

Tabiiy ofatlardan keyin jamiyatda psixologik rehabilitatsiya jarayonlari: tizimli yondashuv va amaliy model

Nodir Abdirafikovich Umarov

Toshkent viloyati Favqulodda vaziyatlar Bosh boshqarmasi Nurafshon shahar
Hayot faoliyati xavfsizligi o'quv markazi

Annotatsiya: Tabiiy ofatlar inson hayoti, sog'lig'i, yashash sharoiti va infratuzilmaga zarar yetkazish bilan bir qatorda, shaxs va jamiyatning psixologik barqarorligiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Zilzila, sel, suv toshqini, ko'chki, kuchli shamol, qurg'oqchilik va boshqa tabiiy xavfli hodisalar natijasida insonlarda qo'rquv, xavotir, kuchli stress, qayg'u, uyqu buzilishi, depressiv holatlar, ijtimoiy moslashuvning buzilishi hamda travmadan keyingi stress buzilishi kabi psixologik oqibatlar yuzaga kelishi mumkin. Mazkur maqolada tabiiy ofatlardan keyingi psixologik oqibatlar, aholining turli qatlamlarida kuzatiladigan psixologik reaksiyalar, psixologik birinchi yordam, psixosotsial qo'llab-quvvatlash va uzoq muddatli psixologik rehabilitatsiya jarayonlari tizimli ravishda tahlil qilingan. Tadqiqotda tizimli tahlil, qiyosiy tahlil, kontent-tahlil va ilmiy manbalarni umumlashtirish metodlaridan foydalanilgan. Tadqiqot natijalari tabiiy ofatdan keyingi psixologik rehabilitatsiya faqat individual psixologik maslahat bilan cheklanmasligi, balki tibbiy, ijtimoiy, pedagogik va jamoaviy yordam bilan integratsiyalashgan holda amalga oshirilishi zarurligini ko'rsatadi. Maqolada psixologik ehtiyojlarni aniqlash, psixologik barqarorlashtirish, maqsadli psixologik aralashuv, ijtimoiy reintegratsiya va uzoq muddatli monitoringni o'z ichiga olgan ISISF modeli taklif etilgan. Mazkur model favqulodda vaziyatlar tizimida psixologik rehabilitatsiyani tashkil etishning konseptual asosi sifatida qo'llanishi mumkin.

Kalit so'zlar: tabiiy ofat, favqulodda vaziyat, psixologik rehabilitatsiya, psixologik yordam, psixosotsial qo'llab-quvvatlash, stress, travma, travmadan keyingi stress buzilishi, psixologik barqarorlik, jamoa, favqulodda vaziyatlarni boshqarish

Psychological Rehabilitation Processes in Society Following Natural Disasters: A Systematic Approach and Practical Model

Nodir Abdirafikovich Umarov

Life Safety Training Center, Nurafshon City, Main Directorate of Emergency
Situations of Tashkent Region

Abstract: In addition to causing damage to human life, health, living conditions, and infrastructure, natural disasters significantly impact the psychological stability of individuals and society. Events such as earthquakes, mudflows, floods, landslides, strong winds, droughts, and other hazardous natural phenomena can lead to psychological consequences including fear, anxiety, severe stress, grief, sleep disturbances, depressive states, impaired social adaptation, and post-traumatic stress disorder (PTSD). This article presents a systematic analysis of the psychological consequences following natural disasters, the psychological reactions observed across various population segments, and the processes involved in psychological first aid, psychosocial support, and long-term psychological rehabilitation. The study employs methods such as systems analysis, comparative analysis, content analysis, and the synthesis of scientific literature. Research findings indicate that psychological rehabilitation following a natural disaster should not be limited to individual psychological counseling alone but must be implemented through an integrated approach combining medical, social, educational, and community-based support. The article proposes the ISISF model, which encompasses the identification of psychological needs, psychological stabilization, targeted psychological intervention, social reintegration, and long-term monitoring. This model can serve as a conceptual framework for organizing psychological rehabilitation within emergency management systems.

