



ОИЛАДА ЗЎРАВОНЛИКДАН ЖАБРЛАНГАН ШАХСЛАРГА ПСИХОЛОГИК ГУРУХЛАР УСУЛИДА ЁРДАМ КЎРСАТИШ

Раъно Исмаилова

Низомий номидаги ТДПУ “Амалий психология” кафедраси доценти, пс.ф.н.

ranohon2013@gmail.com

ORCID- 0009-0001-2289-1559

Аннотация: Ушбу мақолада оилавий зўравонликдан жабрлаган шахсларга психологик ёрдам кўрсатиш ва уларни қўллаб-қувватлашда жараёнининг бошида муҳим натижаларга эришиш имконини берувчи гуманистик психология ва шахс психологияси усуллари устуворлиги ҳақида сўз боради. Оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар билан ишлаш амалиётида когнитив-хулқ-атвор усуллари мисолида гуруҳли психокоррекция ишларини ташкил этиш бўйича амалий тавсиялар келтирилган.

Калит сўзлар: оила, зўравонлик, жабрланувчи, психокоррекция, когнитив хулқ-автор терапияси, ўзаро ёрдам, гуруҳлар хусусияти.

ОКАЗАНИЕ ГРУППОВОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ЖЕРТВАМ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ

Аннотация: В статье рассматривается приоритет методов гуманистической психологии и психологии личности, которые позволяют добиться значимых результатов на начальном этапе оказания психологической помощи и поддержки жертвам домашнего насилия. Также приводятся практические рекомендации по организации групповой психокоррекционной работы с использованием когнитивно-поведенческих методов.

Ключевые слова: семья, насилие, жертва, психокоррекция, когнитивно-поведенческая терапия, взаимопомощь, групповые характеристики.

PROVIDING SUPPORT TO PERSONS VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE THROUGH THE METHOD OF PSYCHOLOGICAL GROUPS

Abstract: This article discusses the priority of humanistic psychology and personal psychology methods in providing psychological assistance and support to victims of domestic violence, which allow achieving significant results at the beginning of the process. Practical recommendations are given on the organization of group psychocorrection work using cognitive-behavioral methods in the practice of working with victims of domestic violence.

Key words: family, violence, victim, psychocorrection, cognitive behavioral therapy, mutual support, characteristics of groups.

КИРИШ

Оилавий зўравонлик муаммосини ўрганишга қаратилган тадқиқотлар шуни кўрсатадики, ҳар йили дунё бўйлаб 1,6 миллиондан ортиқ одам зўравонлик қурбони бўлади. Зўравонлик натижасида ҳалок бўлган ҳар бир киши учун яна кўплаб одамларнинг жароҳат олиши ва бир қатор жисмоний, жинсий, репродуктив ҳамда руҳий саломатлик муаммоларидан азият чекиши кузатилади. Зўравонлик бутун дунё бўйлаб 15-44 ёшдаги одамлар ўлимининг асосий сабабларидан бири бўлиб, эркаклар ўлимининг тахминан 14 фоизини ва аёллар ўлимининг 7 фоизини ташкил қилади.[4]

Ўзбекистон Республикасида хотин-қизларни, болаларни зўравонликдан ҳимоя қилиш, уларнинг манфаатларини асраш бугунги жамият олдида турган устувор ва долзарб вазифалардан биридир. Кейинги йилларда мамлакатимизда оила ва хотин-қизлар ҳуқуқларининг кафолатлари, аёлларни зўравонлик ва тазйиқдан ҳимоя қилиш тизими анча кучайтирилди.

