

Date: 17th April-2025

**JAZONI O'TASH MUASSASALARIDAN QAYTGAN XOTIN QIZLARING
HAYOTIY KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA PSIXOLOGIK
XIZMATNING O'RNI**

Matniyazova Nazokat Egamberganovna

Xorazm viloyati Bog'ot tumani "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi
psixologlar guruhi bosh mutaxassisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada jazoning o'tash muassasalaridan qaytgan xotin-qizlarning jamiyatga qayta moslashuvi, ularning hayotiy ko'nikmalarini shakllantirishda psixologik xizmatlarning o'ri tahlil qilingan. Ruhiy tiklanish, oilaviy munosabatlar, jamiyatdagi tamg'alovchi stereotiplarga qarshi kurash, kasbiy yo'naltirish va ijtimoiy reabilitatsiya kabi dolzarb masalalar yoritilgan. Shuningdek, psixologik xizmatlar sifati, genderga oid yondashuvlar va zamonaviy texnologiyalar yordamida ko'rsatiladigan masofaviy xizmatlarning ahamiyati haqida so'z yuritilgan. Maqolada mavjud muammolar yechimi bo'yicha amaliy takliflar ham keltirilgan.

Kalit so'zlar: jazoning o'tash muassasalari, xotin-qizlar, psixologik reabilitatsiya, hayotiy ko'nikmalar, jamiyatga moslashuv, gender yondashuvi, ruhiy salomatlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, stereotiplar, oilaviy moslashuv, masofaviy psixologik xizmat.

Bugungi kunda O'zbekiston jamiyatida insonparvarlik tamoyillariga asoslangan yondashuvlar, ijtimoiy adolat va tenglik prinsiplarini qaror toptirish yo'lida muhim islohotlar amalga oshirilmoqda. Ayniqsa, jazoni o'tab chiqqan fuqarolarning, xususan, xotin-qizlarning jamiyatga qayta moslashuvi va faol hayot tarzini davom ettirishi dolzarb masalalardan biri sifatida e'tiborga olinmoqda. Bu jarayonda psixologik xizmatlar muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki jazo muassasalaridan ozod etilgan ayollarning ruhiy holati, o'zini jamiyatda tutish malakasi va hayotiy ko'nikmalari ko'plab sinovlarga duch keladi.

O'zining og'ir kechinmalarini boshdan kechirgan, ko'p hollarda ruhiy tushkunlik va ijtimoiy izolyatsiyaga uchragan ayollarni yana jamiyat hayotiga jalb etish, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini tiklash uchun kompleks yondashuv zarur. Shu bois, psixologik xizmatlar tizimi orqali ularga yordam berish, ruhiy barqarorlikni shakllantirish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish bugungi kun talablaridan biridir.

Jazoning o'tash muassasalaridan qaytgan xotin-qizlar jamiyatga qayta moslashish jarayonida ko'plab to'siqlarga duch keladilar. Ularda ruhiy tushkunlik, o'ziga bo'lgan ishonchsizlik, ijtimoiy muhitdan yiroqlashish, yaqinlari va atrofdagilarning rad etishi kabi salbiy psixologik holatlar yuzaga chiqadi. Shu bois ularning hayotiy yo'lini to'g'ri yo'naltirishda psixologik xizmatlarning o'ri beqiyosdir. Mazkur xizmatlar nafaqat ruhiy salomatlikni tiklashga, balki ayollarning o'zini jamiyatda tutish, munosabatlar qurish, mehnat bozoriga moslashish kabi ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi.

Psixologik xizmatlar quyidagi yo'nalishlarda olib borilishi maqsadga muvofiqdir:



Date: 17th April-2025



Ruhiy-psixologik tiklanish bo'yicha maslahatlar. Ayol shaxsining o'zini qadrlashi, avvalgi xatolarni tan olib, yangi hayot boshlashi uchun dastlabki bosqichda psixologik yordam zarur. Bu jarayonda stress, xavotir, o'ziga nisbatan nafrat kabi tuyg'ularni yengish bo'yicha individuallashtirilgan yondashuvlar qo'llaniladi.

Hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish. Kundalik hayotda kerak bo'ladigan kommunikativ ko'nikmalar, nizolarni hal etish madaniyati, muammolarga konstruktiv yondashish kabi jihatlar ustida ishlash ayollarning jamiyatga moslashuvchanligini oshiradi. Shuningdek, ijtimoiy-psixologik treninglar orqali ularda liderlik, tashabbuskorlik, mehnatga layoqatlilik kabi fazilatlar rivojlanadi.