Keywords: natural disaster, emergency situation, psychological rehabilitation, psychological assistance, psychosocial support, stress, trauma, post-traumatic stress disorder, psychological resilience, community, emergency management

KIRISH

Tabiiy ofatlar zamonaviy jamiyat oldida turgan eng murakkab va ko‘p qirrali xavflardan biri hisoblanadi. Ular insonlarning hayoti va sog‘lig‘iga bevosita tahdid solishi, uy-joy va infratuzilmani vayron qilishi, iqtisodiy yo‘qotishlarga olib kelishi bilan bir qatorda, aholining ruhiy-psixologik holatiga ham uzoq muddatli ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Zilzila, suv toshqini, sel, ko‘chki, bo‘ron, qurg‘oqchilik va boshqa tabiiy ofatlar inson uchun kutilmagan va nazorat qilib bo‘lmaydigan vaziyatni yuzaga keltiradi. Bunday vaziyatda insonning xavfsizlik hissi buziladi. Natijada qo‘rquv, xavotir, sarosima, qayg‘u, umidsizlik, uyqu buzilishi, diqqatni jamlash qiyinlashuvi va boshqa psixologik reaksiyalar paydo bo‘lishi mumkin.

Tabiiy ofatdan keyingi psixologik oqibatlar ko‘pincha jismoniy jarohatlardan farqli ravishda ko‘zga darhol tashlanmaydi. Shu sababli insonning ruhiy holati favqulodda vaziyatga javob berishning dastlabki bosqichida yetarlicha baholanmasligi mumkin.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, tabiiy ofatlarning ruhiy salomatlikka ta'siri nafaqat yangi psixologik buzilishlarning yuzaga kelishi, balki avval mavjud bo'lgan psixologik muammolarning kuchayishi bilan ham namoyon bo'lishi mumkin.

Shu sababli tabiiy ofatlarga javob berish tizimida psixologik reabilitatsiya tibbiy va moddiy yordam kabi muhim yo'nalish sifatida qaralishi lozim.

Tadqiqot muammosi

Tabiiy ofatlardan keyingi psixologik yordamni tashkil etishda bir qator muammolar mavjud:

- psixologik muammolarning o'z vaqtida aniqlanmasligi;
- psixologik xizmatlarning yetarli darajada mavjud emasligi;
- barcha jabrlanganlarga bir xil yondashuv qo'llanilishi;
- bolalar va boshqa zaif guruhlariga yetarli e'tibor berilmasligi;
- qisqa muddatli psixologik yordam bilan cheklanib qolish;
- psixologik, tibbiy va ijtimoiy xizmatlarning o'zaro muvofiqlashtirilmaganligi.

Mazkur muammolar tabiiy ofatlardan keyingi psixologik reabilitatsiyani yaxlit tizim sifatida tashkil etish zaruratini yuzaga keltiradi.

Tadqiqot maqsadi

Tadqiqotning asosiy maqsadi tabiiy ofatlarning inson va jamiyat psixologik holatiga ta'sirini tahlil qilish hamda individual, oilaviy va jamoaviy darajalarda psixologik reabilitatsiyani tashkil etishning kompleks modelini ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot vazifalari

Tadqiqot maqsadidan kelib chiqib quyidagi vazifalar belgilandi:

1. tabiiy ofatlarning asosiy psixologik oqibatlarini aniqlash;
2. aholining xavf guruhlarini belgilash;
3. psixologik birinchi yordamning mazmunini tahlil qilish;
4. psixosotsial qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini o'rganish;
5. tabiiy ofatdan keyingi reabilitatsiya bosqichlarini tizimlashtirish;
6. favqulodda vaziyatlar tizimida psixologik reabilitatsiyani tashkil etish modelini ishlab chiqish.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqot nazariy-analitik xarakterga ega bo'lib, tabiiy ofatlardan keyingi psixologik reabilitatsiya masalasiga bag'ishlangan xalqaro ilmiy adabiyotlar, ilmiy maqolalar va xalqaro tashkilotlarning metodik tavsiyalarini tahlil qilishga asoslangan.

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi.

Tizimli tahlil

Tabiiy ofatlarning individual, oilaviy va jamoaviy darajadagi psixologik oqibatlarini yagona tizim sifatida o'rganish maqsadida foydalanildi.

Qiyosiy tahlil

Turli mamlakatlar va xalqaro tashkilotlarda tabiiy ofatlardan keyingi psixologik yordamni tashkil etish yondashuvlari taqqoslandi.