Ўзбекистон ҳукумати хотин-қизларнинг жамиятдаги ролини ошириш, гендер тенглик ва оилавий муаммоларни оптимал ҳал этиш борасида тизимли ишларни амалга ошириб келмоқда. 2023 йил 11 апрелда «Хотин-қизлар ва болалар ҳуқуқлари, эркинликлари ҳамда қонуний манфаатларини ишончли ҳимоя қилиш тизими янада такомиллаштирилиши муносабати билан Ўзбекистон Республикасининг айрим қонун ҳужжатларига ўзгартиш ва қўшимчалар киритиш тўғрисида»ги Қонун қабул қилиниб, Жиноят ҳамда Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодекслар оиладаги зўравонликни назарда тутувчи моддалар билан тўлдирилди.[1] Шунингдек, Ўзбекистон Республикасининг 2024- йил 5-ноябрда қабул қилинган “Аҳолига психологик ёрдам кўрсатиш тўғрисида” 989-сонли Қонунининг 9- моддасида тазйиқ ва зўравонликдан жабрланган шахсларга бепул психологик хизмат кўрсатилиши белгиланган.[2] Психологик ёрдам амалиётида оилада зўравонликдан жабрланган шахсларга психологик ёрдам ва психологик қўллаб-қувватлаш усул ва техникаларининг самарадорлигини мониторинг қилиш механизмлари ва усулларини излаш муҳим аҳамиятга моликдир. Шу нуқтаи назардан, оилавий зўравонликдан жабрланган шахсларга психологик ёрдам кўрсатиш ва уларни қўллаб-қувватлаш ишлари самарадорлигини ошириш масаласи бугунги кунда ҳар қачонгидан ҳам долзарбдир. Ушбу масалани сифатли ҳал қилиш жабрланганлар билан гуруҳли ишлаш усулларини ўрганишни, жабрланган шахснинг психологик хизмат ва унинг психологик усулларига нисбатан нотўғри қарашларини ўз вақтида аниқлашни, шунингдек, уларнинг пайдо бўлишини белгиловчи омилларни тан олишни ва зўравонликнинг турли шаклларида жабрланган шахсларнинг психологик ёрдамни олишга ва фаол ижтимоийлаштиришга содиқлигини шакллантириш йўллари аниқлашни талаб қилади.

Психологик ёрдам кўрсатиш ва уларни қўллаб қувватлаш ишларининг мақсади нафақат шахсга зўравонлик натижасида юзага келган психологик жароҳатни енгишга ёрдам бериш, балки фаол ижтимоийлашувига ёрдам берадиган ҳаётий кўникмаларни ривожлантиришдан ҳам иборатдир. Психологик ёрдам кўрсатиш ва уларни қўллаб қувватлаш жараёнини гуруҳ терапияси орқали амалга ошириш оилавий зўравонликдан жабрланган шахс (эркак ёки аёл) ижтимоийлашувига қаратилган. Бу бошқа шахслар билан соғлом муносабатларни ривожлантиришга ёрдам беради ва уларни ўз ҳуқуқлари ва бошқаларнинг ҳуқуқларини ҳурмат қилишга ўргатади. Гуруҳ терапиясининг асосий мақсадларидан бири жабрланувчи шахс ўзини ўзи назорат қилиш ва жамиятда қабул қилинган меъёрларга мувофиқ ўзини тутиш қобилиятини ривожлантиришга ёрдам беришдир. Бундан ташқари, гуруҳ фаолиятида иштирок этиш ўз-ўзини ҳурмат қилишни оширади. Оилавий зўравонликдан жабрланган шахсни бундай кўркув ва шубҳаларни бошдан кечираётган ягона одам эмаслигига психологлар (психотерапевтлар) ишонтиришни гуруҳда ишлаш жараёнида афзал усул деб билишади. Бу жараёнда жабрланувчилар тинч ва дўстона муҳитда ўзларининг қарама-қарши ҳис-туйғуларини саралаш имкониятига эга бўладилар. Шундай қилиб, гуруҳ терапияси оилавий зўравонликни бошдан кечирган шахслар билан ишлашнинг мақбул шаклидир, чунки бундай иш жараёнида уларнинг изоляция туйғуси пасаяди, мулоқот қобилиятлари ривожланади ва ички низолар ва тажрибаларни таҳлил қилиш имконияти пайдо бўлади.

