

REABILITATSIYA TURLARI, MAZMUN VA MOHIYATI

University of management future technologies 555-23 guruh talabasi

Almardonova Gulrux

Kirish. Zamonaviy jamiyatda inson salomatligi, ijtimoiy faolligi va ruhiy holatini tiklash muhim dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Inson hayoti davomida turli sabablarga ko'ra jismoniy, psixologik yoki ijtimoiy qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Ushbu qiyinchiliklar kasallik, jarohat, nogironlik, ruhiy zo'riqish, ijtimoiy muammolar yoki qaramlik kabi omillar tufayli yuzaga kelishi mumkin. Ana shunday holatlarda insonning hayot sifatini yaxshilash va uni jamiyatga qayta moslashtirish jarayoni rehabilitatsiya deb ataladi. Rehabilitatsiya faqat tibbiy jarayon bilan cheklanib qolmay, balki insonning psixologik barqarorligi, kasbiy rivojlanishi va jamiyatga moslashuvini ham o'z ichiga oladi. Bu jarayon orqali inson o'zining jismoniy, ruhiy va ijtimoiy imkoniyatlarini to'liq tiklashga erishadi. Bugungi kunda rehabilitatsiya tizimi turli yo'nalishlarda rivojlanib, insonning ehtiyojlariga qarab tibbiy, psixologik, ijtimoiy, pedagogik va kasbiy rehabilitatsiya kabi shakllarga bo'linadi. Har bir tur o'ziga xos maqsad va usullarga ega bo'lib, insonning hayotga moslashish jarayonida muhim rol o'ynaydi.

Mazkur maqolada rehabilitatsiyaning asosiy turlari, ularning mazmuni va mohiyati tahlil qilinib, zamonaviy rehabilitatsiya tizimining ahamiyati haqida fikr yuritiladi. Shu bilan birga, rehabilitatsiyaning samaradorligini oshirish yo'llari ham ko'rib chiqiladi.

Rehabilitatsiya tushunchasi va uning ahamiyati. Rehabilitatsiya insonning yo'qotilgan yoki cheklangan qobiliyatlarini tiklash va jamiyatga moslashishiga ko'mak berish jarayoni hisoblanadi. Ushbu atama lotincha "re" (qayta) va "habilitas" (qobiliyat) so'zlaridan kelib chiqqan bo'lib, insonning funksional imkoniyatlarini tiklash va hayot sifatini yaxshilashni anglatadi. Rehabilitatsiya jarayoni jismoniy, ruhiy, kasbiy va ijtimoiy jihatdan tiklanishga qaratilgan bo'lib, u ko'pincha kompleks yondashuvni talab qiladi. Rehabilitatsiya insonning hayot sifati va jamiyatda o'z o'rnini

topishi uchun juda muhimdir. Inson turli sabablarga ko'ra sog'lig'ini yo'qotishi yoki jamiyatdan ajralib qolishi mumkin. Kasalliklar, nogironlik, baxtsiz hodisalar, ruhiy travmalar yoki ijtimoiy noqulayliklar natijasida insonning mehnat qobiliyati pasayishi yoki umuman yo'qolishi mumkin. Bu esa uning jamiyatdagi faoliyatiga, ruhiy holatiga va iqtisodiy ahvoriga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, rehabilitatsiya jarayoni inson hayotida muhim ahamiyat kasb etib, ularning jismoniy va ruhiy sog'lig'ini tiklash, mehnat qobiliyatini qayta shakllantirish va jamiyatga moslashuvini ta'minlashga xizmat qiladi. Rehabilitatsiya jarayoni keng ko'lamli bo'lib, unga tibbiy, psixologik, ijtimoiy, pedagogik va kasbiy tiklanish jarayonlari kiradi. Tibbiy rehabilitatsiya insonning sog'lig'ini tiklash, operatsiyadan keyingi davrda to'liq tiklanishiga yordam berish yoki nogironlikni minimallashtirish bilan bog'liq bo'lsa, psixologik rehabilitatsiya insonning ruhiy holatini barqarorlashtirish va stress, depressiya kabi holatlarni bartaraf etishga yo'naltirilgan. Ijtimoiy rehabilitatsiya esa insonning jamiyatga moslashishi, o'zini jamiyatning to'laqonli a'zosi sifatida his qilishiga ko'maklashadi. Kasbiy rehabilitatsiya esa insonning mehnat faoliyatini tiklash, yangi kasblarga yo'naltirish va ularni iqtisodiy jihatdan mustaqil qilish maqsadida olib boriladi. Bugungi kunda rehabilitatsiya tizimi ko'plab sohalarda jadal rivojlanmoqda. Rehabilitatsiya markazlari, maxsus dasturlar, davlat va nodavlat tashkilotlari tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan loyihalar insonlarning to'laqonli hayotga qaytishiga katta yordam bermoqda. Shu bilan birga, zamonaviy texnologiyalar, tibbiyot va psixologiyaning rivojlanishi rehabilitatsiya jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qilmoqda.