Kontent-tahlil

Ilmiy adabiyotlarda tabiiy ofatlardan keyingi stress, travma, psixologik birinchi yordam va psixologik reabilitatsiya masalalarining yoritilishi tahlil qilindi.

Umumlashtirish

Olingan nazariy xulosalar asosida tabiiy ofatlardan keyingi psixologik reabilitatsiyaning kompleks modeli shakllantirildi.

Tadqiqot klinik tajriba yoki eksperimental tadqiqot emas, balki ilmiy manbalar tahliliga asoslangan konseptual tadqiqot hisoblanadi.

NATIJALAR

3.1. Tabiiy ofatlarning psixologik oqibatlari

Tadqiqot natijalari tabiiy ofatdan keyingi psixologik reaksiyalarni to'rt asosiy guruhga ajratish mumkinligini ko'rsatdi.

Psixologik yo'nalish	Asosiy belgilar
Emotsional	qo'rquv, xavotir, qayg'u, jahldorlik, umidsizlik
Kognitiv	diqqatning susayishi, unutuvchanlik, salbiy fikrlar
Fiziologik	uyqusizlik, charchoq, yurak urishining tezlashishi
Xulq-atvor	ijtimoiy chekinish, agressivlik, faoliyatning pasayishi

Bunday reaksiyalarning ma'lum qismi favqulodda vaziyatdan keyingi tabiiy moslashuv jarayonining tarkibiy qismi bo'lishi mumkin.

Shu sababli har qanday qo'rquv yoki stress holatini ruhiy kasallik sifatida baholash ilmiy jihatdan to'g'ri emas.

Biroq psixologik simptomlar uzoq vaqt davom etsa yoki insonning kundalik hayoti, mehnat faoliyati va ijtimoiy munosabatlariga jiddiy xalaqit bera boshlasa, mutaxassis yordami talab qilinishi mumkin.

TRAVMADAN KEYINGI STRESS BUZILISHI

Tabiiy ofatlarning eng jiddiy psixologik oqibatlaridan biri travmadan keyingi stress buzilishi - TSSB hisoblanadi.

TSSBda quyidagi belgilar kuzatilishi mumkin:

- travmatik voqeani qayta-qayta eslash;
- qo'rqinchli tushlar;
- tabiiy ofatni eslatuvchi vaziyatlardan qochish;
- doimiy xavf mavjuddek his qilish;
- haddan tashqari sergaklik;
- uyquning buzilishi;
- diqqatni jamlashda qiyinchilik;
- emotsional beqarorlik;

- ijtimoiy munosabatlarning buzilishi.

Biroq tabiiy ofatga duch kelgan barcha insonlarda TSSB rivojlanadi, degan xulosaga kelish noto'g'ri.

Insonning psixologik reaksiyasi bir qator omillarga bog'liq:

- travmaning og'irligi;
- insonning yoshi;
- oldingi hayotiy tajribasi;
- oilaviy qo'llab-quvvatlash;
- ijtimoiy muhit;
- iqtisodiy sharoit;
- xavfsizlik hissining qayta tiklanishi;
- professional yordamning mavjudligi.

AHOLINING XAVF GURUHLARI

Tabiiy ofatning bir xil sharoitida bo'lgan barcha insonlar bir xil psixologik reaksiya bildirmaydi.

Ayniqsa quyidagi guruhlar alohida e'tibor qaratish zarur.

5.1. Bolalar

Bolalar tabiiy ofatlarni kattalarga qaraganda boshqacha qabul qiladi.

Ularda:

- ota-onadan ajralishdan qo'rqish;
- yig'loqilik;
- uyqu buzilishi;
- tajovuzkorlik;
- maktabga borishdan qo'rqish;
- oldingi rivojlanish bosqichlariga qaytish;
- doimiy xavotir

kabi holatlar kuzatilishi mumkin.

Bolalar bilan ishlashda yosh xususiyatlarini hisobga olish zarur.

Rasm chizish, o'yin, suhbat va guruhli mashg'ulotlar samarali vositalar bo'lishi mumkin.

KEKSALAR BILAN PSIXOLOGIK ISHLASH

Keksalar tabiiy ofatlarda alohida e'tiborni talab qiluvchi guruh hisoblanadi.

