

Ajrimdan keyingi reabilitatsiya: ayollar uchun psixologik qo'llab-quvvatlash dasturlarining tahlili

Nazokat Xudoyqulova

O'zbekiston respublikasi yoshlar ishlari agentligi huzuridagi yoshlar muammolarini o'rganish va istiqbolli kadrlarni tayyorlash instituti, O'zbekiston

Annotatsiya. Ushbu maqolada O'zbekistonda ajrimdan keyingi ayollarni reabilitatsiya qilish masalasi yoritilgan. Oilaning buzilishi oqibatida ayollarda yuzaga keladigan ruhiy-emotsional holat, ijtimoiy va iqtisodiy muammolar tahlil qilinadi. Xususan, ajrashgan ayollar uchun mavjud psixologik qo'llab-quvvatlash dasturlari - davlat tashkilotlari tomonidan ko'rsatilayotgan xizmatlar va nodavlat tashabbuslari - o'rganilib, ularning samaradorligi muhokama qilinadi. Maqolada so'nggi yillarda qabul qilingan huquqiy-me'yoriy hujjatlar hamda statistik ma'lumotlar asosida ajrimdan keyingi reabilitatsiya yo'nalishidagi o'zgarishlar ochib berilgan. Shuningdek, mazkur sohada mavjud muammolar tahlil qilinib, ayollarni ajrimdan so'ng qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish bo'yicha takliflar berilgan.

Kalit so'zlar. Ajrim, reabilitatsiya, psixologik yordam, ayollarni qo'llab-quvvatlash, oilaviy ajralish, ruhiy sog'liq, ijtimoiy moslashuv, huquqiy himoya,.

KIRISH. Oila - insoniyat hayotidagi fundamental ijtimoiy institut bo'lib, uning jamiyatdagi ahamiyati nihoyatda katta. Oilada shakllanadigan qadriyatlar, madaniy me'yorlar va hissiy bog'liqlik shaxsning nafaqat ijtimoiylashuviga, balki ruhiy sog'lig'i va kelajakdagi farovonligiga ham bevosita ta'sir qiladi. Ayniqsa, ayollar uchun oilaning ahamiyati ko'p qirrali bo'lib, ular oilada nafaqat ona, balki turmush o'rtog'i va jamiyat a'zosi sifatida ham shakllanadilar. Oilaviy hayotda yuz beradigan eng og'ir jarayonlardan biri - bu ajrim hisoblanadi. Ajrim nafaqat oilaviy munosabatlarni, balki ayollarning butun hayotini tubdan o'zgartirib yuboruvchi omildir. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaning buzilishi, ayniqsa ajrim ayollarning hayotida og'ir oqibatlarga olib keladi. Psixolog G. Yo'ldosheva ta'kidlaganidek, ajrim jarayoni ayollar uchun nafaqat oilaviy holatning o'zgarishi, balki ruhiy va ijtimoiy moslashuvdagi jiddiy stress manbai hisoblanadi[1].

Shu nuqtayi nazardan olib qaraganda, ajrim jarayonida ayollar ko‘pincha depressiya, xavotirlik, o‘zini past baholash, yolg‘izlik hissi kabi psixologik muammolar bilan to‘qnash kelishadi. Amerikalik psixolog Judit Vallerstein o‘z tadqiqotlarida ajrimdan keyingi ayollarning emotsional holatini tahlil qilar ekan, ko‘plab ayollar o‘z hayotiga bo‘lgan ishonch va istiqbolini yo‘qotishini qayd etgan.[2]

Bundan tashqari, ayollar uchun ajrimning iqtisodiy oqibatlari ham juda jiddiy hisoblanadi. Tadqiqotchi va psixolog Lenore Veitzman tomonidan olib borilgan tadqiqot natijalariga ko‘ra, ajrimdan keyin ayollar iqtisodiy jihatdan erkaklarga qaraganda sezilarli darajada ko‘proq zarar ko‘radi, moliyaviy jihatdan himoyasiz qoladi va moddiy ta‘minotning yomonlashuvi sababli qashshoqlik xavfiga duch keladi.[3]

Ajrimdan keyingi ijtimoiy moslashuv ham ayollar uchun alohida ahamiyat kasb etadi. Ko‘pgina hollarda ajrim ayollar uchun jamiyatda ijtimoiy aloqalarning buzilishiga va izolyatsiyaga olib keladi. Ajrimdan keyingi ayollarning ijtimoiy integratsiyasini ta‘minlash, ularni qo‘llab-quvvatlash va ruhiy jihatdan tiklanishlariga ko‘maklashish uchun maxsus dasturlar zarur. Bunday dasturlar ayollarga nafaqat psixologik yordam, balki iqtisodiy qo‘llab-quvvatlash va kasbiy tayyorgarlik bo‘yicha treninglarni ham qamrab olishi lozim.

