

NOGIRONLIGI BO'LGAN SHAXSLARNI PSIXOLOGIK QO'LLAB - QUVVATLASH ORQALI HAYOTGA BO'LGAN QIZIQISHINI OSHIRISH

Raximova Lobar Qahramonovna
Toshkent tumani “Inson” ijtimoiy
xizmatlar markazi psixologi

Annotatsiya: nogironlik, ko'plab odamlar uchun jismoniy va ruhiy jihatdan qiyinchiliklar tug'dirishi mumkin, bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchini va hayotga bo'lgan qiziqishini pasaytirishi mumkin. Psixologik qo'llab-quvvatlash, shuningdek, ijtimoiy integratsiya va shaxsiy rivojlanish jarayonida muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, psixologik qo'llab-quvvatlashning nogiron shaxslar uchun qanday ijobiy ta'sir ko'rsatishi, ularning o'z-o'zini anglashini kuchaytirishi va jamiyatda faol qatnashishlarini rag'batlantirishi haqida fikr yuritiladi.

Kalit so'zlar: nogironlik, psixologik qo'llab-quvvatlash, shaxsiy rivojlanish, psixologik yordam.

Аннотация: Инвалидность может вызывать физические и психические трудности у многих людей, что может снизить их уверенность в себе и интерес к жизни. Психологическая поддержка также играет важную роль в процессе социальной интеграции и личностного развития. Также обсуждается, как психологическая поддержка может оказывать положительное влияние на людей с ограниченными возможностями, повышая их самосознание и поощряя их активное участие в жизни общества.

Ключевые слова: инвалидность, психологическая поддержка, личностное развитие, психологическая помощь.

Abstract: Disability can cause physical and mental difficulties for many people, which can reduce their self-confidence and interest in life. Psychological support also plays an important role in the process of social integration and personal development. It also discusses how psychological support can have a positive impact on people with disabilities, increasing their self-awareness and encouraging their active participation in society.

Key words: disability, psychological support, personal development, psychological assistance.

Dunyoda aholining demografik holatiga ko'ra, nogironligi bo'lgan shaxslar sonining o'sib borish tendensiyasi kuzatilmoqda, bunda jahondagi aholining 15 % nogironligi bo'lgan insonlar tashkil etib, shundan 100 milliondan ortig'i bolalar hisoblanadi. Darhaqiqat, nogironligi bo'lgan bolalarning ko'payishi esa har bir davlatning istiqboliga xavf solib, bolalarni ijtimoiy himoya qilishga oid davlat

siyosatini amalga oshirishga sabab bo'ladi. Bunda inklyuziv jamiyatni rivojlantirishga xizmat qiluvchi nogironlikni inson huquqlarining sub'ekti sifatida tan olinishi, ularga nisbatan ijtimoiy yondashuvni qo'llash, ijtimoiy himoyani kuchaytirishga qaratilgan tendensiyalarni yanada rivojlantirishni taqozo etadi. "Jahonning yirik ilmiy markazlarida nogironligi bo'lgan bolalarni ijtimoiy himoyalash yo'nalishida bir qator tadqiqotlar olib borilmoqda. Shaxsning turmush faoliyati cheklanganligi uning o'z-o'ziga xizmat qilish, yurish, yo'lni topa olish, muloqot qilish, o'z xatti-harakatini nazorat etish, shuningdek mehnat faoliyati bilan shug'ullanish qobiliyati yoki imkoniyatini to'la yoxud qisman yo'qotganligida ifodalanadi. Nogironlar o'z navbatida aqliy imkoniyati cheklangan hamda jismoniy imkoniyati cheklangan shaxslar guruhiga bo'linadi. Bu turga mansub insonlar jamiyatimizda borligini hech kim inkor etolmaydi. SHunday ekan, bu turdagi nogironlarning jamiyatda o'z o'rnini topishiga ko'maklashish, ularning ruhiyatini ya'ni psixologiyasini ijobiy tomonga o'zgartirish, yonidagilar bilan munosabatlarini yaxshilash, ertangi kunga qiziqishini va ishonchini oshirish ijtimoiy ish xodimining asosiy vazifalar hisoblanadi. SHunday ekan, biz imkoniyati cheklangan bolalarga ijtimoiy xizmatni ko'rsatishda birinchi navbatda ularning ruhiyatini sog'lomlashtirishga va jonlantirishga e'tibor qaratishimiz hamda psixologiyasini o'zgartirib, yangi muhitga yangi o'zgarishlarga tez moslashishi uchun harakat qilishimiz lozim. Ruhiy xolatdan tashqi qiyofa va xatti-harakatga nisbatan ham yaqqolroq dalolat beruvchi narsa, albatta, aytilayotgan gap-so'z va uning aytilish ohangidir. Bugungi kunda nogironlarning jismoniy fizologik kamchiliklarini va bu vaziyatlar bilan bog'liq o'ziga xos o'zgarishlarni bilish, bilan birgalikda ularning ma'naviy olami, ruhiy holati, psixologiyasi, ichki kechinmalari, hissiyotlarida kechadigan jarayonlarni chuqurroq o'rganishni va ko'proq tadqiq qilishni taqozo qilayotganligi, kechiktirib bo'lmas haqiqatdir. Jismoniy yoki aqliy nuqsonlari borligi tufayli turmush faoliyati cheklanganligi munosabati bilan ijtimoiy yordam va himoyaga muhtoj bo'lgan shaxs nogiron hisoblanadi.

