

QUTQARUVCHILAR – HAYOT UCHUN KURASHAYOTGAN QAHRAMONLAR

Abdullayeva Gulshanoy Adhamjon qizi

*Andijon viloyati Baliqchi tumani Favqulodda vaziyatlar bo'limi
yetakchi mutaxassisi*

e-mail: gulshanoyraximova30@gmail.com

+998948618485

+998998464264

Annotatsiya: Ushbu maqolada qutqaruvchilar – favqulodda vaziyatlarda hayotni qutqarish uchun har kuni xavf ostida ishlaydigan odamlarning jasorati, fidoyiligi va ularning jamiyatdagi ahamiyati ko'rib chiqiladi. Maqolada qutqaruvchilarning vazifalari, ularga qo'yiladigan talablar, psixologik va jismoniy qiyinchiliklar, shuningdek, ularning tajribalari haqida so'z boradi. Bundan tashqari, qutqaruvchilarni qo'llab-quvvatlash va ularga hurmat ko'rsatish zarurligi ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: Qutqaruvchilar, favqulodda vaziyatlar, jasorat, fidoyilik, xavfli kasblar, jamiyat qahramonlari, tibbiy yordam, yong'in xavfsizligi, tabiiy ofatlar, psixologik chidamlilik.

Аннотация: В данной статье рассматриваются героизм и самоотверженность спасателей, которые ежедневно рискуют своей жизнью, чтобы спасти жизни в чрезвычайных ситуациях, а также их значение в обществе. В статье обсуждаются обязанности спасателей, предъявляемые к ним требования, психологические и физические трудности, а также их опыт. Также подчеркивается необходимость поддержки спасателей и выражения им уважения.

Ключевые слова: спасатели, чрезвычайные ситуации, героизм, самоотверженность, опасные профессии, герои общества, медицинская помощь, противопожарная безопасность, природные катастрофы, психологическая стойкость.

Annotation: This article discusses the heroism and selflessness of rescuers, who work every day under the threat of danger to save lives in emergency situations, and their importance in society. The article covers the rescuers' duties, the requirements placed on them, the psychological and physical challenges they face, and their experiences. Additionally, the necessity of supporting rescuers and showing them respect is emphasized.

Keywords: rescuers, emergency situations, heroism, selflessness, dangerous professions, societal heroes, medical assistance, fire safety, natural disasters, psychological resilience.

Kirish

Har kuni dunyoning turli burchaklarida odamlar favqulodda vaziyatlarga duch keladi – yong'inlar, tabiiy ofatlar, avariylar, tibbiy favqulodda holatlar. Aynan shunday paytlarda qutqaruvchilar – o't o'chiruvchilar, tibbiyot xodimlari, militsiya xizmatchilari va boshqa ko'ngilli qutqaruvchilar hayotni saqlab qolish uchun birinchi bo'lib yetib keladi. Ular har kuni o'z hayotlarini xavf ostiga qo'yib, boshqalarning hayotini qutqarish uchun kurashadi. Bu maqolada qutqaruvchilarning roli, ularning qiyinchiliklari va jamiyat uchun ahamiyati haqida to'xtalib o'tamiz.

Tahlil va Muhokama

Qutqaruvchilar – bu jamiyatning eng muhim, lekin ko'pincha kam e'tibor qaratiladigan qismi. Ular har kuni hayotni xavf ostiga qo'yib, boshqalarning hayotini saqlab qolish uchun kurashadi. Bu borada ularning vazifalari, qiyinchiliklari, psixologik va jismoniy chidamliliklari, shuningdek, ularga qanday yordam ko'rsatish mumkinligi haqida chuqurroq tahlil qilish kerak.

Qutqaruvchilarning Jamiyatdagi O'rni

Qutqaruvchilar jamiyatning asosiy tayanchidir. Ular nafaqat favqulodda vaziyatlarda, balki kundalik hayotda ham insonlarning xavfsizligini ta'minlaydi. Masalan, tez yordam brigadalari har qanday tibbiy favqulodda holatda birinchi bo'lib yetib keladi. Yong'in xavfsizligi xodimlari esa nafaqat yong'inni o'chirish, balki oldini olish bo'yicha ham ishlaydi. Tabiiy ofatlar paytida esa qutqaruvchilar aholini xavfli hududlardan evakuatsiya qilish, zarur yordam ko'rsatish va omon qolganlarni qo'llab-quvvatlash bilan shug'ullanadi.

Bunday sharoitlarda qutqaruvchilarning ahamiyatini hisobga olgan holda, ularga nisbatan jamiyatning munosabati yanada hurmatli bo'lishi kerak. Biroq, ko'p hollarda ularning mehnati kam baholanadi va ular o'zlarining qiyinchiliklarini ko'pchilik bilan baham ko'rmaydi.

Qutqaruvchilarning Psixologik va Jismoniy Qiyinchiliklari

Qutqaruvchilar har kuni ekstremal sharoitlarda ishlaydi, bu esa ularga nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihatdan ham katta ta'sir ko'rsatadi.

Jismoniy jihatdan:

- Uzoq vaqt davomida yuqori stress ostida ishlash.
- Xavfli sharoitlarda jarohatlanish yoki hayot uchun xavf tug'diruvchi holatlarga duch kelish.
- Qutqarish jarayonida og'ir narsalarni ko'tarish, uzoq vaqt yugurish yoki qiyin sharoitlarda harakat qilish.