Prezident Shavkat Mirziyoyev ta‘kidlaganidek, oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash va oilalar barqarorligini ta‘minlash davlat siyosatining eng muhim yo‘nalishlaridan biridir. Shu bilan birga, jamiyatda oilaviy qadriyatlar va mustahkamlik targ‘iboti ayollarning ruhiy salomatligini asrashga va ajrim holatlarining kamayishiga xizmat qilishi mumkin.

Shu bois, ajrimning ayollar hayotiga bo‘lgan salbiy ta’sirlarini kamaytirish maqsadida, davlat organlari va fuqarolik jamiyati institutlari tomonidan kompleks yondashuv asosida quyidagi amaliy choralarni amalga oshirish lozim:

- Ayollar uchun psixologik reabilitatsiya markazlarini kengaytirish;
- Ayollarni iqtisodiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini rivojlantirish;
- Oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash bo‘yicha ijtimoiy loyihalarni faol targ‘ib qilish.

ASOSIY QISM. Ajrim - inson psixikasiga kuchli ta’sir ko‘rsatadigan hayotiy inqirozlardan biridir. Xususan, ayollar uchun bu jarayon ko‘plab emotsional, ijtimoiy va iqtisodiy oqibatlarni yuzaga chiqaradi. Shuning uchun ajrimdan keyingi psixologik

reabilitatsiya va qo‘llab-quvvatlash dasturlari butun dunyoda muhim ijtimoiy va psixologik muammoga aylangan. Ajrim inson hayotidagi eng keskin ruhiy inqirozlardan biri sanaladi. Psixologik tahlillar shuni ko‘rsatadiki, nikohning buzilishi inson psixikasiga chuqur ta’sir etib, emotsional iztirob, o‘z-o‘zini baholashning pasayishi, hayotdan qoniqmaslik holatlarini keltirib chiqaradi. Amerikalik psixolog E. Hetherington bu borada shunday deydi: “Ajrim shaxsning ichki muvozanatini buzadigan kuchli stress manbai bo‘lib, shaxsiy identifikatsiya va hayotiy maqsadlar qayta ko‘rib chiqilishini talab qiladi”[4]

Ajrimdan keyin ko‘plab ayollar depressiya, xavotirlik, tushkunlik kabi holatlarni boshdan kechiradi. Ajarilish jarayoni odatda ayollar hayotida keskin o‘zgarishlarga sabab bo‘ladi. Turmush o‘rtog‘idan ajrashgan xotin-qizlar ko‘pincha bir qator muammolar bilan yuzlashadilar: farzandlar tarbiyasini yolg‘iz o‘z zimmasiga olish, doimiy daromad manbaidan mahrum bo‘lish, jamiyatda ajrashgan ayolga nisbatan salbiy qarashlar va tamg‘alarga duch kelish, ruhiy tushkunlik va o‘zini yakkalangan his etish kabi holatlar shular jumlasidandir. Afsuski, an’anaviy qarashlar hukm surgan jamiyatimizda ayrimlar ajrashgan ayolni muvaffaqiyatsizlikka uchragan yoki “yarim odam” sifatida noto‘g‘ri talqin qilishadi. Natijada, ajrimdan keyingi davrda ayol kishi nafaqat o‘zining ichki kechinmalari bilan kurashadi, balki tashqi ijtimoiy bosim va stereotiplarga qarshi ham bardosh berishga majbur bo‘ladi. Bunday vaziyatda psixologik reabilitatsiya va qo‘llab-quvvatlash ayollar uchun favqulodda muhim bo‘lib, ularning yangi hayotga moslashuvi hamda ruhiy sog‘lig‘ini tiklashida katta ahamiyat kasb etadi. Psixolog mutaxassislar ajralish holatini inson hayotidagi eng og‘riqli sinovlardan biri, xususan yo‘qotish qayg‘usi sifatida tavsiflaydilar. Ajralgan shaxslar (hatto ajrim tashabbuskori bo‘lgan bo‘lsa ham) ruhiy jarohatni boshdan kechirib, inkor etish, g‘azab, ayblash, tushkunlik va oxir-oqibat qabul qilish kabi bir necha bosqichlardan o‘tadi. Psixolog tadqiqotlar natijasida aniqlanishicha, ajralishdan keyin insonda ushbu bosqichlarni to‘liq yengib o‘tish va normal hayotga qaytish bir yildan ziyod vaqt olishi mumkin. Bu davrda yaqinlarning, jamiyatning qo‘llab-quvvatlashi va eng muhimi, malakali psixologik yordamning mavjudligi tiklanish jarayonini yengillashtiradi. Ayrim hollarda ayollar ajrimdan keyin og‘ir depressiv holatga tushib qolishlari, o‘z-o‘zini ayblash yoki kelajakka ishonchsizlik hissiyotlarini boshdan kechirishlari mumkin. Bunga ajrim sabab bo‘lgan stress bilan bir qatorda, jamiyatda