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар билан, улар билан нима содир бўлганлиги ҳақида суҳбатни бошлаш жуда қийин. Агар гуруҳ терапияси директив ва ўз-ўзидан ташкил этилса, бу инсоннинг махфийлиги ва хавотирини кучайтириши мумкин, шунинг учун гуруҳ жараёни яхши тузилган бўлиши керак.

АДАБИЁТЛАР ТАҲЛИЛИ ВА ТАДҚИҚОТ МЕТОДОЛОГИЯСИ

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар билан когнитив-хулқ-атвор психотерапияси усул ва техникаларидан фойдаланишнинг ўзига хос томонлари ҳамда хусусиятларини аниқлаш муҳим аҳамият молик. Ушбу илмий мақолани ёритишда илмий адабиётларда муаммони таҳлил қилиш, анкеталар, оилавий зўравонликдан жабрланган шахсларнинг жтимоий-психологик ҳолатини ўрганиш натижаларини таҳлил қилишдан иборат. Олинган маълумотларни таҳлил қилиш асосида тузилган хулосалар, илмий адабиётларда ўрганилаётган муаммо оилавий зўравонликдан жабрлаган шахслар билан гуруҳли психокоррекция ишларини ташкил этишни илмий-методик таъминлашга ўз ёндашувимизни аниқлаш имконини беради.

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахсларга (эркак, аёл) психологик ёрдам кўрсатиш ва психологик қўллаб-қувватлашда гуруҳли ишнинг афзалликлари мавжуд ва психологик ёрдам кўрсатишнинг устувор шаклларида бўлиб қолиш имкониятига эга.

Психокоррекция деганда шахснинг хулқ-атворидаги ёки психологиясидаги камчиликларни муайян психологик таъсир воситаларидан фойдаланган ҳолда бартараф этишга қаратилган психологик чора-тадбирлар мажмуини тушунамиз. [8]

Психологик тадбирларни ташкил этишни белгилайдиган асосий нарса турли услублардан фойдаланиш имкониятларини таъминлаш ва керак бўлганда тез ўзгартириш бўлиши керак. Бу, хусусан оила билан ишлашнинг учта асосий шаклининг комбинацияси билан таъминланади: алоҳида оила аъзоси билан индивидуал иш, оила аъзолари билан гуруҳли психотерапия ва бутун оила билан психотерапия. [4]

Когнитив-хулқ-атвор терапияси, биринчи навбатда, индивидуал мақсадларга қаратилган, аммо индивидуал иш доирасида олинган натижага эришиш ва мустаҳкамлаш, уларнинг ривожланиш жараёнида тўғридан-тўғри хулқ-атворнинг янги моделларини синаб кўриш ҳар доим ҳам мумкин эмас ва бизнингча оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар учун кўпроқ аҳамиятга эга.

Бир гуруҳ ҳамфикр, умумий муаммо билан бирлашган шахслар, ғоявий ва хулқ-атвор стереотипларини шахснинг онги ва хулқ-атворида уйғотишга ва мустаҳкамлашга қодир ва буни индивидуал терапия доирасида яратиш қийин. Бундан ташқари, гуруҳ қийин вазиятларда маънавий қўллаб-қувватлаш, гапириш имкониятини бериш, ҳиссий зўриқишни бартараф этиш ёки шахсни муайян қоидаларга қатъий риоя қилишга ва қабул қилинган мажбуриятларни бажаришга ундайди.

Брабендер В фикрига кўра, гуруҳ психотерапияси кенгайтирилган мустаҳкамлашдан фойдаланган ҳолда индивидуал мақсадларни амалга оширишга қаратилган прогрессив ҳаракатни таъминлайди.[3]

Ҳимояланган гуруҳ шароитида иштирокчилар ўрганилган ёки ўзгартирилган хатти-ҳаракатларни қўллашга даъват этилади ва салбий ҳолатларга ўз-ўзидан ва кўркмасдан қарши туришга тайёр. Табиийки, психолог вазиятни маълум даражада назорат қилиши керак, лекин гуруҳ аъзоларини ўз ташаббусларини кўрсатиш имкониятидан маҳрум қилмаслиги керак. Гуруҳли когнитив хулқ-атвор психотерапиясининг қатор афзал томонларини келтириш мумкин:

