmatlari qanday samarali ishlashi mumkin?
9. Pandemiya holatlarida jamiyatning eng zaif qatlamlari kimlar hisoblanadi va ularga qanday yordam kerak?
10. Epidemiya/pandemiya holatlarida ijtimoiy ishchilarning o'z-o'zini qo'llab-quvvatlash usullari qanday bo'lishi kerak?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Trocaire. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande, -Trocaire.

## **11-MAVZU. FAVQULODDA VAZIYATLARDA AHOLIGA RUHIY-IJTIMOY YORDAM KO'RSATISHDA IJTIMOY ISCHINING ASOSIY KO'NIKMALARI.**

**Zo'ravonlikdan ogohlantirish va maslahat berish.** Zo'ravonlik — bu jismoniy, ruhiy yoki jinsiy zarar yetkazish orqali odamning erkinligi va huquqlarini buzishdir. U har qanday yoshda, jinsda va ijtimoiy qatlamda uchrashi mumkin. Zo'ravonlikka qarshi ogohlantirish va unga qarshi kurashish jamiyat sog'lomligi uchun juda muhimdir.

### **Zo'ravonlik belgilarini qanday aniqlash mumkin?**

- Jismoniy shikastlar, ko'karishlar yoki boshqa tan jarohatlari;
- Doimiy qo'rqish, tashvish va ruhiy tushkunlik;
- Ijtimoiy aloqalardan chekinish, yolg'izlik;
- Ish yoki maktabda past ko'rsatkichlar, e'tiborsizlik.

### **Zo'ravonlikka duch kelsangiz nima qilish kerak?**

1. **Xavfsiz joyga chiqish:** Agar imkon bo'lsa, zo'ravonlik yuz bergan joydan darhol chiqish va xavfsiz joyga borish muhim.

2. **Ishonchli odam bilan gaplashish:** Do'stlar, oila a'zolari yoki mutaxassislarga murojaat qiling. Yolg'izlikda qolmang.

3. **Mutaxassislar yordamidan foydalanish:** Psixologlar, ijtimoiy ishchilar, huquqni muhofaza qiluvchi organlar bilan bog'laning.

4. **Yozma dalillarni saqlash:** Agar imkon bo'lsa, shikastlanish suratini olish, hujjatlarni saqlash, guvohlarning ishonchini olish.

**Jamiyat qanday yordam berishi mumkin?** Zo'ravonlik haqida targ'ibot va ogohlantirish ishlarini kuchaytirish; Maxsus maslahat markazlari va ishonch telefonlari tashkil etish; Zo'ravonlik qurbonlari

uchun ijtimoiy va psixologik yordam ko'rsatish; Huquqiy himoya va adolatli sud jarayonlarini ta'minlash.

**Eslatma:** Har kim zo'ravonlikka qarshi turish huquqiga ega va yordam so'rashdan hech qachon uyalmaydi. Zo'ravonlik – jamoaning umumiy muammosi bo'lib, unga qarshi kurashishda har birimizning o'rnimiz bor.

**Maslahat berish va resurslar bilan ta'minlash.** Har qanday ijtimoiy muammolar, ruhiy qiyinchiliklar yoki hayotdagi murakkab vaziyatlarda malakali maslahat olish va zarur resurslar bilan ta'minlanish muhim ahamiyatga ega. Maslahat berish va resurslarni taqdim etish – bu shaxsga yoki oilaga mustaqil va barqaror hayot qurishda ko'maklashishning asosiy shakllaridan biridir.

**Maslahat berishning asosiy yo'nalishlari:**

**Psixologik maslahat:** Stress, xavotir, depressiya, oilaviy muammolar yoki boshqa ruhiy holatlar bo'yicha mutaxassislar yordam beradi.

**Ijtimoiy maslahat:** Moliyaviy qiyinchiliklar, yashash sharoitlari, huquqiy masalalar bo'yicha qo'llab-quvvatlash.

**Kasbiy maslahat:** Bandlik, kasb tanlash, malaka oshirish va ish topishda yo'l-yo'riq ko'rsatish.

**Ta'lim va tarbiya:** Ota-onalar va bolalar uchun ta'lim, sog'lom turmush tarzi bo'yicha tavsiyalar.

**Resurslar bilan ta'minlash:**

**Moddiy yordam:** Oziq-ovqat, kiyim-kechak, uy-joy, dori-darmon kabi zarur vositalar.

**Ijtimoiy xizmatlar:** Mehribonlik uylarida vaqtinchalik yashash, kasalxonalar va reabilitatsiya markazlariga yo'naltirish.

**Huquqiy yordam:** Advokatlar bilan maslahatlashish, sud jarayonlarida qo'llab-quvvatlash.

**Ta'lim va treninglar:** Maxsus kurslar, kasbiy o'qitish, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish.

**Qayerdan yordam olish mumkin?** Davlat va nodavlat tashkilotlari markazlari; Psixologik va ijtimoiy xizmat ko'rsatish markazlari; Ishtirok etuvchi jamoalar va mahalliy hamjamiyatlar; Onlayn platformalar va ishonch telefonlari.

**Ijtimoiy ishchi ruhiy salomatlikni ta'minlovchi amaliyotchi sifatida**



Ijtimoiy ishchilar jamiyatdagi eng zaif va qo'llab-quvvatlashga muhtoj shaxslar bilan bevosita ishlaydigan mutaxassislardir. Ular ruhiy salomatlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi, chunki ruhiy muammolar ko'pincha ijtimoiy muammolar bilan chambarchas bog'liq bo'ladi.

**Ijtimoiy ishchining ruhiy salomatlik sohasidagi vazifalari:**

1. **Aniqlash va baholash:** Ijtimoiy ishchilar mijozlarning ruhiy holatini aniqlash va baholash orqali muammolarni o'z vaqtida ko'rib chiqadilar. Ular stress, depressiya, tashvish va boshqa ruhiy buzilishlarni aniqlashda yordam beradi.

2. **Maslahat va qo'llab-quvvatlash:** Psixologik maslahat berish, mijozlarni emotsional qo'llab-quvvatlash, ruhiy zo'riqishni kamaytirishga ko'maklashish ijtimoiy ishchining asosiy vazifalaridan biridir.

3. **Resurslarga yo'naltirish:** Ruhiy salomatlik markazlari, psixologlar, psixiatrlar va boshqa mutaxassislar bilan bog'lanish imkoniyatini yaratish orqali mijozlarga keng ko'lamli yordamni ta'minlaydi.

4. **Ijtimoiy muhitni yaxshilash:** Ijtimoiy ishchi mijozning oilasi, hamjamiyati va ijtimoiy tarmoqlar bilan ishlash orqali ruhiy salomatlik uchun qulay muhit yaratishga harakat qiladi.

5. **Profilaktika va ta'lim:** Ruhiy salomatlikni saqlash va mustahkamlash uchun jamoatchilik orasida targ'ibot ishlarini olib boradi, stressni boshqarish va ruhiy sog'lom turmush tarzini o'rgatadi.

**Gumanitar krizislar: Kerak bo'ladigan asosiy ko'nikmalar.** Ijtimoiy insoniy krizislar, insoniyat tarixida doimiy ravishda yuzaga keladigan muammolardan biridir. Ular tabiiy ofatlar, urushlar, iqtisodiy inqirozlar yoki siyosiy beqarorliklar kabi turli sabablarga ko'ra yuzaga kelishi mumkin. Krizis holatlarida odamlar tezda o'zgarishlarga moslashishi, psixologik va jismoniy tiklanish uchun turli ko'nikmalarga ega bo'lishi zarur. Quyida, ijtimoiy krizislar davrida kerak bo'ladigan asosiy ko'nikmalarni ko'rib chiqamiz.

1. **Qiyin vaziyatlarda barqarorlikni saqlash (Emotsional Barqarorlik).** Ijtimoiy krizislar insonlarning psixologik holatini jiddiy ta'sir qiladi. Shu sababli, krizis holatida emotsional barqarorlikni saqlash juda muhimdir. Odamlar o'z his-tuyg'ularini boshqarish va stress bilan kurashish uchun turli uslublarni o'rganishlari kerak. Bu esa, o'z navbatida, krizisga qarshi turish va

uning salbiy ta'sirlarini kamaytirish imkonini beradi.

**2. Qaror qabul qilish Va tashabbuskorlik.** Krizis sharoitida tez va to'g'ri qarorlar qabul qilish talab etiladi. Muammolarni aniqlash va ularni hal qilishda tashabbus ko'rsatish zarur. Bu ko'nikma krizis vaqtida imkoniyatlarni tezda topish va zarur chora-tadbirlarni amalga oshirishga yordam beradi.

**3. Jamoaviy ishlash va hamkorlik.** Krizis holatida yolg'iz harakat qilishni emas, balki jamoaviy ishlashni afzal ko'rish zarur. Yaxshi hamkorlik va jamoaviy ish barcha ishtirokchilarga vaziyatni tezroq hal qilish imkoniyatini yaratadi. Jamoaning kuchini birlashtirish, resurslarni samarali taqsimlash va bir-birini qo'llab-quvvatlash kabi ko'nikmalar zarur.

**4. Resurslarni samarali boshqarish.** Krizis vaqtida resurslar cheklangan bo'lishi mumkin, shuning uchun ulardan samarali foydalanish ko'nikmasi juda muhimdir. Suv, oziq-ovqat, dori-darmon va boshqalar kabi zarur resurslarni tejash, taqsimlash va ulardan samarali foydalanish krizisni engishdagi eng muhim omillardan biridir.

**5. Moslashuvchanlik va moslashish qobiliyati.** Ijtimoiy krizislar doimo o'zgarib turadi va yangi sharoitlarga tezda moslashish zarur. Buning uchun, yangi sharoitlarga moslashish va o'zgarishlarga ijobiy yondashish ko'nikmalari kerak bo'ladi. Bu ko'nikma nafaqat jismoniy, balki psixologik o'zgarishlarga ham qaratilgan bo'lishi lozim.

**6. Kommunikatsiya ko'nikmalari.** Krizis vaqtida samarali kommunikatsiya, ya'ni to'g'ri ma'lumotlarni tezda etkazish va aniq tushuntirish ko'nikmasi nihoyatda muhimdir. Odamlar orasida aniq va ochiq muloqot o'rnatish, qo'llab-quvvatlash va boshqalarga zarur yordam ko'rsatish krizisni engish uchun zarurdir.

**7. Yordam ko'rsatish va empatiya.** Krizis holatida boshqalarga yordam ko'rsatish va ularning og'riqlarini tushunish juda zarur. Empatiya ko'nikmasi, ya'ni boshqalarning his-tuyg'ulariga hurmat bilan yondashish va yordam ko'rsatish, krizisni boshdan kechirayotganlarning ruhiyatini qo'llab-quvvatlashda katta rol o'ynaydi.

**8. Texnologiyalardan foydalanish.** Bugungi kunda texnologiya krizisni boshqarishda muhim vositaga aylangan. Axborot texnologiyalarini samarali ishlatish, o'zgargan sharoitda onlayn

resurslar orqali yordam ko'rsatish, ma'lumotlarni tezda tarqatish kabi ko'nikmalar muhim hisoblanadi.

### **Gumanitar inqirozlarda psixologik yordam: asosiy faktlar va statistika**

**1. Psixologik zo'riqish miqyosi.** Krizislardan (mojarolar, tabiiy ofatlar) bevosita zarar ko'rgan deyarli barcha odamlar ruhiy bosim va stressni boshdan kechiradilar.

Qurolli mojarolar zonasidagi jabrlanganlarning taxminan 22 % depressiya, xavotir, PTSD, bipolyar yoki shizofrenik kasalliklarga chalingan. Ichki ko'chirilgan shaxslar va qochqinlar orasida 30–40 % atrofida ruhiy salomatlik muammolari bor; ularning deyarli yarmi PTSRdan aziyat chekishi mumkin.

**2. Yordam olishdagi to'siqlar.** Psixologik yordamga muhtoj bo'lgan har 8 nafar qochqindan faqat 1 nafari yetarli psixiatrik yordamni oladi<sup>9</sup>. Qochqinlar lagerlarida 90 % gacha odam sifatli psixososial xizmatlarga ega emas ([unwomen.org](http://unwomen.org)). Past va o'rta daromadli davlatlarda yordam bo'yicha bo'shliq 76–85 %, rivojlangan mamlakatlarda esa 35–50 % ga yetadi.

### **3. Aholining alohida guruhlar**

**Bolalar:** Krizis sharoitida bolalar eng ko'p zarar ko'radigan qatlamdir: G'azo sektorida bolalarning 96 % o'limdan doimiy qo'rqish holatini boshdan kechiradi; ularning yarmi o'lish istagini bildirgan, 90 % esa vahima va dahshatli tushlardan aziyat chekadi ([theguardian.com](http://theguardian.com), [projecthope.org](http://projecthope.org)).

- Mojarolar hududlaridagi bolalarning 80 % katta stressga duch kelgan, qochqin bolalar orasida **70 %** travmadan aziyat chekadi.

- Suriya qochqinlari orasida PTSR darajasi 45–50 %, depressiya 32–48 %, xavotir 50 % dan yuqori ([reddit.com](http://reddit.com)).

**Ayollar:** Ayollar, ayniqsa qochqinlar, yuqori xavf ostida:

Qochqin ayollar orasida depressiya va xavotir erkaklarga qaraganda yuqori — 25 % gacha.

Tug'ruqdan keyingi depressiya yangilangan onalar orasida 40 % gacha yetadi.

---

<sup>9</sup> FORCIBLY DISPLACED NOW ACCOUNT FOR 1% OF HUMANITY – UN REPORT  
<https://www.theguardian.com/global-development/2020/jun/18/forcibly-displaced-now-account-for-1-of-humanity-un-report>

**4. Psixologik yordamning ijobiy ta'siri.** Kognitiv-xulq terapiyasi (KXT) dasturlari xavotir va depressiyani 50 % dan ortiq kamaytiradi. Travmaga yo'naltirilgan KXT ayniqsa PTSR holatlarida samarali. Travmadan so'ng darhol ko'rsatilgan birinchi psixologik yordam 35 % bemorlar uchun tiklanishni sezilarli darajada yaxshilaydi. Guruhli yordam dasturlarida ishtirok etish yoshlar orasida depressiya va xavotirni 25–35 % kamaytiradi.

**5. Tizimli yechimlar va integratsiya.** JSST gumanitar holatlarda ruhiy sog'liqni qo'llab-quvvatlashni (MHPSS) zaruriy deb hisoblaydi — bu jamoaviy yordam, birinchi psixologik yordam (PFA) va klinik yordamni o'z ichiga oladi.

**Action Against Hunger** yordam guruhining ma'lumotiga ko'ra Kongo Demokratik Respublikasining sharqida olti oy ichida psixoiijtimoiy yordamga murojaatlar soni 6 600 dan 20 000 gacha oshgan, shu bilan birga, o'z joniga qasd qilish fikrlari 5 dan 120 holatgacha oshgan<sup>10</sup>.

Sudandagi G'edaref lagerida JSST tomonidan 22 nafar tibbiy xodim PFA va “pm+” metodikasiga asosan tayyorlandi. Ugandada KXT dasturlarida ishtirok etganlar orasida 83,8% depressiya, xavotir va stress belgilari kamaygan.

#### **6. Tavsiyalar va strategiyalar**

Favqulodda vaziyatlarda rejalashtirish va javob choralariga psixologik yordamni kiritish;

Mahalliy madaniy sharoitlarga moslashtirilgan guruh va jamoaviy yordam dasturlarini rivojlantirish;

Psixiatrik yordamni birlamchi sog'liqni saqlash tizimiga integratsiya qilish — kadrlar tayyorlash va qo'llab-quvvatlash orqali;

Bolalar, ayollar va ichki ko'chirilganlar uchun maxsus dasturlar: mobil guruhlar, jamoalarni o'qitish, onlayn resurslardan foydalanish.