Ularning psixologik holatiga quyidagilar ta'sir ko'rsatishi mumkin:

- sog'liq bilan bog'liq xavotir;
- yaqinlarini yo'qotish;
- odatiy hayot tarzining buzilishi;
- boshqa shaxslarga qaramlikning ortishi;
- uy-joydan ayrilish;
- ijtimoiy aloqalarning uzilishi.

Shu sababli keksalarga psixologik yordam ko'rsatishda oilaviy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish muhim.

QUTQARUVCHILAR VA FAVQULODDA VAZIYATLAR XODIMLARI

Tabiiy ofat oqibatlarini bartaraf etishda ishtirok etuvchi qutqaruvchilar va boshqa favqulodda vaziyatlar xodimlari yuqori psixologik yuklamaga duch keladi.

Ular:

- halok bo'lgan insonlar;
- jarohatlanganlar;
- vayron bo'lgan binolar;
- insonlarning vahimasi;
- og'ir iqlim sharoitlari;
- uzoq davom etuvchi ish rejimi bilan to'qnash kelishi mumkin.

Shuning uchun favqulodda vaziyatlar xodimlari uchun psixologik yordam faqat hodisadan keyin emas, balki xizmatning barcha bosqichlarida tashkil etilishi maqsadga muvofiq.

Bunda:

- psixologik tayyorgarlik;
- stressni boshqarish treninglari;
- o'zaro psixologik qo'llab-quvvatlash;
- xizmatdan keyingi psixologik monitoring muhim ahamiyatga ega.

PSIXOLOGIK BIRINCHI YORDAM

Psixologik birinchi yordam tabiiy ofatdan keyingi dastlabki bosqichda qo'llaniladigan muhim yondashuvlardan biridir.

Uning asosiy maqsadi insonni chuqur psixologik tahlil qilish emas, balki uning xavfsizligi va asosiy psixologik ehtiyojlarini ta'minlashdan iborat.

Psixologik birinchi yordamning asosiy yo'nalishlari:

1. xavfsizlikni ta'minlash;
2. insonni tinchlantirish;
3. asosiy ehtiyojlarini aniqlash;
4. yaqinlari bilan aloqa o'rnatishga yordam berish;
5. to'g'ri va ishonchli ma'lumot berish;
6. ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish;
7. zarur hollarda mutaxassisga yo'naltirish.

Psixologik birinchi yordam insonni majburan travmatik voqeani batafsil gapirib berishga undashni nazarda tutmaydi.

PSIXOLOGIK REABILITATSIYANING BESH ASOSIY TAMOIYILI

Tabiiy ofatdan keyingi psixologik yordamda beshta asosiy tamoyil muhim ahamiyatga ega:

1. Xavfsizlik

Insonda jismoniy va psixologik xavfsizlik hissini tiklash.

2. Tinchlantirish

Haddan tashqari qo'rquv, sarosima va fiziologik zo'riqlashni kamaytirish.

3. Shaxsiy va jamoaviy samaradorlik

Inson va jamoada muammoni yengib o'tish imkoniyatiga bo'lgan ishonchni kuchaytirish.

4. Ijtimoiy bog'liqlik

Oila, do'stlar, hamkasblar va jamoa bilan ijtimoiy aloqalarni tiklash.

5. Umid

Kelajak tiklanishi mumkinligiga nisbatan real va asoslangan ishonchni shakllantirish.

Mazkur tamoyillar tabiiy ofatdan keyingi psixologik tiklanish jarayonini faqat simptomlarni kamaytirishga emas, balki insonning faol hayotga qaytishiga yo'naltiradi.

PSIXOLOGIK REABILITATSIYANING BOSQICHLARI

Tabiiy ofatdan keyingi psixologik rehabilitatsiyani quyidagi bosqichlarda tashkil etish mumkin:

1-bosqich. Birlamchi aniqlash

Jabrlanganlarning psixologik ehtiyojlarini aniqlash.

2-bosqich. Barqarorlashtirish

Qo'rquv, vahima va kuchli stress reaksiyalarini kamaytirish.

3-bosqich. Maqsadli psixologik yordam

Muayyan psixologik muammoga ega shaxslar bilan individual yoki guruhli ishlash.

4-bosqich. Ijtimoiy reintegratsiya

Insonning oilaga, ishga, ta'limga va jamiyatga qaytishini qo'llab-quvvatlash.