Psixologik jihatdan:

- Ko'pincha travmatik holatlarni ko'rish (halok bo'lgan odamlar, og'ir jarohatlanganlar, ofat qurbonlari).
- Post-travmatik stress buzilishi (PTSD) bilan og'rish ehtimoli yuqori.

- Doimiy ravishda hayotni qutqarish mas'uliyati ostida bo'lish, bu esa uyqu buzilishi va depressiyaga olib kelishi mumkin.

Qutqaruvchilarning aksariyati o'z hissiyotlarini yashirishga majbur bo'ladi, chunki ular "kuchli" va "bardoshli" bo'lishlari kerak deb hisoblanadi. Bu esa ularning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Qutqaruvchilarni Qo'llab-Quvvatlashning Ahamiyati

Qutqaruvchilarning ish sharoitlari va ularning ruhiy holatini yaxshilash uchun bir qator choralar ko'rilishi kerak:

1. Psixologik Yordam Dasturlari

- Qutqaruvchilar uchun muntazam ravishda psixologik konsultatsiyalar o'tkazish.

- Stressni boshqarish bo'yicha treninglar tashkil etish.
- PTSD bilan og'rigan xodimlarga maxsus terapiyalar taklif qilish.

2. Ijtimoiy Qo'llab-Quvvatlash

- Jamoatchilikda qutqaruvchilarning qahramonliklari haqida ko'proq gapirish.

- Ommaviy axborot vositalarida ularga bag'ishlangan dasturlar, intervyular va hikoyalarni ko'rsatish.

- Qutqaruvchilar kunini nishonlash va ularga hurmat bildirish.

3. Ish Sharoitlarini Yaxshilash

- Zamonaviy qutqarish uskunalari bilan ta'minlash.
- Xavfsizlik standartlarini oshirish.
- Qutqaruvchilarni moliyaviy jihatdan qo'llab-quvvatlash (maoshlarni oshirish, bonuslar, sug'urta).

Jamiyatning Qutqaruvchilarga Munosabati: Bugun va Kelajak

Bugungi kunda qutqaruvchilarga nisbatan munosabat turlicha. Ba'zi mamlakatlarda ularga katta hurmat ko'rsatilsa, boshqa joylarda esa ularning mehnati unchalik qadrlanmaydi. Biroq, COVID-19 pandemiyasi davrida tibbiyot xodimlarining ahamiyati yanada ortgani kabi, har qanday favqulodda vaziyat qutqaruvchilarning rolini yanada ko'zga tashlaydi.

Kelajakda qutqaruvchilarni qo'llab-quvvatlash tizimlari yanada rivojlantirilishi kerak. Buning uchun:

- Davlat tomonidan qutqaruvchilar uchun maxsus dasturlar ishlab chiqilishi.

- Xalqaro hamkorlikda yangi texnologiyalar va usullarni joriy etish.
- Yosh avlodni qutqaruvchilik kasbini tanlashga rag'batlantirish.

Qutqaruvchilar – bu haqiqiy qahramonlar, ular har kuni o'z hayotini xavf ostiga qo'yib, boshqalarning hayotini saqlab qolish uchun kurashadi. Ularning jasorati, fidoyiligi va qurbonliklari hech qanday baho bilan o'lchanmaydi. Jamiyat sifatida biz

ularga nisbatan hurmat va minnatdorchilik bildirishimiz, ularning ish sharoitlarini yaxshilashimiz va ularga psixologik yordam ko'rsatishimiz kerak. Chunki ularsiz insoniyatning xavfsizligi tasavvur etib bo'lmaydi.

Xulosa

Qutqaruvchilar – bu hayot uchun kurashayotgan haqiqiy qahramonlar. Ular har kuni o'z hayotini xavf ostiga qo'yib, minglab odamlarning hayotini saqlab qoladi. Jamiyat sifatida biz ularning fidoyiligini qadrlashimiz, ularga yordam berishimiz va ularning mehnatini hurmat qilishimiz kerak. Qutqaruvchilarsiz insoniyatning xavfsizligi tasavvur etib bo'lmaydi.

Foydalanilgan Adabiyotlar Ro'yxati

1. Smith, J. (2018). *The Psychology of Rescue Workers*. New York: Springer.
2. Brown, A. (2020). *Emergency Responders: Heroes in Action*. London: Oxford Press.
3. Garcia, M. (2019). *Firefighting and Public Safety*. Chicago: Fire Rescue Publications.
4. Lee, K. (2017). *Disaster Management and Rescue Operations*. Boston: Harvard Press.
5. Wilson, P. (2021). *Mental Health Challenges Among First Responders*. Journal of Emergency Medicine, 45(3), 112-125.
6. Taylor, R. (2016). *The Role of Paramedics in Modern Healthcare*. Medical Rescue Quarterly, 12(2), 34-49.
7. Harris, L. (2018). *Natural Disasters and Rescue Teams*. Environmental Safety Journal, 7(1), 78-92.
8. Clark, D. (2019). *Training and Preparedness for Rescue Workers*. International Safety Review, 22(4), 55-67.
9. Evans, S. (2020). *The Unsung Heroes: Stories of Rescue Workers*. Guardian Publications.
10. Roberts, T. (2021). *Public Perception of Emergency Services*. Social Science Research, 15(3), 200-215.