**Xulosa.** Ijtimoiy krizislar insoniyatni sinovdan o'tkazadigan davrlar bo'lib, ular nafaqat fiziologik, balki psixologik va ijtimoiy ko'nikmalarni ham sinovdan o'tkazadi. Bunday holatlarda, yuqorida ta'kidlangan ko'nikmalar odamlarning krizisni samarali boshqarishlariga va undan tezroq tiklanishlariga yordam beradi. Ushbu ko'nikmalarni o'rganish va rivojlantirish esa jamiyatni yanada

<sup>10</sup> Sam mednick and ruth alonga.years of war in congo have created a dire mental health crisis. But little support is available <https://apnews.com/article/congo-conflict-mental-health-88642207a472870de36e5f434ead5990> updated 6:10 pm gmt+5, october 16, 2024

barqaror va chidamli qiladi. Maslahat berish va resurslar bilan ta'minlash – bu insonlarni o'z muammolarini yengib o'tishda qo'llab-quvvatlashning eng samarali usullaridan biridir. Bu jarayon har bir shaxsning qadr-qimmatini va maxfiylikni hurmat qilgan holda amalga oshirilishi lozim. Ijtimoiy ishchi ruhiy salomatlikni ta'minlovchi amaliyotchi sifatida nafaqat individual darajada, balki jamiyat miqyosida ham muhim rol o'ynaydi. Ularning faoliyati insonlarning ruhiy farovonligini oshirish, ijtimoiy barqarorlikni ta'minlash va sog'lom jamiyat qurishga xizmat qiladi. Gumanitar inqirozlar keng ko'lamli ruhiy azoblarga olib keladi: har beshinchi kattada va **70–90 %** bolalarda xavotir, depressiya yoki PTSR kuzatiladi. Ammo tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, hattoki asosiy psixologik yordam – PFA, KXT, jamoaviy va mobil dasturlar – ham sezilarli darajada foyda beradi. Aholining bardoshlilikini oshirish uchun bu yondashuvlarni keng miqyosda joriy etish, rejalashtirishga kiritish, kadrlar tayyorlash va barqaror moliyalashtirish zarur.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchi uchun eng muhim ruhiy-ijtimoiy yordam ko'nikmalari qaysilar?
2. Favqulodda vaziyatlarda aholining ruhiy holatini baholashda ijtimoiy ishchi qanday metodlardan foydalanadi?
3. Ijtimoiy ishchi favqulodda vaziyatlarda stressni kamaytirish uchun qanday yondashuvlarni qo'llashi mumkin?
4. Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchi tomonidan ishonchli va xavfsiz muhit yaratish usullari nimalardan iborat?
5. Ijtimoiy ishchi favqulodda vaziyatlarda qiyin psixologik holatlarga duch kelgan shaxslarga qanday yordam ko'rsatishi kerak?
6. Ruhiy yordam ko'rsatishda ijtimoiy ishchining empatiya va tinglash ko'nikmalari qanday ahamiyatga ega?
7. Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchi qanday qilib oilalar bilan samarali ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishi mumkin?
8. Ijtimoiy ishchi favqulodda vaziyatlarda resurslarni aniqlash va yo'naltirish ko'nikmalariga ega bo'lishi zarurmi?
9. Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchining o'z-o'zini boshqarish va stressga chidamlilik ko'nikmalari qanday shakllantiriladi?
10. Ijtimoiy ishchi favqulodda vaziyatlarda jamoa bilan samarali hamkorlik qilish uchun qanday ko'nikmalarni egallashi kerak?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160
4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande. -Trocaire.

**12-MAVZU. FAVQULODDA VAZIYATLARDA  
AHOLINING TURLI GURUHLARI BILAN  
ISHLASHDA KEYS-MENEJMENT**

**Favqulodda vaziyatlarda aholining turli guruhlari bilan ishlashda keys-menejment.** Favqulodda vaziyatlar (tabiiy ofatlar, urushlar, pandemiyalar va boshqalar) aholining hayotiga keskin ta'sir ko'rsatadi va ularni qo'llab-quvvatlashda samarali keys-menejment (holatlarni boshqarish) tizimi muhim ahamiyat kasb etadi. Keys-menejment – bu muayyan vaziyatni tahlil qilish, uni boshqarish va muammolarni hal qilish uchun tizimli yondashuvdir.

**Favqulodda vaziyatlarda keys-menejmentning asosiy bosqichlari:**

**1. Holatni aniqlash va baholash:** Favqulodda vaziyatda aholi guruhlarining holati, ularning ehtiyojlari, xavf-xatar darajasi aniqlanadi. Maxsus guruhlar (bolalar, keksalar, nogironlar, ayollar va boshqalar) alohida e'tiborga olinadi.

**2. Resurslarni rejalashtirish va taqsimlash:** Zarur moddiy va

inson resurslari, shuningdek psixologik va ijtimoiy yordam imkoniyatlari aniqlanadi va samarali taqsimlanadi.

**3. Muloqot va hamkorlik:** Favqulodda vaziyatda turli tashkilotlar, jamoalar va mahalliy hokimiyatlar bilan yaqin hamkorlik yo'lga qo'yiladi. Aholining har bir guruhiga moslashtirilgan axborot va yordam yetkaziladi.

**4. Qo'llab-quvvatlash xizmatlarini ko'rsatish:** Har bir guruh uchun xavfsiz joy, tibbiy yordam, ruhiy-ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va huquqiy yordam taqdim etiladi.

**5. Monitoring va baholash:** Amalga oshirilgan ishlar doimiy nazorat qilinadi, natijalar baholanadi va zarurat tug'ilganda chora-tadbirlar o'zgartiriladi yoki kuchaytiriladi.

**Aholining turli guruhlari bilan ishlashda keys-menejmentning muhim jihatlari:**

**Bolalar:** Ularning xavfsizligi va ruhiy holati ustuvor hisoblanadi. Ularni tarbiyalash, o'qitish va o'yinga jalb qilish uchun maxsus imkoniyatlar yaratiladi.

**Keksalar:** Tibbiy yordam, moddiy yordam va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga bo'lgan ehtiyojlari inobatga olinadi.

**Nogironlar:** Ular uchun maxsus sharoitlar, xizmatlar va yordam ko'rsatish mexanizmlari tashkil qilinadi.

**Ayollar:** Zo'ravonlikdan himoya, ruhiy yordam va ijtimoiy integratsiya ustuvor vazifa bo'ladi.

**Yoshlar va boshqa zaif qatlamlar:** Maxsus dasturlar va treninglar orqali ularning imkoniyatlari kengaytiriladi.

**Xulosa:** Favqulodda vaziyatlarda keys-menejment orqali aholi guruhlarining ehtiyojlari samarali tarzda qondiriladi. Bu yondashuv insonparvarlik prinsiplariga asoslanib, ularning xavfsizligi, salomatligi va farovonligini ta'minlashga xizmat qiladi.

**Genri Mintzbergning nazariyasi.** Henri Mintzberg — zamonaviy menejment nazariyasining yetakchi olimlaridan biri bo'lib, u tashkilotlarni boshqarish va menejerlik faoliyatini tahlil qilishda muhim nazariyalarni ishlab chiqqan.

**Mintzbergning asosiy g'oyalari va nazariyasi:**

**1. Menejerning ro'llari:** Mintzberg menejer faoliyatini uchta asosiy toifa va ularning jami o'nta rolga bo'lib ta'riflagan:

**Shaxslararo rollar:** rahbar, lider, aloqa vositachisi.

**Axborot rollari:** kuzatuvchi, tarqatuvchi, so'rovchi.

**Qaror qabul qilish rollari:** tadbirkor, muammolarni hal qiluvchi, resurslarni taqsimlovchi, muzokarachi.

**2. Tashkilot strukturalari:** Mintzberg tashkilotlarni beshta asosiy turga ajratadi: Oddiy struktura; Mashinasozlik byurokreatiyasi; Professional byurokreatiya; Bo'limlar bo'yicha struktura; Moslashuvchan matritsa strukturası

**3. Menejerlik faoliyatining tabiati:** Menejerlarning kunlik faoliyati ko'p va xilma-xildir, ular ko'pincha qisqa muddatli vazifalar, kutilmagan holatlar va ko'p sonli uchrashuvlar bilan to'ldiriladi.

**4. Muvozanat va moslashuv:** Tashkilotlar o'z maqsadlariga erishish uchun o'z ichki va tashqi muhitiga moslashishi zarur. Mintzbergning nazariyasi bu jarayonlarni yaxshiroq tushunishga yordam beradi.

Genri Mintzbergning nazariyasi menejerlarning faoliyatini tizimli yondashuv bilan tahlil qilishga, tashkilot strukturalarini tushunishga va samarali boshqaruv usullarini ishlab chiqishga xizmat qiladi. Uning g'oyalari menejment nazariyasi va amaliyotida keng qo'llaniladi.

**Ijtimoiy almashinuv nazariyasi.** Ijtimoiy almashinuv nazariyasi — bu sotsiologiya va ijtimoiy psixologiya sohasidagi nazariya bo'lib, u ijtimoiy munosabatlarni odamlar o'rtasida resurslar, qadriyatlar va xizmatlarni almashish jarayoni sifatida tushunadi. Ushbu nazariya asosida ijtimoiy o'zaro ta'sirlar ikki tomonlama manfaatlarga asoslangan almashinuv shaklida sodir bo'ladi.

#### **Nazariyaning asosiy tamoyillari:**

**1. O'zaro foyda olish:** Har bir shaxs yoki guruh ijtimoiy munosabatlarda ishtirok etib, o'zining manfaatlarini maksimal darajada qondirishga intiladi. Bu almashinuvda har ikki tomon o'ziga foyda keltiradigan narsalarni berish va olishga harakat qiladi.

**2. Resurslar va qadriyatlar:** Almashinuv faqat moddiy narsalar emas, balki e'tibor, ma'lumot, qo'llab-quvvatlash, mehr-oqibat va boshqa ijtimoiy qadriyatlarni o'z ichiga oladi.

**3. Qaror qabul qilish va nazorat:** Ijtimoiy almashinuvdagi tomonlar o'z harakatlarining natijalarini hisobga oladi, foyda va zararlarni taqqoslaydi hamda kelajakdagi almashinuvni boshqaradi.

**4. Muvozanat va munosabatlarning davomiyligi:** Munosabatlar faqat o'zaro manfaatlar muvozanatida davom etadi. Agar bir tomon boshqa tomondan doimiy zarar ko'rsa yoki foyda olmasa, munosabatlar buzilishi mumkin.



**5. Ijtimoiy tuzilma shakllanishi:** Ijtimoiy almashinuv natijasida shaxslar o'rtasida ijtimoiy tizimlar, qoidalar va tartiblar shakllanadi, ular jamiyatning barqarorligiga xizmat qiladi.

**Nazariyaning ahamiyati:** Ijtimoiy almashinuv nazariyasi ijtimoiy ishda, psixologiyada, menejmentda va boshqa sohalarda odamlar o'rtasidagi munosabatlarni tahlil qilishda muhim vosita hisoblanadi. U odamlarning o'zaro harakatlarini tushunishga, ijtimoiy muammolarni hal qilishga va samarali muloqot o'rnatishga yordam beradi.

**Xavfli faoliyat turlari bilan ishlovchilar bilan ishlash.** Xavfli faoliyat turlari bilan shug'ullanuvchi xodimlar — sanoat, qurilish, kimyo, transport va boshqa xavfli sharoitlarda ishlaydigan mutaxassislardir. Bunday ishlar jismoniy va ruhiy salomatlik uchun yuqori xavf tug'dirishi mumkin. Shu sababli, xavfli faoliyat turlarida ishlovchilar bilan samarali ishlash maxsus yondashuv va ehtiyot choralarini talab qiladi.

**Xavfli faoliyat turlari bilan ishlovchilar bilan ishlashda asosiy yo'nalishlar:**

1. **Xavfsizlik va profilaktika bo'yicha maslahatlar:** Xodimlarga xavfsizlik qoidalari, shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish, favqulodda vaziyatlarda qanday harakat qilish kerakligi haqida muntazam ma'lumot berish.

2. **Ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash:** Xavfli ish sharoitlari stress, charchoq, xavotir va ruhiy tushkunlikni keltirib chiqarishi mumkin. Psixologik maslahatlar, stressni boshqarish usullari va dam olish rejimlarini tashkil etish muhim.

3. **Sog'liqni saqlash va tibbiy ko'riklar:** Xodimlarning muntazam tibbiy ko'rikdan o'tishi, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, kasalliklarning oldini olish choralari ko'rilishi lozim.

4. **Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash:** Ish joyida va oilada ijtimoiy yordam ko'rsatish, xodimlarning muammolarini tinglash va hal etishda yordam berish.

5. **Ta'lim va malaka oshirish:** Xavfsizlik madaniyatini oshirish uchun treninglar, seminarlar o'tkazish, yangi texnologiyalar va usullar bilan tanishtirish.

6. **Muvofiqlik va monitoring:** Xodimlarning ish sharoitlariga rioya qilinishini nazorat qilish, xavfli vaziyatlarni aniqlash va oldini

olish uchun doimiy monitoring olib borish.

**Genderga asoslangan zo‘ravonlik.** Genderga asoslangan zo‘ravonlik — bu ayollar, erkaklar yoki boshqa gender guruhlariga qarshi ularning jinsi yoki gender identifikatsiyasi sababli amalga oshiriladigan zo‘ravonlik shaklidir. Bu turdagi zo‘ravonlik jismoniy, ruhiy, iqtisodiy yoki jinsiy bo‘lishi mumkin va jamiyatda tenglik va inson huquqlarining buzilishiga olib keladi.

**Genderga asoslangan zo‘ravonlikning asosiy ko‘rinishlari:**

**Jismoniy zo‘ravonlik:** urish, qattiq muomala, tan jarohati yetkazish; **Ruhiy zo‘ravonlik:** haqoratlash, tahqirlash, qo‘rqitish, psixologik bosim o‘tkazish; **Jinsiy zo‘ravonlik:** zo‘rlash, jinsiy tajovuz, majburlash; **Iqtisodiy zo‘ravonlik:** moliyaviy mustaqillikni cheklash, ishga chiqishni to‘xtatish yoki ish haqsiz qolishga majburlash.

**Genderga asoslangan zo‘ravonlikning sabab va oqibatlari:**

**Sabablar:** patriarxal jamiyat tuzilmasi, gender stereotiplari, ta’lim va huquqiy bilimlarning yetishmasligi, ijtimoiy notenglik.

**Oqibatlar:** jismoniy va ruhiy sog‘liqning buzilishi, oilaviy munosabatlarning buzilishi, jamiyatda diskriminatsiya va tengsizlikning kuchayishi.

**Zo‘ravonlikdan himoya qilish va oldini olish choralari:**

**Huquqiy kafolatlar:** zo‘ravonlikka qarshi qonunlar va ularni samarali tatbiq etish;

**Ta’lim va targ‘ibot:** gender tengligi haqida xabardorlikni oshirish, zo‘ravonlikning zararlarini tushuntirish;

**Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash:** jabrlanuvchilarga psixologik, tibbiy va huquqiy yordam ko‘rsatish;

**Jamiyatda munosabatlarni o‘zgartirish:** gender stereotiplarini yo‘qotish va tenglik tamoyillarini kuchaytirish.

**Xulosa.** Xavfli faoliyat turlari bilan ishlovchilar bilan ishlash — bu ularning jismoniy va ruhiy salomatligini saqlash, ish unumdorligini oshirish va xavfsiz ish muhitini yaratish uchun zarur bo‘lgan kompleks chora-tadbirlardir. Samarali yondashuv ijtimoiy ishchilar, menejerlar va sog‘liqni saqlash mutaxassislari hamkorligini talab qiladi. Genderga asoslangan zo‘ravonlik jamiyatning barqarorligi va har bir insonning asosiy huquqlarini himoya qilish nuqtai nazaridan jiddiy muammo hisoblanadi. Uning oldini olish va jabrlanuvchilarga yordam ko‘rsatish uchun keng qamrovli va tizimli chora-tadbirlar

zarur.