mavjud bo'lgan ayrim stereotipik qarashlar ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, bizning an'anaviy muhitimizda "ajrashgan ayolning qadri pasayadi" yoki "farzandli ajrashgan ayolga qayta turmush qurish qiyin" degan noto'g'ri qarashlar uchrab turadi. Shu bilan birga, erkak kishi uchun ham ajrim ortidan "oilani ushlab qololmagani", "moliyaviy barqaror emasligi" kabi tamg'alar qo'yilishi mumkinligi aytiladi. Demak, ajralgan inson (ayniqsa ayol) jismonan yolg'iz qolmasa-da, ko'p hollarda o'z muammolari bilan yolg'iz qolgandek hissiyotga boradi. Ajrimdan keyingi ayollarning ehtiyojlari nafaqat moddiy ta'minot yoki turar-joy masalalaridagina iborat emas, balki ularga eng avvalo ruhiy madad zarur bo'ladi. Mutaxassislarining fikriga ko'ra, ajrashgan ayollar bilan psixologik maslahatlashuvlar o'tkazish, ularni qo'llab-quvvatlovchi guruhlariga jalb etish, kerak bo'lganda psixoterapiya kurslarini tashkil etish ularning keyingi hayotga moslashuvida ijobiy samara beradi. Shu bilan birga, ko'pchilik ajralishlar nisbatan yosh oilalarda ro'y berayotgani kuzatiladi - statistik ma'lumotlarga ko'ra, ajrashgan erkaklarning o'rtacha yoshi 37,7 yosh, ayollarniki 33,2 yoshni tashkil etadi. Bu shuni ko'rsatadiki, ajrim ko'pincha yosh farzandli oilalarda sodir bo'lmoqda.

Masalan, Davlat statistika qo'mitasining 2024-yilgi hisobotiga ko'ra respublika bo'yicha umumiy ajralishlar soni 27 ming 987 tani tashkil qildi. Eng yuqori ko'rsatkich Toshkent shahrida kuzatilgan bo'lib, 5 913 ta nikoh shartnomalari bekor qilingan.[5] 2024-yilning dastlabki yarim yilligida ajrashgan oilalarning 13 186 tasi bir nafar farzandli, 5 505 tasi ikki va undan ortiq farzandli bo'lgan. Demak, ajrashgan onalar bir vaqtning o'zida nafaqat o'zlarini, balki farzandlarini ham ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlashga muhtojdirlar. Shu bois ajrimdan keyingi rehabilitatsiya dasturlari faqat ayollarning o'zinigina emas, balki ularning bolalarini ham psixologik qo'llab-quvvatlashni nazarda tutmog'i lozim.

