

# ОИЛАДАГИ ЗЎРАВОНЛИК – БУ НИМА?

## МУТАХАССИСЛАР УЧУН ҚЎЛЛАНМА

Муаллифлар  
**Анна Волошчук**  
**Барбара Лещинская**

Таҳрир ва Таржима  
**Станислав Бруднох**  
**Малика Инакова**

Нашр "HumanDoc" жамғармаси “Оиладаги зўравонликка қарши курашиш ва оиладаги зўравонликдан азият чекаётган шахсларни ҳимоя қилиш тизимини қўллаб-қувватлаш” лойиҳаси доирасида ишлаб чиқилган.

Лойиҳа Полша- Америка Озодлик Жамғармасининг молиявий кўмагида «RITA – Демократия учун таълим жамғармаси томонидан амалга оширилаётган “Минтақавий ўзгаришлар” дастури доирасида амалга оширилди.

«Оиладаги зўравонлик - бу нима? Мутахассислар учун қўлланма» нашри Creative Commons «Муаллифлик ҳуқуқи билан – Нотижорат 4.0 Халқаро» (CC BY-NC 4.0) лицензияси остида мавжуд. Баъзи ҳуқуқлар HumanDoc Foundation фойдасига ҳимояланган. Нашр HumanDoc жамғармаси томонидан Полша-Америка Озодлик Жамғармаси молиявий кўмагида амалга оширилаётган «Оиладаги зўравонликка қарши курашиш ва оиладаги зўравонликдан азият чекаётган шахсларни ҳимоя қилиш тизимини қўллаб-қувватлаш» лойиҳаси доирасида ишлаб чиқилган. Қўлланмадан эркин фойдаланиш учун ушбу маълумотлар, жумладан, амалдаги лицензия, ҳуқуқ эгалари ва «лойиҳаси тўғрисидаги маълумотлар “Оиладаги зўравонликка қарши курашиш ва оиладаги зўравонликдан азият чекаётган шахсларни ҳимоя қилиш тизимини қўллаб-қувватлаш” лойиҳаси тўғрисидаги маълумотлар кўрсатилиши шартли билан рухсат этилади.

# Мундарижа:

<b>КИРИШ</b> .....	<b>3</b>
<b>ОИЛАДАГИ ЗЎРАВОНЛИК</b> .....	<b>4</b>
ОИЛАДАГИ ЗЎРАВОНЛИКНИНГ АСОСИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ .....	7
ОИЛАВИЙ ЗЎРАВОНЛИК ЦИКЛИ.....	8
1. <i>Кескинликнинг ўсиб бориш босқичи</i> .....	8
2. <i>Фаол зўравонлик босқичи</i> .....	9
3. <i>«Асал ойи» босқичи</i> .....	9
ЗЎРАВОНЛИК ТУРЛАРИ.....	11
ЗЎРАВОНЛИК ҲАҚИДАГИ АФСОНАЛАР .....	12
<b>БОЛАЛАРГА НИСБАТАН ОИЛАДАГИ ЗЎРАВОНЛИК</b> .....	<b>14</b>
ЗЎРАВОНЛИК ГУВОҲИ БЎЛГАН БОЛАЛАРДА ҲИССИЙ БУЗИЛИШЛАР .....	15
ТАВСИЯЛАР .....	18
<b>ҚАРИЯЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК</b> .....	<b>20</b>
ҚАРИЯЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК ТУРЛАРИ .....	21
ҚАРИЯЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИКНИ ТАҚИҚЛАШ .....	24
<b>ИМКОНИАТИ ЧЕКЛАНГАН ОДАМЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК</b> .....	<b>27</b>
ЧЕКЛАНГАН ИМКОНИАТЛАР ТУШУНЧАСИ .....	27
ПОЛШАДА НОГИРОНЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК (ТАДҚИҚОТ НАТИЖАЛАРИ).....	28
НОГИРОНЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК ШАКЛЛАРИ ВА УЛАРНИНГ ОҚИБАТЛАРИ.....	30
ИМКОНИАТИ ЧЕКЛАНГАН ОДАМЛАРГА САМАРАЛИ ЁРДАМ КЎРСАТИШ.....	33
<b>ЗЎРАВОНЛИК ЖИНОЯТЧИСИ ВА ҚУРБОНИ – ПСИХОЛОГИК ПОРТРЕТ</b> .....	<b>35</b>
ЗЎРАВОНЛИК АЙБДОРИНИНГ (ТАЖОВУЗКОРНИНГ) ПСИХОЛОГИК ПОРТРЕТИ.....	35
ҲУҚУҚБУЗАРЛАРНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ .....	38
ЗЎРАВОНЛИК ҚУРБОНЛАРИНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ .....	39
АГРЕССОРНИНГ ХАТТИ-ХАРАКАТИ.....	39
НИМА УЧУН ҚУРБОНЛАР ЗЎРАВОНЛИК ҲОЛАТИДА ҚОЛМОҚДА?.....	40
<b>ОИЛАВИЙ ЗЎРАВОНЛИК ҲОЛАТЛАРИДА ИНҚИРОЗ АРАЛАШУВИНИНГ (ИНТЕРВЕНЦИЯ) ХУСУСИЯТЛАРИ</b> .....	<b>42</b>
Мавжудлиги:.....	42
Ижтимоий кўмак: .....	43
Инқироз аралашувининг мақсадлари: .....	44
Оилавий зўравонлик қурбони билан биринчи алоқа. Асосий тамойиллар. ....	44
Зўравонлик қурбонлари билан ишлашда нима қилмаслик керак?.....	45
<b>ПОЛША ТАЖРИБАСИ: ИЖТИМОЙ ЁРДАМ ВА ИНҚИРОЗЛИ АРАЛАШУВ</b> .....	<b>47</b>
Ижтимоий ёрдам .....	47
<i>Ижтимоий ёрдам вазифалари:</i> .....	47
<i>Ижтимоий ёрдамнинг асосий мақсадлари:</i> .....	47
<i>Инқироз аралашуви</i> .....	49
<i>Фанлараро гуруҳ</i> .....	49
«МОВИЙ КАРТА» ЖАРАЁНИ .....	50
«МОВИЙ КАРТА» жараёнининг бошланиши .....	51
«МОВИЙ КАРТА» процедураси доирасида фанлараро гуруҳ томонидан амалга ошириладиган тадбирлар.....	51
«МОВИЙ КАРТА» жараёндаги тажовузкор .....	52
Агрессор билан ишлаш тамойиллари .....	52
«МОВИЙ КАРТА» жараёндаги зўравонлик қурбони бўлган бола .....	52
«МОВИЙ КАРТА» жараёнини яқунлаш .....	53
<b>ОИЛАВИЙ ЗЎРАВОНЛИК ҚУРБОНЛАРИНИ ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАШ БЎЙИЧА ИХТИСОСЛАШТИРИЛГАН МАРКАЗ</b> .....	<b>55</b>
Оилавий зўравонлик қурбонларини қўллаб-қувватлаш ихтисослаштирилган маркази (SOW) фаолияти шакллари: .....	55
<i>Терапевтик ёрдам</i> .....	56
<i>Тузатиш ва таълим дастурлари</i> .....	56
<i>Ихтисослашган қўллаб-қувватлаш марказининг (SOW) мижози ким? «Одатдаги» зўравонлик қурбонларими?</i> 57	
<b>БИБЛИОГРАФИЯ:</b> .....	<b>59</b>

# КИРИШ

Оиладаги зўравонлик – дунёда жуда кенг тарқалган ва яқин одамлар ўртасидаги муносабатларга таъсир қилувчи салбий ҳодиса. Оиладаги зўравонлик қийин ва шикастли ҳаётини вазиятлардан биридир. Бу мураккаб муаммо бўлиб, унинг оқибатлари ҳам шахслар, ҳам бутун жамият учун жуда жиддий бўлиши мумкин.

Халқаро тузилмалар, ҳукумат ва нодавлат ташкилотларнинг саъй-ҳаракатлари туфайли аёлларга нисбатан оиладаги зўравонлик муаммосига эътибор қаратиш мумкин бўлди. Бироқ, аёллар оиладаги зўравонликка дучор бўлган ягона гуруҳ эмас. Ҳаёт шуни кўрсатадики, оиладаги зўравонлик қурбонларининг яна бир қанча тоифалари мавжуд бўлиб, уларнинг муаммолари, тадқиқотларга кўра, жамиятда камроқ намоён бўлади ва маълум. Ушбу рисолада биз болалар, қариялар ва имконияти чекланган одамлар каби заиф ижтимоий тоифаларга нисбатан оилавий зўравонликнинг ўзига хос хусусиятларини кўриб чиқамиз.

Ушбу ҳодисанинг кўлами Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти маълумотларидан далолат беради, унга кўра «ҳаёти давомида ҳар учинчи аёл, тахминан 736 миллион, яқин шериги томонидан жисмоний ёки жинсий зўравонликка ёки шеригидан ташқари жинсий зўравонликка дучор бўлади»<sup>1</sup>.

Оиладаги зўравонликка қарши курашиш учун фактларни аниқлашга, жабрланганларга ёрдам беришга, қурбонлар ва зўравонлар билан ишлашга ёрдам берадиган маълум билим ва кўникмалар зарур.

Сизнинг эътиборингизга тақдим этилган нашрда оиладаги зўравонликнинг асосий тушунчалари ва таърифлари, унинг болалар, қариялар ва имконияти чекланган одамларга нисбатан тарқалиши ва намоён бўлишининг ўзига хос хусусиятлари келтирилган.

Бу зўравонликнинг ушбу турини йўқ қилишга тўсқинлик қиладиган кенг аҳоли оммаси онгида илдиз отган асосий афсоналарни тақдим этади ва рад қилади.

Ушбу нашр оиладаги зўравонлик бўйича мутахассис Анна Волошчук томонидан тайёрланган тақдимотлар ва ўқув материалларига асосланган. "Болалар, қариялар ва имконияти чекланган одамларга нисбатан оиладаги зўравонликка қарши курашиш бўйича Ўзбекистонлик мутахассисларни ўқитиш" лойиҳаси доирасида бир қатор тренинглар ўтказилди.

Лойиҳа Польша-Америка Озодлик жамғармаси кўмагида "Демократия учун таълим" фонди томонидан "RITA-Минтақадаги ўзгаришлари" дастури доирасида амалга оширилди

<sup>1</sup> <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

# ОИЛАДАГИ ЗЎРАВОНЛИК

"Оиладаги зўравонлик" атамаси тез-тез ишлатилишига қарамай, унга тадқиқотчилар ва амалиётчилар томонидан ишлаб чиқилган ва келишилган ягона таъриф ҳали ҳам мавжуд эмас. Қуйида ушбу атаманинг асосий хусусиятларини таъкидлайдиган бир нечта таърифлар келтирилган.

**Зўравонлик** шунингдек: ҳар бир оила аъзосининг ҳуқуқлари ёки шахсий манфаатларини бузадиган бир марталик ёки такрорий қасддан қилинган ҳаракатлар ёки ҳаракатсизликдир. Зўравонликнинг оқибатида жабрланган инсон соғлиғини, ҳаётини жисмоний дахлсизлиги ва ҳаракат эркинлигини йўқотиш мумкин.

**Оилавий зўравонлик**, шунингдек, уйдаги ёки маиший зўравонлик деб аталади, бу оила аъзосининг шахсий ҳуқуқ ва имтиёзларни бузадиган, азоб—уқубат ва зарар етказадиган қасддан ва кучга асосланган ҳаракатлардир (Сасаль, 1998).

**Оиладаги зўравонлик** - "оиланинг бошқа аъзосининг ҳаёти, жисмоний ва руҳий дахлсизлиги ёки эркинлигига таҳдид соладиган ёки унинг шахсий ривожланишига жиддий хавф туғдирадиган оила аъзоларининг ҳар бир ҳаракати ёки ҳаракатсизлигидир" (Европа Кенгаши таърифи, 1986 й.).