- гуруҳ индивидуал психокоррекция жараёнида ўрганилган хатти-ҳаракатлар шакллари кундалик ҳаётга ўтказиш учун зарур чораларни кўришга ёрдам беради, адекват хатти-ҳаракатлар учун зарур бўлган кўникмаларни ўргатади, гуруҳ инсон хатти-ҳаракатларини назорат қилиш учун кучли нормаларга эга;
- гуруҳда ишлаганда, унинг аъзолари муайян хатти-ҳаракатлар билан боғлиқ фикр-мулоҳазаларни оладилар ва бу нафақат психологдан, балки гуруҳ аъзоларидан келиб чиқади, шунинг учун у анча яхши қабул қилинади ва самаралироқ ишлайди;
- гуруҳда энг кенг доирадаги шахслараро мулоқот қобилиятларини синаб кўриш мумкин, уларни муҳокама қилиш ва гуруҳдан ташқари вазиятга ўтказиш имконияти мавжуд;
- психолог гуруҳ аъзоларини хатоларга йўл қўйиш ва ундан сабоқ олиш мумкин бўлган қабул қилинадиган муҳитда янги хатти-ҳаракатларни синаб кўришга ундаш орқали гуруҳ жараёнини назорат қилиш имкониятига эга;

- Ижобий психотерапевтик таъсир муваффақиятининг кўрсаткичи - иштирок этишга розилик, ўзини ўзи очишга ва ўз муаммолари билан ишлашга тайёрлик, бошқаларни яқин ва узоқ келажақдаги хатти-ҳаракатлар ва когнитив ўзгаришларни белгилайдиган шахсий ҳаёт режаларини тузишга ундашдан иборат.[9]

НАТИЖА ВА МУХОКАМА

Гуруҳ билан ишлашда психолог асосий мақсадга қўшимча ахлоқий масалалар билан боғлиқ, уларни қонунчилик ва меъёрий ҳужжатлар талаблари, шахсий масалаларни кўриб чиқиш учун гуруҳдан фойдаланишдан қочиш ва ҳоказо.

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар билан психотерапевтик гуруҳни шакллантиришда мутахассис муқаррар равишда дуч келадиган муаммолар мавжуд албатта, буларга, биринчи навбатда, миждознинг психологга нисбатан эҳтиёткор, ўта ишончсиз муносабати киради.

Бу қуйидагилар билан боғлиқ: олдинги ҳаёт тажрибаси ("ҳеч кимга ишоналмайсиз", "бу хавфли", "ҳаммаси қуруқ гап" ва бошқалар:

- ҳукм қилиш, яққаланиш ва бошқалар туфайли ўзини (эркин) жамиятнинг қолган қисмидан бегоналаштириш, "жабрланувчи синдроми"ни намоён этиш. Шу билан бирга, ахборот ва маълумотларни идрок этишининг танланганлигини ҳисобга олиш керак: одамлар ўзларининг дунёқарашига мос келмайдиган ёки ёқимсиз бўлган нарсаларга эътибор бермасдан, фақат ўзлари хоҳлаган нарсани эшитишга мойилдирлар. Шунингдек, мутахассисларнинг сир сақлаш, махфийлик тамойилини бузиши ва олинган маълумотлардан ошкор этишидан кўрқуви катта рол ўйнайди. Шу билан бирга, ҳар қандай одам диққатли тингловчи билан гаплашиши, муаммоларини баҳам кўриши, далда ёки ҳамдардлик олиши керак. Бундай эҳтиёж ижтимоий маҳрумлик, шахс учун муҳим бўлган маълумотларни олиш имкониятининг етишмаслиги ва ўз хоҳиш-истакларини сунъий равишда бостириш шароитида энг долзарб бўлиб қолади. Ушбу ҳолат миждозларга психокоррекция таъсирини ўтказувчи мутахассис томонидан ҳисобга олиниши керак.