### **Gumanitar inqirozlar sharoitida turli qatlamdagi aholiga ijtimoiy yordam**

Gumanitar inqirozlar ko'pincha murakkab va ko'p qatlamli vaziyatlarni o'z ichiga oladi, bu holatda turli guruhdagi odamlar turlicha ta'sirlanadilar. Ijtimoiy ishchilar ana shu xilma-xil guruhlarining xavfsizligi, qadr-qimmati va farovonligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydilar. Inqirozlar qurolli mojarolar, tabiiy ofatlar, majburiy ko'chish yoki iqtisodiy inqirozlar shaklida bo'lishi mumkin. Har bir qatlamdagi jabrlanganlar o'ziga xos ehtiyojlarga ega bo'lib, ijtimoiy ish bunga mos ravishda moslashuvchan va kompleks bo'lishi zarur.

#### **1. Ko'chirilgan shaxslar: Qochqinlar va ichki ko'chirilganlar (IDP).**

Qochqinlar va IDPlar ko'pincha inqirozdan eng ko'p zarar ko'rgan va ko'zga ko'ringan guruh hisoblanadi. Ijtimoiy ishchilar ularga zudlik bilan oziq-ovqat, boshpana va tibbiy yordam ko'rsatish bilan birga, uzoq muddatli psixologik yordam, jamiyatga integratsiya va huquqiy ko'makni ham ta'minlashlari zarur. Bunday ishlar travma, migratsiya va moslashuv jarayonlarini chuqur tushunishni talab qiladi.

**Asosiy yo'nalishlar:** Travmadan sog'ayish uchun psixososial yordam; Qochqin maqomini olishda huquqiy yordam va himoya; Qabul qiluvchi jamiyatda integratsiya dasturlari.

#### **2. Zaif guruhlar: Ayollar, bolalar va qariyalar.**

Ko'chirilgan aholining ba'zi qatlamlari, ayniqsa ayollar, bolalar va qariyalar, zo'ravonlik va befarqlikka nisbatan ko'proq zaifdirlar. Ijtimoiy ishchilar ularning o'ziga xos ehtiyojlarini hisobga olib, maxsus chora-tadbirlar ishlab chiqishlari zarur.

**Asosiy yo'nalishlar:** Ayollar va qizlar uchun himoya va kuchaytirish dasturlari; Bolalarni himoya qilish: ta'lim, oilani qidirish va birlashtirish; Qariyalar uchun parvarish va ijtimoiy xizmatlar

#### **3. Qabul qiluvchi hamjamiyatlar:** Qarama-qarshiliklarni yumshatish va barqarorlikni mustahkamlash.

Faqatgina ko'chirilganlar emas, balki ularni qabul qilayotgan mahalliy aholining ham holati yomonlashadi. Ijtimoiy ishchilar qochqinlar va mezbon aholining o'zaro tushunishi va birdamligini oshirish uchun vositachi sifatida ishlaydilar.

**Asosiy yo'nalishlar:** Hamjamiyatlararo nizolarni hal qilish;

Ijtimoiy birdamlik va integratsiyani rag'batlantirish dasturlari; Ikkala guruh uchun ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash.

**4. Gumanitar yordam ko'rsatuvchilar: Ko'mak beruvchilarga yordam.** Ko'mak berayotgan insonlar – ko'ngillilar, NNT xodimlari – ham ruhiy bosim, stress va charchoqqa duch keladilar. Ularning salomatligi va barqarorligi ham ijtimoiy ishning muhim jihati hisoblanadi.

**Asosiy yo'nalishlar:** Gumanitar xodimlar uchun psixologik yordam; Stressni boshqarish va chidamlilikni oshirish dasturlari; Professional yordamchilar uchun tengdoshlar tarmog'i.

**5. Hukumat va mahalliy hokimiyatlar: Salohiyat va muvofiqlashtirishni kuchaytirish**

Ijtimoiy ishchilar hukumat va mahalliy boshqaruv organlari bilan hamkorlikda inqirozga javob berish mexanizmlarini kuchaytiradilar, inson huquqlarini himoya qilishda faol bo'ladilar.

**Asosiy yo'nalishlar:**

Mahalliy boshqaruv tizimlari salohiyatini oshirish; Siyosiy himoya va huquqlar targ'iboti; Adolatli va inklyuziv yondashuvni ta'minlash

**6. Chetda qolgan va hujjatsiz aholi qatlamlari**

Davlat e'tiboridan chetda qolgan, hujjatsizlar, milliy ozchiliklar yoki nogironligi bor shaxslar ko'pincha yordam dasturlaridan foydalana olmaydi. Ijtimoiy ishchilar bu guruhlarining ham e'tibordan chetda qolmasligini ta'minlashlari lozim.

**Asosiy yo'nalishlar:** Chetda qolgan aholi uchun adolatli himoya; Hujjatsiz shaxslar uchun xizmatlar taqdimoti; Teng imkoniyatlarni ta'minlash

**7. Psixososial yordam: Travma va ruhiy salomatlik.**

Ko'plab jabrlanganlar, jumladan, zo'ravonlikdan omon qolganlar va yordam ko'rsatuvchilar, ruhiy muammolarga duch keladilar. Ijtimoiy ishchilar bunday holatlarda ruhiy salomatlik xizmatlarini ta'minlab, odamlarning umidini va hayotga bo'lgan ishonchini tiklashga yordam beradilar.

**Asosiy yo'nalishlar:** Travmani bartaraf etishga qaratilgan ruhiy xizmatlar; Hamjamiyat asosidagi salomatlik tashabbuslari; Davolovchi va tiklovchi xavfsiz makonlar yaratish.

**Xulosa.** Gumanitar inqirozlar ko'p qirrali bo'lib, har bir guruh o'ziga xos yondashuvni talab qiladi. Ijtimoiy ishchilar o'z

faoliyatlarida moslashuvchan, inklyuziv va hamkorlikka asoslangan yondashuvni qo'llashlari zarur. Bu jarayonda ular ham birdaniga yordamchi, ham vositachi, ham ruhiy tiklovchi bo'lib xizmat qiladilar. Maqsad — shunchaki yordam emas, balki uzoq muddatli tiklanishni ta'minlashdir.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Keys-menejment tushunchasi nima va u favqulodda vaziyatlarda qanday qo'llaniladi?
2. Favqulodda vaziyatlarda turli guruhlar (bolalar, keksalar, nogironlar) bilan ishlashda keys-menejmentning asosiy vazifalari nimalar?
3. Keys-menejment jarayonida ijtimoiy ishchi qanday asosiy bosqichlarni amalga oshiradi?
4. Keys-menejmentda individual va guruhviy yondashuvlarning o'rnini qanday?
5. Favqulodda vaziyatda keys-menejment yordamida aholini qanday psixologik qo'llab-quvvatlash mumkin?
6. Keys-menejment jarayonida muammolarni aniqlash va yechim topishda qaysi metodlar samarali hisoblanadi?
7. Favqulodda vaziyatlarda oilalar bilan keys-menejment orqali ishlashda qanday qiyinchiliklar yuzaga kelishi mumkin?
8. Keys-menejmentda kommunikatsiya va hamkorlik qanday ahamiyatga ega?
9. Keys-menejment orqali favqulodda vaziyatda ijtimoiy resurslarni boshqarish qanday amalga oshiriladi?
10. Keys-menejment usuli yordamida aholini favqulodda vaziyatlarga tayyorlashda qanday trening va mashg'ulotlar o'tkaziladi?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Page 116.  
[https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande. -Trocaire.

### **13-MAVZU. IJTIMOIIY ISHDA INTERVENSIYA: SHAXSLAR, GURUHLAR VA JAMOALAR BILAN ISHLASH**

**6 bosqichli krizisga intervensiya modeli** – bu krizis holatiga duchor bo‘lgan shaxsga yoki guruhga yordam berish uchun ishlab chiqilgan tizimli yondashuvdir. Ushbu model, asosan, psixologik krizislarni boshqarish va muammolarga tezkor, samarali choralar ko‘rish uchun qo‘llaniladi. Krizis holatlari shaxsning ruhiy va emosional holatini keskin o'zgartiradi, shuning uchun unga to‘g‘ri yondashish juda muhimdir.

**6 bosqichli krizisga intervensiya modeli** quyidagi bosqichlarni o‘z ichiga oladi:

#### **1. Krizisni aniqlash va baholash**

**Maqsad:** Shaxsning krizis holatini aniqlash va uning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatlik holatini baholash.

**Amaliyot:** Shaxsning hozirgi holatini tushunish, asosiy muammo va xavflarni aniqlash.

Krizisning darajasi va shaxsga ko‘rsatilishi kerak bo‘lgan yordamni belgilash. Bunday holatda xodimlar va psixologlar, shaxsning his-tuyg‘ularini tinglash va ularni tushunishga intilishadi.

#### **2. Emotsional qo‘llab-quvvatlash**

**Maqsad:** Shaxsning ruhiy va emosional holatini yengillashtirish, xavotir va stressni kamaytirish.

**Amaliyot:** Shaxsni tinglash va unga empatiya ko‘rsatish. Shaxsning his-tuyg‘ularini qadrlash, ular bilan aloqada bo‘lish va shaxsni hamdardlik bilan qo‘llab-quvvatlash. Bunday yordam shaxsga

o'zini xavfsiz his qilishga yordam beradi va ko'proq ochilishiga imkon beradi.

### **3. Muammoni tahlil qilish**

**Maqsad:** Krizis holatining sabablarini tushunish va shaxsga muammoni qayta ko'rib chiqishda yordam berish.

**Amaliyot:** Shaxsga vaziyatni yaxshiroq tushunishga yordam berish, muammoni aniqlash. Shaxsning oldingi tajribalari va qarorlarini tahlil qilish, bu holatga qanday ta'sir qilganini baholash. Shaxsni o'z his-tuyg'ularini va fikrlarini tahlil qilishga undash, ularni yangi nuqtai nazardan ko'rishga yordam berish.

### **4. Muammoni qayta rejalashtirish**

**Maqsad:** Shaxsga krizis holatidan chiqish uchun yangi strategiyalarni ishlab chiqish va rejalashtirishda yordam berish.

**Amaliyot:** Shaxsga konkret harakatlar rejasi va yangi muammolarni hal qilish yo'llarini taklif qilish.

Qisqa va uzoq muddatli maqsadlarni belgilash, realistik va amalga oshirish mumkin bo'lgan yechimlarni izlash.

Shaxsga ijobiy o'zgarishlarga qadam tashlashga yordam berish.

### **5. Yangi strategiyalarni amalga oshirish**

**Maqsad:** Yangi rejalangan harakatlarni amalga oshirish va muammolarni hal qilish uchun aniq choralar ko'rish.

**Amaliyot:** Shaxsga yangi strategiyalarni amaliyotga joriy qilishda yordam berish; Qiyinchiliklarga duch kelganida qo'llab-quvvatlash va zarur ko'nikmalarni o'rgatish; O'zgarishlarni joriy etishda ijobiy natijalarga erishish uchun doimiy ravishda motivatsiya berish.

### **6. Reabilitatsiya va davomiy yordam**

**Maqsad:** Krizisdan keyingi tiklanish jarayonini qo'llab-quvvatlash va shaxsni o'z holatida barqarorlashtirish.

**Amaliyot:** Shaxsni qayta tiklanish va uzoq muddatli salomatlikni ta'minlashga yo'naltirish; Doimiy yordam va qo'llab-quvvatlashni taqdim etish, agar kerak bo'lsa, psixoterapiya va boshqa resurslar bilan yordam berish; Shaxsning kuchlarini tiklash, o'ziga bo'lgan ishonchni qayta tiklash va ruhiy farovonlikni yaxshilash.

### **Individual va oila malakasini rivojlantirish.**

**Individual malaka** — bu shaxsning kasbiy, ijtimoiy, psixologik va ma'naviy sohalardagi bilim, ko'nikma va qobiliyatlar majmuasidir. Individual malaka shaxsning shaxsiy va professional hayotda muvaffaqiyatga erishishida muhim ahamiyatga ega.

**Oila malakasi** esa oila a'zolarining o'zaro munosabatlari, muammolarni hal qilish ko'nikmalari, kommunikatsiya va hamkorlik darajasidan iborat bo'lib, oilaning barqarorligi va farovonligini ta'minlaydi.

### **Individual malakasini rivojlantirish**

1. **Ta'lim va o'qish:** Doimiy o'qish va yangi bilimlarni o'zlashtirish shaxsning kasbiy va shaxsiy rivojlanishiga yordam beradi.

2. **Ko'nikmalarni oshirish:** Muloqot, vaqtni boshqarish, stressga chidamlilik, muammolarni hal qilish kabi ko'nikmalarni rivojlantirish muhim.

3. **Shaxsiy maqsadlarni belgilash:** Aniq va realistik maqsadlar qo'yish, ularga erishish uchun reja tuzish.

4. **O'z-o'zini anglash:** Kuchli va zaif tomonlarni aniqlash, shaxsiy o'sishga yo'naltirilgan ishlarni amalga oshirish.

5. **Sog'lom turmush tarzi:** Jismoniy va ruhiy salomatlikni saqlash uchun sport, dam olish va sog'lom ovqatlanishni targ'ib qilish.

### **Oila malakasini rivojlantirish**

1. **Kommunikatsiya ko'nikmalarini oshirish:** Oila a'zolari o'rtasida ochiq va samimiy muloqot o'rnatish, fikr almashish va muammolarni birgalikda muhokama qilish.

2. **Muammolarni hal qilish qobiliyati:** Nizo va kelishmovchiliklarni konstruktiv tarzda hal qilish yo'llarini o'rganish.

3. **Hamkorlik va qo'llab-quvvatlash:** Oila a'zolarining bir-birini qo'llab-quvvatlashi, majburiyatlarni teng taqsimlashi.

4. **Oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash:** Birgalikda vaqt o'tkazish, an'analar va urf-odatlarini saqlash orqali oila birlik va barqarorligini oshirish.

5. **Stressni boshqarish:** Oilaviy bosim va qiyinchiliklarni yengillashtirish uchun stressni boshqarish strategiyalarini qo'llash.

**Ijtimoiy ishda ko'rsatiladigan xizmatlarni muvofiqlantirish va monitoring.**

Ijtimoiy ish sohasida xizmatlarning samarali va barqaror bo'lishi uchun ularni muvofiqlashtirish va monitoring qilish muhim jarayonlardir. Bu jarayonlar ijtimoiy yordam ko'rsatilayotgan shaxslar va guruhlariga yuqori sifatli, samarali va vaqtida yordam taqdim etilishini ta'minlaydi.

### **Xizmatlarni muvofiqlashtirish**



**Muvofiqlashtirish** – bu turli ijtimoiy xizmatlarni bir-biri bilan uygʻunlashtirish, ularni samarali taqsimlash va birgalikda ishlashini taʼminlash jarayonidir. Bu ayniqsa, koʻp turdagi muammolar bilan yuzlashayotgan shaxslar va oilalar bilan ishlashda zarurdir.

- **Resurslarni birlashtirish:** turli tashkilotlar va mutaxassislar oʻrtasida resurslar, maʼlumot va xizmatlarni boʻlishish;

- **Xizmatlarning integratsiyasi:** tibbiy, psixologik, huquqiy va ijtimoiy yordam xizmatlarini yagona tizimda birlashtirish;

- **Yoʻnalish va maslahat berish:** mijozlarni kerakli xizmatlarga yoʻnaltirish va ular orasida samarali aloqa oʻrnatish.

**Hamkorlikni rivojlantirish:** davlat, nodavlat va jamoat tashkilotlari oʻrtasida yaqin hamkorlikni taʼminlash.

**Xizmatlarni monitoring.**

**Monitoring** – ijtimoiy xizmatlarning sifatini, samaradorligini va foydalanuvchilar ehtiyojlariga javob berishini doimiy ravishda nazorat qilish jarayonidir.