Проф. Ежи Меллибруда (Jerzy Mellibruda) зўравонликнинг икки шаклини ёки турларини ажратиб кўрсатади:

**Совуқ зўравонлик** - Кўпинча атайлаб қўлланилади ва аниқ мақсадга (баъзан ижобий мақсадга) эга. У биргалиқда яшаш ва одамларни бошқаришнинг авторитар моделлари асосида ривожланади. Ушбу стратегияни қўллаган киши муайян ҳаракатлар режасини амалга оширади. Бу одатда кучли ва тўсатдан ҳис-туйғулардан маҳрум бўлган жараён дир. Номи эса зўравонликнинг ушбу шакли билан бирга келадиган ҳиссий совуқлик ва хотиржамликни англатади.

**Иссиқ зўравонлик** - бу шакл интилишлар ва эҳтиёжларнинг умидсизлиги билан боғлиқ салбий кучли хиссиётларнинг натижасидир. Бу ғазаб ва ҳиссий портлашлар кўринишида ўзини намоён қилади. Бу зўравонлик, тажовузкорлик билан зарядланган, тўсатдан, асосан эҳтирос ҳолатида намоён бўлади. У ифоданинг бой шакллари (қичқириқ, оғриқ, сўкиниш) билан бирга келади.

**Ҳуқуқий нуқтаи назардан**, оиладаги зўравонлик жиноят ҳисобланади. Полша Жиноят кодексида ҳуқуқбузарлик қариндошларни ҳақорат қилиш жинояти сифатида танилган. Жиноят кодексининг 207-моддасига кўра, оила аъзосига нисбатан жисмоний ва руҳий зўравонлик қилиш 5 йилдан 10 йилгача озодликдан маҳрум қилиш билан жазоланади. Бу жиноят давлат айблови ишлари тоифасига киради, яъни ҳуқуқни муҳофаза қилиш органлари жабрланувчининг хоҳиши ва розилигидан қатъи назар, иш юритишади. 2005-йил 29-июлдаги “Оилавий зўравонликка қарши курашиш тўғрисида”ги Қонунда (“Дзенник устав” РПнинг 2005 йилдаги Қонунчилик бюллетени, № 180, 1493-модда, кейинги ўзгартиришлар билан) зўравонлик қуйидагича тавсифланади:

**Оила аъзоларининг шахсий ҳуқуқлари ёки манфаатларини бузадиган, хусусан, уларнинг ҳаёти, соғлиғини йўқотиш, қадр-қимматини, тана дахлсизлигини, эркинлигини, шу жумладан жинсий эркинлигини бузиш хавфини туғдирадиган, уларнинг жисмоний ёки руҳий саломатлигига зарар этказадиган, шунингдек, зўравонлик қурбони бўлган шахслар орасида азоб-уқубатларга, шу жумладан маънавий азоб-уқубатларга олиб келадиган оила аъзоларининг шахсий ҳуқуқлари ёки имтиёзларини бузадиган бир марталик ёки такрорий қасддан қилинган ҳаракат ёки ҳаракатсизлик** (Жиноят кодексининг 11-параграф 115-моддасида назарда тутилган маънода: турмуш ўртоқлар, яқин қариндошлар, тўғридан-тўғри авлод қариндошлари, ака-ука, опа-сингиллар, никоҳ бўйича қариндошлар, бир хил даражадаги қариндошлар, бир бири билан муносабатлардаги шахслар, фарзандликка олинганлар ва уларнинг турмуш ўртоқлари, шунингдек бирга яшовчилар ёки биргаликда хўжалик юритувчи шахслар).

**Полшада 2010 йил 1 августда 2005 йил 29 июлдаги "Оиладаги зўравонликка қарши кураш тўғрисида" ги қонунга ўзгартиришлар кучга кирди.**

**Янги ҳуқуқий ҳужжатлар орасида ушбу қоидалар қуйидагиларни назарда тутди, жумладан:**

- оиладаги зўравонликка қарши курашиш ва зўравонлик қурбонларини ҳимоя қилиш бўйича гмина\* (муниципалитет) дастурларини қабул қилиш ва амалга ошириш мажбурияти;
- муайян оилалар билан ишлаш учун маҳаллий/жамоавий фанлараро гуруҳлар ва ишчи гуруҳларни тузиш мажбурияти;
- ушбу гуруҳлар аъзоларининг шахсий маълумотларни қайта ишлаш ваколатлари;
- “Мовий карта” тартибини кенгайтириш – «мовий картани» очиш учун бешта хизмат идораси масъул: полиция ва ижтимоий ходимлардан ташқари, таълим ходимлари, соғлиқни сақлаш ходимлари ва спиртли ичимликлар муаммоларини ҳал қилиш бўйича гмин комиссиялари аъзолари;
- ички ишлар органларининг талабига биноан жабрланувчи билан бирга турар жойни тарк этиш талаби;
- 2020 йилдан тажовузкорнинг қурбонларга яқинлашиши ва улар билан алоқа ўрнатиши тақиқланади.

**Полшада оиладаги зўравонликка қарши курашиш билан боғлиқ ижтимоий ёрдам вазифаларини тартибга солувчи бошқа Қонунчилик нормалари:**

- 12 йил 2004 мартдаги “Ижтимоий ёрдам тўғрисидаги” Қонун (Полша Республикасининг 2009 йилдаги «Дзенник Устав» Қонунчилик Бюллетени, 175-сон, 1362-позиция, кейинги ўзгартиришлар билан).
- 29 йил 2005 июлдаги “Оилавий зўравонликка қарши курашиш” тўғрисидаги Қонун (Полша Республикасининг 2005 йилдаги «Дзенник Устав» Қонунчилик Бюллетени, 180-сон, 1493-позиция, кейинги ўзгартиришлар билан).
- 2011-йил 13-сентябрдаги Вазирлар Кенгашининг «Мовий карта» тартиби ва «Мовий карта» шакллари намуналари тўғрисидаги Қарори (ПР Қонунчилик бюллетени «Дзенник Устав» 2011, № 209, 1245-позиция).
- Оилавий зўравонликка қарши кураш бўйича Миллий дастур.

# Оиладаги зўравонликнинг асосий хусусиятлари

*Оиладаги (уйдаги) зўравонлик – бу оила аъзосига қарши қаратилган, шахсий ҳуқуқ ва имтиёзларни бузадиган, азоб-уқубат ва зарар келтирадиган қасддан, куч ишлатиш хатти-ҳаракатидир.*

**Оилавий зўравонлик қуйидаги хусусиятларга эга:**

- **ҚАСДДАН СОДИР ЭТИЛИШИ:** Зўравонлик инсоннинг қасддан қилган ҳаракати бўлиб, жабрланувчини назорат қилиш ва бўйсундиришга қаратилган. Тажовузкор зарар етказмоқчи ва, жабрланувчини ўзига бўйсундирмоқчи бўлади.
- **КУЧЛАР ТЕНГСИЗЛИГИ:** Ўзаро муносабатларда томонлардан бири устунлик қилади. Бу кучнинг устунлиги, жисмоний устунлик ёки ҳиссий барқарорликнинг устунлиги, ижтимоий устунлик, билим ёки кўникмаларнинг устунлиги. Ушбу муносабатларда жабрланувчи заифроқ, тажовузкор эса кучлироқдир.
- **ҲУҚУҚЛАР ВА ШАХСЛАР ДАҲЛСИЗЛИГИНИ БУЗИШ:** Тажовузкор кучнинг устунлигидан жабрланувчининг асосий ҳуқуқларини (масалан, жисмоний даҳлсизлик, ўз тақдирини ўзи белгилаш, қадр-қиммат, ҳурмат, танлаш эркинлиги ва бошқаларни) бузиш учун фойдаланади.
- **АЗОБ ВА ОҒРИҚ КЕЛТИРИШ:** Тажовузкор жабрланувчининг ҳаёти ва соғлиғига жиддий зарар этказади. Зўравонлик, ҳиссий бўйсунуш, таҳдид ва хўрлаш унга дучор бўлган шахсларнинг ҳиссий фаолиятига жиддий зарар этказади. Оғриқ ва азоб-уқубатларни бошдан кечириш жабрланувчининг ўзини ҳимоя қилиш қобилиятини пасайишига олиб келади.

# Оилавий зўравонлик цикли

Оиладаги зўравонлик бўйича тадқиқотлар уни бошқа зиддиятли вазиятлардан ажратиб турадиган асосий хусусиятлардан бирини аниқлади. Бу циклик характерга эгаллигидир.

Ушбу назария биринчи марта америкалик тадқиқотчи ва оилавий зўравонлик муаммоси бўйича таниқли мутахассиси, жабрланувчилар билан амалий иш олиб боришда зўравонлик ҳодисаларининг циклик хусусиятини аниқлаган Л.Уокернинг машҳур «Калтакланган аёл» китобида пайдо бўлган. (Walker; 1980).

Ҳар бир цикл учта асосий босқични ўз ичига олади: ортиб бораётган кучланиш босқичи – Деститион Фаза (фаол зўравонлик) – Асал оий «. Келинг, уларнинг ҳар бири нима эканлигини ва ҳуқуқбузар (тажовузкор) ва зўравонлик қурбонига қандай хатти-ҳаракатлар намуналари хос эканлигини кўриб чиқайлик.

## 1. Кескинликнинг ўсиб бориш босқичи

Биринчи босқич, унинг давомида тажовузкор кучайиб бораётган кескинликни ҳис қилади, уни тизимли равишда бартараф эта олмайди. Тўпланган ва концентрланган кескинликнинг портлаши содир бўлади.

**Агрессор (тажовузкор):** доимо асабийлашган, ҳар қандай майда-чуйда нарса уни ғазаблантиради, жанжалларни қўзғатади, спиртли ичимликларни, гиёҳванд моддаларни суиистеъмол қилади, хавфли, қўрқинчли бўлиб қолади, ўзининг «мен»-ини борган сари камроқ назорат қилаётгандек таассурот қолдиради.

**Жабрланувчи:** уни тинчлантиради, унинг инжиқликларини бажаради, кечирим сўрайди, унга таслим бўлади, унинг кўнглини олади ёки ундан қочади, унинг кайфиятини яхшилашни, уни хурсанд қилишни, унга зарар етказилишининг олдини олишни хоҳлайди. Унда зўриқиш ва қўрқув кучаяди, бу ўзини жисмоний аломатлар – бош оғриғи, қорин оғриғи, ҳаётий энергия этишмаслиги, асабий қўзғалувчанлик, ташвиш кўринишида намоён қилади.



## 2. Фаол зўравонлик босқичи

«Зўравонлик ҳодисаси» деб таърифланиши мумкин бўлган бу босқич ҳиссий портлашлар ва зўравонлик кўринишидаги жисмоний ҳаракатлар билан бирга кучли «портлаш» билан тавсифланади. Бу икки соатдан йигирма тўрт соатгача давом этиши мумкин бўлган энг қисқа босқичдир.

**Агрессор (тажлвузкор):** ўзини хиссиётларини бўшатиб олади, ғазабланади, қандайдир майда-чуйда нарсалар таъсирида портлайди, ҳар хил турдаги зўравонликни қўллайди, ўз ҳаракатлари ва ҳис-туйғуларини назорат қилмайди, тажовузкор, қандай қилиб тўхташни билмайди.

**Жабрланувчи:** ўзини ночор ҳис қилади, шок ҳолатида, бу ҳақиқатан ҳам содир бўлганига ишаноламайди, уят, даҳшат, зарбани ҳис қилади, бефарқ бўлиб қолади, яшаш истагини йўқотади, ғазаб ва ночорликни бошдан кечиради, тажовузни енгилга ҳаракат қилади, дардини ичига ютади. Агар у унга етказилган зарарни тушунсагина, ёрдам сўраши мумкин.

