

KAM TA'MINLANGAN OILALARGA PSIXOLOGIK XIZMATNING AHAMIYATI

*Oltinko'l tumani "INSON" ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi
Sotvoldiyev Azamat Abdilxayevich*

Annotatsiya: Kam ta'minlangan oilalar jamiyatning muhim qismini tashkil etadi. Ularning ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlari ko'pincha qiyin bo'lib, bu esa oilalarning ruhiy salomatligi va farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Psixologik xizmatlar bu oilalarga yordam berish, ularning ruhiy holatini yaxshilash va ijtimoiy integratsiyasini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Ushbu maqolada kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlarning ahamiyati, ularning ruhiy salomatlikka ta'siri va ijtimoiy muammolarni hal qilishdagi roli haqida ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar : psixologik xizmatlar, stress, muammolar, ruhiy salomatlik, psixoterapevtlar, xizmatlar, ko'nikmalar.

Аннотация: Семьи с низким доходом составляют важную часть общества. Их социально-экономические условия часто сложны, что негативно влияет на психическое здоровье и благополучие семей. Психологические службы играют важную роль в поддержке этих семей, улучшении их психического здоровья и обеспечении их социальной интеграции. В этой статье представлена информация о важности психологических служб для семей с низким доходом, их влиянии на психическое здоровье и их роли в решении социальных проблем.

Ключевые слова: психологические службы, стресс, проблемы, психическое здоровье, психотерапевты, службы, навыки.

Abstract: Low-income families constitute an important part of society. Their socio-economic conditions are often difficult, which negatively affects the mental health and well-being of families. Psychological services play an important role in supporting these families, improving their mental health and ensuring their social integration. This article provides information on the importance of psychological services for low-income families, their impact on mental health and their role in solving social problems.

Keywords: psychological services, stress, problems, mental health, psychotherapists, services, skills.

KIRISH

Kam ta'minlangan oilalarda iqtisodiy muammolar ko'pincha ruhiy salomatlikka ta'sir qiladi. Stress, depressiya, xavotir va boshqa ruhiy muammolar bu oilalarda keng tarqalgan. Iqtisodiy qiyinchiliklar, ish joyining yo'qligi, past daromadlar va ta'lim imkoniyatlarining cheklanganligi ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi. Psixologik xizmatlar bu muammolarni hal qilishda yordam berishi mumkin. Psixologlar va

psixoterapevtlar kam ta'minlangan oilalar bilan ishlashda o'z bilim va tajribalarini qo'llaydilar, ularning ruhiy holatini yaxshilash va stressni boshqarish bo'yicha maslahatlar beradilar.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA TADQIQOT METODOLOGIYASI

Psixologik xizmatlar kam ta'minlangan oilalarga ruhiy salomatlikni yaxshilashda yordam beradi. Ular oilalarga o'z his-tuyg'ularini ifoda etish, muammolarini ochiq muhokama qilish va stressni boshqarish bo'yicha ko'nikmalarni o'rgatadi. Bu xizmatlar oilalarning o'zaro munosabatlarini yaxshilashga ham yordam beradi. Psixologlar oilalarga o'zaro munosabatlarni rivojlantirish, muammolarni birgalikda hal qilish va bir-birini qo'llab-quvvatlash bo'yicha strategiyalarni taklif qiladilar. Bu esa oilalarning ruhiy salomatligini yaxshilashga va ijtimoiy muammolarni hal qilishga yordam beradi. Kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlar ko'rsatish jarayonida, psixologlar ko'pincha oilaning barcha a'zolari bilan ishlashadi. Bu yondashuv oilaning ichki dinamikasini tushunishga va har bir a'zoning hissiy holatini hisobga olishga yordam beradi. Oilaviy terapiya va maslahatlar orqali oilalar o'zaro munosabatlarini yaxshilash, muammolarni hal qilish va bir-birini qo'llab-quvvatlash ko'nikmalarini o'rganadilar. Bu jarayon oilaning umumiy ruhiy salomatligini yaxshilashga yordam beradi va ularning ijtimoiy integratsiyasini ta'minlaydi. Psixologik xizmatlar, shuningdek, kam ta'minlangan oilalarning bolalariga ham katta yordam beradi. Bolalar iqtisodiy muammolardan ko'proq ta'sirlanishadi va ularning ruhiy salomatligi ko'pincha xavf ostida bo'ladi. Psixologlar bolalar bilan ishlashda o'ziga xos yondashuvlarni qo'llaydilar, ularning hissiy holatini yaxshilash va o'zlarini ifoda etish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradilar. Bu bolalarning o'z-o'zini baholashini yaxshilaydi, ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantiradi va ularning kelajakdagi muvaffaqiyatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.[1]

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlarning ahamiyati shundaki, ular nafaqat ruhiy salomatlikni yaxshilash, balki ijtimoiy muammolarni hal qilishda ham muhim rol o'ynaydi. Psixologik xizmatlar orqali oilalar o'z muammolarini hal qilishda ko'mak olishadi, o'zaro munosabatlarini rivojlantiradilar va ijtimoiy integratsiyaga erishadilar. Bu jarayon, o'z navbatida, jamiyatning barqarorligini ta'minlashga yordam beradi. Shuningdek, kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlar ko'rsatish jarayonida davlat va ijtimoiy tashkilotlarning roli ham muhimdir. Davlat tomonidan psixologik xizmatlarni taqdim etish, ularning sifatini oshirish va kengaytirish, kam ta'minlangan oilalarga yordam berish uchun zarur shart-sharoitlarni yaratadi. Ijtimoiy tashkilotlar esa o'z navbatida, oilalarga psixologik yordam ko'rsatish, ta'lim va bilim berish, shuningdek, ijtimoiy muammolarni hal qilishda yordam berish uchun ko'ngilli faoliyatlarni olib boradilar.[2]