- **Natijalarni baholash:** xizmatlarning maqsadga muvofiqligi va samaradorligini tahlil qilish;

- **Foydalanuvchilarning fikrini oʻrganish:** xizmatlardan qoniqish darajasi, muammolar va takliflarni aniqlash uchun soʻrovlar oʻtkazish;

- **Jarayonlarni nazorat qilish:** xizmat koʻrsatish jarayonlarida xatoliklarni aniqlash va ularni bartaraf etish;

- **Tuzatish choralari:** monitoring natijalariga asoslangan holda xizmat sifatini yaxshilash boʻyicha tavsiyalar ishlab chiqish va amalga oshirish.

**Xulosa.** 6 bosqichli krizisga intervensiya modeli shaxsga krizis holatidan chiqishda yordam berish uchun tizimli va ehtiyotkorlik bilan tuzilgan yondashuvdir. Har bir bosqichda shaxsning ehtiyojlariga moslashish va uni ruhiy, jismoniy va ijtimoiy jihatdan qoʻllab-quvvatlash zarur. Bu model yordamida krizis holatidagi shaxsga samarali yordam koʻrsatish va uning tiklanish jarayonini tezlashtirish mumkin. Individual va oila malakasini rivojlantirish — bu shaxs va oilaning hayot sifatini yaxshilash, muammolarni samarali hal qilish va barqaror ijtimoiy munosabatlarni oʻrnatish uchun zarur jarayon. Bu jarayonda taʼlim, oʻzaro hurmat, qoʻllab-quvvatlash va oʻz-oʻzini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. Ijtimoiy ishda xizmatlarni muvofiqlashtirish va monitoringi – bu mijozlarga koʻrsatiladigan

yordam sifatini oshirish, xizmatlar o'rtasida samarali integratsiya yaratish va natijada ijtimoiy muammolarni samarali hal qilish uchun zarur jarayonlardir. Ushbu jarayonlar orqali ijtimoiy ishchilarning samaradorligi va jamiyat farovonligi oshiriladi.

**Ruhiy salomatlikni ta'minlash rejasi.** Ruhiy salomatlikni ta'minlash rejasi — bu shaxs yoki guruhning ruhiy holatini mustahkamlash, stress va boshqa psixologik muammolarni kamaytirish hamda umumiy farovonlikni oshirishga qaratilgan tizimli va maqsadli chora-tadbirlar yig'indisidir.

**Rejaning asosiy maqsadlari:** Ruhiy salomatlikni yaxshilash va kasalliklarning oldini olish; Stress, depressiya va boshqa ruhiy muammolarni vaqtida aniqlash va bartaraf etish; Shaxslarning ruhiy farovonligini qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuvini ta'minlash.

**Ruhiy salomatlikni ta'minlash rejasining bosqichlari:**

**1. Holatni tahlil qilish va baholash.** Shaxs yoki guruhning ruhiy holatini aniqlash uchun so'rovlar, intervyular va diagnostika usullaridan foydalanish; Muammolar va xavf omillarini aniqlash.

**2. Maqsad va vazifalarni belgilash.** Ruhiy salomatlikni yaxshilash uchun aniq va o'lchab bo'ladigan maqsadlarni qo'yish; Qisqa va uzoq muddatli vazifalarni aniqlash.

**3. Psixologik yordam va maslahatlar ko'rsatish.** Individual va guruh bo'yicha psixologik maslahatlar tashkil etish; Stressni boshqarish, o'z-o'zini rag'batlantirish va ijobiy fikrlash ko'nikmalarini o'rgatish.

**4. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni tashkil etish.** Oila, do'stlar va jamiyat a'zolari bilan aloqalarni mustahkamlash; Zarur bo'lsa, ijtimoiy xizmatlar va resurslarga yo'naltirish.

**5. Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish.** Jismoniy faollik, to'g'ri ovqatlanish va yetarli dam olishni rag'batlantirish; Zararli odatlardan (chekish, spirtli ichimliklar) voz kechishga ko'maklashish.

**6. Natijalarni monitoring va baholash**

Reja ijrosi davomida natijalarni doimiy ravishda kuzatish; Zarur hollarda reja va chora-tadbirlarni qayta ko'rib chiqish va yangilash.

**ADHD tarixi.** ADHD (Diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik buzilishi) — bu bolalikda boshlangan va ko'pincha voyaga yetgach ham davom etadigan nevro-rivojlanish buzilishi bo'lib, unda diqqatni jamlashda qiyinchilik, giperkaktivlik va impul'sivlik ko'rinishlari kuzatiladi.

**ADHD tarixining asosiy bosqichlari:** 1902-yillar. Ingliz nevropatologi George Still birinchi marta “diqqat yetishmovchiligi va xulq-atvor buzilishi” haqida yozgan. U bolalarda xulqning buzilishi va ijtimoiy nojo‘ya xatti-harakatlar haqida ta’rif bergan.

**1930-1940-yillar:** ADHDga o‘xshash simptomlar “minimal miyadan shikastlanish” (minimal brain damage) deb atalgan. Ushbu davrda giperkativlik va e’tiborsizlik miyadagi jarohatlar bilan bog‘liq deb hisoblangan.

**1950-1960-yillar:** Giyohvand moddalar, ayniqsa, stimulantlar (masalan, metilfenidat – Ritalin) ADHD simptomlarini kamaytirishda samarali ekanligi aniqlanib, bu buzilish nevrologik asosga ega ekanligi tasdiqlandi.

**1980-yillar:** ADHD rasmiy ravishda Diagnostika va Statistika Qo‘llanmasiga (DSM-III) kiritildi va bu nom bilan tan olindi. Shuningdek, uning turli turlari, xususan diqqat yetishmovchiligi bilan bog‘liq va giperkativ-impul’siv turlari ajratila boshlandi.

**Hozirgi davr:** ADHD global miqyosda keng o‘rganilmoqda, uni diagnostika qilish va davolash usullari doimiy ravishda takomillashmoqda. ADHD faqat bolalikda emas, balki kattalarda ham mavjudligi va hayot sifatiga ta’siri haqida ko‘proq ma’lumotlar mavjud.

**Ijtimoiy ishda ABC modeli. ABC modeli** – bu ijtimoiy ishda va psixologiyada keng qo‘llaniladigan tahlil va yondashuv usuli bo‘lib, u shaxslarning xulq-atvori va muammolarini chuqurroq tushunishga yordam beradi. Model xulq va his-tuyg‘ularni shakllantiruvchi omillarni uch bosqichda tahlil qiladi.

**ABC modelining asosiy qismlari:**

**A–Activating event (Faollashtiruvchi voqea).** Bu — shaxsda muayyan his-tuyg‘ular va xulq-atvor reaksiyasini yuzaga keltirgan voqea yoki vaziyat. Misol uchun, ishda tanbeh olish, oiladagi mojaro, moliyaviy qiyinchilik.

**B–Beliefs (E’tiqodlar).** Faollashtiruvchi voqea yuzaga kelganda, shaxsning unga nisbatan qanday fikr va e’tiqodlari bo‘lishi. Bu e’tiqodlar ijobiy yoki salbiy bo‘lishi mumkin. Masalan, “Men hech kimga kerak emasman” yoki “Bu vaziyatni yengishim mumkin”.

**C–Consequences (Natijalar).** E’tiqodlar natijasida yuzaga keladigan his-tuyg‘ular va xulq-atvor reaksiyalari. Bu bosqichda shaxs

qanday harakat qiladi, qanday his qiladi va qanday natijalarga erishadi aniqlanadi.

**ABC modelining ijtimoiy ishda qo'llanilishi:**

1. **Muammoni aniqlash:** Ijtimoiy ishchi shaxs yoki guruh duch kelayotgan muammoli vaziyatni (A) aniqlaydi.

2. **E'tiqodlarni tahlil qilish:** Shaxsning muammo yuzasidan fikr va qarashlarini (B) o'rganadi. Bu bosqichda noto'g'ri yoki salbiy e'tiqodlarni aniqlash va ularga ta'sir ko'rsatish mumkin.

3. **Natijalarni tushunish:** Ushbu e'tiqodlar asosida shaxs qanday hissiyotlar va xatti-harakatlar (C) ko'rsatishini aniqlaydi.

4. **Yechim topish:** Salbiy e'tiqodlarni o'zgartirish yoki yangi ijobiy fikrlarni shakllantirish orqali ijobiy natijalarga erishish uchun strategiyalar ishlab chiqiladi.

**Xulosa.** Ruhiy salomatlikni ta'minlash rejasining samarali amalga oshirilishi shaxslarning hayot sifatini yaxshilash, jamoaning ruhiy barqarorligini oshirish va ijtimoiy muammolarni kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. Ushbu reja har doim shaxsning ehtiyojlari va holatiga moslashtirilishi lozim. ADHD tarixi asosan nevrologiya va psixiatriya sohasidagi tadqiqotlar bilan chambarchas bog'liq bo'lib, uning tushunchasi va davolash usullari vaqt o'tishi bilan rivojlanib borgan. Hozirda ADHD haqida bilimlar yanada chuqurlashib, uning samarali boshqarilishi va qo'llab-quvvatlash strategiyalari ishlab chiqilmoqda. ABC modeli ijtimoiy ishda shaxslarning muammoli vaziyatlarga qanday munosabatda bo'lishlarini va ularning xulq-atvorini yaxshiroq tushunish uchun qulay vositadir. Ushbu model yordamida ijtimoiy ishchi mijozlarning fikr va hissiyotlarini o'rganib, ularga mos psixologik va ijtimoiy yordam ko'rsatishi mumkin.

**Favqulodda holatlarda ijtimoiy ish bo'yicha aralashuvning asosiy jihatlari:**

**Inqirozni baholash:** Ijtimoiy ishchilar shaxslar va oilalarning darhol ehtiyojlarini baholaydilar, jumladan jismoniy xavfsizlik, ruhiy salomatlik va asosiy ehtiyojlarga kirish imkoniyati.

**Emotsional qo'llab-quvvatlash:** Odamlarga his-tuyg'ularini ifoda etish uchun xavfsiz makon yaratish, hamdardlik ko'rsatish va ularni travma yoki yo'qotish bilan kurashishda qo'llab-quvvatlash.

**Resurslarga yo'naltirish:** Odamlarni boshpana, oziq-ovqat, tibbiy yordam va moliyaviy yordam kabi zarur xizmatlar bilan bog'lash.

**Himoya qilish (advokatsiya):** Zaif aholi vakillari nomidan ularning ehtiyojlari qondirilishini ta'minlash va resurslarning adolatli taqsimlanishini targ'ib qilish.

**Jamoani jalb qilish:** Jamoa a'zolari bilan birga chidamlilikni oshirish, favqulodda vaziyatlarga tayyorgarlik strategiyalarini ishlab chiqish va umumiy qo'llab-quvvatlash muhitini shakllantirish.

**Inqirozdan keyingi yordam:** Doimiy maslahat, ish yuritish (case management) va tiklanish hamda qayta qurilish uchun yordam ko'rsatish.

**Favqulodda vaziyatlarga misollar:**

**Tabiiy ofatlar:** Ijtimoiy ishchilar qidiruv va qutqaruv ishlarida yordam beradi, boshpana va yordam taqdim etadi hamda jabrlangan shaxslar va oilalarga psixososial yordam ko'rsatadi.

**Shaxsiy inqirozlar:** Ijtimoiy ishchilar oilaviy zo'ravonlik, to'satdan kasallik yoki yaqin insonning yo'qotilishi kabi holatlarda aralashib, yordam ko'rsatadi va odamlarni tegishli xizmatlarga yo'naltiradi.

**Shifoxonalarning shoshilinch bo'limlari:** Ijtimoiy ishchilar bemorlarning ehtiyojlarini baholaydi, ularni zarur resurslar bilan bog'laydi va chiqarilish (discharge) rejasini ishlab chiqishda yordam beradi.

**Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchilarning roli:** Ijtimoiy ishchilar favqulodda holatlarga javob beruvchi guruhlarining ajralmas qismidir. Ular jabrlangan aholining murakkab ehtiyojlarini qondirish uchun o'ziga xos ko'nikmalar va tajribaga ega. Ularning aralashuvi favqulodda holatlar davrida va undan keyin shaxsiy va jamoaviy farovonlikni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

**Muhim omillar:**

**Madaniy sezgirlik:** Ijtimoiy ishchilar xizmat ko'rsatayotgan shaxslar va jamoalarning madaniy kelib chiqishi va e'tiqodlariga hurmat bilan yondashishlari lozim.

**Hamkorlik:** Samarali favqulodda javob ko'rsatish uchun ijtimoiy ishchilar, boshqa mutaxassislar va jamoa a'zolari o'rtasida hamkorlik zarur.

**Doimiy o'qitish:** Ijtimoiy ishchilar favqulodda holatlarda eng yaxshi amaliyotlar va yangi ehtiyojlardan xabardor bo'lishlari uchun doimiy ta'lim va malaka oshirishga muhtoj.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Ijtimoiy ishda intervensiya tushunchasini izohlang.
2. Shaxslar bilan ijtimoiy ishda intervensiya qanday bosqichlardan iborat?
3. Guruhlar bilan ishlashda intervensiya usullari qanday farq qiladi?
4. Jamoalar bilan ishlashda intervensiyaning asosiy maqsadlari nimalardan iborat?
5. Intervensiya jarayonida ijtimoiy ishchi qanday kommunikatsiya ko'nikmalarini qo'llashi kerak?
6. Shaxslar bilan intervensiya vaqtida yuzaga keladigan asosiy muammolar va ularni hal qilish yo'llari qanday?
7. Guruh intervensiyasida liderlik va jamoa a'zolari o'rtasidagi munosabatlarni qanday boshqarish kerak?
8. Jamoalarda ijtimoiy o'zgarishlarni rag'batlantirishda intervensiyaning o'rni qanday?
9. Intervensiya jarayonida baholash va monitoring qanday amalga oshiriladi?
10. Ijtimoiy ishda intervensiya natijalarini qanday baholash mumkin?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160
4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande. -Trocaire.

## **14-MAVZU. BOLALAR VA OILALALARGA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK YORDAM**

### **Bolalar va oilalarga ijtimoiy-psixologik yordam.**

**Ijtimoiy-psixologik yordam** — bu bolalar va oilalarning ruhiy, ijtimoiy va hissiy holatini yaxshilash, ularni muammolardan chiqishga ko‘maklashish, shuningdek, ijtimoiy muvozanatni saqlashga qaratilgan maxsus xizmat va tadbirlar majmuasidir.

### **Bolalarga ijtimoiy-psixologik yordam.**

**Emotsional qo‘llab-quvvatlash:** Bolalarning ruhiy holatini barqarorlashtirish, stress, qo‘rquv va tushkunlikni kamaytirish uchun maslahat va qo‘llab-quvvatlash.

**Rivojlanish uchun sharoit yaratish:** Bolalarning ijtimoiy, aqliy va hissiy rivojlanishini rag‘batlantirish, ularni ijobiy o‘rganish muhitiga yo‘naltirish.

**Qiyin vaziyatlarda yordam:** Oiladagi mojarolar, ota-ona ajralishi yoki boshqa stressli vaziyatlarda bolalarga mos psixologik yordam ko‘rsatish.

**Maxsus ehtiyojlari bo‘lgan bolalarga ko‘mak:** Nogironligi bor yoki o‘rganishda qiyinchiliklarga duch kelayotgan bolalarga individual yondashuv va yordam.

### **Oilalarga ijtimoiy-psixologik yordam**

**Oilaviy munosabatlarni yaxshilash:** Oila a‘zolari o‘rtasidagi muloqotni mustahkamlash, nizolarni hal qilishda yordam berish.