Ijtimoiy va iqtisodiy integratsiyaga ko'mak. Jazoni o'tash muassasalaridan qaytgan ayollarga psixologik yordam bilan birga, kasb-hunarga yo'naltirish, ularni bandlik dasturlariga jalb qilish ham muhim. Bugungi kunda "Ayollar daftari", "Temir daftari", "Yoshlar daftari" kabi platformalar orqali bunday ayollarni qo'llab-quvvatlash yo'lga qo'yilgan. Ularning faol ishtirokini ta'minlashda psixologik tayyorgarlik asosiy omil sanaladi.

Mahalla va fuqarolik jamiyati institutlari bilan hamkorlik. Mahalla institutlari, ayollar qo'mitalari, NNT va boshqa fuqarolik jamiyati tashkilotlari bilan hamkorlikda psixologik xizmatlarni manzilli tashkil etish katta samara beradi. Mahalla psixologlari va ijtimoiy ishchilar tomonidan olib borilayotgan uyma-uy targ'ibot ishlari, suhbatlar va guruhviy mashg'ulotlar jazoning ijtimoiy asoratlarini yumshatishda muhim rol o'ynaydi.

Psixoprofilaktika va qayta jinoyatchilikning oldini olish. Eng muhim jihatlardan biri – bu takror jinoyat sodir etilishining oldini olishdir. Agar ayolga jamiyat tomonidan ijobiy munosabat, ruhiy qo'llab-quvvatlash, zarur ko'nikma va imkoniyatlar berilsa, u o'z yo'lini topadi. Psixologik xizmatlarning asosiy maqsadi ham aynan shaxsiy o'zgarishlarni rag'batlantirish orqali ijobiy ijtimoiy adaptatsiyani ta'minlashdan iborat.

Bugungi kundagi shart-sharoitlar, davlat siyosatidagi ijobiy o'zgarishlar jazoni o'tash muassasalaridan qaytgan ayollar uchun yangi imkoniyatlar eshigini ochmoqda. Asosiysi, bu imkoniyatlardan to'g'ri foydalanishda psixologik xizmatlar har tomonlama yo'l-yo'riq ko'rsatib, ularning jamiyatga qaytish jarayonini yengillashtiradi.

Psixologik yordamning genderga xos yondashuvi. Jazoni o'tash muassasalaridan qaytgan ayollar erkaklarga qaraganda ruhiy jihatdan ko'proq hissiyotga beriladi, o'zini aybdor his qilish holatlari ko'proq uchraydi. Shu sababli, psixologik xizmatlar gender yondashuvi asosida tashkil etilishi lozim. Ayollarning o'ziga xos ehtiyojlarini inobatga olgan holda, masalan, oilaviy munosabatlar, bolalar bilan aloqalar, zo'ravonlikdan keyingi reabilitatsiya yo'nalishlarida alohida ishlar olib borilishi zarur.

Oilaviy psixologik maslahatlar va oilaga qaytishdagi muammolar. Ko'plab ayollar ozodlikdan so'ng oilasiga qaytish jarayonida qiyinchiliklarga uchraydi. Ular o'z yaqinlarining ishonchini yo'qotgan, ba'zida esa butunlay rad etilgan bo'ladi. Shu bois psixologik xizmat faqat ayolga emas, balki uning oila a'zolariga ham ko'mak ko'rsatishi lozim. Oilaviy psixologlar yordamida buzilgan ijtimoiy aloqalarni tiklash, sog'lom muhitni qayta shakllantirish mumkin.

Date: 17th April-2025



Media va jamiyatning tamg'alogchi stereotiplariga qarshi kurashish. Jinoyat sodir etgan ayollarga jamiyatda ko'p hollarda salbiy munosabat bildiriladi. Ular "qayta tuzalmas", "xavfli shaxs" sifatida qaraladi. Bu esa ayolning o'ziga bo'lgan ishonchini yo'qotishiga olib keladi. Psixologik xizmatlar bu stereotiplarga qarshi kurashish, ayol shaxsini jamiyatga ijobiy ko'rinishda ko'rsatish orqali ijtimoiy inklyuziyani ta'minlashi kerak. Bunda psixosudukatsiya, ya'ni aholining psixologik savodxonligini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Raqamli texnologiyalar yordamida masofaviy psixologik xizmatlar. Zamonaviy sharoitda onlayn psixologik maslahatlar, mobil ilovalar orqali yordam berish imkoniyatlari kengaymoqda. Bu ayniqsa chekka hududlarda yashovchi yoki psixolog huzuriga borishga jur'at etolmaydigan ayollar uchun qulay. Shuningdek, maxfiylikni ta'minlagan holda yordam ko'rsatish orqali ularning ochilishiga imkon yaratiladi.