Ҳар қандай психокоррекция гуруҳи ўзининг яратилиши ва ривожланиши давомида одатда қуйидаги босқичлардан ўтади:

- дастлабки иш (ҳал қилиниши керак бўлган муаммони аниқлаш, гуруҳдаги потенциал иштирокчиларнинг шахсий психологик хусусиятларини баҳолаш, уларнинг энг муҳим муаммолари, уларни гуруҳ ишига жалб қилиш усуллари, гуруҳнинг вазифалари ва кутилаётган натижалар тўғрисида келишиб олиш).

- гуруҳни шакллантириш босқичи;

- ориентация босқичи (дастлабки машғулотлар давомида тадқиқот учун вақт);

- ўтиш босқичи (можаролар, ҳимоя ва қаршилиқ билан ишлаш);

- иш босқичи (муҳим шахсий қийинчиликлар билан ишлаш ва тушунишни гуруҳда ҳам, ташқарида ҳам ҳаракатга айлантириш, унинг чегараларини белгилаш);

- орттирилган тажрибани, ҳаётни, шу жумладан гуруҳли терапиядан кейинги даврни бирлаштириш ва мустаҳкамлаш босқичи;

- ўз касбий маҳоратини ошириш учун гуруҳ иши натижасида олинган натижаларни психолог ва иштирокчилар томонидан баҳолаш.[6]

Психологик ёрдам кўрсатиш ва қўллаб-қувватлаш амалиётнинг таҳлили шуни кўрсатадики, барча ҳолатларда самарали бўлган психокоррекция гуруҳини ташкил қилиш учун ягона рејепт мавжуд эмас. Шу сабабли, мутахассислар гуруҳ иштирокчиларининг асосий ёшини, уларнинг ривожланиш даражасини, гендер фарқларини, психокоррекцияга бўлган муносабатни (масалан, айрим гуруҳ иштирокчиларининг қарама-қарши қарашларининг мавжудлиги) ҳисобга олган ҳолда иш мазмунини доимий равишда ўзгартиришлари керак бўлади.

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахсларга когнитив-хулқ-атворли психотерапевтик таъсир кўрсатишдан олдинги оптимал моделлардан бири гуруҳ суҳбатларини йўналтириш усули бўлиши мумкин. [7] Унинг моҳияти гуруҳнинг потенциал аъзоларига муҳокама учун таклиф қилинган муаммо бўйича ўз нуқтаи назарини билдириш, бошқа иштирокчиларнинг фикрларини тинглаш, ўз фикр ва таассуротларини алмашиш имкониятини беришдан иборат. Бундай ҳолда, респондентлар бошқа фикрларни диққат билан тинглаш зарурлиги ва бир-бирларининг сўзларини кесишга йўл қўйилмаслиги ҳақида олдиндан огоҳлантирилиши керак.

Суҳбатдош айтилган нарсага холис муносабатда бўлишга ҳаракат қилиши ва баҳо беришда эҳтиёткор бўлиши лозим. Бу босқичда мақсад ҳеч кимни бирор нарсага ишонтириш ёки ниманидир сингдириш эмас. Барча иштирокчиларнинг фикрларини диққат билан тинглаш, олинган маълумотларни умумлаштириш ва тизимлаштириш кифоя. Агар иш тўғри ташкил этилган бўлса, гуруҳ аъзолари мамнун бўлиб, улар ниҳоят уларни кимдир тинглаганини ҳис этадилар. Машғулот бошида иштирокчиларни гуруҳларда ишлашнинг мақсади ва қоидалари (махфийликни сақлаш, бошқа одамларнинг фикри қанчалик зиддиятли бўлишидан қатъи назар, сабр-тоқатли бўлиш зарурлиги) ҳақида огоҳлантирилади. Гуруҳ машғулотларига раҳбарлик қилувчи психолог олинган маълумотлардан гуруҳ иштирокчиларининг бирортасига зарар етказилмаслигини таъминлаши керак.