Davlat va ijtimoiy tashkilotlar kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlar ko'rsatishda muhim rol o'ynaydi. Ularning faoliyati nafaqat psixologik yordam ko'rsatish, balki oilalarning umumiy farovonligini oshirishga ham qaratilgan. Bunday tashkilotlar, avvalo, jamiyatning ijtimoiy muammolarini hal qilishda, ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlashda va oilalar o'rtasidagi ijtimoiy integratsiyani ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.[3]

Davlat va ijtimoiy tashkilotlar kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlar ko'rsatishda birinchi navbatda zarur resurslarni taqdim etadi. Bu resurslar moliyaviy mablag'lar, malakali psixologlar va terapevtlar, shuningdek, xizmat ko'rsatish uchun zarur infratuzilmani o'z ichiga oladi. Masalan, davlat tashkilotlari psixologik xizmatlarni taqdim etish uchun maxsus markazlar ochishi va ularni moliyalashtirishi mumkin. Bu markazlar oilalarga sifatli psixologik yordam ko'rsatish imkonini beradi va ularning ehtiyojlariga mos ravishda xizmatlar taklif etadi. Shuningdek, davlat va ijtimoiy tashkilotlar kam ta'minlangan oilalar uchun maxsus dasturlar ishlab chiqish va amalga oshirishda faol ishtirok etadilar. Bu dasturlar psixologik yordam, maslahatlar va terapiya kabi xizmatlarni o'z ichiga oladi. Dasturlar ko'pincha oilalarning ehtiyojlariga mos ravishda tayyorlanadi va ularning ruhiy salomatligini yaxshilashga qaratilgan. Masalan, stressni boshqarish, bolalarga psixologik yordam ko'rsatish yoki ota-onalar uchun ta'lim dasturlari kabi yo'nalishlarda dasturlar ishlab chiqilishi mumkin. Malaka oshirish va ta'lim ham davlat va ijtimoiy tashkilotlarning muhim vazifalaridan biridir. Ular psixologik xizmatlarni ko'rsatadigan mutaxassislar uchun malaka oshirish dasturlarini tashkil etadilar. Bu dasturlar mutaxassislarga kam ta'minlangan oilalar bilan ishlashda zarur bo'lgan bilim va ko'nikmalarni berishga qaratilgan. Malakali psixologlar va terapevtlar oilalarga yanada samarali yordam berishlari mumkin, bu esa ularning ruhiy salomatligini yaxshilashga yordam beradi. Ijtimoiy tashkilotlar ko'pincha kam ta'minlangan oilalar uchun qo'shimcha xizmatlar, masalan, ijtimoiy yordam, ta'lim va sog'liqni saqlash sohalarida yordam ko'rsatadilar. Bu xizmatlar psixologik yordam bilan birga oilalarning umumiy farovonligini oshirishga yordam beradi. Masalan, ijtimoiy yordam dasturlari orqali oilalar o'z iqtisodiy holatini yaxshilashlari, ta'lim dasturlari orqali esa bolalarining bilim darajasini oshirishlari mumkin.[4]

XULOSA

Umuman olganda, kam ta'minlangan oilalarga psixologik xizmatlarning ahamiyati ulkan. Ular nafaqat ruhiy salomatlikni yaxshilash, balki ijtimoiy muammolarni hal qilishda ham muhim rol o'ynaydi. Psixologik xizmatlar orqali oilalar o'z muammolarini hal qilishda yordam oladilar, o'zaro munosabatlarini rivojlantiradilar va ijtimoiy integratsiyaga erishadilar. Shuningdek, davlat va ijtimoiy tashkilotlar ham ushbu jarayonda muhim rol o'ynaydi, ular psixologik xizmatlarni taqdim etish va ularning sifatini oshirishga yordam beradi. Kam ta'minlangan oilalarga psixologik

xizmatlar ko'rsatish, jamiyatning barqarorligini ta'minlash va ruhiy salomatlikni yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Abduqodirov, S. (2020). "Ruhiy salomatlik va ijtimoiy yordam: Kam ta'minlangan oilalar uchun psixologik xizmatlar." Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi.
2. Murodov, A. (2019). "Psixologik yordam: Kam ta'minlangan oilalarga qo'llaniladigan usullar." Samarqand: Samarqand Davlat Universiteti.
3. Rasulova, N. (2021). "Kam ta'minlangan oilalarda ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash." Buxoro: Buxoro Davlat Universiteti.
4. Karimova, D. (2018). "Ijtimoiy xizmatlar va ruhiy salomatlik: Kam ta'minlangan oilalar uchun strategiyalar." Farg'ona: Farg'ona Davlat Universiteti.
5. Tursunova, G. (2022). "Psixologik xizmatlar va ularning kam ta'minlangan oilalarga ta'siri." Toshkent: O'zbekiston Psixologiya Jamiyati.
6. Xamidov, R. (2023). "Kam ta'minlangan oilalarga psixologik yordam: Muammolar va yechimlar." Qarshi: Qarshi Davlat Universiteti.
7. Yusupov, E. (2020). "Ruhiy salomatlik va ijtimoiy adolat: Kam ta'minlangan oilalar uchun psixologik xizmatlar." Nukus: Qoraqalpog'iston Davlat Universiteti.