## 3. «Асал ойи» босқичи

Ушбу босқичда хулқ-атвор модели ўзгаради, бунда тажовузкор (зўрловчи) бошқа ҳеч қачон зўравонлик қилмаслигини ваъда қиладиган меҳрибон, ғамхўр одамга айланади ёки ўзининг қилмишларида ўз қурбонини айблайди, унда айбдорлик туйғусини шакллантиради ва мавжуд вазият учун масъулиятни ўзаро тақсимлайди.

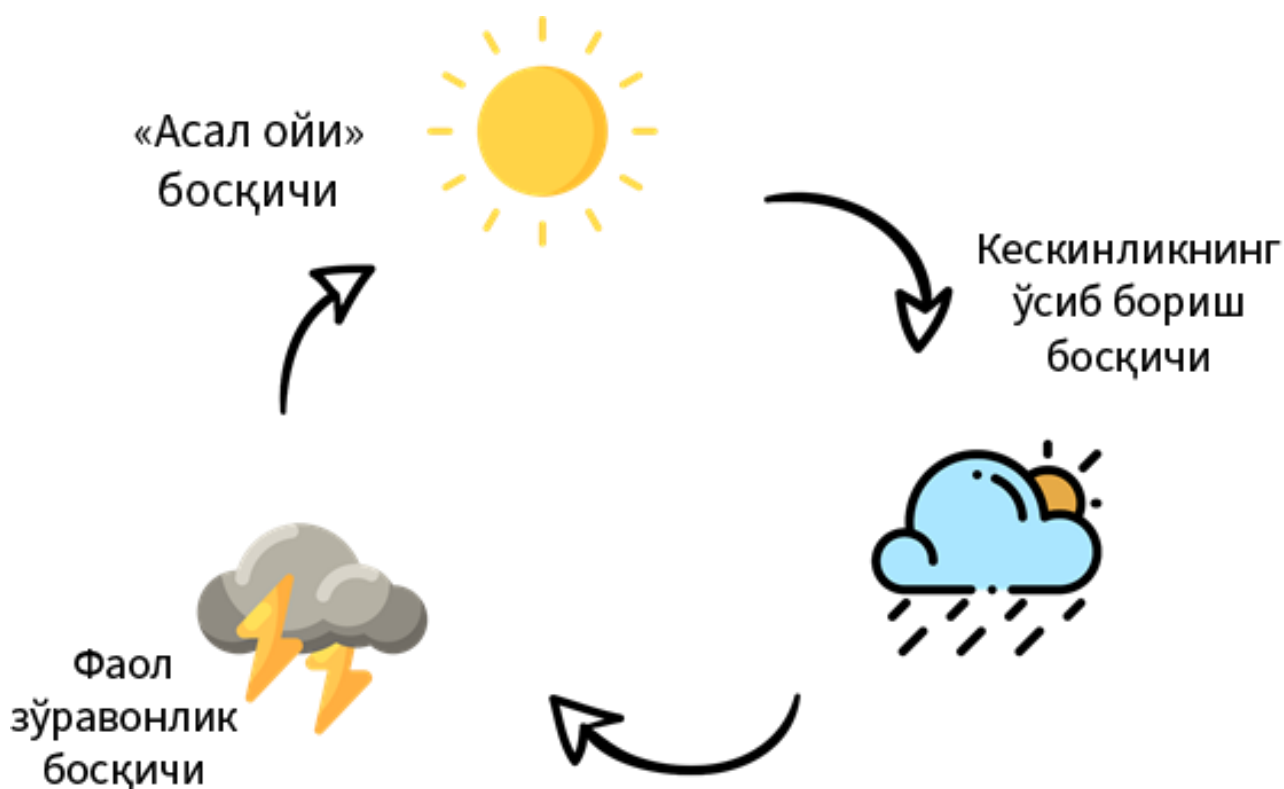
**Агрессор (ҳуқуқбузар):** у ҳаддан ташқари узоққа кетганини билади, кечирим сўрашни бошлайди, бошқа одамга айланади, чин дилдан пушаймон бўлади, тавба қилади, бу бошқа ҳеч қачон такрорланмаслигига ваъда беради, йиғлайди, ачиниш келтиради, оқланади, жабрланувчини бу бир марталик воқеа эканлигига ишонтиради, илиқлик, севги кўрсатади, танишув бошида бўлган одамга ўхшайди, совғалар олиб келади, жабрланувчи билан гаплашади, унга ғамхўрлик қилади, даволанишга ваърлик қилади.

**Жабрланувчи:** шеригининг ўзгарганига, зўравонлик – тасодифий ҳодиса

эканлигига, у бошқа такрорланмаслигига, ўзини севишини ҳис қила бошлашига, у учун муҳим деб ўйлашига, яна уни севишига, ажойиб севги ҳақидаги орзулари рўёбга чиқишига ишонч ҳис қила бошлайди. Шеригига яқинлик ва меҳр, биргалиқда ҳаёт унга яна гўзал ва умидга тўла кўринади.

#### 4. Кескинликнинг ўсиб бориш босқичи

**Цикл такрорланади.** Кейинги циклда зўравонлик тезлашади, кучаяди ва ташқи аралашув содир бўлгунга қадар такрорланади. Худди шу вазиятда бир вақтнинг ўзида бир нечта зўравонлик турлари пайдо бўлиши мумкин, масалан, жисмоний (калтаклаш), психологик (ҳақорат ва таҳдидлар), иқтисодий (молиявий ресурслардан маҳрум қилиш).



# Зўравонлик турлари

Оиладаги зўравонлик турли шакл ва шаклларда бўлиши мумкин. Ҳозирги вақтда оиладаги зўравонликнинг табиатини ташкил этувчи зўравонлик ҳаракатларининг камида тўртта асосий тури мавжуд: жисмоний, жинсий, психологик ва иқтисодий.

- **Жисмоний зўравонлик** тажовузкорнинг жабрланувчининг танасига қаратилган оғриқ ёки тан жароҳати етказиши мумкин бўлган ҳар қандай хатти-ҳаракати (хусусан, итариш, ҳаракатни чеклаш, тортиш, қисиш, уриш, тепиш, бўғиш, нарсаларни ташлаш, ёқиш, қурол ишлатиш, хавфли жойда қолдириш, зарур ёрдам кўрсатмаслик ва ҳ.к.)
- **Психологик зўравонлик** камситувчи, кўрқув, ҳиссий оғриқ ёки азоб-уқубатларни келтириб чиқарадиган тажовузкорнинг хатти-ҳаракатлари (хусусан, масхара қилиш, сўкиш, танқид қилиш, таҳдид қилиш, бошқа одамлар билан алоқани назорат қилиш ва чеклаш, ҳис-туйғуларни рад этиш, беварқлик, ҳурматсизлик билан жалоллаш, итоаткорлик талаби, уйқу ва овқатни чеклаш ва бошқалар)
- **Иқтисодий зўравонлик** оилавий маблағлардан маҳрум қилиш (ишлаб топган пулларини олиш, ҳақ тўланадиган ишга киришга тўсқинлик қилиш, оиланинг асосий моддий эҳтиёжларини қондирмаслик ва бошқалар)
- **Жинсий зўравонлик** мажбурий жинсий алоқа, номақбул эркалаш ва жинсий ҳаракатлар, учинчи шахслар билан мажбурий жинсий алоқа, жинсий муносабатларнинг садистик шакллари қўллаш, рашкни кўрсатиш, жинсий хулқ-атворни танқид қилиш ва бошқалар.

Бу масала билан шуғулланувчи мутахассислар зўравонликнинг яна бир тури - **оила аъзосининг азоб-уқубатларига олиб келадиган асосий эҳтиёжларини эътиборсиз қолдириш ва қондирмасликни ҳам алоҳида таъкидлайдилар.**

Шуни ёдда тутиш керакки, худди шу вазиятда зўравонлик юқоридаги бир нечта шаклларнинг комбинациясида ёки бир вақтнинг ўзида содир бўлиши мумкин.

# Зўравонлик ҳақидаги афсоналар

Жамиятда кексалар ва ногиронлиги бор одамларга нисбатан зўравонликни оқлайдиган кўплаб афсоналар, стереотиплар ва нотўғри қарашлар мавжуд. Эҳтимол, кўпчилигимиз яқинларимиз, қўшниларимиз ёки умуман нотаниш одамлардан бу гапларни ва фикрларни бир неча бор ўйлаганмиз, айтганмиз ва/ёки эшитганмиз.

Ушбу афсоналарга кўра, кексалик ақлий ва жисмоний заифлик, касалликларга мойиллик, қашшоқлик, норозилик, қарашлар ва одатларнинг эскирганлиги, бошқаларга ўргатиш тенденцияси, эътиборсизлик, пессимизм билан боғлиқ.

Биз ҳаммамиз, айниқса, ушбу ижтимоий гуруҳ билан профессионал алоқада бўлганлар, кексалар ва ногиронлиги бор одамлар ҳақидаги тушунчамиз стереотиплар билан бузилганлигини тушунишимиз муҳимдир.

Келинг, яқинларининг зўравонлигидан азият чеккан кекса одамларга имкон қадар самарали ёрдам бериш учун биз эътироз билдиришимиз керак бўлган бир неча афсоналарни кўриб чиқайлик.

**Афсона:** Оиладаги зўравонлик — бу одамларнинг «шахсий иши».

**Ҳақиқат:** Оиладаги зўравонлик — шахсий масала эмас, бу жиноят ва жиддий ижтимоий муаммодир.

**Афсона:** Оиладаги зўравонлик фақат қуйи ижтимоий табақадаги одамлар орасида содир бўлади.

**Ҳақиқат:** Оиладаги зўравонлик ҳар биримизга таъсир қилиши мумкин. Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, зўравонлик қўллайдиган одамлар, масалан, таълим даражасидан қатъи назар, турли ижтимоий гуруҳларга тегишли.

**Афсона:** Сиз оила аъзоларингиздан кўра нотаниш одам томонидан зўравонликка дучор бўлишингиз эҳтимоли кўпроқ.

**Ҳақиқат:** Оилада зўравонлик кўчада ёки иш жойига қараганда тез-тез учрайди.

**Афсона:** Зўравонлик ишлатадиган одамлар руҳий касал

**Ҳақиқат:** Оиладаги зўравонлик ва руҳий касаллик ўртасида бевосита боғлиқлик йўқ. Зўравонлик жабрланувчини назорат қилиш ва кучни кўрсатиш истагига асосланади. Зўравонлик қилганларнинг энг типик хусусияти уларнинг кўринадиган нормаллигидир. Зўравонлик фақат ижтимоий муаммоларга дош бера олмайдиган қарам, руҳий касаллар томонидан содир этилиши ҳақиқат эмас. Бошқа одамнинг заифлиги ва қарамлиги баъзан биз зўравонлик ҳаракатларини кутмайдиган одамлар томонидан қўлланилади

**Афсона:** Бу бошқа такрорланмайдиган бир марталик воқеа эди.

**Ҳақиқат:** Оила аъзосига нисбатан зўравонлик камдан-кам ҳолларда алоҳида ҳодисадир. Бу одатда зўравонликни кучайтириш занжирининг биринчи бўғинидир.

**Афсона:** Ижтимоий ёрдамдан фойдаланиш уят.

**Ҳақиқат:** Ижтимоий ёрдам турли сабабларга кўра қийин ҳаётини вазиятларга тушиб қолган одамлар ва оилаларга кўплаб ёрдам турларини таклиф қилади. Ҳар биримиз бундай вазиятга ўз айбимиз билан дуч келмаслигимиз мумкин. Пул нафақаларидан ташқари, ижтимоий ёрдам ҳар хил турдаги номоддий ёрдамни таклиф қилади, масалан, ижтимоий иш ёки ихтисослаштирилган маслаҳат шаклида.