Ayollarni rehabilitatsiya qilish bo'yicha davlat tomonidan ko'plab dasturlar ishlab chiqilgan. O'zbekiston hukumati so'nggi yillarda xotin-qizlarning huquqlarini himoya qilish va ular duch kelayotgan ijtimoiy muammolarni bartaraf etishga qaratilgan qator tashabbuslarni ilgari surmoqda. Xususan, 2019-yilda "Xotin-qizlarni tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilish to'g'risida"gi qonun qabul qilinib, ayollarga nisbatan zo'ravonlikka qarshi huquqiy asos yaratildi.[6] Mazkur qonunning ijrosini ta'minlash maqsadida respublika bo'yicha maxsus rehabilitatsiya markazlari tarmog'i shakllantirildi. 2019-yilga kelib har bir tuman va shaharda jami 165 ta rehabilitatsiya va

moslashuv markazlari faoliyat olib borgan bo‘lib, ularda psixolog, yurist, ijtimoiy va tibbiy xodimlar jamoatchilik asosida ishlagan. Shu yili Xotin-qizlar qo‘mitasi tomonidan butun mamlakat bo‘ylab qisqa raqamli 1146 “ishonch telefoni” yo‘lga qo‘yildi. Dastlabki 5 oy ichida mazkur “dolzarb liniya”ga ayollar tomonidan 15 mingga yaqin qo‘ng‘iroqlar bo‘lib, murojaatlar asosan turar-joy, oilaviy kelishmovchiliklar, sud qarorlaridan norozi bo‘lish, aliment undirish va nafaqa masalalariga oid bo‘lgan. Bu ko‘rsatkichlar ayollar o‘rtasida psixologik va huquqiy maslahatga bo‘lgan ehtiyoj yuqoriligini tasdiqlaydi.

Prezident Shavkat Mirziyoyevning 2021-yil 19-maydagi qaroriga muvofiq, avval faoliyat ko‘rsatib kelgan “Zo‘ravonlik jabrdiydalarini reabilitatsiya qilish markazlari” negizida Xotin-qizlarni reabilitatsiya qilish va moslashtirish bo‘yicha Respublika markazi hamda uning hududiy filiallari tashkil etildi. Natijada respublika darajasida bitta markaz va Qoraqalpog‘iston Respublikasi hamda viloyatlarda 14 ta, shuningdek, tumanlararo miqyosda 14 ta tayanch (namunaviy) reabilitatsiya markazlari faoliyati yo‘lga qo‘yildi. Ushbu markazlar O‘zbekiston Respublikasi Mahalla va oilani qo‘llab-quvvatlash vazirligi tizimida faoliyat olib borib, ayollarga bepul yordam ko‘rsatadi. Qarorga muvofiq, markazlar o‘z faoliyatida maxfiylik, anonim yordam, malakalilik va xavfsizlik prinsiplari asosida ish yuritishi belgilangan. Markazlarning asosiy vazifalari sifatida ayollar - xususan, oilaviy muammolarga duch kelgan yoki zo‘ravonlikdan jabr ko‘rgan xotin-qizlarga tezkor tibbiy, psixologik, ijtimoiy, pedagogik va huquqiy yordam ko‘rsatish, ularning huquq va manfaatlarini himoya qilishga ko‘maklashish kabi yo‘nalishlar belgilab berilgan. Markazlar shuningdek “Ayollar daftari”ga kiritilgan, ya’ni og‘ir ijtimoiy ahvolga tushib qolgan xotin-qizlarni ruhiy va huquqiy maslahatlar orqali qo‘llab-quvvatlab, ularning muammolarini hal etishga ko‘maklashadi. Shu tariqa, davlat darajasida ajrimdan so‘ng og‘ir ahvolga tushgan, turmushda zo‘ravonlikka uchragan yoki turli ijtimoiy muammolar girdobida qolgan ayollar uchun keng qamrovli reabilitatsiya tizimi shakllantirilmoqda.[7]

Yuqorida tilga olingan reabilitatsiya markazlarining amaliy natijalari ham e’tiborga molikdir. Masalan, 2018-yil davomida mazkur markazlarga jami 5 468 nafar ayol murojaat qilgan bo‘lib, ulardan 1 486 nafariga psixologik yordam, 815 nafariga tibbiy yordam, 1 208 nafariga huquqiy yordam ko‘rsatilgan. Shuningdek, 496 nafar ayolga imtiyozli kreditlar ajratilishida ko‘mak berilib, 743 nafar ayol ish bilan