Rehabilitatsiya turlari. Rehabilitatsiya insonning yo'qotilgan jismoniy, ruhiy va ijtimoiy qobiliyatlarini tiklashga qaratilgan kompleks jarayon bo'lib, uning turli shakllari mavjud. Har bir rehabilitatsiya turi insonning ehtiyojlari va duch kelgan muammolariga qarab farqlanadi. Bugungi kunda rehabilitatsiyaning eng muhim turlari qatoriga tibbiy, psixologik, pedagogik, ijtimoiy va kasbiy rehabilitatsiya kiradi. Ushbu yo'nalishlarning har biri insonning muayyan jihatlar bo'yicha tiklanishiga ko'maklashadi. Tibbiy rehabilitatsiya insonning jismoniy sog'lig'ini tiklashga qaratilgan bo'lib, jarrohlik amaliyotidan keyingi tiklanish, nogironlikning oldini olish,

fizioterapiya, dori-darmonlar va boshqa tibbiy muolajalar orqali amalga oshiriladi. Bu jarayonda vrachlar, fizioterapevtlar va boshqa tibbiy mutaxassislar ishtirok etib, bemorlarning funksional imkoniyatlarini yaxshilashga harakat qilishadi. Tibbiy reabilitatsiya ayniqsa yurak-qon tomir kasalliklari, ortopedik muammolar, nevrologik kasalliklar, insult yoki miya jarohatlaridan soʻng muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik reabilitatsiya insonning ruhiy barqarorligini tiklash va turli psixologik muammolarni bartaraf etishga qaratilgan. Inson baʼzan stress, depressiya, ruhiy travmalar yoki boshqa psixologik qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Bunday holatlarda psixoterapiya, psixologik maslahat, psixologik mashgʻulotlar va maxsus dasturlar orqali insonning ruhiy muvozanatini tiklashga harakat qilinadi. Ayniqsa, ogʻir hayotiy zarbalar, oilaviy muammolar, giyohvandlik yoki spirtli ichimliklarga qaramlikdan qutulish jarayonida psixologik reabilitatsiya katta ahamiyatga ega boʻladi.