# БОЛАЛАРГА НИСБАТАН ОИЛАДАГИ ЗЎРАВОНЛИК

Болаларга нисбатан зўравонлик ота-оналар ёки бошқа васийлар, тенгдошлар, романтик шериклар ёки бегоналар томонидан содир этилганидан қатъи назар, 18 ёшга тўлмаган шахсларга нисбатан зўравонликнинг барча шакллари ўз ичига олади. 2015-йилда болаларга нисбатан зўравонликнинг тарқалиши бўйича 96 мамлакат бўйича сифатли маълумотларни тақдим этган 38 та ҳисобот таҳлилига асосланиб, экспертлар дунё бўйлаб барча болаларнинг ярмидан кўпи — 1 миллиард 2 ёшдан 17 ёшгача бўлган болалар — шундай зўравонликка дучор бўлган деган хулосага келишди.

Келинг, болалик хавотирлари дунёсига эътибор қаратайлик, қуйидаги истиқболларни кўриб чиқайлик: *1. Бола оиладаги зўравонлик қурбони сифатида ва 2. Бола зўравонлик гувоҳи сифатида.*

**1. Оиладаги зўравонлик қурбони сифатида** бола турли хил жисмоний, психологик, жинсий зўравонлик, ҳиссий ва ижтимоий эътиборсизлик, баъзан рад этиш, боғланиш ва яқин муносабатларда бўлиш каби асосий эҳтиёжларни эътиборсиз қолдиришга дучор бўлади.

Бундай вазиятда бола нимани ҳис қилади: кўрқув, кучсизлик, ғазаб, хавфсизлик ҳисси йўқлиги, ўзини ёмон, исталмаган, кераксиз ҳис қилади, ўзини паст баҳолайди, ўзи учун хавф туғдирадиган вазиятларда тажовузкорлик билан муносабатда бўлади.

Ўзи ҳақимда нима деб ўйлайди: мен ҳеч ким эмасман, мен умидсизман, бу менинг айбим, нега мен билан содир бўлди, мен бошқаларни тушкунликка туширмасликка ҳаракат қиламан, мен ўзимдан, бутун дунёдан ва ота-онамдан нафратланаман, яшашни хоҳламайман.

Боланинг хатти-ҳаракати: ёпиқ, «кўринмас», тенгдошларига ёки ўзига нисбатан жуда итоаткор ёки жуда тажовузкор.

Кўпинча балоғат ёшида одам болалигида дуч келган хатти-ҳаракатларини такрорлайди. **«Калтакланганлар, – калтаклайди, хафа бўлганлар – хафа қилади».**

## 2. Бола зўравонлик гувоҳи сифатида

Оиладаги зўравонлик айниқса хавфли бўлиб, болалар кўпинча зўравонлик ҳаракатларига гувоҳ бўлишади. Болалар жанжал ёки онасининг калтакланишини кўрмасликлари мумкин, лекин улар, масалан, йиғлаш ва ҳақоратларни эшитишади. Улар зўравонлик оқибатларини, яъни квартирада вайронагарчилик, қон доғлари, кўкаришлар, уйда полиция ходимларини кўришади. Тажовузкор уйга қайтганида, улар оиладаги кескинлик муҳитини, онанинг қўрқувини ҳис қилишади.

Зўравонликка гувоҳ бўлиш оғир руҳий жароҳатни англатади. Агар болалар нафақат зўравонлик гувоҳи, балки унинг қурбони бўлса, бу травма кучаяди. Бундай ҳолда, улар ҳиссий бузилишларнинг янада кучли аломатларини кўрсатадилар, айниқса зўравонлик сурункали бўлса.

**Болалар зўравонлик гувоҳи сифатида қуйидаги дилеммаларга дуч келишади:**

### **Дилемма:**

*Бошқаларга айтишим керакми ёки сирни фақат ўзим учун сақлашим керакми?*

### **Дилемма:**

*Вазиятга таъсир қила оламанми, бирор нарса қила оламанми?*

Агар бу дилеммалар «яхши катталар» томонидан ҳал этилмаса, улар жиддий ҳиссий беқарорликка олиб келиши мумкин, бу эса жамиятда тўғри ўсиш, шахсни шакллантириш ва фаолият юритиш жараёнига таъсир қилади.

## Зўравонлик гувоҳи бўлган болаларда ҳиссий бузилишлар

Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, оиладаги зўравонликка гувоҳ бўлган бола ташвиш, депрессия, мактабда ёмон ўқиш, ўзини паст баҳолаш, даҳшатли тушлар ва жисмоний касаллик каби ҳиссий ва хулқ-атвор муаммоларини кўпайиши хавфи остидалир. Бундай болалар, шунингдек, болалик ва ўсмирлик даврида тажовузкор хатти-ҳаракатларга мойил.

## Зўравонлик гувоҳлари бўлган болалардаги ҳиссий бузилишлар бир неча жиҳатларда намоён бўлади:

<b>Хулқ-атвор бузилишларида:</b>	тажовузкорлик, гиперактивлик, ҳайвонларга нисбатан шафқатсизлик, ғазаб ҳужумлари, ишдан бўшатиш, жиноий хатти-ҳаракатлар.
<b>Ҳиссий муаммоларда:</b>	ташвиш, қайғу, ғазаб, ажралиш, ўзини паст баҳолаш.
<b>Ижтимоий масалаларда:</b>	тенгдошларнинг рад этиши, изоляцияси, ҳамдардликка қодир эмаслиги, паст ижтимоий кўникмалар.
<b>Когнитив муаммоларда:</b>	мактабда ёмон натижалар, интеллектуал ривожланишнинг кечикиши, нутқ ривожланишининг кечикиши.
<b>Жисмоний саломатлик соҳасида:</b>	уйқусизлик, овқатланишнинг бузилиши, соматик касалликлар белгилари, ҳаракат ва жисмоний ривожланишнинг заифлиги, тунги сийдик ушла олмаслик.

### **Зўравонлик зўравонликни келтириб чиқаради. Болалар болалиқдан ўрганган хулқ-атвор намуналарини катталар ҳаётига олиб ўтадиларми?**

Умуман олганда, ота-она муносабатларидаги зўравонликка гувоҳ бўлган болалар кўпинча зўравонликка дучор бўлган болалар билан бир хил психологик муаммоларга дуч келишади. Қўшма Штатларда ўтказилган тадқиқотлар шуни кўрсатдики, аёллар эрлари томонидан зўравонликка дучор бўлган оилаларда болалар ҳам зўравонликка дучор бўлишади (оилаларнинг 30 дан 60% гача)». Деярли барча тажовузкорлар болалиқ ёки ёшлиқ даврида хўрлаш, эътиборсизлик, калтаклаш ёки жинсий эксплуатация қилиш нишонига айланган. Улар заиф ва ҳимоясиз бўлганларида олган нарсаларини «қайтаришади». Зўравонлар болага қандай қилиб тажовузкор бўлишни ёки балоғат ёшида қурбон ролини қандай қабул қилишни ўргатади.

Болалар болалиқда кўрган хулқ-атвор намуналарини ўзлари билан бирга катталиқка олиб ўтадилар. Бола салбий хиссиётларининг намоён бўлиши ва аломатлари учун жазоланмаслиги керак. Сиз ўзингизга савол беришингиз керак: "Улар остида нима ётади?"



## Зўравонлик ва эътиборсизлик сабаблари. Нима учун катталар болаларга нисбатан зўравонлик қилишади?

1. Болаларни тарбиялаш жараёни тўғрисида билим ва тушучаларнинг етишмаслиги, боланинг ривожланиш босқичларини ва ота-оналарнинг ушбу босқичларга таъсирини билмаслик.
2. Болалиқда тўпланган шахсий травматик тажриба, ёш болалиқдаги даволанмаган жароҳатлар, оилавий одатлар ва хатти-ҳаракатлар.
3. Оилавий контекст: турмуш ўртоқлар ўртасидаги муносабатлар, оилавий низолар, оилавий ҳаёт, яшаш шароитлари, турмуш ўртоқларнинг алоҳида яшаши, ажралиш.
4. Болаларни тарбиялаш билан боғлиқ ижтимоий-маданий контекст, масалан, «кучли қўл» стратегияси, болаларнинг ўз фикри бўлиши мумкин эмас, бу унинг манфаати учун, яхши одам бўлиб ўсиши учун, уради – севади дегани ва х.з.
5. Постпартум (туғруқдан кейинги) депрессия.
6. Ҳомиладорлик тарихи ва зўрлаш ҳолати кўпинча онанинг оналик инстинктини йўқотади ва тажовузкорлик хатти-ҳаракатларнинг пайдо бўлиш хавфи ортади.

## Болалар бошдан кечирган зўравонликнинг оқибатлари

- |   |   |
|---|---|
| <b>1. Жисмоний:</b>                       | жароҳатлар, яралар, шилинишлар, синишлар, баъзан энг оғир оқибат –ўлимга олиб келади.                   |
| <b>2. Ҳиссий сабабларга кўра соматик:</b> | бош оғриғи, кўнгил айнаши, ваҳима ҳужумлари, тез юрак уриши, нафас олиш муаммолари, кескинлик кучайиши. |

- 3. Руҳий саломатлик муаммолари:** ўз-ўзини ҳурмат қилишнинг пастлиги, ҳиссий ва когнитив бузилишлар, ижтимоий ўзини-ўзи изоляция қилиш, боғланиш ва муносабатларни ўрнатиш кўникмаларининг бузилиши, шахснинг тўғри ривожланиши билан боғлиқ бузилишлар (пассив қарам шахснинг шаклланиши, диссоциал шахсият бузилиши, шизотипик бузилиш).
- 4. Болалик мия чайқалиши синдроми:** 1 ёшгача бўлган болаларга нисбатан чайқалиш, қўпол муомала қилиш натижасида юзага келадиган аломатлар мажмуаси, ҳатто бир неча сония кучли силкиниш ҳам қайтарилмас оқибатларга олиб келиши мумкин. Синдромнинг белгилари: апатия, иштаҳанинг етишмаслиги, қусиш, ўйинга жавоб бермаслик, титроқ, нафас олиш муаммолари, эпилептик ҳужумлар.

## Тавсиялар

### Тингланг:

Болаларга энг яқин одамлари томонидан етказилган жароҳат ҳақида гапириш қийин бўлиши мумкин. Шошманг, бола бунга тайёр бўлгунча кутиш яхшироқдир, зўравонликдан чиқиш йўли – жараёнدير. Бола ўзини хавфсиз ҳис қилгандагина сизга ишонади.

### Ишонинг:

Биз катталар болалик тажрибаси ва хавотирлар дунёсига шубҳа қилмаслигимиз керак. Агар бизга бола тақдим этган маълумотни хавфсиз шаклда текширмасак, тушунишимизни кўрсатмасак, у бошқа ҳеч қачон очилмаслиги, балки узоқлашиши ва ички дунёсида ёпилиши мумкин.

### Қўллаб-қувватланг:

Қўллаб-қувватлашингизни кўрсатинг ва ёрдам беринг.

**Ҳеч қачон вақт даволайди деб,  
жароҳат олган болани ёлғиз  
қолдирманг.**

Тингланг!

Ишонинг!

Қўллаб-қувватланг!

**Катталарга бирорта болани хафа қилишига  
йўл қўймайлик!**

# ҚАРИЯЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК

Қарияларга нисбатан зўравонлик оддий ҳолат бўлиб, кенг тарқалган ҳодисага айланган. Афсуски, у ҳақида кам гапирилади.

Айниқса ғамхўрликка муҳтож ёки ёлғиз яшовчи кекса одамлар заиф ҳисобланади. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти қарияларга нисбатан зўравонлик муҳим масала эканини тан олади. 2017 йилда ўтказилган тадқиқотлар шуни кўрсатдики, 60 ва ундан катта ёшдаги ҳар 6 кишидан 1 нафари (15,7%) қандайдир зўравонликка дучор бўлган. Ушбу тадқиқотлар, шунингдек, кўплаб мамлакатларда аҳолининг тез қариши туфайли келажакда кекса одамларга нисбатан зўравонлик ҳолатлари кўпайишини прогноз қилмоқда.