ta'minlangan. Bu raqamlar rehabilitatsiya markazlarining nafaqat psixologik, balki ijtimoiy-iqtisodiy qo'llab-quvvatlash borasida ham muayyan samara berayotganini ko'rsatadi. Psixologik xizmatlar doirasida markazlarda professional psixologlar tomonidan individual konsultatsiyalar, guruhviy treninglar o'tkazilishi, ayollarga stressni yengish, depressiyadan chiqish bo'yicha maslahatlar berilishi yo'lga qo'yilgan. Shu bilan birga, huquqiy maslahatlar orqali ko'plab ayollar aliment undirish, mulkni bo'lishish, farzandlar tarbiyasi bo'yicha sud jarayonlarida o'z huquqlarini himoya qilish imkoniyatiga ega bo'ldilar. Yaqin yillarda ajrimdan keyingi ayollarni qo'llab-quvvatlash sohasida muhim huquqiy o'zgarishlar ham amalga oshirildi. 2023-2025 yillarda oilani va xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlashga doir qator normativ hujjatlar qabul qilindi. Xususan, 2025-yil fevral oyida Oliy Majlis Senatida qabul qilingan qonunchilikka o'zgartishlarga binoan, agar ajrim jarayonida er-xotindan biri oilaviy zo'ravonlik jabrdiydasi bo'lsa, sud ularni ajratishda yarashtirish muddatini belgilamasligi nazarda tutildi. Ilgari amalda bo'lgan Oila kodeksiga muvofiq sudlar ajrashish uchun ariza kelib tushgach, er-xotinni yarashtirish maqsadida 3 oydan 6 oygacha muddat tayinlash huquqiga ega edi. Endilikda zo'ravonlik holatlarida bunday kechiktirish choralari bekor qilinib, jabrlangan ayolning hayoti va sog'lig'iga tahdid soluvchi nikohni majburan saqlab qolishga barham berilmoqda. 2025-yil aprel oyida esa O'zbekiston Prezidentining tegishli qonunni imzolashi bilan ajrimdan keyingi turar-joy masalasini hal etishga qaratilgan yangi norma kuchga kirdi. Unga ko'ra, ajrim jarayonida turar-joy egasi bo'lgan tomonga sobiq turmush o'rtog'ini uy-joy bilan ta'minlash yoki ijara haqini to'lab berish majburiyati yuklatilishi mumkin bo'ldi. Bu o'zgarish, ayniqsa, nikoh davomida er tomonining uyida yashagan va ajrimdan so'ng boshpanasiz qolishi mumkin bo'lgan ayollar uchun muhim ijtimoiy himoya mexanizmi bo'ldi. Mazkur normalar tufayli ajrashgan ayollarning eng dolzarb muammolari - xavfsiz ajrashish jarayonini ta'minlash va ajrimdan keyin boshpanasiz qolmaslik masalalari - bo'yicha huquqiy kafolatlar mustahkamlandi.

Davlat tashabbuslari bilan bir qatorda, nodavlat notijorat tashkilotlar (NNT) va fuqarolik jamiyati institutlari ham ajrimdan keyingi ayollarni qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynamoqda. O'zbekistonda so'nggi yillarda xotin-qizlarning huquqlarini himoya qilish, xususan, oilaviy zo'ravonlik va ajralish oqibatlarini yengillashtirishga qaratilgan bir qator jamoat loyihalari paydo bo'ldi. Misol tariqasida, 2018-yilda tashkil

etilgan **“Nemolchi.uz”** (“Jim qolma”) loyihasini keltirish mumkin. Ushbu tashabbus doirasida ko‘ngilli psixologlar va yuristlar jamoasi shakllangan bo‘lib, ular oilaviy zo‘ravonlik qurbonlari, shu jumladan, ajrashgan va qiyin ahvolga tushib qolgan ayollarga bepul psixologik maslahat va huquqiy ko‘mak ko‘rsatib kelmoqda. “Nemolchi.uz” sayti va ijtimoiy tarmoqlari orqali ayollar o‘z hikoyalarini anonim tarzda bo‘lishish, savollarga javob olish imkoniga ega. Bu esa ko‘plab ayollar uchun o‘z muammolari haqida ochiq gapirish va yordam so‘rashga undovchi omil bo‘lmoqda. Mazkur loyihaga asos solgan faollar tomonidan jamiyat e‘tiborini oiladagi zo‘ravonlik va ajrim masalalariga qaratish maqsadida tahliliy maqolalar, tavsiyalar ham e‘lon qilinmoqda. Jumladan, 2022-yilda Nemolchi tashabbusi faoliyati doirasida o‘tkazilgan press-konferensiyada mutasaddilarga oilaviy nizolarni yashirmaslik, jabrlangan ayollarga kechiktirmasdan yordam ko‘rsatish borasida takliflar berildi. Bu kabi jamoat sa’y-harakatlari natijasida jamiyatda ajrashgan ayollarga nisbatan munosabatni sog‘lomlashtirish, ularning muammolarini ochiq muhokama qilishga erishilmoqda.[8]