Гуруҳли терапияда машғулот мавзуси олдиндан тузилган дастур асосида олиб борилиб, иштирокчиларни нафақат вазиятни муҳокама қилишга, балки уларни муайян ҳаракатларни бажаришга рағбатлантириши керак. Психокоррекция гуруҳи - бу бирор нарса ҳақида гапириш учун йиғиладиган шунчаки одамлар гуруҳи эмас. Бу ўз мақсади ва методологияси, иштирокчилар сони ва таркиби бўйича алоҳида турдаги гуруҳдир.

Машғулотларнинг мақсади гуруҳ аъзоларини долзарб муаммо ҳақида гапиришнинг амалга оширилмаган эҳтиёжидан келиб чиқадиган психологик зўриқишдан халос бўлиш учун тинглаш, маълумот тўплаш, шу жумладан ҳар бир

гуруҳ аъзосининг потенциал ресурслари тўғрисида ва бунга ҳалақит берадиган фикрларни тузатишдир. Шу билан бирга, гуруҳнинг ҳар бир аъзоси ўзининг муаммоси ва унга бўлган муносабатида ёлғиз эмаслигига билвосита ишонч ҳосил қилади.

Бошқача қилиб айтганда, гуруҳ билан ишлаш - бу кетма-кет муҳокамалар циклини ўз ичига олган пухта режалаштирилган, мақсадли ҳаракатдир. Гуруҳ иштирокчиларининг ўртача сони одатда кўпчиликнинг фикрлари, интилишлари ва умидларини ифода этишга тайёр бўлган оз сонли фаол иштирокчилардан иборат бўлади. Гуруҳда иштирокчиларнинг саволлари ёки нутқларини диққат билан тинглаши бизга айтилаётган муаммонинг долзарблигини баҳолашга, шунингдек, гуруҳнинг келажақдаги ўзагини аниқлашга имкон беради. Бу одамлар билан кейинги синчковлик билан танишиш уларнинг қанчалик адекват ва мустақил эканликларини ва уларнинг долзарб муаммолар ҳақида гапиришлари шунчаки кимнингдир таъсирими ёки йўқлигини баҳолашга имкон беради. Оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар гуруҳи билан ишлаганда ташқи таъсирнинг (эр ёки хотини, ота-она ва бошқа қариндошлар, дўстлар) бор ёки йўқлигига эътибор қаратиш лозим). Гуруҳ иш режими индивидуал психодиагностика ва психокоррекцияни амалга оширишни қийинлаштириши мумкин. Бироқ, бошқа томондан, бу қисқа вақт ичида битта муаммо билан боғлиқ шахсларни максимал сонини қамраб олиш учун янада мақбул имкониятдир (гуруҳ ишидаги хатти-ҳаракатлар ва иштирок этиш даражасини кузатиш, ёзма сўровномалардан, шу жумладан аноним сўровлардан фойдаланиш, гуруҳ иштирокчилари учун энг долзарб муаммолар ва муаммолар бўйича, кейинчалик гуруҳ суҳбатларини ташкил қилиш ва бошқалар).

Кўпинча психокоррекция гуруҳининг қайси аъзолари унда ишлашдан ҳақиқий фойда олишини ва ундан барча энергияни "тўкишини", унинг фаолиятини демагогия ва расмиятчиликка йўналтиришини ва ичидан ноқулай муҳит яратишини аниқлаш қийин. Бундан ташқари, бутун эътиборини ўзига қаратишга интиладиган ёки атрофдаги ҳамма нарсага душман бўлган шахслар ҳам киради. Буларга ҳаддан ташқари ўзига қарам бўлган, гуруҳ аъзоларида миннатдор аудиторияни топишга умид қиладиган ёки улардан келиб чиқмайдиган ҳамма нарсани жуда салбий қабул қилишга мойил бўлган шахслар киради. Ушбу тоифадаги мижозлар билан, албатта, индивидуал иш олиб бориш маъқул.