5-bosqich. Uzoq muddatli monitoring

Psixologik holatni kuzatish va zarur hollarda qo'shimcha yordam ko'rsatish.

ISISF PSIXOLOGIK REABILITATSIYA MODELI

Tadqiqot natijasida tabiiy ofatdan keyingi psixologik rehabilitatsiyaning ISISF modeli taklif etiladi.

I - Aniqlash Psixologik ehtiyojlarni aniqlash.

S - Barqarorlashtirish Shaxsning xavfsizlik va ruhiy barqarorlik holatini tiklash.

I - Intervensiya Maqsadli psixologik yordam va zarur hollarda tibbiy-psixiatrik yo'naltirish.

S - Ijtimoiy reintegratsiya Shaxsni oila, ta'lim, mehnat va jamiyatga qaytarish.

F - Kuzatuv Uzoq muddatli psixologik monitoring.

ISISF modelining sxematik ko‘rinishi

TABIIY OFAT



1.ANIQLASH Psixologik ehtiyojlarni baholash



2.BARQARORLASHTIRISH Xavfsizlik + tinchlantirish + asosiy ehtiyojlar



3.INTERVENSIYA Individual/guruhli psixologik yordam



4.IJTIMOIIY REINTEGRATSIYA Oila + ta’lim + mehnat + jamoa



5.KUZATUV Monitoring + qayta baholash + zarur yordam



PSIXOLOGIK BARQARORLIK VA JAMOAVIIY REZILYENTLIK

KO‘P DARAJALI PSIXOLOGIK REABILITATSIYA

Psixologik rehabilitatsiya to‘rtta asosiy darajada tashkil etilishi maqsadga muvofiq.

Daraja	Asosiy maqsad	Mas’ul subyektlar
Individual	Psixologik holatni barqarorlashtirish	Psixolog, shifokor
Oilaviy	Oilaviy qo‘llab-quvvatlashni tiklash	Psixolog, ijtimoiy xodim
Jamoaviy	Ijtimoiy birdamlikni tiklash	Mahalla, jamoat tashkilotlari
Institutsional	Xizmatlarni muvofiqlashtirish	FVV, sog‘liqni saqlash, mahalliy hokimiyat

Bu yondashuv psixologik rehabilitatsiyani faqat psixolog faoliyati doirasidan chiqarib, jamiyatning barcha muhim institutlari ishtirokidagi kompleks tizimga aylantiradi.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari tabiiy ofatdan keyingi psixologik rehabilitatsiya ko‘p omilli jarayon ekanligini ko‘rsatadi.

Insonning psixologik holati faqat tabiiy ofatning kuchiga bog‘liq emas. Uning oilaviy munosabatlari, iqtisodiy sharoiti, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashi, tibbiy xizmatdan foydalanish imkoniyati va xavfsizlik hissining tiklanishi ham muhim ahamiyatga ega.

Masalan, uy-joyidan ayrilgan, yaqinlarini topa olmayotgan yoki oziq-ovqat va tibbiy yordamga muhtoj inson bilan faqat psixologik suhbat o‘tkazish yetarli natija bermasligi mumkin.

Shuning uchun psixologik reabilitatsiya:

“inson - oila - jamoa - davlat”

tizimida amalga oshirilishi lozim.

Tabiiy ofatdan keyingi psixologik yordamning yana bir muhim jihati uning davomiyligidir. Favqulodda vaziyat tugaganidan keyin insonning barcha psixologik muammolari birdaniga yo‘qolib ketmaydi.

Ayrim holatlarda simptomlar bir necha hafta yoki oylar o‘tib kuchayishi mumkin.

Shuning uchun psixologik reabilitatsiya quyidagi uzluksiz jarayon sifatida qaralishi kerak:

Tayyorgarlik → Birlamchi yordam → Barqarorlashtirish → Maqsadli intervensiya → Ijtimoiy reintegratsiya → Uzoq muddatli monitoring

ILMIY YANGILIK

Mazkur tadqiqotning ilmiy yangiligi tabiiy ofatlardan keyingi psixologik reabilitatsiyaning turli elementlarini yagona konseptual modelga birlashtirishdan iborat.