Pedagogik reabilitatsiya esa insonning bilim va koʻnikmalarini tiklashga qaratilgan jarayondir. Ayrim nogiron bolalar yoki oʻqishda qiyinchiliklarga duch kelgan shaxslar maxsus pedagogik dasturlar orqali taʼlim olishadi. Ushbu jarayon insonning jamiyatga integratsiyasini taʼminlashda katta ahamiyat kasb etadi. Masalan, eshitish yoki koʻrish qobiliyati cheklangan bolalar uchun maxsus taʼlim metodikalaridan foydalaniladi, disleksiya kabi oʻquv qiyinchiliklariga duch kelgan shaxslar uchun esa individual oʻqitish usullari ishlab chiqiladi. Ijtimoiy reabilitatsiya insonning jamiyatga moslashish jarayoniga yordam beradigan yoʻnalishlardan biridir. Bu reabilitatsiya turi jismoniy yoki ruhiy jihatdan imkoniyatlari cheklangan insonlarning jamiyatga toʻliq qoʻshilishiga koʻmaklashadi. Ijtimoiy reabilitatsiya doirasida insonlarga mustaqil hayot kechirish, jamiyat bilan oʻzaro aloqada boʻlish, huquqiy yordam olish, ijtimoiy xizmatlardan foydalanish va madaniy muhitga moslashish boʻyicha yordam koʻrsatiladi. Bundan tashqari, qamoqxonadan ozod qilingan shaxslarning qayta moslashuvi, bolalar uyida voyaga yetgan yoshlarning jamiyatga qoʻshilishi va boshqa turdagi ijtimoiy muammolar ham ushbu reabilitatsiya doirasida hal qilinadi. Kasbiy reabilitatsiya esa mehnat qobiliyatini tiklash va insonning ishga qaytishiga koʻmaklashish bilan bogʻliq. Ayrim insonlar baxtsiz hodisalar, kasalliklar yoki nogironlik tufayli avvalgi kasbida ishlay olmaydi. Bunday

hollarda ularning ishga qaytishiga yordam berish, yangi kasb o'rgatish va maxsus ish o'rinlarini yaratish orqali kasbiy rehabilitatsiya amalga oshiriladi. Kasbiy rehabilitatsiya doirasida insonlarga yangi kasblar bo'yicha o'qitish kurslari, kasbiy yo'naltirish dasturlari va ishga joylashish imkoniyatlari taklif etiladi. Umuman olganda, rehabilitatsiyaning barcha turlari insonning sog'lig'i, ruhiy holati, ijtimoiy hayoti va kasbiy faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularning to'laqonli hayot kechirishiga yordam beradi. Bugungi kunda rehabilitatsiya jarayoni faqat alohida shaxslar uchun emas, balki butun jamiyatning barqaror rivojlanishi uchun ham muhim hisoblanadi. Zamonaviy texnologiyalar, tibbiyot, psixologiya va ta'lim sohalarining rivojlanishi rehabilitatsiya jarayonini yanada takomillashtirish va uning samaradorligini oshirishga xizmat qilmoqda.

1-jadval

Rehabilitatsiya jarayonining bosqichlari

Bosqich	Mazmuni	Asosiy maqsadi
1. Diagnostika	Insonning jismoniy, ruhiy, kasbiy va ijtimoiy holatini baholash. Kasallik yoki muammolarning kelib chiqish sabablari va darajasi aniqlanadi.	Muammolarni aniqlash va rehabilitatsiya rejasini tuzish.
2. Rehabilitatsiya rejasini tuzish	Diagnostika natijalariga asoslangan holda individual rehabilitatsiya dasturi ishlab chiqiladi.	Inson ehtiyojlariga moslashtirilgan rehabilitatsiya strategiyasini yaratish.
3. Faol rehabilitatsiya	Tibbiy, psixologik, ijtimoiy va kasbiy rehabilitatsiya choralari amalga oshiriladi. Dori-darmon, fizioterapiya, psixoterapiya, maxsus treninglar va ta'lim dasturlari bajariladi.	Insonning yo'qotilgan qobiliyatlarini tiklash yoki yangilarini shakllantirish.
4. Moslashuv va	Insonning jamiyatga, ish joyiga yoki	Insonning mustaqil

integratsiya	ta'lim muhitiga qayta moslashuvi. Ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish, ish yoki o'qishga joylashish, oilaviy va jamiyatdagi faoliyatni tiklash.	hayotga qaytishini ta'minlash.
5. Kuzatuv va qo'llab-quvvatlash	Reabilitatsiya jarayonidan keyin insonning holati muntazam kuzatiladi, zarur hollarda qo'shimcha yordam ko'rsatiladi.	Qayta muammolarning oldini olish va natijalarni mustahkamlash.