1. Nogironligi bo'lgan bolalarning statistikasini yurituvchi, YAgona reestrni tashkil etish.

2. Nogironligi bo'lgan shaxslarning ijtimoiy moslashuvi, ularning kamsitilishiga yo'l qo'yilmasligini ta'minlash hamda oila, jamiyat va davlat bilan o'zaro bog'liqligini kuchaytirish bo'yicha, shu jumladan xorijiy davlatlar tajribasini hisobga olib, maxsus ijtimoiy lavhalardan foydalangan holda olib boriladigan tushuntirish ishlarini olib borish va jamiyatning nogironligi bo'lgan shaxslarga nisbatan munosabatini o'zgartirish;

3. Nogronligi bo'lgan bolalar to'g'risida aniq statistik ma'lumotning mavjudligi ularni himoya qilish uchun ajratilayotgan mablag'larni manzilli va samarali sarflanishiga olib keladi.

Nogironligi bo'lgan shaxslarga homiylik yoki xayriya ob'ekti emas balki, ularni jamiyatga uyg'unlashtirish, rehabilitatsiya qilish, jamiyatdagi turli hil to'siqlarni bartaraf etish (nogironligi bo'lgan shaxslarga nisbatan mulohaza va stereotiplar, ular uchun moslashtirilgan transportlarning yo'qligi, axborot olishning yo'qligi, turar joy va ijtimoiy ob'ektlarga kirishdagi noqulayliklar) nuqtai nazaridan yondashish ularning o'z-o'zini baholashlarini oshish imkonini beradi va ularga tenghuquq hamda imkoniyat uchun kuch ado etadi. Nogironligi bo'lgan bolalarni ijtimoiy himoya qilish tizimida ijtimoiy ish amaliyotini tatbiq etish. Professional ijtimoiy xizmat tizimi yaratiladi. Mavjud ijtimoiy xizmat turlari kengayadi. Ushbu xizmatlar ijtimoiy ish amaliyotining keng tarqalgan zamonaviy texnologiyalari hisoblangan "keys-menejment" usuli asosida amalga oshiriladi. Nogironligi bo'lgan bolalar bilan qisqa muddatli chora-tadbir ko'rish emas, balki ularni va oila a'zolarini qiyin hyotiy vaziyatdan chiqarishga, normal hayotga qaytishini ta'minlashga erishiladi. Nogironligi bo'lgan bolalarning institutsional muassasalarga tushishining oldi olinadi. Nogironligi bo'lgan bolalarning ota-onalari va oila a'zolari bilan muntazam ishlash, seminar-treninglar, davra-suhbatlari, uchrashuvlar o'tkazish. Bunday farzandlari bor ota-onalar o'rtasida o'zaro ko'mak berish guruhlarini tuzish. Nogironligi bo'lgan bolalarning ota-onalarining bolani parvarish qilish va tarbiyalash, bunday bolalar uchun davlat tomonidan berilgan huquq va imtiyozlardan xabardorligi oshiriladi. Psixologik qo'llab-quvvatlash nogironligi bo'lgan shaxslarning hissiy salomatligini yaxshilash, o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish va ijtimoiy integratsiyani ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Psixologik yordamning bir nechta asosiy jihatlari mavjud: Psixologik yordam shaxslarning hissiy holatini yaxshilashga yordam beradi. Bu esa ularning stress, qayg'u va depressiya kabi salbiy his-tuyg'ular bilan kurashishiga yordam beradi. Psixologlar va terapevtlar nogironligi bo'lgan shaxslarni ijtimoiy tarmoqlarga jalb qilish orqali ularning izolyatsiyasini kamaytiradi. Ijtimoiy faoliyatlar