Shuningdek, xalqaro tashkilotlar ko‘magida amalga oshirilayotgan dasturlar ham ajrimdan keyingi ayollarni qo‘llab-quvvatlashga hissa qo‘shmoqda. Masalan, BMT Taraqqiyot Dasturi (UNDP) hamda AQSh Xalqaro taraqqiyot agentligi (USAID) ko‘magida sud tizimida elektron ish yuritish (E-SUD) tizimi joriy etildi. Natijada ayollar endilikda uyidan turib onlayn tarzda ajrim uchun sudga murojaat yuborish, aliment undirish bo‘yicha ariza topshirish imkoniyatiga ega bo‘ldilar. Ushbu tizim qisqa fursat ichida minglab ayollarga ortiqcha sansalorlik va ovvora bo‘lishlarsiz o‘z huquqlarini himoya qilishda yordam berdi. Masalan, 2017-2019 yillar davomida respublika bo‘yicha 37 mingga yaqin ayol E-SUD tizimi orqali aliment undirish bilan bog‘liq masalalarni hal qilgani qayd etilgan. Bundan tashqari, ba’zi nohukumat tashkilotlar ajrashgan ayollarni iqtisodiy mustaqilligini ta’minlash maqsadida kasb-hunarga o‘qitish va bandlikka ko‘maklashish loyihalarini amalga oshirmoqda. Masalan, ayrim ekspertlar ajrim ko‘rgan ayollarni yangi kasb egallashga jalb etish va doimiy psixologik terapiya bilan qamrab olish ularni hayotga qaytarishning eng samarali usullaridan biri ekanini ta’kidlashadi. Bu borada xalqaro NNTlar, xususan, inson huquqlari faollari tomonidan mamlakatimizda davlat organlariga ajralgan ayollar uchun maxsus qayta o‘qitish kurslari va uzluksiz psixologik maslahat markazlari tashkil etish bo‘yicha takliflar bildirilib kelinmoqda.[9]

O'zbekistonda ajrimdan keyingi ayollarni rehabilitatsiya qilish bo'yicha dastlabki tizimli qadamlar tashlangan bo'lsa-da, bu borada hali yechimini kutayotgan muammolar talaygina. Yuqoridagi ma'lumotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, mavjud psixologik qo'llab-quvvatlash markazlari va dasturlari ko'plab ayollarga yordam bermoqda, biroq ularning qamrovi hali barcha muhtoj ayollarni to'liq o'z ichiga olmayapti. Masalan, rasmiy raqamlarga ko'ra birgina 2022-yilda 48 mingdan ortiq nikoh ajralishi sodir bo'lgan bo'lsa, rehabilitatsiya markazlariga murojaat qilgan ayollar soni buning oz bir qismigina ekanligi ayon. Ko'plab ajrashgan ayollar hali ham turli sabablarga ko'ra (ma'lumot yetishmasligi, uyalish yoki qo'rqish hissi, markazlar olisligi kabi) rasmiy yordamga murojaat qilmayotgani taxmin qilinadi. Demak, birinchi navbatda axborot-tushuntirish ishlarini kuchaytirish zarur: ajrimdan so'ng har bir ayol yordam so'rashi mumkin bo'lgan manzillar va aloqa vositalarini bilishi lozim. Mahalla tizimi, xotin-qizlar qo'mitalari quyi bo'g'inlari bu borada faolroq bo'lishi, ajrashgan ayollar bilan manzilli ishlash tizimini yo'lga qo'yishi kerak.