Иккинчи босқич, қоида тариқасида, гуруҳ асосида "ўзаро ёрдам гуруҳи" ни ташкил қилишдир. Бундай гуруҳ ўз автономиясини турли даражада таъкидлаб, гуруҳ ичидаги ресурсларга эътибор қаратиши мумкин, психолог эса "ташқи кузатувчи", келишмовчиликлар юзага келган тақдирда ҳакам сифатида қабул қилинади. Ва аксинча, гуруҳнинг барча аъзоларига қийин шахсий вазиятларда самарали психологик (индивидуал ва гуруҳ ёрдам кўрсатишга қодир бўлган ягона касбий билим эгаси сифатида муносабатларни ўрнатади.

Қандай бўлмасин, бундай ўзини ўзи ташкил этишнинг ижобий йўналтирилган фаолиятини қўллаб-қувватлаш керак, чунки у нафақат гуруҳ аъзоларини психологик қўллаб-қувватлашнинг кўплаб масалаларини ҳал қилиши, балки ўз намунаси билан бошқа иштирокчиларга, ижобий таъсир кўрсатиши мумкин, уларда ўткир психологик реакциялар ва асабий бузилишларининг олдини олишга имконият беради. "Ўзаро қўллаб-қувватлаш гуруҳлари" ва ҳақиқий психокоррекция гуруҳлари ўртасида тажриба алмашиш ва ҳис-туйғуларни ифодалашни таъкидлайди, қўллаб-қувватлаш ривожланади, алоқаларни ўрнатиш қиймати таъкидланади ва хатти-ҳаракатни ўзгартириш истаги қайд этиш каби умумий хусусиятларни ажаратиб кўрсатишимиз мумкин.

Шу билан бирга сезиларли фарқлар мавжуд, булар қўллаб-қувватлаш гуруҳини одатда гуруҳ аъзолари билан бир хил муаммоларга дучор бўлган шахс "бошқаради" ва психолог бундай гуруҳни яратиш ғоясини ишлаб чиқади ва дастлаб уни ташкил қилишда профессионал ёрдам беради. Кейинчалик у кўпроқ кузатувчи, фаолият координатори ва профессионал мутахассис ролини бажариши мумкин. Ўз-ўзига ёрдам бериш гуруҳининг имкониятлари умумий психологик саломатликни мустаҳкамлаш, ўз-ўзини тушунишни чуқурлаштириш ёки шахслараро ўзаро муносабатларни яхшилаш каби глобал муаммоларни ҳал қилиш учун этарли эмас, албатта.

Шунинг учун, гуруҳ психокоррекция иш жараёнида психолог доимий равишда "психокоррекция гуруҳлари" ва "ўзаро ёрдам гуруҳлари" фаолияти ўртасидаги муносабатларга фақат ўз сезги, соғлом фикр ва ташқи омилларни ҳисобга олган ҳолда зарур тузатишлар киритиши керак бўлади.

Ушбу гуруҳларнинг иши кўпинча дастлабки босқичида қийинчиликларга дуч келади. Кўпинча, бу муаммолар гуруҳ психологининг фақат битта "иродаси" билан олдиндан тайёргарлик кўрмасдан ва уларни амалга ошириш учун вазифалар, мақсадлар ва воситаларни синчковлик билан ўрганмасдан, шунингдек гуруҳ аъзоларининг умидлари этарли даражада ҳисобга олинмаганда пайдо бўлади. Эҳтиёткорлик билан режалаштириш ва тайёргарлик кўриш орқали кўплаб тўсиқлардан қочиш мумкин. Дастлабки тайёргарлик кўп вақт талаб қилса-да, эришилган натижа билан тўлиқ қопланади.