orqali ular yangi do'stlar orttirishlari va o'zlarini jamiyatda qiziqarli his qilishlari mumkin. Psixologik qo'llab-quvvatlash shaxslarning o'zlarini anglashlariga yordam beradi. Bu jarayon orqali ular o'z qobiliyatlarini, kuchli tomonlarini va imkoniyatlarini aniqlaydilar, bu esa o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi. Shaxsiy muammolarni hal qilishda individual terapiya juda foydali bo'lishi mumkin. Terapevt bilan ochiq muloqot qilish orqali nogironligi bo'lgan shaxslar o'z his-tuyg'ularini ifoda etishlari va yangi strategiyalarni o'rganishlari mumkin. Boshqa nogironligi bo'lgan shaxslar bilan birga guruh terapiyasida qatnashish, ular o'rtasida o'zaro qo'llab-quvvatlash va tajriba almashishga yordam beradi. Bu usul ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish va yangi do'stliklarni shakllantirishda samarali. Turli xil rag'batlantiruvchi dasturlar, masalan, sport yoki san'at faoliyatlari orqali nogironligi bo'lgan shaxslar o'z qobiliyatlarini rivojlantirishlari va hayotga qiziqishini oshirishlari mumkin. Bunday dasturlar orqali ular o'zlarini muvaffaqiyatli his qilishlari va yangi ko'nikmalarni egallashlari

mumkin. Ta'lim olish va kasbiy rivojlanish imkoniyatlari nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini anglashlariga yordam beradi. Ular yangi bilimlarni egallab, o'z qobiliyatlarini oshirishlari mumkin. Ijtimoiy tadbirlarda ishtirok etish, masalan, volontyorlik yoki jamoaviy ishlar orqali nogironligi bo'lgan shaxslar jamiyatga qo'shilishlari va ijtimoiy aloqalarini kengaytirishlari mumkin. Nogironligi bo'lgan shaxslarni psixologik qo'llab-quvvatlash orqali hayotga bo'lgan qiziqishini oshirish, ularning hissiy salomatligini yaxshilash va ijtimoiy integratsiyasini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Psixologik yordam, individual va guruh terapiyalari, rag'batlantiruvchi dasturlar va ijtimoiy faoliyatlar bu jarayonda samarali vositalar hisoblanadi. Bunday yondashuvlar nogironligi bo'lgan shaxslarning hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi va ularni jamiyatda faol ishtirok etishga rag'batlantiradi.

Foydalanilgan adabiyot va havolalar

1. Komilov F. O'zbekistonda nogironligi bo'lgan bolalarni ijtimoiy himoya qilishni institutsional takomillashtirish mavzusida yozilgan sotsiologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi Toshkent 2022-yil 3-bet
2. Dyurkgeym E. Sennostnye i realnye sujudeniya / E. Dyurkgeym // Sotsiologicheskie issledovaniya. 1991. No 2.
3. 4. Veber M. Osnovnye sotsiologicheskie ponyatiya / M. Veber // Izbr. proizvedeniya. M., 1990.
4. Parsons T. Funktsionalnaya teoriya izmereniya / T. Parsons // Amerikanskaya sotsiologicheskaya mysl. M., 1994.
5. Mirziyoev SH. M. Qonunustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. - Toshkent: O'zbekiston, 2017. – B. 25.
6. Nazarov Q. Manaviy qadriyatlar va inson qadri. - Toshkent: Ma'naviyat, 2011 – B. 10.