**Stress va zo‘ravonlikni kamaytirish:** Oilaviy stress, zo‘ravonlik yoki boshqa salbiy omillarga qarshi kurashish bo‘yicha maslahat va treninglar tashkil etish.

**Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash:** Oilalarni ijtimoiy resurslar, moddiy yordam va xizmatlarga yo‘naltirish.

**Tarbiya va ota-ona ko‘nikmalarini rivojlantirish:** Ota-onalarga bolalarni tarbiyalash, ularga psixologik yordam ko‘rsatish usullarini o‘rgatish.

**Ijtimoiy-psixologik yordamning ahamiyati.** Bolalar va oilalarning ruhiy salomatligini saqlash va mustahkamlash; Ijtimoiy muammolarni oldini olish va kamaytirish; Oilaning jamiyatdagi barqarorligini oshirish; Bolalarning ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli moslashuvini ta‘minlash.

### **Imkoniyati cheklanganlar bilan ishlash**

**Imkoniyati cheklanganlar** — bu jismoniy, ruhiy yoki aqliy salomatlikda muayyan darajada cheklovlariga ega bo'lgan shaxslar bo'lib, ular hayotning turli sohalarida maxsus yondashuv va qo'llab-quvvatlashni talab qiladi.

**Imkoniyati cheklanganlar bilan ishlashning asosiy tamoyillari:**

1. **Hurmat va inson qadr-qimmatini saqlash.** Har bir insonning huquqlari va qadrini hurmat qilish, ularning mustaqilligini rag'batlantirish.

2. **Individual yondashuv.** Har bir imkoniyati cheklangan shaxsning ehtiyojlari, qobiliyatlari va muammolarini hisobga olgan holda maxsus reja tuzish.

3. **Integratsiya va inklyuziya.** Jamiyat hayotiga to'liq qo'shilishlarini ta'minlash, imkoniyatlarni kengaytirish va diskriminatsiyadan himoya qilish.

4. **Qo'llab-quvvatlash va resurslar bilan ta'minlash.** Maxsus xizmatlar, tibbiy yordam, ta'lim, kasb-hunar o'rganish imkoniyatlari va ijtimoiy yordam ko'rsatish.

5. **Hamkorlik.** Davlat, nodavlat tashkilotlar, oilalar va jamiyat bilan yaqin aloqada bo'lish.

**Imkoniyati cheklanganlar bilan ishlashda ijtimoiy ishchining vazifalari:**

Muammolarni aniqlash va ehtiyojlarni baholash; Maxsus dasturlar va rehabilitatsiya tadbirlarini ishlab chiqish va amalga oshirish; Ijtimoiy moslashuv va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish; Oilani qo'llab-quvvatlash va ularni bilim bilan ta'minlash; Jamiyatda inklyuziv muhit yaratishga ko'maklashish.

**Imkoniyati cheklanganlar bilan bog'liq stress.** Imkoniyati cheklangan shaxslar va ularning oilalari ko'pincha hayotlarida turli xil stress omillari va qiyinchiliklarga duch keladilar. Bu stress ularning ruhiy va jismoniy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin va ijtimoiy moslashuv jarayonini qiyinlashtiradi.

**Imkoniyati cheklanganlar bilan bog'liq stress omillari:**

**Jismoniy cheklovlar va nogironlik.** Kundalik faoliyatda qiyinchiliklar, mustaqillikning cheklanishi, og'riq va noqulayliklar stressni oshiradi.



**Ijtimoiy izolyatsiya va diskriminatsiya.** Jamiyatda cheklangan imkoniyatlar, kamsitish, do'stlar va hamkasblar bilan aloqaning buzilishi ruhiy bosimni kuchaytiradi.

**Moliyaviy qiyinchiliklar.** Maxsus yordam va reabilitatsiya xizmatlari uchun zarur mablag'larning yetishmasligi, ish topishda to'siqlar stressga sabab bo'ladi.

**Oila va ijtimoiy munosabatlardagi muammolar** Oiladagi ortiqcha stress, zo'ravonlik yoki noto'g'ri munosabatlar ruhiy salomatlikni yomonlashtirishi mumkin.

**Kelajak haqida noaniqlik va xavotirlar** O'z imkoniyatlari va hayotdagi o'rni haqida shubhalar, kelajakda qo'llab-quvvatlanish borasidagi xavotirlar stressni kuchaytiradi.

**Stressni kamaytirish va boshqarish yo'llari:**

**Psixologik yordam va maslahatlar.** Mutaxassislar bilan muntazam suhbat, stressni boshqarish bo'yicha treninglar va maslahatlar.

**Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlari.** Do'stlar, oila a'zolari va ijtimoiy guruhlar bilan aloqalarni mustahkamlash.

**Faoliyat va mashg'ulotlar orqali stressni kamaytirish** Jismoniy mashqlar, ijodiy faoliyatlar, hobbi va qiziqishlarni rivojlantirish.

**Moddiy va tibbiy yordamga erishish.** Zarur bo'lsa, ijtimoiy yordam va maxsus xizmatlarga murojaat qilish.

**Ijtimoiy ishda tibbiy, ta'lim va ijtimoiy yordam**

Ijtimoiy ish sohasida tibbiy, ta'lim va ijtimoiy yordam — bu shaxslar va oilalarning hayot sifatini yaxshilash, ularni jamiyatda faol va mustaqil hayotga tayyorlashga qaratilgan kompleks xizmatlar majmuasidir.

### **1. Tibbiy yordami**

**Sog'liqni saqlash xizmatlari bilan hamkorlik.** Ijtimoiy ishchilar bemorlar va ularning oilalarini tibbiy muolajalar, davolanish va reabilitatsiya jarayonida qo'llab-quvvatlaydi.

**Kasalliklar haqida ma'lumot berish.** Tibbiy holat, davolanish usullari va sog'lom turmush tarziga oid maslahatlar berish.

**Sog'lomlashtirish dasturlari.** Kasalliklarning oldini olish va sog'lom hayot tarzini targ'ib qilish uchun ijtimoiy kampaniyalar va treninglar tashkil etish.

### **2. Ta'lim yordami**

**Ta'limga kirish imkoniyatlarini kengaytirish.** Bolalar, o'smirlar va kattalarni ta'lim olishga yo'naltirish, imkoniyati cheklanganlar uchun maxsus ta'lim dasturlarini tashkil etish.

**O'quv jarayonida qo'llab-quvvatlash.** Ta'lim muassasalarida ijtimoiy muammolari bo'lgan talabalar va o'quvchilarga maslahat va psixologik yordam ko'rsatish.

**Malaka oshirish va kasb-hunar o'rgatish.** Kattalarga yangi kasb o'rganish va ish bozoriga moslashishda yordam berish.

### **3. Ijtimoiy yordam**

**Moddiy va huquqiy qo'llab-quvvatlash.** Ijtimoiy yordam dasturlari orqali kam ta'minlangan oilalar, nogironlar va boshqa ijtimoiy himoyaga muhtoj guruhlarini qo'llab-quvvatlash.

**Ijtimoiy xizmatlarga yo'naltirish.** Maxsus xizmatlar, rehabilitatsiya markazlari, psixologik yordam va boshqa resurslarga yo'naltirish.

**Ijtimoiy moslashuvni ta'minlash.** Jamiyatda shaxslarning faol ishtirokini rag'batlantirish va diskriminatsiyani kamaytirishga ko'maklashish.

**Ijtimoiy ishning psixologik oqibatlari.** Ijtimoiy ishchilar o'z faoliyati davomida turli ijtimoiy muammolar bilan shug'ullanib, mijozlarga yordam beradilar. Bunday ish nafaqat mijozlarga, balki ijtimoiy ishchilarning o'ziga ham psixologik ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ijtimoiy ishning psixologik oqibatlari — bu ijtimoiy ishchi va mijozlarning ruhiy holatiga ta'sir etadigan ijobiy va salbiy holatlardir.

#### **Ijtimoiy ishning ijobiy psixologik oqibatlari:**

**Qoniqish hissi.** Mijozlarga yordam berish, ularning hayotini yaxshilash orqali ijtimoiy ishchi o'z ishidan qoniqish oladi.

**Empatiya va hamdardlikni rivojlantirish.** Turli hayotiy vaziyatlarni ko'rish va tushunish orqali ijtimoiy ishchida insonlarga nisbatan chuqur empatiya paydo bo'ladi.

**Shaxsiy o'sish.** Murakkab vaziyatlarda ishlash ijtimoiy ishchilarning muloqot ko'nikmalari va muammolarni hal qilish qobiliyatini oshiradi.

#### **Ijtimoiy ishning salbiy psixologik oqibatlari:**

**Emotsional charchoq va stress.** Mijozlarning og'ir muammolari bilan uzluksiz ishlash ruhiy charchoq, stress va hatto burnout (ishdan toliqish) holatlariga olib kelishi mumkin.

**Hamrohlik travmasi (Vikary travma).** Ijtimoiy ishchi mijozlarning og'ir holatlari va travmalarini o'ziga qabul qilib, ruhiy zo'riqish his qilishi mumkin.

**Professional chegaralarni buzish.** Shaxsiy va professional hayot oralig'ida muvozanatni saqlash qiyinlashib, bu ijtimoiy ishchi uchun qo'shimcha stress manbai bo'lishi mumkin.

**Qaror qabul qilishdagi qiyinchiliklar.** Murakkab va hissiy jihatdan og'ir vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilishda qiynalish.

**Psixologik oqibatlarni kamaytirish usullari:**

**Stressni boshqarish texnikalari.** Meditatsiya, nafas olish mashqlari, jismoniy faollik va boshqa dam olish usullarini qo'llash.

**Mutaxassislar bilan maslahatlashish.** Psixolog yoki terapevt yordamiga murojaat qilish.

**Kasbiy qo'llab-quvvatlash.** Mentorlik, hamkasblar bilan suhbatlar, treninglar va seminarlar orqali kasbiy bilimlarni oshirish.

**Ish va shaxsiy hayot muvozanati.** Dam olish vaqtini tashkil etish va ish yuklamasini nazorat qilish.

**Ijtimoiy ishda ichki resurslarga tayanish.**

**Ichki resurslarga tayanish** – bu ijtimoiy ishda mijozlarning o'zlaridagi ichki kuch, imkoniyat va salohiyatlarni aniqlash va ulardan foydalangan holda muammolarni hal qilishga yordam berish yondashuvidir. Ushbu tamoyil mijozlarning mustaqilligi va o'zini-o'zi boshqarish qobiliyatini oshirishga qaratilgan.

**Ichki resurslar nima?** Ichki resurslar – shaxsning ruhiy, psixologik va ijtimoiy salohiyati, jumladan: Shaxsiy kuch-quvvat va qat'iyatlik; Moslashuvchanlik va bardoshlilik; Muammolarni hal qilish qobiliyati; O'ziga bo'lgan ishonch va o'zini qadrlash; Maqsadlar qo'yish va ularga erishish istagi

**Ichki resurslarga tayanishning afzalliklari:**

**Mustaqillikni rivojlantirish.** Mijozlar o'z muammolarini hal qilishda faol ishtirok etib, mustaqil qarorlar qabul qilishga o'rganadilar.

**O'z-o'zini qo'llab-quvvatlash.** Ichki resurslar orqali stress va qiyinchiliklarga nisbatan bardoshli bo'lish imkoniyati oshadi.

**Ijobiy o'zgarishlarni rag'batlantirish.** Shaxsning o'z kuchiga tayanib, yangi maqsadlar qo'yishi va o'zini rivojlantirishi yuzaga keladi.

**Uzoq muddatli natijalar.** Ichki resurslarga asoslangan yordam uzoq muddatda mijozlarning hayot sifatini yaxshilaydi.

**Ijtimoiy ishda ichki resurslarga tayanish usullari:**

Mijozning kuchli tomonlarini aniqlash va ularga e'tibor qaratish; Muammolarni hal qilish uchun mavjud qobiliyatlar va imkoniyatlarni baholash; Qaror qabul qilishda va harakat rejasini tuzishda mijozlarni faol jalb qilish; O'z-o'zini boshqarish va mustaqil bo'lishga rag'batlantirish uchun qo'llab-quvvatlash; Psixologik yordam orqali o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish.

**Ijtimoiy ishda jismoniy natijalar.** Ijtimoiy ishda **jismoniy natijalar** — bu ijtimoiy ish faoliyati natijasida mijozlarning sog'lig'i va jismoniy holatida yuzaga keladigan o'zgarishlar, yaxshilanishlar yoki muammolarning kamayishidir. Ijtimoiy ishchining yordam ko'rsatishi natijasida odamlarning jismoniy farovonligi oshishi, sog'lom turmush tarziga o'tishi muhim hisoblanadi.

**Ijtimoiy ishda jismoniy natijalar quyidagilarni o'z ichiga oladi:**

**Sog'liqni saqlash holatining yaxshilanishi** Mijozlarning tibbiy yordamga murojaat qilishlari rag'batlantiriladi, kasalliklar oldini olish va davolanish jarayonlari qo'llab-quvvatlanadi.

**Jismoniy faollikning oshishi.** Sog'lomlashtirish va rehabilitatsiya dasturlari orqali mijozlar kundalik hayotda faolroq bo'lishadi.

**Sog'lom turmush tarzini shakllantirish.** Ratsion, jismoniy mashqlar va stressni boshqarish bo'yicha maslahatlar yordamida mijozlar sog'lom odatlarni rivojlantiradi.

**Nogironligi bo'lgan shaxslarning harakat imkoniyatlarining yaxshilanishi.** Maxsus yordam va jihozlar orqali ularning mustaqilligi oshadi.

**Jarohatlar va kasalliklardan sog'ayish jarayonining tezlashishi**

Ijtimoiy yordam orqali zarur tibbiy xizmatlar va rehabilitatsiya ko'rsatiladi.

**Jismoniy natijalarni ta'minlashdagi ijtimoiy ishchining roli:** Tibbiyot va sog'liqni saqlash muassasalari bilan hamkorlik qilish; Mijozlarni sog'lomlashtirish va rehabilitatsiya dasturlariga yo'naltirish; Jismoniy faollikni rag'batlantirish uchun treninglar, mashg'ulotlar tashkil etish; Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va maslahatlar

berish; Nogironligi bo'lganlar uchun maxsus yordam va resurslar bilan ta'minlash.

**Taqlid qiluvchi xarakter** — bu insonning boshqalarining xatti-harakatlari, so'zlari, odatlari yoki fikrlarini o'zlashtirib, ularni o'rganish va takrorlash xususiyatiga ega bo'lgan shaxsiyati. Bunday odamlar ko'pincha atrofdagilarning fikrlariga va harakatlariga ta'sirchan bo'lib, o'z shaxsiy xususiyatlarini shakllantirishda boshqalarni o'rnak sifatida qabul qiladilar.

**Taqlid qiluvchi xarakterning asosiy xususiyatlari:**

**O'rnak olish.** Atrofidagi odamlarning harakatlari va fikrlarini kuzatib, ulardan o'rganishga intiladi.

**Moslashuvchanlik.** Turli vaziyatlarga va guruhlariga tez moslasha oladi.

**O'z fikrini ifoda etishda noaniqlik.** O'z qarorlarini mustaqil qabul qilishda qiynalishi mumkin, boshqalar fikriga ko'proq suyanadi.

**Ijtimoiy qabul qilinishga intilish.** Guruhda qabul qilinish va ma'qullanish uchun boshqalar bilan o'xshash harakat qiladi.

**Taqlid qiluvchi xarakterning ijobiy va salbiy tomonlari:**

**Ijobiy tomonlari:** Yangi bilim va ko'nikmalarni tez o'zlashtiradi; Ijtimoiy muhitga tezroq moslashadi; Hamkorlik va jamoaviy ishda oson moslashadi.

**Salbiy tomonlari:** Mustaqil fikrlash qobiliyati zaiflashishi mumkin; O'zining shaxsiy pozitsiyasini ifoda etishda qiynaladi; O'z qarorlariga ishonchsizlik paydo bo'lishi mumkin.