## Қарияларга нисбатан зўравонлик нима?

*Бу васий ёки бошқа шахс томонидан кекса одамларга азоб-уқубат, зарар ёки жиддий хавф туғдирадиган ҳар қандай маълум, қасддан ёки бепарво ҳаракатдир. Зўравонлик кўпинча шундай муносабат-ки, бир томондан, кекса одам катта ишончга эга, бошқа томондан, унинг соғлиғи атроф-муҳитга муҳтожликни келтириб чиқаради.*

***Кекса одамларга нисбатан ёмон муносабат  
номақбул ва нолайиқ!***

# Қарияларга нисбатан зўравонлик турлари

Кекса одамлар учун зўравонликнинг оқибатлари айниқса жиддий бўлиши мумкин. Улар жисмонан заифроқ ва кучсизроқ, ҳатто нисбатан кичик жароҳатлар ҳам уларнинг заиф соғлиғига жиддий таъсир кўрсатиши мумкин. Улар изоляция, ёлғизлик ёки касалликлардан азият чекишлари мумкин.

Шу билан бирга, бу оиладаги зўравонлик қурбонларининг энг қийин тоифаларидан бири бўлиб, улар билан ишлаш жуда қийин, фақат бир нечтаси ёрдам сўрайди ва кўпинча жабрланувчилар уларга нисбатан бўлаётган ҳолатларни зўравонлик деб тушунмайдилар.

**Қариялар ва ногиронлиги бор одамларга нисбатан зўравонликнинг 5 тури мавжуд бўлиб, улар қуйидагича намоён бўлиши мумкин:**

5

## 1. Жисмоний зўравонлик:

**Жисмоний оғриқ, тан жароҳати етказиш, соғлиғининг ёмонлашишига олиб келади ва ҳатто ўлимга олиб келиши мумкин.**

Ушбу турдаги зўравонликларга қуйидагилар киради: зарбалар, силкинишлар, тебраниш, уриш, бўғилиш, қўл сиқиш, мажбуран озиқлантириш ёки озиқ-овқатдан маҳрум қилиш, тинчлантирувчи воситалардан фойдаланиш, гиёҳванд моддаларни ҳаддан ташқари ошириб юбориш, ҳаммом ёки бошқа жамоат жойларига киришни чеклаш, уйда ёки битта хонада ёлғиз қулфлаш, хона ҳароратини керакли даражада ушлаб турмаслик, тинчлик ва уйқуни бузиш.

**Ушбу турдаги зўравонликни бошдан кечирिशнинг белгилари:** яралар, кўкаришлар, кесишлар, яллиғланган жойлар, синишлар, шахсий гигиена ва ташқи кўриниш сифатини йўқотиш, тошма, тўсатдан вазн йўқотиш, очлик, ташналик, хатти-ҳаракатларнинг ўзгариши.

## 2. Психологик зўравонлик:

**Ўз-ўзини ҳурмат қилишни камайтиришга қаратилган, қўрқувни келтириб чиқарадиган, хавфсизлик ҳисси ва ўз ҳаётини назорат қилишдан маҳрум қиладиган хатти-ҳаракатлар.**

Булар қичқириқлар, сўкинишлар, ҳақоратлар, таҳдидлар, доимий танқид, ёшга боғлиқ таъқиблар, хўрлаш, қўрқитиш, шантаж қилиш, масхара қилиш, итоат қилишни талаб қилиш, алоқани чеклаш ёки бошқа оила аъзолари ёки таниш дўстларидан изоляция қилиш (уйдан чиқишни, меҳмонларни қабул қилишни, телефон орқали мулоқот қилишни тақиқлаш), ўз қарорларини қабул қилиш ёки ўз сирларини сақлаш ҳуқуқидан маҳрум қилиш ёки ташлаб кетиш ёки қариялар уйига жойлаштириш билан таҳдид қилиш.

***Ушбу турдаги зўравонликнинг белгилари қуйидагиларни ўз ичига олиши мумкин:*** депрессия, изоляция, ғазаб, хатти-ҳаракатлар ва кайфиятнинг ўзгариши, қўрқув, даҳшат, тажовузкорлик, ўз-ўзини ҳурмат қилишнинг пасайиши, қўзғалувчанлик ёки апатиянинг кучайиши. Шунинг ҳам қўшимча қилиш керакки, кекса одамлар кўпинча яқин қариндошлари томонидан рад этиш ва ёлғизлик таҳдиди остида чидаб бўлмас ишларни (кундалик неvara парвариши, уй ишлари) бажариш учун ишлатилади.

## 3. Эътиборсизлик ёки рад этиш:

**Ғамхўрлик, ёрдам ва бошпана учун масъул шахслар томонидан қарияларга нисбатан мажбуриятларни рад этиш ёки бажармаслик,** масалан, озиқ-овқат, зарур дори-дармонлар билан таъминлашни рад этиш, одам ифлос ва/ёки квартира жуда қаровсиз ҳолатда бўлса, парвариш ва гигиена қоидаларига эътибор бермаслик, реабилитация тартиб-қоидаларининг йўқлиги, тиббий кўрсатмаларга риоя қилмаслик, кундалик ёрдам ва ғамхўрлик кўрсатмаслик, буюрилган дори-дармонларни сотиб олишдан бош тортиш, озиқ-овқат сотиб олишдан бош тортиш, тавсия этилган парҳезга риоя қилмаслик, шифокор билан, шунингдек, ҳар сафар турли зарур шифокорлар ва шифохоналарга мурожаат қилиш учун ўз вақтида боғланмаслик.

***Аломатлар:*** тўсатдан вазн йўқотиш, тўйиб овқатланмаслик, ётоқхоналар, шахсий гигиена қоидаларига эътибор бермаслик, даволанмаган ёки ривожланган соғлиқ муаммолари, тошма, яралар, ижтимоий алоқаларнинг йўқолиши.

#### 4. Иқтисодий зўравонлик:

**Жабрланувчининг тажовузкорга молиявий ёки иқтисодий қарамлиги.**

Мисоллар: пенсия олиб қўйиш, пулни назорат қилиш ва тақсимлаш, молиявий хужжатларни имзолашга мажбурлаш, васиятномани ўзгартириш, қўчмас мулк, товарлар, пулларни бировларни номига ўтказиш (эҳсон қилиш), қалбакилаштириш, нархларни ошириш, нарсаларни олиб қўйиш.

*Ушбу турдаги зўравонлик қуйидагилардан далолат беради: Кекса одамлар, шунингдек, мерос овчилари ёки ёши катталарни ёқтирадиган «ишқибозлар» томонидан алданишга дучор бўлишади.*

#### 5. Жинсий зўравонлик:

**Жабрланувчини жинсий алоқада бўлишга ёки исталмаган (розиликсиз) жинсий хатти-ҳаракатларга мажбурлаш.**

Бу зўрлаш, таъқиб қилиш, фош қилиш, жинсий алоқанинг номақбул шаклларига мажбурлаш, порнографик контентни томоша қилиш ва исталмаган жинсий ҳазилларни ўз ичига олиши мумкин. **Одамнинг ушбу турдаги зўравонликка дучор бўлишини қуйидагилар кўрсатиши мумкин: жинсий йўл билан юқадиган касалликлар, генитоурия инфекциялари, йиртилган ва қонли кийимлар, ўтириш ва юриш пайтида ноқулайлик, хатти-ҳаракатларнинг ўзгариши. Жинсий зўравонлик айбдорлари кўпинча шериклар, узоқ йиллик эрлар бўлиб, улар «никоҳ мажбуриятларини бажаришни талаб қилади».**

# Қарияларга нисбатан зўравонликни тақиқлаш

Қарияларга нисбатан зўравонлик қандай сабабларга кўра «табу» (тақиқ) ҳисобланади?

- 1.** Зўравонликка учраган кекса одамларнинг фарзандлари, набиралари ва турмуш ўртоқлари томонидан бошдан кечирган зўравонликлари ҳақида гапиришни истамаслиги. Яқинларини ҳимоя қилиш зарурати ҳисси уларни сукут сақлашга ва азоб-уқубатларга чидашга мажбурлайди. Кекса ота-оналар кўпинча ўзларининг катта ёшли болаларининг хатти-ҳаракатлари учун масъулиятни ҳис қилишади, улар ўзлври уларни шундай тарбиялаганлар. Бу уят ва бошқалар нима дейишини ўйлаб, ўз фарзандларининг зўравонлигини фош қилишдан қўрқиш билан боғлиқ...

*Уларни фикрлашни ўзгартришга ундаш муҳимдир.*
- 2.** Ҳар бир оиладаги зўравонлик циклик деб аталадиган ҳаракатга эга - тажовузкор жабрланувчига яхши, садоқатли, илиқ ва тушунарли муносабатда бўлган яхши кунларга эга. Бу зўравонликка учраган одамни тажовузкорга маҳкам боғлайди ва муносабатларнинг доимий яхшиланишига ёлғон умид беради, унга нисбатан зўравонлик тасодифий ва тез орада тўхтади, деган умидни беради.
- 3.** Жинойтчининг одатий хатти-ҳаракати айбни жабрланувчига топшириш билан боғлиқ. У урди, итариб юборди, ҳақорат қилди, чунки «сиз яна ниманидир хоҳлайсиз», «сиз менга тинчлик бермайсиз», «сиз ифлос бўлдингиз» ва ҳоказо баҳоналар орқали. Буни доимий равишда эшитиб юрган жабрланувчини, ўзини бошқача, фойдалироқ, мустақил бўлса, вазият яхшиланади, деб ишонишига олиб келади.

*Шунинг учун жабрланувчи ўзини айбдор ҳис қилади.*
- 4.** Жинойтчига қарам бўлган жабрланувчилар зўравонликни ошкор қилиш оқибатларидан қўрқишади. Улар тўлиқ рад этишларидан ва тажовузкорликнинг кучайишидан қўрқишади.



## **Кекса одам хафа бўлганини кўрсангиз, қандай муносабатда бўлишингиз керак?**

- *Сухбатлашинг, қўллаб-қувватланг*
- *Шахсий ёрдам беринг*
- *Жабрланганларнинг аксарияти уят, қўрқув, ночорлик ёки ўз ҳуқуқларини билмаслик туфайли сукут сақлайди. Шунингдек, у кўпинча тажовузкорлар ёки оила аъзолари томонидан босим остида. Зўравонликка учраган одам ўз хавотирлари ҳақида гапира бошлаган пайт унинг учун жуда қийин бўлиши мумкин, шунинг учун унга эътибор ва тушуниш билан муносабатда бўлиш муҳимдир.*
- *Жабрланувчи, биринчи навбатда жабрланувчи, биринчи навбатда, сиздан содир бўлаётган воқеаларда унинг айби йўқлигини, зўравонлик учун ҳар доим тажовузкор айбдор эканлигини билиб олиши керак.*
- *Сизнинг раҳм-шафқатингиз ва қўллаб-қувватлашингиз унинг кейинги қарорлари учун жуда муҳим бўлиши мумкин. Зўравонлик ҳақидаги маълумотларни қолдириб бўлмайди, ташлаб бўлмайди ёки унутиб бўлмайди*
- *Ўзини жазосиз ҳис қилган жиноятчи тобора шафқатсиз ҳаракат қилади ва бу жабрланувчининг соғлиғига ва ҳатто ҳаётига хавф туғдириши мумкин.*

### **ЭСИНГИЗДА ТУТИНГ!**

1. Агрессор одатда **яқин атрофдаги одам**: болалар, набиралар, турмуш ўртоғи, васий.
2. Ўзингизга ёрдам беришингиз шарт эмас. Кучингиз сизга ёрдам беришга тайёр турган бошқа одамлардадир. Қийин вазиятда ёлғиз қолмаслик учун **ёрдам сўранг**.