ХУЛОСА

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар билан гуруҳли психокоррекция ишларини ташкил этишнинг ўзига хос хусусиятлари бўйича олиб борилган тадқиқотлар шуни кўрсатадики, психолог ҳал қилиши керак бўлган гуруҳнинг алоҳида аъзоларининг хавотири, низолар ва назорат учун кураш, психологга шахс ва профессионал сифатида қийинчиликлар, ҳаётга одатий ёндашу энг кўп учрайдиган муаммолар: вни ҳимоя қилиш натижасида қаршилик, гуруҳнинг "қийин" аъзолари билан иш олиб бориш каби муаммолар мавжуд. Бу муқаррар ва тушунилиши керак бўлган табиий қийинчиликлар эканлигини тушуниш керак. Қийин гуруҳ аъзолари

билан ишлашда асосий эътибор у билан бирга келадиган белгиларга эмас, балки ҳақиқий хатти-ҳаракатларга қаратилиши керак. Ушбу хатти-ҳаракатнинг асоси нима эканлигини тушуниш муҳимдир.

"Қийин иштирокчи", биринчи навбатда, уларнинг ҳаёт истиқболлари ва умидлари барбод бўлганлиги, улар қайтишга умид қилаётган фаровон оиладаги салбий вазиятлар, изоляция, гиёҳвандлик, ижтимоий мослашув, "ёрлиқлар" жабрланган эр ёки хотиннинг яқинлари томонидан шикоятчи деб муносабат билдиришлари, айблашлари, ва ҳоказо, қайта ижтимоийлаштиришга ҳам, ижтимоий аҳамиятга эга бўлган алоқаларни тиклашга ҳам, шунингдек, шунингдек, турли хил психологик ҳимоя механизмлари тўпламига, бир томондан, руҳий ҳолатни енгиллаштирадиган, бошқа томондан, ўзини қайта ижтимоийлаштириш ва қайта мослашиш масаласида фаоллик намоён бўлишига тўсқинлик қилади.

Шундай қилиб, тақдим этилган материаллар психокоррекция ишларида тажрибага эга бўлган амалий психологларга оилавий зўравонликдан жабрланган шахслар билан уни ўтказишнинг ўзига хос хусусиятлари билан, уларнинг психологик ёрдамга бўлган муносабати билан боғлиқ муаммоларни ва ундан воз кечиш сабабларининг психологик механизмларини ҳисобга олган ҳолда танишиш имконини беради. Бундан ташқари, ушбу тавсиялар оилавий зўравонлик вазиятида профилактика ишларини олиб боришда, давом этаётган психокоррекция жараёнига ва умуман психологик хизматга бўлган садоқатни янада кучайтириш, дунёқараш ҳамда ҳаётдаги ўз ўрни тўғрисида хабардорликни шакллантириш учун фойдали бўлишига умид қиламиз.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Хотин-қизлар ва болалар ҳуқуқлари, эркинликлари ҳамда қонуний манфаатларини ишончли ҳимоя қилиш тизими янада такомиллаштирилиши муносабати билан айрим қонун ҳужжатларига ўзгартиш ва қўшимчалар киритиш тўғрисида Қонун (ЎРҚ–829-сон, 11.04.2023 йил). <https://lex.uz/docs/6430272>. Мурожаат этилди: 17.03.2025
2. Ўзбекистон Республикасининг “Аҳолига психологик ёрдам кўрсатиш тўғрисида” ги Қонуни // 05.11.2024 йилдаги ЎРҚ-989-сон. <https://lex.uz/en/docs/7196808>
3. Brabender V. Introduction to Group Therapy. John Wiley and Sons Ltd.-2002. P
4. Эйдемиллер, Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. — 4-е изд. — СПб.: Питер, 2008. — 672 с.
5. Injury: a leading cause of the global burden of disease. Geneva, World Health Organization, (document WHO/HSC/PVI/99.11).
6. Кори, Д. Теория и практика группового консультирования / Д. Кори // пер. с англ. Е. Рачковой. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 640 с.

7. Merton, Robert K.; Fiske Marjorie; Kenddl, Patn. The Focused Interview. Glencoe, Illinois, The Free Press, 1956, 186 page
8. Осипова, А. А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. / А. А. Осипова. М.: Сфера, 2002. — 510 с.
9. Таланов, В.Л. Справочник практического психолога / В.Л. Таланов, И.Г. Малкина-Пых. – СПб.: Сова; М.: ЭКСМО, 2003. – 528 с.