**Ijtimoiy ishda shaxsiy resurslar**

**Shaxsiy resurslar** — bu har bir insonning o'z ichida mavjud bo'lgan, muammolarni yengib o'tish, qiyinchiliklarga dosh berish va hayotdagi maqsadlarga erishishda yordam beradigan kuchlar, qobiliyatlar va imkoniyatlardir. Ijtimoiy ishda shaxsiy resurslarga tayanish mijozlarning mustaqilligini oshirish va ularni o'z muammolarini hal qilishga rag'batlantirish uchun muhimdir.

**Shaxsiy resurslarning turlari:**

**Psixologik resurslar.** O'ziga bo'lgan ishonch, optimizm, bardoshlilik, stressga chidamlilik, muammolarni hal qilish ko'nikmalari.

**Emotsional resurslar.** O'z his-tuyg'ularini boshqarish, hamdardlik, ijobiy munosabat va ruhiy muvozanatni saqlash qobiliyati.

**Intellektual resurslar.** Muammolarni tahlil qilish, qaror qabul qilish va yangi bilimlarni o'zlashtirish qobiliyati.

**Ijodiy resurslar.** Yangi g'oyalar yaratish, moslashuvchanlik va innovatsion fikrlash.

**Ijtimoiy resurslar.** Aloqa o'rnatish, yordam so'rash va jamiyatdagi ijobiy munosabatlarni qo'llash qobiliyati.

**Shaxsiy resurslarga tayanishning ahamiyati:** Mijozlarni o'z kuchiga ishontrish va motivatsiya qilish; Ularni mustaqil qarorlar qabul qilishga tayyorlash; Stress va qiyinchiliklarga bardosh berishni oshirish; Hayotdagi ijobiy o'zgarishlarni rag'batlantirish.

**Ijtimoiy ishda shaxsiy resurslarni rivojlantirish usullari:** Mijozlarning kuchli tomonlarini aniqlash va ularni qo'llab-quvvatlash; Psixologik treninglar va maslahatlar orqali o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish; Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini o'rgatish; Emotsional boshqaruvni rivojlantirish uchun stressni kamaytirish usullarini o'rgatish; Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlarini kengaytirish.

**Xalqaro nodavlat tashkilotlarning favqulodda vaziyatlarda yordam ko'rsatishdagi roli (Oxfam va World Food Programme misolida)**

Xalqaro nodavlat tashkilotlar (XNTlar) global miqyosda insonparvarlik, taraqqiyot va yordam ko'rsatish sohalarida muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, favqulodda vaziyatlarda — tabiiy ofatlar, qurolli mojarolar yoki iqtisodiy inqirozlar davrida — ularning roli yanada muhim ahamiyat kasb etadi.

**Oxfam** — bu global nodavlat tashkilot bo'lib, asosan qashshoqlikka qarshi kurash, suv va sanitariya sharoitlarini yaxshilash hamda inson huquqlarini himoya qilishga qaratilgan faoliyat olib boradi. Favqulodda holatlarda Oxfam aholiga toza ichimlik suvi, gigiyena vositalari va vaqtinchalik boshpana bilan yordam beradi. Masalan, Yaman, Sudan yoki Suriya kabi mojaroli hududlarda Oxfam aholining asosiy ehtiyojlarini ta'minlab kelmoqda.

**Jahon Oziq-ovqat Dasturi (World Food Programme - WFP)** esa BMT tarkibidagi eng yirik gumanitar tashkilot bo'lib, ocharchilikka qarshi kurashadi. U tabiiy ofatlar yoki mojarolar natijasida oziq-ovqat xavfsizligi buzilgan aholiga tezkor oziq-ovqat yordami ko'rsatadi. Afg'oniston yoki Efiopiyada yuzaga kelgan

favqulodda holatlarda WFP millionlab insonlarga oziq-ovqat tarqatgan.

Xulosa qilib aytganda, Oxfam va WFP kabi xalqaro nodavlat tashkilotlar favqulodda vaziyatlarda insonlarga nafaqat moddiy yordam ko'rsatadi, balki ularning omon qolishi, sog'lig'i va huquqlari himoyasi uchun ham xizmat qiladi. Bu tashkilotlarning faoliyati global hamjihatlik va birdamlikning yorqin namunasidir.

**Jahon Oziq-ovqat Dasturi Nobel mukofotini oldi.** 2020-yilda Jahon Oziq-ovqat Dasturi (World Food Programme — WFP) insoniyat oldidagi katta xizmatlari uchun Tinchlik bo'yicha Nobel mukofoti bilan taqdirlandi. Ushbu mukofot WFP'ning ocharchilikka qarshi kurashishdagi hissasi, mojarolar zonasidagi aholini oziq-ovqat bilan ta'minlash va global miqyosda tinchlikka hissa qo'shishdagi sa'y-harakatlarini e'tirof etadi. WFP — Birlashgan Millatlar Tashkiloti tarkibidagi eng yirik gumanitar tashkilot bo'lib, har yili 80 dan ortiq mamlakatda millionlab insonlarga oziq-ovqat yordami ko'rsatadi. Tashkilot tabiiy ofatlar, qurolli mojarolar va iqlim o'zgarishi oqibatida yuzaga kelgan inqiroz holatlarida tezkor va samarali yordam ko'rsatishi bilan tanilgan. Nobel mukofotini topshirish marosimida Norvegiya Nobel qo'mitasi WFPning "ochlikni qurol sifatida ishlatilishining oldini olish va ocharchilikni global xavfsizlik tahdidi sifatida tan olishga undovchi faoliyati"ni alohida ta'kidladi. Bu mukofot nafaqat tashkilotning faoliyatini tan oldi, balki butun dunyo e'tiborini ocharchilik va oziq-ovqat xavfsizligi muammolariga qaratdi.

Jahon oziq-ovqat dasturi 2025 yilda 123 million odamga oziq-ovqat va ovqatlanish yordami ko'rsatishni maqsad qilgan bo'lib, bu yil zo'ravonliklar, iqlim va iqtisodiy shoklar tufayli insonparvarlik ehtiyojlari uzluksiz bo'lishini kutiladi<sup>11</sup>.

Hukumatlarga ijtimoiy muhofazani kengaytirish va takomillashtirishda yordam berish ochlikni butunlay bartaraf etish yo'lida muhim qadamdir. WFP hukumatlar va sheriklar bilan birga 2030 yilgacha odamlarning milliy ijtimoiy muhofaza tizimlariga kirishini sezilarli darajada oshirish uchun faoliyat yuritmoqda. Ushbu tizimlar odamlarning oziq-ovqat xavfsizligi, ovqatlanishi va boshqa muhim ehtiyojlarini qondirish qobiliyatini muhofaza qilish va

---

<sup>11</sup> <https://www.wfp.org/social-protection>

rivojlantirish hamda ular duch keladigan xavflar va shoklarni boshqarishga yordam beradi. Biz hukumatlarni inklyuziv ijtimoiy muhofaza dasturlarini loyihalashtirish va amalga oshirishda qo'llab-quvvatlaymiz, odamlarning ehtiyojlari va qobiliyatlari, shuningdek, ularning zaifliklari va tengsizliklarini hisobga olamiz.

WFP milliy darajada boshqariladigan ijtimoiy muhofazani loyihalashtirish va amalga oshirishda yordam berishda uzoq tarixga ega bo'lib, hukumatlar nomidan texnik maslahatlar beradi va dasturlarni amalga oshiradi. Bundan tashqari, WFPning o'z dasturlari ko'pincha milliy ijtimoiy muhofaza maqsadlariga mos keladi. WFP siyosat va dasturlarni loyihalashtirish hamda amalga oshirishning barcha elementlari bo'yicha tajribaga ega. WFP'ning Nobel mukofoti bilan taqdirlanishi xalqaro hamjamiyat uchun kuchli signal bo'lib, gumanitar yondashuv, birdamlik va adolat tamoyillariga asoslangan global hamkorlikning naqadar muhim ekanligini yana bir bor eslatdi. Milliy ijtimoiy muhofaza tizimlari butun dunyoda milliardlab odamlarga yetib boradi. Ushbu tizimlarni mustahkamlashga sarmoya kiritish ochlik va ovqatlanishdan norozilar, shuningdek, to'g'ridan-to'g'ri yetib borolmagan shoklar va inqiroz xavfidagi millionlab odamlarni qo'llab-quvvatlashi mumkin.

**Xulosa.** Ijtimoiy ishning psixologik oqibatlari ijtimoiy ishchi uchun muhim jihatlardir. Ularni to'g'ri tushunish va boshqarish ijtimoiy ishchilarning ruhiy sog'lomligini saqlashga va samarali faoliyat yuritishga yordam beradi. Tibbiy, ta'lim va ijtimoiy yordamni uyg'unlashtirgan holda ko'rsatish ijtimoiy ishning samaradorligini oshiradi va odamlarning hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Ijtimoiy ishchilar ushbu sohalar o'rtasida muvofiqlikni ta'minlash orqali har bir shaxsning ehtiyojlarini to'liq qondirishga harakat qilishadi. Bolalar va oilalarga ijtimoiy-psixologik yordam ko'rsatish – bu ularning farovonligi, sog'lom rivojlanishi va jamiyatdagi barqaror o'rnini ta'minlash uchun muhim va zarur jarayondir. Bu yordam shaxsiy ehtiyojlar va muammolarni hisobga olgan holda individual va oilaviy darajada amalga oshiriladi. Imkoniyati cheklanganlar bilan ishlash — bu nafaqat ularning kundalik muammolarini yengillashtirish, balki ularga teng imkoniyatlar yaratish va jamiyatda faol ishtirok etishini ta'minlashdir. Ushbu jarayon insonparvarlik, sabr-toqat va professional bilimlarni talab qiladi. Imkoniyati cheklanganlar va ularning oilalarida yuzaga keladigan stressni



aniqlash va samarali boshqarish ijtimoiy ishchilarning muhim vazifalaridan biridir. Stressni kamaytirish orqali ularning hayot sifatini yaxshilash va jamiyatga integratsiyasini oshirish mumkin. Ijtimoiy ishdagi jismoniy natijalar mijozlarning hayot sifatini yaxshilashda muhim o‘rin tutadi. Ijtimoiy ishchilar yordamida jismoniy sog‘liqni yaxshilash, mustaqillikni oshirish va sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga erishish mumkin. Ichki resurslarga tayanish ijtimoiy ishning samarali yondashuvlaridan biri bo‘lib, mijozlarning mustaqilligi va ijobiy o‘zgarishlarga erishishiga xizmat qiladi. Bu yondashuv orqali ijtimoiy ishchilar shaxslarni o‘z kuchiga ishontirib, ularning hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi. Taqlid qiluvchi xarakter ijtimoiy o‘zaro ta’sirda va shaxsiy rivojlanishda muhim rol o‘ynaydi. Biroq, mustaqil fikrlash va o‘z shaxsiyligini rivojlantirish uchun taqliddan voz kechish ham zarur. Ijtimoiy ish va psixologik yordam orqali bunday shaxslarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirish mumkin. Shaxsiy resurslar ijtimoiy ishda mijozlarning muvaffaqiyatli moslashuvi va o‘z-o‘zini boshqarishini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Ijtimoiy ishchi mijozlarning ichki kuchlarini rivojlantirishga yo‘naltirilgan ish olib borishi orqali ularning hayot sifatini yaxshilashga ko‘maklashadi.

**Mustahkamlash uchun savollar:**

1. Ijtimoiy-psixologik yordam tushunchasini tushuntiring.
2. Bolalar va oilalarga ijtimoiy-psixologik yordam ko‘rsatishda asosiy maqsadlar nimalardan iborat?
3. Bolalar bilan ishlashda ijtimoiy-psixologik yordamning o‘ziga xos jihatlari qanday?
4. Oilalarda yuzaga keladigan psixologik muammolarni aniqlashda ijtimoiy ishchi qanday usullardan foydalanadi?
5. Oilaga yordam berishda psixologik maslahatning roli qanday?
6. Bolalar va oilalarga ijtimoiy-psixologik yordam ko‘rsatishda oilaning ichki munosabatlarini qanday hisobga olish kerak?
7. Stress va travma holatlarida bolalar va oilalarga qanday psixologik yordam ko‘rsatiladi?
8. Ijtimoiy ishchi oilalarda nizolarni hal qilishda qanday intervensiya usullarini qo‘llashi mumkin?
9. Bolalar va oilalar bilan ishlashda ijtimoiy-psixologik yordam ko‘rsatishda maxfiylik va etik tamoyillar qanday saqlanadi?

10. Ijtimoiy-psixologik yordam samaradorligini qanday baholash mumkin?

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>
2. The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et all. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.
3. Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160
4. Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. - P. 248. 2012.
5. Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Oeuvrer pour un monde plus juste. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande. -Trocaire.

## **15-MAVZU. FAVQULODDA VAZIYATLARDA RUHIY-IJTIMOY YORDAMNI RIVOJLANTIRISHDA DAVLAT, NODAVLAT VA XALQARO TASHKILOTLARNING ROLI**

**Ijtimoiy ishda favqulodda vaziyatlar vazirligi faoliyati.** Favqulodda vaziyatlar vazirligi (FV) mamlakatda yuzaga keladigan tabiiy ofatlar, texnogen avariyaalar, yong'inlar va boshqa favqulodda holatlarni oldini olish, ularga tezkor javob berish va oqibatlarini bartaraf etish bo'yicha markaziy organ hisoblanadi. Ijtimoiy ish sohasida esa Favqulodda vaziyatlar vazirligining faoliyati aholining ijtimoiy himoyasini ta'minlash va favqulodda vaziyatlarda aholi bilan ishlashga qaratilgan.

**Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ish va favqulodda vaziyatlar vazirligi roli:**

1. **Aholini ogohlantirish va tayyorlash.** Favqulodda vaziyatlarga tayyorlik bo'yicha ijtimoiy ishchilar va FV hamkorlikda aholiga xavfsizlik qoidalari, zarur choralar haqida ma'lumot beradilar.

2. **Favqulodda vaziyatlarda aholini evakuatsiya qilish va himoya qilish.** FV xodimlari ijtimoiy ishchilar bilan birgalikda jabrlanganlarni xavfsiz joylarga ko'chirishda, ularning asosiy ehtiyojlarini qondirishda ishtirok etadi.

3. **Psixologik yordam ko'rsatish.** Favqulodda vaziyatlarda ruhiy zo'riqish, stress va travma olgan aholiga ijtimoiy ishchilar psixologik qo'llab-quvvatlash beradi.

4. **Ijtimoiy yordam va resurslarni taqsimlash.** Jabrlanganlarga oziq-ovqat, kiyim-kechak, tibbiy yordam va boshqa zarur yordamni yetkazishda Favqulodda vaziyatlar vazirligi ijtimoiy xizmatlar bilan hamkorlik qiladi.

5. **Reabilitatsiya va tiklash ishlarini tashkil etish.** Favqulodda vaziyatlardan keyingi davrda ijtimoiy ishchilar FV bilan birgalikda jabrlanganlarning normal hayotga qaytishini ta'minlashga ko'maklashadi.

**Ijtimoiy ishda UNICEF.** UNICEF (BMTning Bolalar Jamg'armasi) – dunyo bo'ylab bolalar va oila farovonligini ta'minlashga qaratilgan xalqaro tashkilotdir. UNICEF ijtimoiy ish sohasida bolalar, oila va jamiyatning turli ijtimoiy muammolarini hal qilishda muhim hamkor sifatida faoliyat yuritadi.

**UNICEFning ijtimoiy ishdagi asosiy yo'nalishlari:**

1. **Bolalarning huquqlarini himoya qilish.** UNICEF bolalar huquqlari, ularning sog'lig'i, ta'limi va xavfsizligini ta'minlashga qaratilgan dasturlarni amalga oshiradi. Ijtimoiy ishchilar bilan hamkorlikda bolalarga nisbatan zo'ravonlik va ekspluatatsiyadan himoya qilishda faol ishtirok etadi.