**Агар сиз зўравонликка дучор бўлсангиз, нима қилишингиз мумкин ва зўравонлик билан шуғулланадиган кекса одамларни нима ҳақида ўргатиш керак:**

- Оила, дўстлар, имом билан **гаплашинг**. Жасоратга эга бўлинг ва сукунатни тўхтатинг - қўшнилар сизга ёрдам кераклигини тахмин қилишлари мумкин, улар фақат сиз буни хоҳлаётганингиз ҳақидаги сигналингизни кутишмоқда.
- Агар қочиш керак бўлса, **бошпана сўранг**. Улар билан жанжал, қичқириқ бўлса ёки сигнал берганингизда, полицияга қўнғироқ қилишлари тўғрисида келишиб олсангиз бўлади.
- Ўз қобилиятингизга ишонишингизга ёрдам берадиган ва сизни мунтазам равишда қўллаб-қувватлаб, куч ва назорат туйғусини тиклайдиган **психолог билан танишинг**. Бундай учрашувлар тўғрисида сиз ёрдам сўрашингизга халақит берадиган уят туйғуларидан халос бўлишингиз мумкин.
- **Шифокорингизга** қийин аҳволингиз ҳақида **айтиб беринг**.
- Агар сиз Ижтимоий таъминот марказининг ижтимоий ходими қарамоғида бўлсангиз, у билан маслаҳатлашинг ва муассасадан **ёрдам олиш имкониятлари ҳақида сўранг**.

**Сизнинг ёки  
яқинларингизнинг ҳаёти ёки  
соғлиғи хавф остида бўлган  
ҳар қандай вазиятда**

**ПОЛИЦИЯГА ҚЎНҒИРОҚ  
ҚИЛИШДАН ТОРТИНМАНГ!**

# ИМКОНИЯТИ ЧЕКЛАНГАН ОДАМЛАРГА НИСБАТАН ЗЎРАВОНЛИК

Американинг " Sanctuary for Families " ташкилоти маълумотларига кўра, ногиронларнинг 70 фоизи қандайдир зўравонликка дучор бўлади ва уларнинг ичида жинсий зўравонлик уч барабар кўп. Ташкилот томонидан олиб борилган тадқиқотлар шуни кўрсатдики, кенг тарқалганлигига қарамай, имконияти чекланган одамларга нисбатан оиладаги зўравонлик кўпинча эътибордан четда қолади ва зўравонлик ҳолатларининг 70% дан 85% гача қайд этилмаган.

## Чекланган имкониятлар тушунчаси

Имконияти чекланган одамларга жисмоний, ақлий, интеллектуал ёки ҳиссий нуқсонлари бўлган шахслар киради ва турли тўсиқлар билан ўзаро алоқада бўлганда, уларнинг жамият ҳаётида бошқалар билан тенг равишда тўлиқ ва самарали иштирок этишига тўсқинлик қилиши мумкин.

**Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти (ЖССТ) инсон саломатлигини ҳисобга олган ҳолда қуйидаги чекланган имкониятлар тушунчаларини киритади:**

**Ногиронлик** - психологик, психофизик ёки анатомик ҳолат нуқтаи назаридан тананинг функциялари ёки тузилмаларида юзага келадиган турли хил бузилишлар;

**Чекланган имкониятлар** – ҳар қандай чеклаш ёки фаол ҳаёт тарзини олиб боришга қодир эмаслиги (ногиронликдан келиб чиқадиган) шахсга хос бўлган тарзда ёки даражада;

**Ижтимоий ролларни бажаришдаги чекловлар** – бу ёши, жинси ва ижтимоий-маданий шароитларига мос келадиган ижтимоий ролни тўлиқ амалга оширишга тўсқинлик қиладиган чекланган имкониятлар ёки чекловлар натижасида юзага келадиган шахснинг ногиронлигидир.

Ногиронларнинг имкониятлари ва чекловлари уларнинг чекланган имкониятлари тури ва даражасига қараб фарқланади.

### **Ногиронлик билан боғлиқ ижтимоий муаммолар ҳаётнинг кўплаб соҳаларига тегишли:**

- Чекланган имкониятлар инсоннинг энг муҳим қадриятларига - саломатлик, жисмоний ва ақлий қобилият, ижтимоий ролларни ўз зиммасига олиш ва бажариш қобилиятига таъсир қилади.
- Чекловлар туфайли ногиронлар кўпинча кундалик ҳаётларида бошқаларнинг ёрдамига таянадилар.
- Ногиронларнинг ижтимоий идроки кўпинча ногиронларнинг эҳтиёжлари ва имкониятларини билмасликдан келиб чиқадиган стереотиплар, афсоналар ва нотўғри қарашларга асосланади.
- Чекланган имкониятларни стереотиплар призмаси орқали идрок этиш жамиятда рад этишга ва ногиронлар муаммоларига эътибор бермасликка олиб келади.
- Ногиронларни чекловлар ва дисфункциялар орқали аниқлаш бошқа одамларга тенг даражада таъсир қиладиган «умумий муаммоларни» идрок этишга сезгирликни пасайтиради.

## **Полшада ногиронларга нисбатан зўравонлик (тадқиқот натижалари)**

Ногиронларга нисбатан зўравонлик муаммоси миллий тадқиқот доирасида ўрганилди, унинг натижалари «Қариялар ва ногиронларга нисбатан оиладаги зўравонлик» ҳисоботида тақдим этилди (Полша Фанлар Академияси ҳисоботи: Варшава, 2009).

Зўравонликка қарши кураш бўйича мутахассисларни қамраб олган тадқиқот шуни кўрсатдики, ногиронларга нисбатан зўравонлик бошқа гуруҳларга (болалар ёки аёлларга) нисбатан зўравонликка қараганда камроқ учрайди. Сўров натижалари, шунингдек, ногиронларга нисбатан зўравонлик жамиятда камроқ қабул қилинишини кўрсатди.

**Тадқиқотда ногиронлар дуч келадиган зўравонлик шаклларига эътибор қаратилди. Натижалар шуни кўрсатди:**

**31,9 %**

респондентлар оиладан ташқарида урилган ёки калтакланган

**34,3 %**

безорилик ёки итариш

**31,9 %**

ногиронлар изоляция қилинган ёки ёпилган

**>34,4 %**

респондентлар ногиронларга нисбатан оиладаги жисмоний зўравонлик шаклларининг гувоҳи бўлмаганликларини ва эшитмаганликларини даъво қилишган

**ЭНГ кам**

кўрсатилган зўравонлик шакли ногиронларга нисбатан (оиладан ташқари ва оилада) жинсий зўравонлик эди

**ЭНГ кўп**

тилга олинган нарса моддий неъматларни мусодара қилиш эди.

Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, ногиронларга нисбатан зўравонлик ҳақидаги маълумотлар пасайтириб кўрсатилган бўлиши мумкин. Фақатгина ногиронларга нисбатан зўравонлик бўйича статистик маълумотларнинг йўқлиги ва натижада ҳодисанинг ҳақиқий кўламини баҳолашдаги қийинчиликларга эътибор қаратиш лозим.

Ногиронлар зўравонлик ҳолатлари ҳақида камдан-кам хабар беришади, бунинг сабаби чекланган мулоқот ва вазиятнинг ёмонлашиши ва зўравонликнинг кучайиши кўрқуви деб тахмин қилиш мумкин. Имконияти чекланган шахслар кўпинча ўзлари боғлиқ бўлган қариндошлари томонидан зўравонликка дучор бўлишади. Чекловлар, шунингдек, тажовузкорга қарамлик туфайли ногиронлар зўравонликка қарши туриш қобилиятига эга эмаслар. Ёрдам сўраш имкониятини чеклаш ногиронларга нисбатан кўплаб зўравонлик ҳолатларини яширишга сабаб бўлади.

## Ногиронларга нисбатан зўравонлик шакллари ва уларнинг оқибатлари

### 1. Ногиронларга нисбатан зўравонлик

Жисмоний чекланган имкониятлар мустақил ҳаракат қилиш ва ташқи дунёга киришга тўсқинлик қиладиган чекловларни келтириб чиқаради. Архитектура тўсиқлари ва яроқсиз квартираларда яшаш ташқи дунё билан боғланишни анча чеклаб қўяди. Жисмоний турнинг чекланган имкониятлари кўпинча бошқа одамларни уларнинг кундалик машғулотида, шу жумладан интим масалаларида иштирок этишга мажбур қилади.

Керакли эҳтиёжларни қондириш учун бошқа одамларга жисмоний қарамлик ҳолати суиистеъмол қилиш хавфини келтириб чиқаради ва ўзини ҳимоя қилиш имкониятидан сезиларли даражада маҳрум қилади. Зўравонлик ҳолатини аниқлашга уринишлар васийнинг аралашувини тўхтатиш, шунингдек, унинг ногирон шахс билан шахсий алоқасини олдини олиш ёки ижтимоий хизматлар вакилларига ташриф буюриш пайтида васийнинг иштирок этишига йўл қўймаслик орқали тўхтатилиши мумкин.

## 2. Интеллектуал қобилиятлари ва руҳий касалликлари чекланган одамларга нисбатан зўравонлик

Ақлий заифлик ва руҳий касалликлар уларни жисмоний жиҳатдан чекламаса-да, бу одамларнинг стереотипларга асосланган ижтимоий идроки улар билдирган эҳтиёжлар ва билдирилган муаммоларни эътиборсиз қолдиришга олиб келади.

Интеллектуал қобилиятлари чекланган ва руҳий касалликлари бўлган одамлар ижтимоий идрок туфайли камроқ ишончли деб ҳисобланадилар, бу уларни айниқса тажовузкор олдида заиф қилади. Ақлий заифлик ва руҳий касаллиги бўлган одамларда - хавф туғдирадиган вазиятни тан олиш қобилиятининг чекланганлиги, ўз ҳуқуқларидан беҳабарлиги туфайли ўзини ҳимоя қилиш чораларини кўриш имконияти чекланган.

Интеллектуал ногиронлиги бўлган шахслар томонидан зўравонлик ҳолатлари ҳақида хабар беришга уринишлар одатда ишламайди, чунки хизмат вакиллари уларга ишонмайдилар ва вазиятни васийлар томонидан тақдим этилган ишончлироқ маълумотлар билан тушунтириш билан чекланадилар.

## 3. Ногиронларга нисбатан зўравонлик шакллари.

Ногиронларга нисбатан зўравонликнинг энг кенг тарқалган турлари:

- **жисмоний зўравонлик** - зарбалар, тебраниш, суриш;
- **психологик зўравонлик** - кўпинча камситиш, қўрқув, уриш ва жинсий зўравонлик билан таҳдид қилиш;
- **эътиборсизлик** - озодликдан маҳрум қилиш ёки озиқ-овқатдан фойдаланишни рад этиш, моддий таъминотдан маҳрум қилиш, уларни ёлғиз қолдириш.

## Қуйидаги сабаблар туфайли ногиронларга нисбатан зўравонликни аниқлаш жуда қийин:

- ногиронлар кўпинча ўзларининг тажовузкорларига боғлиқ бўлишади
- улар **жисмоний изоляция** қилинган
- улар ижтимоий жиҳатдан **истисно қилинган**
- улар ўз **ҳуқуқларини билишмайди**
- улар махсус хизматлардан қандай **фойдаланишни билишмайди**
- улар **камроқ ишончли маълумот манбалари** ҳисобланади.

Суҳбатда, имо-ишораларда, ҳаракатда ва бошқалар билан алоқа ўрнатишга қийналадилар ва муаммоларга дуч келган ногиронлиги бўлган болалар ҳам, катталар ҳам ўзларини зўравонликдан самарали ғимоя қила олмайдилар.