Psixologik xizmatlar sifatini oshirish uchun kadrlar tayyorlash va qayta tayyorlash. Afsuski, ko'plab hududlarda psixologik xizmatlar yetarli darajada malakali mutaxassislar bilan ta'minlanmagan. Shuning uchun jazoni o'tash muassasalaridan qaytgan xotin-qizlar bilan ishlaydigan psixologlar uchun alohida ixtisoslashtirilgan kurslar, treninglar, amaliy seminarlarga ehtiyoj katta. Ular jinoyat psixologiyasi, travmadan keyingi holatlar, ijtimoiy reabilitatsiya bo'yicha chuqur bilimga ega bo'lishi kerak.

Jazoni o'tash muassasalaridan qaytgan xotin-qizlarning hayotga qayta moslashuvi – faqat ularning shaxsiy masalasi emas, balki butun jamiyatning ijtimoiy barqarorligi, insoniylik va adolatga asoslangan taraqqiyotining muhim ko'rsatkichidir. Bu ayollarni rad etish emas, balki qo'llab-quvvatlash, ularning ijtimoiy rolini tiklash orqali jamiyatda ijobiy o'zgarishlarga erishish mumkin. Psixologik xizmatlar aynan shu yo'lda asosiy vositalardan biri bo'lib xizmat qiladi.

Shu nuqtai nazardan, quyidagi **takliflarni** ilgari surish mumkin:

- *Har bir hududda jazo muassasasidan qaytgan ayollar uchun maxsus psixologik reabilitatsiya markazlarini tashkil etish;*
- *Psixologlar uchun "jinoyat ortidan reabilitatsiya" yo'nalishida maxsus tayyorlov kurslarini yo'lga qo'yish;*
- *Ayollarni oilasiga qayta moslashtirishda oila a'zolari bilan parallel psixologik maslahatlar o'tkazish;*
- *Mahalla va fuqarolik jamiyati institutlari ishtirokida manzilli yordam tizimini kuchaytirish;*
- *Ommaviy axborot vositalarida bu ayollar obrazini tamg'alogchi emas, balki ijobiy misollar orqali ko'rsatish orqali jamiyat fikrini shakllantirish;*
- *Psixologik xizmatlarni masofaviy (onlayn) shaklda ham kengaytirish va maxfiylikni kafolatlovchi platformalarni ishlab chiqish.*

Xulosa shuki, har bir jazoni o'tash muassasasidan qaytgan xotin-qiz – bu o'z hayotini yangidan boshlash istagidagi insondir. Agar jamiyat unga ishonch bildirsa, psixologik xizmatlar orqali yo'l-yo'riq berilsa, u ham o'z o'rnini topadi, ijtimoiy hayotga integratsiyalashadi va boshqa ayollar uchun ham umid manbai bo'la oladi. Bugungi

Date: 17th April-2025

O'zbekiston sharoitida bu boradagi ijobiy o'zgarishlar va imkoniyatlar mavjud. Asosiysi, ularni to'g'ri yo'naltirish va muvofiqlashtirish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-martdagi "Ayollarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash va ularning jamiyatdagi o'rnini kuchaytirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PQ-5006-sonli Qarori.
2. O'zbekiston Respublikasi Ichki ishlar vazirligi. (2023). *Jinoyat-ijroi tizimda islohotlar va insonparvarlik tamoyillari*. Toshkent: IIV matbuot xizmati.
3. Karimova, Z. (2021). *Psixologik reabilitatsiya asoslari*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi IIV Akademiyasi nashriyoti.
4. Xolbo'tayev, B. (2020). "Jinoyat sodir etgan shaxslarning ijtimoiy moslashuvi va psixologik qo'llab-quvvatlash masalalari." *O'zbekiston ijtimoiy fanlari jurnali*, №3, 45–52.
5. Matyoqubova, D. (2022). "Reintegratsiya jarayonida psixologik xizmatning o'rni va ahamiyati." *Amaliy psixologiya muammolari*, №2, 32–39.
6. WHO (2020). *Mental health and psychosocial support for women in prison settings*. World Health Organization. <https://www.who.int>
7. UNODC (2021). *Handbook on Women and Imprisonment*. United Nations Office on Drugs and Crime. <https://www.unodc.org>
8. Axmedova, M. (2019). "Gender tengligi va ayollarni reabilitatsiya qilishda psixologik xizmatlar tizimi." *Jamiyat va boshqaruv*, №4, 54–60.