Taklif etilgan ISISF modeli:

- psixologik ehtiyojlarni erta aniqlashni;
 - psixologik barqarorlashtirishni;
 - maqsadli psixologik yordamni;
 - ijtimoiy reintegratsiyani;
 - uzoq muddatli monitoringni
- yagona tizimga birlashtiradi.

Modelning muhim jihati shundaki, u faqat individual psixologik holat bilan chegaralanmaydi, balki oila va jamoaning tiklanishini ham reabilitatsiya jarayonining bir qismi sifatida qaraydi.

AMALIY AHAMIYATI

Taklif etilgan yondashuv quyidagi tizimlarda qo‘llanishi mumkin:

- favqulodda vaziyatlar xizmatlari;
- psixologik yordam guruhlari;
- tibbiy yordam markazlari;
- vaqtinchalik joylashtirish punktlari;
- ta’lim muassasalari;
- mahalla va jamoatchilik tuzilmalari;
- qutqaruvchilarni psixologik reabilitatsiya qilish tizimi.

O‘zbekiston sharoitida mazkur model hududiy favqulodda vaziyatlarga javob berish tizimlariga moslashtirilishi mumkin.

Ayniqsa, zilzila xavfi mavjud hududlarda aholini nafaqat jismoniy, balki psixologik jihatdan ham tayyorlash muhim ahamiyatga ega.

AMALIY TAVSIYALAR

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi takliflar ishlab chiqildi.

1. Hududiy psixologik guruhlarini tashkil etish

Favqulodda vaziyatlarda tezkor ravishda faoliyat yurita oladigan maxsus psixologik guruhlarini shakllantirish.

2. Psixologik skrining tizimini joriy etish

Jabrlanganlarning psixologik holatini dastlabki bosqichdayoq baholash.

3. Bolalar uchun maxsus dasturlar yaratish

Maktablar va vaqtinchalik joylashtirish punktlarida bolalar psixologik holatini baholash mexanizmlarini ishlab chiqish.

4. Qutqaruvchilarni psixologik himoya qilish

Qutqaruvchilar uchun xizmatdan oldingi, xizmat davomidagi va xizmatdan keyingi psixologik yordam tizimini yaratish.

5. Yo‘naltirish mexanizmini takomillashtirish

Psixolog, shifokor, psixiatr va ijtimoiy xodim o‘rtasida aniq yo‘naltirish tizimini yaratish.

6. Jamoaviy rehabilitatsiyani rivojlantirish

Mahalla, ko‘ngillilar va jamoatchilik vakillarini psixologik tiklanish jarayoniga jalb etish.

7. Uzoq muddatli monitoringni joriy etish

Yuqori xavf guruhiga kiruvchi shaxslarning psixologik holatini muntazam kuzatib borish.

8. Aholining psixologik savodxonligini oshirish

Favqulodda vaziyatlarga tayyorgarlik mashg‘ulotlariga psixologik tayyorgarlik elementlarini kiritish.

TADQIQOTNING CHEKLOVLARI

Mazkur tadqiqot nazariy-analitik xarakterga ega bo‘lib, bevosita tabiiy ofatni boshdan kechirgan respondentlar ishtirokidagi empirik tadqiqot natijalarini o‘z ichiga olmaydi.

Taklif etilgan ISISF modeli konseptual model bo‘lib, uning amaliy samaradorligini baholash uchun kelgusida dala tadqiqotlari, so‘rovnomalar va longitudinal kuzatuvlar o‘tkazish zarur.

Kelajakdagi tadqiqotlarda modelning:

- samaradorligi;
- iqtisodiy jihatdan maqbulligi;
- turli yosh guruhlariga ta’siri;
- qutqaruvchilarga nisbatan qo‘llanishi;
- O‘zbekistonning turli hududlaridagi moslashuvchanligi empirik jihatdan tekshirilishi mumkin.

XULOSA

Tabiiy ofatlar inson va jamiyatning psixologik barqarorligiga jiddiy ta'sir ko'rsatadigan favqulodda hodisalardir. Ularning oqibatlari jismoniy zarar bilan tugamaydi, balki ayrim hollarda insonning ruhiy holati va ijtimoiy faoliyatiga uzoq vaqt davomida ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, tabiiy ofatlardan keyingi psixologik reabilitatsiyaning asosiy vazifasi faqat psixologik simptomlarni kamaytirish emas, balki insonning xavfsizlik hissin, ijtimoiy aloqalarini, faoliyatga bo'lgan qobiliyatini va kelajakka bo'lgan ishonchini tiklashdan iborat.