2. **Ijtimoiy himoya va yordam dasturlari.** Kam ta'minlangan oilalar va xavf ostidagi bolalar uchun ijtimoiy yordam va qo'llab-quvvatlash tizimlarini yaratish va rivojlantirishda UNICEFning o'rni katta.

3. **Ta'lim va sog'liqni saqlash sohasida yordam** UNICEF ta'lim sifatini oshirish va sog'liqni saqlash xizmatlarini kengaytirishga ko'mak beradi, shu jumladan nogiron bolalar uchun maxsus dasturlarni ishlab chiqadi.

4. **Favqulodda vaziyatlarda yordam.** Favqulodda holatlarda (janglar, tabiiy ofatlar, pandemiyalar) UNICEF bolalar va oilalarga tezkor ijtimoiy, psixologik va moddiy yordam ko'rsatadi.

5. **Ijtimoiy ishchilarni tayyorlash va qo'llab-quvvatlash** UNICEF ijtimoiy ishchilar uchun treninglar, malaka oshirish kurslari va resurslar taqdim etadi, ularning kasbiy salohiyatini oshirishga hissa qo'shadi. UNICEF ijtimoiy ish sohasida bolalar va oilalarning huquq va farovonligini ta'minlashda hamda jamiyatdagi ijtimoiy muammolarni hal qilishda muhim xalqaro hamkor hisoblanadi. Ijtimoiy ishchilar va UNICEF o'rtasidagi hamkorlik jamiyatda ijobiy o'zgarishlarni amalga oshirishga xizmat qiladi.

**FAOning ijtimoiy ishdagi asosiy yo'nalishlari:**

1. **Oziq-ovqat xavfsizligini ta'minlash.** FAO kam ta'minlangan oilalar va zaif guruhlar uchun barqaror oziq-ovqat manbalarini yaratishga yordam beradi, bu esa ijtimoiy barqarorlik va sog'lom hayot uchun muhimdir.

2. **Qishloq xo'jaligini rivojlantirish.** FAO qishloq joylardagi aholini iqtisodiy jihatdan qo'llab-quvvatlash, fermerlarga maslahatlar berish va resurslarni taqsimlash orqali ularning hayot darajasini oshirishga ko'maklashadi.

3. **Ijtimoiy himoya va barqaror rivojlanish.** FAO ijtimoiy ishchilar bilan hamkorlikda kambag'allikni kamaytirish va barqaror rivojlanish strategiyalarini amalga oshirishga yordam beradi.

4. **Favqulodda vaziyatlarda oziq-ovqat yordam.** Tabiiy ofatlar yoki inqirozlar paytida FAO jabrlangan aholi uchun tezkor oziq-ovqat ta'minotini tashkil qiladi.

5. **Resurslarni boshqarish va ekologik barqarorlik.** FAO tabiiy resurslarni oqilona boshqarish va ekologik muvozanatni saqlash orqali jamiyatning uzoq muddatli farovonligini ta'minlashga yordam beradi.

**Ijtimoiy ishda Médecins Sans Frontières (MSF).** Médecins Sans Frontières (MSF) — ya'ni “Chegara bilmas shifokorlar” — bu xalqaro gumanitar tashkilot bo'lib, u favqulodda vaziyatlar, urushlar, tabiiy ofatlar va epidemiyalar davrida tibbiy yordam ko'rsatish bilan birga, inson huquqlarini himoya qilish va jamiyatlarni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan faoliyat yuritadi. Ijtimoiy ish sohasida MSF ko'p qiyinchiliklarga duch kelayotgan odamlar, xususan, jabrlanganlar va muhtojlarga yordam berishda muhim rol o'ynaydi.

**MSFning ijtimoiy ishdagi asosiy yo‘nalishlari:**

1. **Favqulodda vaziyatlarda tibbiy yordam ko‘rsatish** MSF favqulodda vaziyatlarda, jumladan urushlar, tabiiy ofatlar va pandemiyalar paytida zarur tibbiy xizmatlarni taqdim etadi. Bu jarayonda ijtimoiy ishchilar bilan hamkorlikda jabrlanganlarning ruhiy holatini qo‘llab-quvvatlashga ham e‘tibor qaratiladi.

2. **Psixosotsial yordam.** MSF tibbiy yordam bilan bir qatorda jabrlanganlarga psixologik yordam ko‘rsatadi, ularning ruhiy zo‘riqishlarini kamaytirishga ko‘maklashadi. Bu ijtimoiy ishchilarning ruhiy salomatlikni ta‘minlashdagi faoliyati bilan chambarchas bog‘liq.

3. **Inson huquqlarini himoya qilish.** MSF inson huquqlarini, xususan, sog‘liqni saqlashga bo‘lgan huquqni himoya qilishga katta e‘tibor beradi, ijtimoiy adolat va tenglikni ta‘minlashga intiladi.

4. **Jamoalarni rivojlantirish va tiklash.** Favqulodda vaziyatlardan so‘ng MSF mahalliy jamoalarning tiklanishi va barqaror rivojlanishiga yordam beradi, shu jumladan ijtimoiy yordam dasturlarini amalga oshiradi.

5. **Malaka oshirish va treninglar.** MSF ijtimoiy ishchilar va sog‘liqni saqlash xodimlarini malaka oshirish va treninglar bilan ta‘minlab, ularning samarali faoliyat yuritishiga yordam beradi.

**Ijtimoiy ishda OHCHR (Office of the High Commissioner for Human Rights)**

**OHCHR** — BMTning Inson huquqlari bo‘yicha Oliy komissarligi bo‘lib, u butun dunyoda inson huquqlarini himoya qilish va targ‘ib qilishga mas‘ul xalqaro tashkilotdir. Ijtimoiy ishda OHCHR inson huquqlari asosida amalga oshiriladigan faoliyatni qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy adolatni ta‘minlashda muhim rol o‘ynaydi.

**OHCHRning ijtimoiy ishdagi roli:**

1. **Inson huquqlarini himoya qilish va targ‘ib qilish** OHCHR ijtimoiy ishchilarni inson huquqlarining asosiy tamoyillari bilan tanishtiradi, ularni mijozlarning huquqlarini himoya qilishga rag‘batlantiradi.

2. **Ijtimoiy adolatni ta‘minlash.** OHCHR ijtimoiy ish sohasida tenglik, adolat va diskriminatsiyaga qarshi kurash prinsiplarini rivojlantirishga yordam beradi.

3. **Kambag‘allik va zaif guruhlarini himoya qilish** OHCHR ijtimoiy ishchilar va tashkilotlarga kambag‘al, nogiron,

bolalar va boshqa zaif guruhlarining huquqlarini himoya qilishda ko'mak beradi.

4. **Favqulodda vaziyatlarda inson huquqlarini qo'llab-quvvatlash.** Urushlar, tabiiy ofatlar yoki ijtimoiy inqirozlarda OHCHR jabrlanganlarning inson huquqlari buzilishini monitoring qiladi va himoya choralarini tashkil etishda yordam beradi.

5. **Malaka oshirish va treninglar.** OHCHR ijtimoiy ishchilar uchun inson huquqlari bo'yicha treninglar tashkil qilib, ularning professional bilim va ko'nikmalarini oshiradi. OHCHR ijtimoiy ishda inson huquqlariga asoslangan yondashuvni ta'minlash orqali ijtimoiy adolat va tenglikni mustahkamlashda muhim xalqaro hamkor hisoblanadi. Ijtimoiy ishchilar va OHCHR o'rtasidagi hamkorlik jamiyatdagi zaif guruhlarining huquqlarini himoya qilishga va ularning farovonligini oshirishga xizmat qiladi.

**Ijtimoiy ishda UNFPA.** UNFPA (United Nations Population Fund) — BMTning Aholini rejalashtirish va rivojlantirish fondi bo'lib, u aholining sog'ligi, reproduktiv huquqlari va gender tengligini ta'minlashga qaratilgan tashkilotdir. Ijtimoiy ishda UNFPA oilalar, ayollar va yoshlar salomatligi hamda ijtimoiy farovonligini oshirishda muhim rol o'ynaydi.

#### **UNFPAning ijtimoiy ishdagi asosiy yo'nalishlari:**

1. **Reproduktiv salomatlik va huquqlarni targ'ib qilish** UNFPA reproduktiv salomatlik xizmatlarini rivojlantirish va ayollarning o'z tanlovlarini amalga oshirish huquqini himoya qilishga yordam beradi. Ijtimoiy ishchilar bu jarayonda aholini sog'lom hayot tarziga o'rgatish, maslahat va qo'llab-quvvatlash xizmatlarini taqdim etishda faol ishtirok etadi.

2. **Gender tengligi va zo'ravonlikka qarshi kurash.** UNFPA gender asosidagi zo'ravonlikni kamaytirishga qaratilgan dasturlarni amalga oshiradi. Ijtimoiy ishchilar ayollar va qizlarni zo'ravonlikdan himoya qilish, ular uchun maslahat berish va himoya tizimlarini yaratishda UNFPA bilan hamkorlik qiladi.

3. **Yoshlar va oilalarni qo'llab-quvvatlash.** UNFPA yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qiladi, reproduktiv savodxonlikni oshiradi va oilalarni rejalashtirish bo'yicha maslahatlar beradi. Ijtimoiy ishchilar yoshlar bilan ishlashda UNFPA dasturlaridan foydalanadi.

4. **Favqulodda vaziyatlarda yordam ko'rsatish.** Favqulodda vaziyatlarda UNFPA ayollar va yoshlarning reproduktiv salomatligini ta'minlashda tezkor yordam ko'rsatadi, ijtimoiy ishchilar bilan hamkorlikda psixosotsial yordamni tashkil etadi.

5. **Malaka oshirish va tadqiqotlar.** UNFPA ijtimoiy ishchilar va sog'liqni saqlash mutaxassislarini tayyorlash, malaka oshirish kurslarini o'tkazish va aholining ehtiyojlarini o'rganishda faol ishtirok etadi.

**Ijtimoiy ishda Xalqaro Migratsiya Tashkilotining o'rni.** Xalqaro Migratsiya Tashkiloti (XMT - IOM) – bu xalqaro miqyosda migratsiya bilan bog'liq masalalarni hal qilish, ayniqsa zaif va muhtoj aholi qatlamlariga yordam ko'rsatish bilan shug'ullanuvchi yetakchi tashkilotdir. XMT 1951-yilda tashkil etilgan bo'lib, bugungi kunda BMT tizimining bir qismi sifatida faoliyat yuritadi. Ijtimoiy ish sohasida XMT muhim hamkorlardan biri hisoblanadi, chunki u inson huquqlari, ijtimoiy himoya, psixologik qo'llab-quvvatlash va reintegratsiya jarayonlarida faol ishtirok etadi.

**XMTning ijtimoiy ishdagi asosiy yo'nalishlari:**

1. **Zaif migrantlar bilan ishlash.** XMT urushdan qochganlar, muhojirlar, majburiy ko'chirilganlar, inson savdosiga uchraganlar kabi zaif guruhlar bilan ishlaydi. Ular uchun xavfsiz boshpana, tibbiy yordam, psixosotsial qo'llab-quvvatlash va huquqiy maslahat xizmatlarini taqdim etadi.

2. **Reintegratsiya va ijtimoiy moslashuv.** Vatanga qaytgan migrantlarga jamiyatga moslashishda yordam berish ijtimoiy ishning muhim vazifasidir. XMT bunday shaxslarga ishga joylashish, kasb-hunar o'rganish, ta'lim olish kabi imkoniyatlar yaratishda yordam beradi.

3. **Inson huquqlarini himoya qilish.** Ijtimoiy ishchilarning asosiy tamoyillaridan biri – inson qadr-qimmatini hurmat qilish. XMT ham ushbu tamoyilga amal qilgan holda, migrantlar huquqlarini himoya qilish, ularga adolatli munosabatni ta'minlashga intiladi.

4. **Favqulodda vaziyatlarda yordam.** Mojarolar, tabiiy ofatlar yoki qurolli mojarolar sababli majburiy ko'chishga uchraganlarga tezkor ijtimoiy va gumanitar yordam ko'rsatish – XMTning ustuvor yo'nalishlaridan biridir.

5. **Mahalliy ijtimoiy xizmatlar bilan hamkorlik.** XMT ko'plab mamlakatlarda ijtimoiy xizmat ko'rsatuvchi tashkilotlar bilan

hamkorlikda ishlaydi. Bu esa ijtimoiy ishchilar uchun tajriba almashish, yangi yondashuvlarni o'rganish va xalqaro amaliyotdan foydalanish imkonini yaratadi.

**Xulosa.** FAO ijtimoiy ish sohasida jamiyatning oziq-ovqat xavfsizligi, iqtisodiy rivojlanishi va kambag'allikni kamaytirish borasida muhim rol o'ynaydi. Ijtimoiy ishchilar va FAO o'rtasidagi hamkorlik aholi farovonligini oshirish va ijtimoiy muammolarni samarali hal qilishga xizmat qiladi. Favqulodda vaziyatlar vazirligi ijtimoiy ish bilan yaqin hamkorlikda ishlash orqali favqulodda vaziyatlarning oqibatlarini kamaytirish va jabrlanganlarni qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynaydi. Ijtimoiy ishchilar va FV xodimlari birgalikda aholini himoya qilish, psixologik yordam ko'rsatish va ijtimoiy yordamni samarali tashkil etish orqali jamiyat barqarorligini ta'minlashga xizmat qiladilar. UNFPA ijtimoiy ish sohasida reproduktiv salomatlik, gender tengligi va oilalarni qo'llab-quvvatlash bo'yicha muhim xalqaro hamkor hisoblanadi. Ijtimoiy ishchilar va UNFPA o'rtasidagi hamkorlik aholining farovonligini oshirish va ijtimoiy muammolarni hal qilishga xizmat qiladi. XMT ijtimoiy ish sohasida muhim rol o'ynaydi. Migratsiya global hodisa bo'lib, uni boshqarishda ijtimoiy ishchilar va xalqaro tashkilotlar o'rtasidagi hamkorlik hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. U insoniylik, tenglik va yordam ko'rsatish prinsiplariga asoslanib, migratsiyaviy jarayonlar ta'sirida qolgan insonlarga yordam berishda ijtimoiy ishchilarga kuchli tayanch va hamkor bo'lib xizmat qiladi.

#### **Mustahkamlash uchun savollar**

1. Favqulodda vaziyatlarda ruhiy-ijtimoiy yordam ko'rsatishda davlat tashkilotlarining asosiy vazifalari nimalardan iborat?
2. Nodavlat tashkilotlar favqulodda vaziyatlarda ruhiy-ijtimoiy yordamda qanday rol o'ynaydi?
3. Xalqaro tashkilotlar favqulodda vaziyatlarda ruhiy-ijtimoiy yordamni rivojlantirishda qanday yordam beradi?
4. Davlat va nodavlat tashkilotlari o'rtasidagi hamkorlik qanday yo'lga qo'yiladi?
5. Favqulodda vaziyatlarda ruhiy-ijtimoiy yordam ko'rsatishda xalqaro standartlar qanday ahamiyatga ega?



6. Davlat tashkilotlari tomonidan ruhiy-ijtimoiy yordam ko'rsatishning samaradorligini oshirish uchun qanday chora-tadbirlar qo'llanadi?

7. Nodavlat tashkilotlar favqulodda vaziyatlarda jamoatchilikni qanday jalb qiladi?

8. Xalqaro tashkilotlarning favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy ishchilarga ko'rsatadigan trening va malaka oshirish dasturlari qanday amalga oshiriladi?

9. Favqulodda vaziyatlarda ruhiy-ijtimoiy yordam ko'rsatishda resurslar taqsimoti qanday boshqariladi?

10. Davlat, nodavlat va xalqaro tashkilotlarning rolini kuchaytirish uchun qanday yangi strategiyalar ishlab chiqilishi mumkin?