Keyingi masala, mavjud rehabilitatsiya markazlarining moddiy-texnik bazasini mustahkamlash va mutaxassislar salohiyatini oshirish masalasi turibdi. Markazlardagi psixologlar va ijtimoiy xodimlar sonini ko'paytirish, ularni zamonaviy malaka oshirish kurslaridan o'tkazish, ayniqsa oilaviy inqirozlar va travmalar bo'yicha ixtisoslashgan psixoterapevtlarni jalb etish zarur. Shuningdek, rehabilitatsiya markazlari tarmog'ini kengaytirish ham muhim: 2021-yildan amalga oshirilgan optimallashtirish natijasida markazlar soni 197 tadan 29 taga qisqartirilib, ularning hududiy qamrovi kengroq markazlashgan tizimga o'tdi. Biroq joylarda, ayniqsa, olis tuman va qishloqlarda yashovchi ayollar uchun viloyat markazlarigacha kelib xizmat olish qiyin bo'lishi mumkin. Shu bois, kelgusida har bir tuman (yoki bir necha qo'shni tuman) darajasida ham psixologik yordam punktlarini tashkil etish maqsadga muvofiqdir. Bu punktlar mahalliy hokimliklar, poliklinikalar yoki nodavlat tashkilotlar qoshida faoliyat ko'rsatib, respublika markazlari bilan integratsiya qilinishi mumkin.

Ajrimdan keyingi rehabilitatsiya faqat psixologik maslahat bilan cheklanib qolmasligi kerak. Yuqorida keltirilganidek, ajralgan ayollar ko'pincha ish va daromad manbaiga muhtoj bo'lib qoladilar. Shu sababli, rehabilitatsiya dasturlariga iqtisodiy qo'llab-quvvatlash komponentini kengroq joriy etish lozim. Bu borada ayollarga yangi kasb o'rgatish kurslarini tashkil qilish, band bo'lmagan ajrashgan ayollarni ishga

joylashtirish uchun kvotalar ajratish, ularning tadbirkorlik faoliyatini boshlashi uchun mikrokreditlar bilan ta'minlash kabi chora-tadbirlar yaxshi samara berishi mumkin. Davlat statistikasiga ko'ra, 2019-yildayoq reabilitatsiya markazlari orqali 700 ga yaqin ayolning ish bilan ta'minlanishiga va qariyb 500 nafar ayolning imtiyozli kredit olishi orqali tadbirkorlik boshlashiga erishilgan. Bu yo'nalishni bundan-da kengaytirish ajrashgan xotin-qizlarning jamiyatda munosib o'rin topishi va mustaqil hayot kechirishini ta'minlaydi.

Nihoyat, ajrimdan keyingi reabilitatsiya samaradorligini oshirish uchun jamiyatda mafkuraviy o'zgarishlar zarur. Ajarilgan ayolga achinish yoki ayblash ko'zi bilan qarash kabi eskirgan stereotiplar o'rnini unga tushunish va dalda berish qadriyatlari egallashi lozim. Buning uchun ommaviy axborot vositalari va ta'lim tizimida ajrim mavzusini xolis yoritish, oilaviy nizolarni tinch yo'l bilan hal etish va ajrimdan keyingi hayotda muvaffaqiyatga erishgan ayollarning ijobiy misollarini ko'rsatish muhimdir. Jamiyatda ajrim - bu hayot yakuni emasligini anglash, aksincha, ayrim holatlarda oiladagi zo'ravonlik va kelishmovchiliklardan xalos bo'lishning bir yo'li ekanligini tushunish muhitini shakllantirish lozim. **“Ajrim - bu jazo emas, undan keyin ham hayot bor”**, degan g'oyani keng targ'ib qilish orqali ajralgan ayollarning o'zini anglashiga, ulardagi ishonchni tiklashga erishish mumkin.

Xulosa.

Xulosa o'rnida ta'kidlash joizki, O'zbekistonda ajrimdan keyingi reabilitatsiya va psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi endigina shakllanib kelayotgan bo'lsa-da, erishilgan yutuqlar va amalga oshirilayotgan islohotlar dalolat bermoqdaki, mazkur yo'nalish davlat va jamiyat e'tiborida turibdi. So'nggi yillardagi statistik o'sishlar ajralishlar soni ortib borayotganini ko'rsatadi, bu esa o'z navbatida minglab ayollarning hayotida keskin burilishlar sodir bo'layotganini anglatadi. Bunday sharoitda ajrimdan keyin ayollarni ruhiy, ijtimoiy va huquqiy jihatdan qo'llab-quvvatlash - nafaqat alohida olingan oila a'zolarining, balki butun jamiyatning barqarorligi va farovonligi uchun muhimdir.