Tadqiqot asosida quyidagi ilmiy xulosalarga kelindi:

Birinchidan, tabiiy ofatdan keyingi psixologik reaksiyalarni o'z vaqtida aniqlash zarur.

Ikkinchidan, psixologik birinchi yordam xavfsizlik, tinchlantirish, ijtimoiy bog'liqlik va amaliy yordam tamoyillariga asoslanishi kerak.

Uchinchidan, bolalar, keksalar, yaqinlarini yo'qotgan shaxslar va qutqaruvchilar alohida psixologik yondashuvni talab qiladi.

To'rtinchidan, psixologik reabilitatsiya tibbiy va ijtimoiy xizmatlar bilan uzviy bog'langan bo'lishi kerak.

Beshinchidan, psixologik yordam favqulodda vaziyat tugashi bilan yakunlanmasligi, balki uzoq muddatli monitoringni ham o'z ichiga olishi kerak.

Oltinchidan, jamiyatning psixologik barqarorligi individual psixologik yordam bilan bir qatorda oilaviy va jamoaviy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini rivojlantirishni talab qiladi.

Shu nuqtai nazardan, maqolada taklif etilgan ISISF modeli - Aniqlash, Barqarorlashtirish, Intervensiya, Ijtimoiy reintegratsiya va Kuzatuv - tabiiy ofatlardan keyingi psixologik reabilitatsiyani tizimli tashkil etish uchun konseptual asos bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Mazkur modelning yakuniy maqsadi nafaqat alohida insonning psixologik holatini tiklash, balki oila, jamoa va butun jamiyatning favqulodda vaziyatlardan keyingi tiklanish va moslashuvchanlik salohiyatini oshirishdan iborat.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. World Health Organization, War Trauma Foundation, & World Vision International. (2011). Psychological First Aid: Guide for Field Workers. Geneva: World Health Organization.
2. Inter-Agency Standing Committee. (2007). IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Geneva: IASC.
3. Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, R. A., Brymer, M. J., Friedman, M. J., Friedman, M., Gersons, B. P. R., de Jong, J. T. V. M., Layne, C. M., Maguen, S., Neria, Y., Norwood, A. E., Pynoos, R. S., Reissman, D., Ruzek, J. I., Shalev, A. Y.,

Solomon, Z., Steinberg, A. M., & Ursano, R. J. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry*, 70(4), 283–315. <https://doi.org/10.1521/psyc.2007.70.4.283>

4. North, C. S., & Pfefferbaum, B. (2013). Mental health response to community disasters: A systematic review. *JAMA*, 310(5), 507–518. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.107799>

5. Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2013). Assessing children's disaster reactions and mental health needs: Screening and clinical evaluation. *Canadian Journal of Psychiatry*, 58(3), 135–142. <https://doi.org/10.1177/070674371305800303>

6. Galea, S., Nandi, A., & Vlahov, D. (2005). The epidemiology of post-traumatic stress disorder after disasters. *Epidemiologic Reviews*, 27, 78–91.

7. Bonanno, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., & La Greca, A. M. (2010). Weighing the costs of disaster: Consequences, risks, and resilience in individuals, families, and communities. *Psychological Science in the Public Interest*, 11(1), 1–49.

8. Shalev, A., Liberzon, I., & Marmar, C. (2017). Post-traumatic stress disorder. *New England Journal of Medicine*, 376, 2459–2469.

9. Ursano, R. J., Fullerton, C. S., Weisaeth, L., & Raphael, B. (Eds.). (2007). *Textbook of Disaster Psychiatry*. Cambridge: Cambridge University Press.

10. United Nations Office for Disaster Risk Reduction. (2015). *Sendai Framework for Disaster Risk Reduction 2015–2030*. Geneva: UNDRR.

11. World Health Organization. (2013). *Psychological First Aid: Facilitator's Manual for Orienting Field Workers*. Geneva: WHO.

12. World Health Organization. (2010). *Mental Health and Psychosocial Support in Humanitarian Emergencies: What Should Humanitarian Health Actors Know?* Geneva: WHO.