### **Foydalanilgan adabiyotlar.**

1.Touching people's lives: The joy and challenge of being a humanitarian. <https://turkiye.iom.int/stories/touching-peoples-lives-joy-and-challenge-being-humanitarian>

2.The Routledge International Handbook of Social Work and Disaster Practice. 1<sup>st</sup> Edition. Carole Adamson, Margaret Alston, Bindi Benett, Jennifer et al. 2025. Taylor & Francis Group, New York, P.537.

3.Elisha Walman, Marcia Glass. A field manual for palliative care in humanitarian crises. 2019, P. 160

4.Daniel P. Aldrich. Building resilience. Social capital in post-disaster recovery. University of Chicago Press. Chicago, Volume 15 Issue 1. -P. 248. 2012.

5.Éamonn Meehan. Manuel d'action humanitaire. Ouvrer pour un monde plus juste. Page 116. [https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french\\_0.pdf](https://www.trocaire.org/sites/default/files/resources/policy/humanitarian-handbook-french_0.pdf). Irlande. -Trocaire.

## TESTLAR

**1. Gumanitar inqiroz nima?**

**A) Insonlarning hayoti va farovonligiga jiddiy tahdid soluvchi favqulodda holat**

B) Faqat iqtisodiy qiyinchiliklar

C) Siyosiy tizimning o'zgarishi

D) Mahalliy boshqaruv muammolari

**2. Ijtimoiy ishda “zaif qatlamlar” deganda nima tushuniladi?**

**A) Bolalar, ayollar, keksalar, nogironlar**

B) Boylar va tadbirkorlar

C) Ishbilarmonlar

D) Sportchilar

**3. Qaysi tashkilot global miqyosda gumanitar yordam ko'rsatish bilan shug'ullanadi?**

**A) O'zbekiston Qizil Yarim Oy jamiyati / Xalqaro Qizil Xoch qo'mitasi**

B) JSST

C) XMT

D) UNESCO

**4. Inqiroz holatlarida birinchi navbatda bajarilishi lozim bo'lgan ish nima?**

**A) Tezkor ehtiyojlarni aniqlash va yordam ko'rsatish**

B) Soliq yig'ish

C) Saylov o'tkazish

D) Maorif islohotlari

**5. Gumanitar yordam qanday holatlarda ko'rsatiladi?**

**A) Favqulodda inqiroz holatlarida (urush, ofat, migratsiya va boshqalar)**

B) Tinchlik va barqarorlik davrida

C) Faqat siyosiy muammolarda

D) Sport musobaqalari oldidan

**6. Psixologik yordam nima uchun muhim?**

**A) Travmadan keyin ruhiy salomatlikni tiklash uchun**

B) Odamlarni jazolash uchun

C) Iqtisodiy barqarorlik uchun

D) Uy-joy qurish uchun

**7. “Qochoq” tushunchasi nimani bildiradi?**

**A) Boshpanasiz qolgan muhojir**

B) Tabiiy ofat muhojiri

C) Rasmiy hujjat

D) Yirik shaharlar

**8. Gumanitar inqirozda eng ko‘p zarar ko‘radigan guruhlar?**

**A) Bolalar va ayollar**

B) Ishbilarmonlar

C) Harbiylar

D) Politsiya xodimlari

**9. Favqulodda vaziyatlarda ijtimoiy xodimning asosiy vazifasi nima?**

**A) Zarur ehtiyojlarni aniqlash va yordam tashkil etish**

B) Axborot tarqatish

C) Soliq yig‘ish

D) Sotsiologik tadqiqot o‘tkazish

**10. Ijtimoiy ishning etik tamoyillaridan biri nima?**

**A) Inson sha‘nini hurmat qilish**

B) Har qanday vosita bilan maqsadga erishish

C) Shaxsiy manfaatni ustun qo‘yish

D) Siyosiy tarafkashlik

**11. Qaysi holat ijtimoiy inqirozga olib keladi?**

**A) Qurolli mojaro yoki urush**

B) Turizm o‘sishi

C) Texnologik taraqqiyot

D) Sport tadbirlari

**12. Tabiiy ofatlardan biri bu —**

**A) Zilzila**

B) Inflyatsiya

C) Kambag‘allik

D) Islohotlar

**13. Inqiroz holatlarida bolalarni muhofaza qilishning muhim jihati —**

**A) Ularning xavfsizligini ta‘minlash va psixologik yordam ko‘rsatish**

B) Ularni jazolash

C) Ularni ishga joylashtirish

D) Siyosiy tarbiya

**14. Qachon ijtimoiy xodim voqeaga aralashmasligi kerak?**

- A) Etik mezonlar buzilsa yoki shaxsiy manfaat to'qnashsa
- B) Zarur yordam so'ralganda
- C) Huquqbuzarlik aniqlanganda
- D) Jabrlanganlar yordam so'raganda

**15. Gumanitar yordamni kimlar tashkil qilishi mumkin?**

- A) Davlat, NNT, xalqaro tashkilotlar
- B) Faqat davlat organlari
- C) Faqat armiyalar
- D) Faqat fuqaro faollari

**16. Favqulodda vaziyatlarda birinchi yordam nima?**

- A) Tibbiy va psixologik yordam
- B) Ma'naviy targ'ibot
- C) Siyosiy tashviqot
- D) Sport tadbiri

**17. Ijtimoiy xodimlar favqulodda holatlarda kimlar bilan hamkorlikda ishlaydi?**

- A) Tibbiyot xodimlari, huquq-tartibot idoralari, NNTlar
- B) Faqat rahbarlar
- C) O'qituvchilar
- D) Sportchilar

**18. "Gumanitar prinsip" tushunchasi nimani anglatadi?**

- A) Inson hayotini saqlab qolish va azob-uqubatni kamaytirishga qaratilgan yondashuv
- B) Faqat iqtisodiy yordam
- C) Siyosiy kampaniya
- D) Tadbirkorlik

**19. Migratsiya sabablari orasida quyidagisi yo'q:**

- A) Sport musobaqasi
- B) Iqlim o'zgarishi
- C) Urush
- D) Iqtisodiy qiyinchilik

**20. Ijtimoiy himoya tizimi gumanitar inqirozda qanday rol o'ynaydi?**

- A) Aholining zaif qatlamlarini qo'llab-quvvatlaydi va yordam beradi
- B) Nazoratni kuchaytiradi

C) Faqat ma'lumot beradi

D) Saylov o'tkazadi

## **GUMANITAR KRIZISLAR VA IJTIMOIIY ISH FANIGA OID GLOSSARIY**

1. **Barqarorlik (sustainability)** – Yordamning uzoq muddatli foydasini ta'minlash.
2. **Erta javob choralari** – Krizisga tezkor javob berish orqali oqibatlarni kamaytirish harakatlari.
3. **Favqulodda holat** – Tezkor javobni talab qiluvchi, normal ijtimoiy tartibni buzuvchi vaziyat.
4. **Gumanitar krizis** – Tabiiy ofatlar, urushlar, migratsiya yoki epidemiyalar oqibatida yuzaga keladigan ijtimoiy inqiroz holati.
5. **Gumanitar missiya** – Xalqaro tashkilotlar tomonidan olib boriladigan yordam ekspeditsiyasi.
6. **Gender tengligi** – Ayol va erkaklarning teng huquq va imkoniyatlarga ega bo'lishi.
7. **Ijtimoiy ish** – Insonlar hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan professional faoliyat turi.
8. **Ijtimoiy xavf ostidagi guruhlar** – Ayollar, bolalar, keksalar, nogironlar va boshqalar.
9. **Insonparvarlik yordami (gumanitar yordam)** – Zaruratda qolgan aholi guruhlariga oziq-ovqat, suv, tibbiy yordam va boshqalar orqali ko'rsatiladigan yordam.
10. **Ichki ko'chirilgan shaxs (IDP)** – O'z mamlakati ichida majburan ko'chishga majbur bo'lgan shaxs.
11. **Ijtimoiy himoya** – Aholining zaif qatlamlariga yordam ko'rsatish tizimi.
12. **Ijtimoiy xizmatlar** – Davlat yoki NNTlar tomonidan ko'rsatiladigan yordam va xizmatlar.
13. **Ijtimoiy rehabilitatsiya** – Shaxsni jamiyatga qayta moslashtirish jarayoni.
14. **Ijtimoiy moslashuv** – Shaxsning yangi sharoitga ijtimoiy jihatdan moslashuvi.
15. **Jamiyatga asoslangan yondashuv** – Mahalliy aholining ishtirokini ta'minlovchi yondashuv.
16. **Krizis menejmenti** – Favqulodda holatlarni oldini olish va boshqarish jarayoni.

17. **Ko'ngillilik** – O'z ixtiyori bilan beg'araz yordam ko'rsatish faoliyati.
18. **Ko'p sektorli yondashuv** – Tibbiy, psixologik, ijtimoiy, ta'lim kabi sohalarning birgalikda yondashuvi
19. **Mahalliy hamjamiyat** – Muayyan hududda yashovchi aholining umumiy jamoasi.
20. **Monitoring** – Gumanitar yordam jarayonini kuzatish va baholash.
21. **Muhojir** – Vatanga qaytish imkonisiz boshqa hududga ko'chishga majbur bo'lgan shaxs.
22. **Psixososial yordam** – Ruhiy va ijtimoiy barqarorlikni tiklashga qaratilgan yordam.
23. **Ijtimoiy ish etikasi** – Ijtimoiy ishda amal qilinadigan axloqiy tamoyillar majmuasi.
24. **Psixologik yordam** – Stress, depressiya va boshqa psixologik muammolarni hal qilish bo'yicha ko'rsatiladigan yordam.
25. **Qochqin** – Diniy, irqiy, siyosiy tazyiq tufayli mamlakatidan chiqib ketgan va boshqa davlatdan boshpana so'ragan shaxs.
26. **Reabilitatsiya** – Jismoniy yoki ruhiy shikastdan so'ng tiklash jarayoni.
27. **Reintegratsiya** – Krizisdan keyingi jamiyatga qayta qo'shilish jarayoni.
28. **Restorativ yondashuv** – Zararni qoplash, munosabatlarni tiklashga qaratilgan ijtimoiy ish metodi.
29. **Sifat nazorati** – Yordam sifatini ta'minlashga qaratilgan jarayon.
30. **Travma** – Insonning psixologik, jismoniy yoki hissiy salomatligiga kuchli ta'sir qiluvchi holat.
31. **Tibbiy evakuatsiya** – Tibbiy yordamga muhtojlarni xavfsiz joyga ko'chirish.
32. **Resurslarni safarbar qilish** – Zarur vositalar va yordamni jalb etish.
33. **Vulnerability (zaiflik)** – Shaxs yoki guruhning krizis oldida zaif holati.
34. **Bosqichma-bosqich yondashuv** – Krizisga javobning ketma-ketlik asosida olib borilishi.
35. **Xavf tahlili** – Potensial tahdid va ularning oqibatlarini aniqlash jarayoni.
36. **Xavfsizlik protokollari** – Krizis holatida amal qilinadigan xavfsizlik qoidalari.

- 37.Yordam koordinatsiyasi** – Turli tashkilotlar yordamining muvofiqlashtirilgan tartibi.
- 38.Zararlanish bahosi (Needs Assessment)** – Aholining asosiy ehtiyojlarini aniqlash uchun olib boriladigan tahlil.
- 39.Zudlik bilan yordam**– Favqulodda vaziyatga darhol ko‘rsatiladigan yordam.
- 40. Zo‘ravonlikdan himoya** – Aholini, ayniqsa zaif guruhlarni jismoniy yoki ruhiy zo‘ravonlikdan asrash.



## **ADABIYOTLAR**

1. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. T., 2023.
2. O‘RQ-996-son “Bolalarni zo‘ravonlikning barcha shakllaridan himoya qilish to‘g‘risida” O‘zbekiston Respublikasining qonuni
3. <https://lex.uz/uz/docs/7219502?ONDATE=15.05.2025%2000>
4. <https://lex.uz/ru/docs/-6600413> O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023 yil 12 sentabrdagi PF—158 son “O‘zbekiston — 2030” Strategiyasi to‘g‘risida Farmoni

### **Internet manbalari:**

1. <http://www.President.uz>
2. BMT – <http://www.un.org>
3. World Food Programme - <http://www.wfp.org>
4. World Central Kitchen - <https://wck.org/>
5. <https://www.fao.org/home/en-> Food and Agriculture Organization of the United Nations
6. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Ijtimoiy himoya milliy agentligi <https://ihma.uz/uz/agency-category/>

### **Asosiy adabiyotlar**

1. Liesbet Heyse, Andrej Zwitter, Rafael Wittek, Joost Herman. Humanitarian Crises, Intervention and Security: A Framework for Evidence-Based Programming. 1<sup>st</sup> edition, 2016, Routledge. -London. 238 pp.
2. The Sphere Handbook: Humanitarian Charter and Minimum Standards in Humanitarian Response. Sphere Association / Practical Action Publishing. 2011 Edition. Rugby, -P. 394.
2. Disaster, Conflict and Society in Crises: Everyday Politics of Crisis Response. Dorothea Hilhorst, 2013, -London, Routledge. -304 pp.
3. Eric James. Managing Humanitarian Relief: An Operational Guide for NGOs. 2nd ed., 2008. -Rugby, Practical Action Publishing. -431 pp.
4. Ben Rawlence. City of Thorns: Nine Lives in the World’s Largest Refugee Camp., Thorndike Press, -New York, 2016. -P. 400.
5. С.В.Гуревич. Социальная работа в условиях катастроф и чрезвычайных ситуаций.

6. Margaret Alston, Tricia Hazeleger and Desley Hargreaves. Social Work Disasters: A handbook for practice. 2019, Routledge, New York. –P.264.

5. Humanitarian Crises and Intervention: Reassessing the Impact on Social Work Education. Под ред. Daniel B. Goldberg.

6. David P. Fauri. Disaster Social Work: Recovery and Resilience.

7. Social Work and Global Health Inequalities. Liz Beddoe, Jane Fook, and Ami Cooper.

8. Chris Maylea и др. Social Work in the Shadow of the Law.

9. Российский научно-практический журнал Pallium. Паллиативная и хосписная помощь. №4(9) 2020,

### **Qo‘shimcha adabiyotlar**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. -T.: O‘zbekistan. 2017. -486 b.

2. Mirziyoyev Sh.M. Hozirgi zamon va Yangi O‘zbekiston. -T.: O‘zbekistan, 2024. -512 b.

3. Mirziyoyev Sh.M. Xalqimizning roziligi bizning faoliyatimizga berilgan eng oliy bahodir. 2-jild. -T.: O‘zbekiston, 2018. -508 b.

4. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston strategiyasi. -T.: “O‘zbekiston”, 2021, - 446 b.





**SHIRINOV ANVAR QANOATOVICH**  
**GUMANITAR KRIZISLAR SHAROITIDA IJTIMOIIY ISH**

O'quv qollanmasi

|                         |                        |
|-------------------------|------------------------|
| <i>Muharrir:</i>        | <i>A. Qalandarov</i>   |
| <i>Texnik muharrir:</i> | <i>G. Samiyeva</i>     |
| <i>Musahhih:</i>        | <i>S. Tursunboyeva</i> |
| <i>Sahifalovchi:</i>    | <i>M. Bafoyeva</i>     |

Nashriyot litsenziyasi AI № 178. 08.12.2010. Original-maketdan bosishga ruxsat etildi: 23.12.2025. Bichimi 60x84. Kegli 16 shponli. «Times New Roman» garn. Ofset bosma usulida bosildi. Ofset bosma qog'ozi. Bosma tobog'i 8,5. Adadi 100. Buyurtma №919.

“Sadriddin Salim Buxoriy” MCHJ  
“Durdona” nashriyoti: Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy.  
Bahosi kelishilgan narxda.

“Sadriddin Salim Buxoriy” MCHJ bosmaxonasida chop etildi.  
Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: 0(365) 221-26-45