Mavjud dasturlar tahlili shuni ko'rsatadiki, psixologik reabilitatsiya markazlari, “1146” ishonch telefoni kabi mexanizmlar, shuningdek, nodavlat tashabbuslar orqali ko'plab xotin-qizlarga amaliy yordam berilmoqda. Jumladan, minglab ayollar psixologik maslahat oldi, yuzlab ayollar ish va turar-joy bilan ta'minlandi, bu esa

ularning yangi hayotga qadam qo'yishida tayanch bo'lib xizmat qilmoqda. Yangi qonunchilik hujjatlari esa ajrim jarayonini insonparvarlashtirishga, ayollarning huquqlarini yanada mustahkamlashga zamin yaratmoqda - xususan, zo'ravonlik qurboni bo'lgan ayollarni sudda ortiqcha qiynamay ajrashishga qo'yib yuborish, ajrashgandan so'ng ularning boshpanasiz qolmasligini ta'minlash kabi normalar buning yaqqol misolidir gazeta.uz.

Shu bilan birga, tizimni yanada takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish lozimligiga e'tibor qaratildi. Maqolada keltirilgan takliflar - reabilitatsiya xizmatlarini yanada ommalashtirish, qamrov doirasini kengaytirish, psixologlar malakasini oshirish, ajrimdan keyingi iqtisodiy qo'llab-quvvatlashga alohida e'tibor berish va jamiyatda ijobiy munosabatni shakllantirish - amalga oshirilsa, ajrimning salbiy oqibatlarini yumshatish imkoniyatlari ortadi.

Xulosa qilib aytganda, ajrimdan keyingi reabilitatsiya jamiyatimiz uchun nisbatan yangi tushuncha bo'lsa-da, uning ahamiyati beqiyosdir. Oilaviy ajralish faqat bir oilaning emas, balki jamiyatning ham dardidir, shu bois ajrashgan ayolni yakka holda qoldirmay, unga yangi hayot bosqichini boshlashda ko'mak berish barchamizning burchimizdir. Bu yo'nalishda davlat organlari, jamoat tashkilotlari va jamiyatning o'zi hamjihatlikda ishlagan taqdirda, ajrimdan keyingi ayollarning hayotini qayta qurish, ularning farovon va baxtli yashashlariga erishish mumkin bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Yo'ldosheva, G. (2020). Psixologik muammolarni oilaviy yondashuv asosida hal qilish. Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti. b-33
2. Judith S. Wallerstein. (1996). The Good Marriage: How and Why Love Lasts. p-155-161.
3. Lenore J. Weitzman. (1981). Marriage contract, the: couples, lovers and the law. p-77-79
4. Hetherington, E.M. (2003). For Better or For Worse: Divorce Reconsidered. p-144-151
5. O'zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo'mitasi. Asosiy demografik ko'rsatkichlar, Nikohdan ajralishlar soni (jami) 2024. https://api.siat.stat.uz/media/uploads/sdmx/sdmx_data_230.pdf

6. O‘zbekiston Respublikasining Qonuni. Xotin-qizlarni tazyiq va zo‘ravonlikdan himoya qilish to‘g‘risida // <https://lex.uz/acts/-4494709>
7. O‘zbekiston Respublikasining Qonuni. Xotin-qizlarni tazyiq va zo‘ravonlikdan himoya qilish to‘g‘risida // <https://lex.uz/docs/-4494709?ONDATE=10.12.2021%2000>
8. 6. Nemolchi.uz loyihasi materiallari. “Ajrim – bu oxiri emas”: ayollar uchun ko‘mak (jamoat loyihasi sayti, 2020–2022 yillar). <https://nemolchi.uz/uz/>
9. BMT Taraqqiyot Dasturi. New alimony law brings relief to Uzbek women (blog posti, 2019-yil 5-avgust) <https://undpeurasia.medium.com>.



GLOBAL SCHOLARS
SCIENTIFIC PUBLISHING