## Нима учун ногиронларга ёрдам кўрсатиш шакллари кутилган натижаларни бермайди:

1. Ногиронларга нисбатан зўравонлик ҳолатларини аниқлаш ва жиноий жавобгарликка тортиш бўйича махсус институционал чоралар мавжуд эмас.
2. Кўпинча зўравонлик ҳаракатлари, масалан, оила аъзолари, васийлар, кундузги ёки 24 соатлик муассасалар ходимлари томонидан содир этилади.
3. Жабрланган ногирон киши ихтиёрий равишда таъқибга қарши тура олмайди ва кўпинча васий билан муносабатлари ёки ҳозирги турмуш шароити ёмонлашишидан қўрқиб, унга бўйсунди.
4. Зўравонлик ҳаракатлари ҳақида хабар бериш ва хабар беришнинг ҳуқуқий тартиблари жуда мураккаб ва кўпинча ногиронлар, айниқса ақли заиф одамлар учун тушунмайдилар.
5. Ақли заиф одам кўрқув, оғриқ, зўравонлик ва хўрликни ҳис қилмаслиги мумкин деган фикр бор. Шунингдек, ногиронлиги бўлган шахсларнинг бошқалар каби тўлақонли шахс эмаслиги сабабли эътибордан четда қолиши, оқибатларсиз зарар етказиши мумкин бўлган ногиронлиги ҳақида кенг тарқалган стереотип мавжуд.



# Имконияти чекланган одамларга самарали ёрдам кўрсатиш

Зўравонликка дучор бўлган ногиронларга қандай самарали ёрдам бериш керак:

1. Зўравонликка қарши курашнинг биринчи даражаси – **интервенциялар**. Улар ногиронларга кейинги зарар етказилишининг олдини олиш ва биринчи ёрдам кўрсатишдан иборат. Ушбу биринчи ва дарҳол ёрдам мутахассислар томонидан кўрсатилиши керак.
2. Зўравонликка қарши курашнинг иккинчи даражаси - олинган жароҳатлар ва зарарни минималлаштириш ва бартараф этишга қаратилган **даволаш ва соғломлаштириш** чораларидан иборат.
3. Зўравонликка қарши курашнинг учинчи даражаси – **профилактика**. Профилактика ёрдамида ногиронларни зўравонликдан ҳимоя қилиши керак, бу асосан кўриб чиқиладиган ҳодиса ҳақидаги билимларни, зўравонликни тан олиш усулларини тарғиб қилиш ва унга қарши туриш қобилиятини ривожлантириш орқали амалга оширилади

Зўравонликка дучор бўлган ногирон шахс билан биринчи алоқада қуйидаги тавсияларни ҳисобга олиш керак:

- **Афсоналар ва стереотипларга берилманг**, фикрингизни бўшатинг;
- Ногиронларга бошқа мижозлар каби **ҳурмат ва эҳтиром билан** муносабатда бўлинг;
- Улар қандай ёрдам кутишларини **сўранг** ва ҳаракатларингизни оила/ёрдам излаётган одамнинг имкониятларига **мослаштиринг**;
- Инсоннинг аҳволини **унинг нуқтаи назаридан тушунишга** ҳаракат қилинг, чекловлар ва камчиликлар истиқболларини кўринг;
- Ногиронлар кўпинча зўравонликни яширишга ҳаракат қилишади ёки зўравонлик/жиноят қурбони бўлишларини билмаслиги мумкин. Шу муносабат билан, мижознинг когнитив қобилиятига мувофиқ зўравонлик шакллари бўйича билимларни ўргатиш ва кенгайтириш керак;
- Сухбатга тайёрланинг, тана тили ва имо-ишораларига эътибор беринг. Чекланган имкониятлар контекстида профессионал ёрдамчиларга иштирокини таъминлаш, масалан, сурдо таржимони таклиф қилинг;

- Суҳбат давомида суҳбатдошингиз билан кўз билан алоқада бўлинг, у билан учинчи шахслар орқали эмас, балки бевосита боғланинг. Бундан ташқари, унинг олдида одам йўқдек гапирманг;
- Ногиронлар учун бирор нарса айтиш, қилиш ёки кўрсатиш кўпроқ вақт талаб қилиши мумкин, шунинг учун сабрли бўлинг;
- Агар бирор киши бирор нарсани тушунмаса, ундан тушунтиришни сўраш кифоя, масалан, унга расмдан ёки талисманслар ёки қўғирчоқлар каби ёрдамчи воситалардан фойдаланиш имкониятини беринг;
- Суҳбатдош ҳақиқатни айтиш нимани англатишини тушунадими ёки йўқлигини аниқланг;
- Жинсий зўравонлик ҳолатида жабрланувчининг жинсий алоқа ва интим хатти-ҳаракатлари ҳақида тушунчасини ўрнатинг.
- Ногиронларни ўз ҳуқуқлари ва ёрдам олиш имкониятлари ҳақида хабардор қилиш.

# ЗЎРАВОНЛИК ЖИНОЯТЧИСИ ВА ҚУРБОНИ – ПСИХОЛОГИК ПОРТРЕТ

## Зўравонлик айбдорининг (тажовузкорнинг) психологик портрети

**Менда куч бор!**

Қоидабузарлар ўзларини вазиятнинг устасидек ҳис қилишни яхши кўрадилар. 100% итоаткорлик: «дарҳол амалга оширилади!». Ёки кейинроқ, лекин менинг буйруғим билан. Тўлиқ куч, фақат итоатсизликка ҳаракат қилинг.

**Кўрқувдан титранг, чунки мен жуда кучлиман!**

Нарсаларни синдириш, бақириниш, лаънатлаш ва ҳоказолар ўз кучини кўрсатишга хизмат қилади. Бу туйғу ҳуқуқбузар учун бошқалардан маълум бир хатти-ҳаракатни талаб қилиш учун зарурдир.

***Аммо кучли одам ҳақиқатан ҳам ўнг ва чапга қанчалик даҳшатли эканлигини исботлаши керакми? ... лекин аслида у кўрқоқ***

Зўравонлик кўллаган одам кўрқув ва ўзининг заифлигига ишонч билан тўлиб-тошган. **Яқин атрофдагилар устидан назоратни йўқотиш унинг учун барча куч туйғусини йўқотиш билан яқунланади, шунинг учун у ўз қурбонлари томонидан қўзғолоннинг ҳар қандай кўринишларига жуда агрессив муносабатда бўлади. Шунинг учун у ўз қурбонини полиция олдида масхара қилиш ва уни ақлдан оздириш учун ҳамма нарсани қилади. У ўзида мавжуд бўлган ҳамма нарсага ёпишади – кучини кўрсатади ва заифроқларга ҳукмронлик қилади. Ҳуқуқбузарнинг кучи фақат жиноятчи-жабрланувчи ўртасидаги қарама-қаршиликда кучаяди, бу ўз-ўзидан мавжуд эмас.**

Оиладаги зўравонлик субъектлари кўпинча танишлари томонидан, масалан ишхонада, ҳурмат қилинмайди. Ва улар, албатта, у ерда кучли деб қабул қилинмайди.

**Эркак зўравон ва аёл қурбон: бу ерда эркак дарҳол ўзини кучлироқ ҳис қилади, чунки аёл табиатан жисмонан заифроқ (ёки у шундай деб ҳисобланади ва бунга ишонади).**

Фарзандлари бўлган аёл кўпинча банд бўлиб, уй юмушлари юкидан чарчайди ва шунинг учун уни бўйсундириш осонроқ. Она учун болалар муҳим – ва бу факт ҳуқуқбузар томонидан ҳам қўлланилади. Кўпинча оналар кўп нарсага рози бўлишади – улар ўзларини танловга дуч келгандек ҳис қилишади: **ё сен мендан азоб чекасан, лекин эътироз билдирмайсан ёки болалар мендан азоб чекишади.**

**Ҳуқуқбузар жабрланувчини атроф-муҳитдан ажратиб қўяди,** чунки унинг тубида у деразадан ташқарида ундан кучлироқ одамлар борлигини ва унга шу пайтгача заифроқ деб ҳисоблагандек муносабатда бўлиш мумкинлигини ҳис қилади.

Изоляция ҳуқуқбузарнинг хавфсизлигини таъминлашга хизмат қилади ва унга ушбу тўртта девор ичида мутлақ кучга эга эканлигини ҳис қилади.

*... Ҳуқуқбузар барча арқонларни тортади...*

Ҳуқуқбузар жабрланувчини ҳимоя қиладиган одамлар ва муассасалардан қўрқади. У ҳар бир ташқи аралашув унинг жабрланувчига таъсирини тўхтатиши мумкинлигини билади ва шунинг учун ташқаридан одамларни ўзини ҳақ эканлигига ишонтириш учун барча мумкин бўлган усуллардан фойдаланади.

***МИСОЛ: Уйдаги жанжалдан кейин полиция аралашуви пайтида ҳуқуқбузарларнинг хатти-ҳаракати***

**Бу ҳолда ҳуқуқбузар кўплаб далиллардан фойдаланади, кўпинча қуйидаги кетма-кетликда:**

- Ўзини ҳақ ва тўғри иш қиляпти, деб айтади ва полицияни бунга ишонтириш учун кўп иш қилади.

- Қурбонни - руҳий касалга чиқаради.
- Жабрланувчи ўзи содир бўлган воқеанинг ҳақиқий айбдоридир дейди.
- Ўзини айбсиз деб билади.
- У ўзини ҳимоя қилди ва шунинг учун можаро пайдо бўлди, деб баҳона қилади.
- У бундай иш қилмаган, жабрланувчига шундай туюлди, деб ишонтиради.
- Полиция билан дўстлашишга ҳаракат қилади, шунда улар унинг тарафини олишлари мумкин («эркаклар бирдамлигига ишора қилади», жабрланувчини масхара қилади ва ҳоказо).
- Ташқаридан келган одамлар ҳузурида ўзини мослашувчан, мулойим ва ўзига хос қилиб кўрсатади ва ҳис-туйғуларга

***Ҳуқуқбузар жабрланувчидан ёрдам сўрашга ва ўзини ўзи қадрлашга бор кучини олиб ташлашга ҳар томонлама ҳаракат қилади. «Менсиз сен ҳеч кимсан ва мен айтган ва қилган ҳамма нарсага рози бўлишинг керак» - дейди ва бу гаплар жабрланувчини фалаж қилади.***

Ва жинойтчи бунга ишонади, чунки унинг кучи ҳақиқий кучга эмас, балки қурбоннинг заифлигига асосланади. Ҳуқуқбузар кучайиб боради, чунки жабрланувчи руҳий жиҳатдан заифлашади. Шунинг учун ҳуқуқбузар учун жабрланувчини изоляция қилиш ва бўйсундириш жуда муҳим – бунда у ўзини ўзи кучли ҳис қилади ва ҳамма нарсага қодирлигига ишонади.

### ***Ачинари ўтмиш ҳақида...***

***Зўравонлик зўравонликни келтириб чиқаради.*** Биз бу ҳақда аллақачон гапирган эдик, статистик маълумотларга кўра, болалик ёки ёшлиқдаги зўравонликнинг деярли барча субъектлари камситиш, эътиборсизлик, калтаклаш ёки жинсий эксплуатация қурбони бўлган. ***Қайсидир маънода, улар «заиф ва ҳимоясиз бўлганларида олган нарсаларини» энди қайтаришяпти.***

*Бу шуни англатадики, ҳуқуқбузарнинг портрети, агар сиз унга ташқаридан қарасангиз, даҳшатли, лекин айти пайтда жуда қайғули, чунки шафқатсиз кўзлар ва қичқириқлар ва кўтарилган муштлар ортида йиғлаётган кичкина, ҳамма жойи кўкарган хафа бола ётади.*

Бироқ, бу қайғули ўтмиш ҳеч кимни ўз тажовузкорлиги ва ҳис-туйғуларини назорат қилиш масъулиятидан озод қилмайди.

**Оғир ўтмиш оиладаги зўравонликни оқламайди.** Бошқа хатти-ҳаракатлар моделларини кўрсатиш жуда муҳим, *кўп одамлар болалигида норозилик ва азоб-уқубатларни бошдан кечирган, аммо шунга қарамай, улар бошқаларни ва ўзларини ҳурмат қилишади.*

Ҳар бир ҳуқуқбузар – ўзига хос хусусиятларга эга бўлган шахсдир. Бу хусусиятларнинг ҳаммаси ҳам зўравонлик субъекти бўлиш учун зарур эмас. Буни имкони бор.