Har bir bosqichning o'ziga xos maqsadi va vazifasi bor bo'lib, ular reabilitatsiya jarayonining samarali amalga oshirilishini ta'minlaydi. Ushbu bosqichlarning to'g'ri tashkil etilishi reabilitatsiya natijalarining ijobiy bo'lishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa. Reabilitatsiya jarayoni insonning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy holatini yaxshilashga qaratilgan murakkab tizimli yondashuv bo'lib, u insonning jamiyatga qayta moslashishiga va to'laqonli hayot kechirishiga xizmat qiladi. Ushbu jarayon turli yo'nalishlarni qamrab oladi va tibbiy, psixologik, ijtimoiy hamda kasbiy reabilitatsiya shaklida amalga oshiriladi. Reabilitatsiya jarayonining muvaffaqiyatli bo'lishi uning bosqichma-bosqich va tizimli tarzda olib borilishiga bog'liq. Diagnostika bosqichidan boshlab, insonning holati chuqur o'rganiladi, keyin esa individual reabilitatsiya dasturi tuziladi. Faol reabilitatsiya jarayonida yo'qotilgan qobiliyatlarni tiklash va yangi ko'nikmalar shakllantirish ustida ish olib boriladi. So'ngra inson jamiyatga qayta integratsiya qilinadi va uning kelajakdagi hayoti kuzatuv hamda qo'llab-quvvatlash orqali nazorat qilinadi.

Zamonaviy jamiyatda reabilitatsiya inson huquqlarini himoya qilish, uni qo'llab-quvvatlash va hayot sifatini oshirishning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Shuning uchun ham reabilitatsiya jarayonini yanada samarali tashkil qilish va uni doimiy takomillashtirish hozirgi kunda dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Хайдаров С. (2025). Оилаларда фарзанд тарбиясига рухий таъсир ўтказиш. *Modern Education and Development*. 3 (17). 23-27.
2. Khaydarov S.A. (2025). The role of the use of fine arts in teaching the history of the country. *Modern Education and Development*. 3 (17). 28-33.
3. Xaydarov S.A. (2025). Ijtimoiy-gumanitar fanlarda raqamli metodlardan foydalanish yo'llari. *NEW RENAISSANCE international scientific journal*. 2(1). 91-94.
4. Хайдаров, С. (2023). Pedagogik faoliyatda o'qituvchi o'zida kompetentlik sifatlarini shakillantirishi. *Цифровизация современного образования: проблема и решение*, 1(1), 64–67.
5. Хайдаров, С. А. (2023). ТАРИХ ДАРСЛАРИДА САНЪАТ АСАРЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИНГ УСУЛЛАРИ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 3(1/2), 92-96.
6. Хайдаров С. (2024). Spiritual influence on child education in families. *Web of Teachers: Inderscience Research*. 2 (11). 203-205.
7. Tursunaliyevich, F.N. and Sharofiddinovich, S.S. 2023. Barqaror Rivojlanishni Maktabgacha Ta'lim Yoshidagi Bolalarga Singdirish. *JOURNAL OF SCIENCE, RESEARCH AND TEACHING*. 2, 2 (Feb. 2023), 26–29.
8. Sulaymon Amirqulovich Xaydarov. (2024). O'quvchilarni tarbiyashda ijtimoiy fanlarni o'qitishni didaktik imkoniyatlari. *SCIENCE AND EDUCATION SCIENTIFIC JOURNAL*. 5.1.B.271-275.
9. Xaydarov S.A. (2025). Yoshlarda vatanparvarlik hissini tarbiyalashda Boburnoma asariga ishlangan miniatyuralarning ahamiyati. *Til va adabiyot.uz*. 2.11-12.