Шуни эсда тутиш керакки, бундай ўтмишга эга бўлган ҳар бир киши ўз яқинларини калтакламайди ва бошқаларни ҳақорат қилмайди. Ўз хафагарчиликлари ва умидсизликларини зўравонликдан фарқли равишда ифода этиш ва бартараф этишни биладиган одамлар бор. Бунинг имкони бор ва буни устида ишлашга арзийди.

### ҲУҚУҚБУЗАРЛАРНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ

- Ўз-ўзини ҳурмат қилишнинг пастлиги ва қобилятсизлик ҳисси
- Изоляция ҳисси ва ижтимоий ёрдамнинг етишмаслиги
- Ижтимоий кўникмалар ва ғайратлиликнинг етишмаслиги
- Анксиете ва депрессия каби руҳий касалликлар
- Спиртли ичимликлар ёки гиёҳванд моддаларни суиистеъмол қилиш
- Импульслар устидан заиф назорат ва номабул хатти-ҳаракатлар
- Эгалик муносабати, рашк, ташлаб кетилиш қўрқуви
- Айбни бошқаларга юклаш, низоларни кучайтириш, провокацияга жавобан тажовуз ва зўравонлик кўрсатиш
- Гиёҳванд жабрланувчи билан муносабатларда эмпатиянинг йўқлиги, бу ёмон жисмоний ва руҳий саломатлик, жинсий муаммолар ёки хомила ёки перинатал даврда шикастланиш туфайли юзага келиши мумкин.
- Ишдан, ҳаётдан, ишдаги стрессдан ёки яқинда содир бўлган ноқулай ҳаётий воқеалардан норозилиқдан келиб чиқадиган ғазабни яқинларига ўтказиш, яъни муваффақиятсизликлари ёки умидсизликлари учун уни айблаш.

- Ишсизлик, ёмон уй-жой шароитлари, молиявий қийинчиликлар каби ижтимоий-иқтисодий муаммолар.
- Болалиқдаги зўравонлик ҳолатлар.
- Зўравонлик, таҳдид ёки қурол ишлатиш.

## ЗЎРАВОНЛИК ҚУРБОНЛАРИНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ

- Ўз-ўзини ҳурмат қилишнинг пастлиги
- Пассив жавоб механизмлари
- Жуфтларига юқори қарамлик
- Анксиете ва депрессия
- Ижтимоий изоляция
- Ички айбдорлик ҳисси
- Бўйсунуш
- Икки томонлама содиқлик ҳисси
- Хаётдаги сабаблар
- Спиртли ичимликлар ва гиёҳванд моддаларни суиистеъмол қилиш
- Стресс билан боғлиқ касалликлар

## АГРЕССОРНИНГ ХАТТИ-ХАРАКАТИ

- Туйғуларни бўшатиш учун сабаб эмас, **баҳонага мухтож**
- Агрессияни келтириб чиқаради
- **Зўравонлик - бу куч, назорат** ва жабрланувчини тажовузкорга бўйсундириш воситаси
- **Ҳис-туйғуларни назорат қилишда қийинчилик**, куч билан беркитилаётган ўзини паст баҳолаш, қарамликни йўқотиш қўрқуви
- Қоида сифатида зўравонликни инкор этади зўравонлик бўлмаганини даъво қилади
- Айб ёки жавобгарликни бошқа бировга ёки бошқа нарсага юклаш
- Минимализация – зўравонликка эътибор бермаслик, зўравонлик қўллашда маъно излаш

# Нима учун қурбонлар зўравонлик ҳолатида қолмоқда?

Оилавий зўравонлик қурбонининг зўравонлик ҳолатини тарк этиш ёки қолиш қарорига бир қатор объектив ва субъектив омиллар ва механизмлар таъсир кўрсатади. Келинг, улардан баъзиларини кўриб чиқайлик.

## Оилавий хатти-ҳаракатлар

1. *Ота-оналар ўйнайдиган ролларнинг маъноси (Ким куч ва назоратга эга? Буйруқларни ким бажаради?)*
2. *Зўравонлик ҳолатларида хатти-ҳаракатлар моделлари (масалан, бағрикенглик ва зўравонликка розилик)*
3. *Проекция, оилавий «хабар»:*
  - *Биз биз севганларимизни ура оламиз*
  - *Агар она зўравонликка қарамай, отаси билан муносабатда бўлган бўлса, қизи аёлларнинг ҳуқуқлари йўқлигини ўрганади ва улар билан содир бўлган ҳамма нарсага сабр билан чидашлари керак деб билади*
  - *Аёл оила ёки муносабатларни сақлаб қолиш учун жавобгардир, шунинг учун у оилада қолиши шарт*
  - *Ўзини идрок этиш, ўзини қадри ҳақида хабарлар.*

## Ҳиссий механизмлар

1. **Ўзгаришлардан, ёлғизликдан, жиноятчининг таҳдидларини амалга оширишидан қўрқув, хавфсираш.**
2. **Ҳиссий қарамлик** ва шу билан бирга ҳаддан ташқари севги ва нафрат туйғуларини бошдан кечириш (айрим ҳуқуқбузарнинг баъзи хусусиятлари ўзига жалб қилади, бошқалари қайтаради, одам кетишни ҳам, қолишни ҳам хоҳлайди), натижада ҳеч нарса қилинмайди.
3. **Рад этиш** – ҳақиқий вазиятга эътибор бермаслик имконини беради, ўзини ўзи оқлаш тизими.
4. **Бошқа одамлардан ҳиссий изоляция** – ўзини бошқалардан паст, ёмон деб билади.
5. **Айбдорлик ҳисси** – жабрланувчи жиноятчининг ҳаракатлари учун жавобгарликни ўз зиммасига олади.
6. Ўзи ҳеч нарса қилмаслиги учун **ҳуқуқбузарда «ўзгаришини кутиш».**



## Ижтимоий-вазиятли механизмлар

1. Молиявий қарамлик.
2. Яқин атрофдагилардан ёрдам етишмаслиги.
3. Ижтимоий умидлар:
  - *энг муҳими – «оилани сақлаб қолиш»*
  - *оилавий ҳаёт - бу шахсий иш, тақиқ, сир*
  - *қадриятлар тизими, диндорлик*
4. Кафолат ёки хавфсизлик йўқлиги.
5. Аёлларга нисбатан зўравонлик ҳақидаги афсоналарнинг роли. Ҳуқуқбузар, жабрланувчи ва кўпинча жабрланувчига ёрдам бериши керак бўлган шахслар ўз эътиқодларини жамиятдаги афсоналарга асослашади.

# ОИЛАВИЙ ЗЎРАВОНЛИК ҲОЛАТЛАРИДА ИНҚИРОЗ АРАЛАШУВИНИНГ (ИНТЕРВЕНЦИЯ) ХУСУСИЯТЛАРИ

**Шошилинч, зудлик билан ёрдам** (*emergency deb аталади*) – бу ҳаёт, соғлиқ ва муҳим манфаатларга таҳдидга жавоб бериш зарурати билан боғлиқ. Тезроқ, яъни осонроқ, ўзгаришларга қаршилиқ кўрсатиш тенденцияси камроқ ва таъсир қилиш учун кўпроқ мослашувчанликдир.

**Амалда – бу ўткир инқироз шароитида маълумот олинган пайдан бошлаб қисқа вақт ичида (бир неча соатдан 10 соатларгача) шахс билан тўғридан-тўғри алоқа ўрнатишдир.**

## Мавжудлиги:

**Дарҳол аралашув** – кўпинча воқеа содир бўлган жойга, инқирозли вазиятга тушиб қолган шахсга таниш муҳитда, мутахассис кабинетида эмас бўлган аралашувдир. Воқеа содир бўлган жойда инқирозга аралашган шахснинг мавжудлиги фанлараро ўзаро таъсирни ўрнатишни, инқироз содир бўлган шароитларни, олдинги воқеалар ва ҳаракатларни, шунингдек, атроф-муҳит ресурсларини билишни кафолатлайди. Бу аралашув самарадорлигини оширади ва шу билан бирга профилактика таъсирига эга.

### Инқирозни тезкор ташхислаш:

1. Тажовузкор қаердалигини, у ҳозир жабрланувчига таҳдид қилмаётганлигини, жавбланувчи уйига қайтиши мумкинлигини **аниқлаш**.
2. Инқирозли вазиятда бўлган шахснинг муносабатлари, ташқи кўриниши ва хатти-ҳаракатларини **баҳолаш**.
3. Илгари ҳаёт ва соғлиқ учун экстремал **таҳдидларни аниқлаш** – ҳаракат режасини шакллантириш учун асосдир. Операцион диагностика натижалари кўпинча мижозни баҳолашдан фарқ қилади. Интервенциянинг ушбу босқичи учун тўлиқ жавобгарликни интервент ўз зиммасига олади.

**Қисқа вақт ичида алоқаларнинг юқори интенсивлиги инқироз динамикаси билан боғлиқ бўлиб, мижозни тартибсизлик босқичида, руҳий мувозанатнинг кескин йўқолишида, декомпенсация ва бузғунчи хатти-ҳаракатлар хавфи билан боғлиқ даврда ҳал қилиш зарурдир.** Бу оила билан ишлашда самарадорликка ва манфаатга хизмат қилади.

## **Ижтимоий кўмак:**

Шундай қилиб, «боғлаш», мижозни мустаҳкамлаш, мижознинг яқин атрофини фаоллаштириш имкониятини яратиш, ёрдамга яқин одамларни (қариндошлар, дўстлар, ҳамкасблар), қўллаб-қувватлаш тармоғини, **инқирозли вазият муаммоларини биргаликда ҳал қилишдир.**

**Буферни яратиш** – травматик реакциянинг кучайиши ёки узайтирилиши хавфини оширадиган **стресс омилларидан** ҳимоя қилиш. Бу «кесиш», одамларни ҳиссий омиллардан ёки инқироз билан боғлиқ бўлган мижоз нуқтаи назаридан боғлиқ бўлган вазиятлардан ажратиш, шунингдек, интервенциячилар (инқироз аралашувини амалга оширувчи шахслар) томонидан инқироз реакцияларини чуқурлаштириш орқали (онгсиз равишда) зарар етказиши мумкин бўлган одамлар билан алоқаларнинг бир қисмини ўз зиммасига олишдан иборат. **Хавфли ва ҳатто зарарли бўлиши мумкин бўлган шошилиш қарорлар ва ҳаракатлардан ҳимоя қилиш.**

**Марказий муаммога эътибор қаратиш** – «тез ёрдам». **Вазият учун ҳал қилувчи аҳамиятга эга бўлган мижозларнинг «бу ердаги ва ҳозирги» муаммоларга эътибор қаратиш** (инқироз шароитида шахснинг асосий эҳтиёжларини қондириш, ҳаракатларни ташкил этишга прагматик ёндашув).

**Мижознинг «мен»ини ҳимоя қилиш ва мустаҳкамлаш** – ўз-ўзини ҳурмат қилиш, ўзига ишончли мустаҳкамлаш, ресурслардан фойдаланиш, инқирозни ҳал қилиш учун маълум ва муваффақиятли қўлланиладиган стратегиялар – **инқироз аралашувининг асосий элементлари ҳисобланади.**

**Қисқа муддатли терапевтик усуллардан фойдаланиш** – инқироз аралашувининг бошқа хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда инқирозга олиб келадиган шикастланиш оқибатлари билан ишлашга хизмат қиладиган усуллардан фойдаланиш.

## Инқироз аралашувининг мақсадлари:

Зўравонликка қарши инқироз аралашуви қуйидаги мақсадларга эга:

- Зўравонлик қурбонлари учун вазият хавфсизлиги
- Жабрланганларнинг ҳиссий комфорти (қулайлиги)
- Зўравонлик механизмлари билан боғлиқ аломатларнинг реактивлигини тушуниш («психологик тузоққа тушиш», «вазият тузоғи», «қўрқув тузоғи», «ўрганилган ночорлик» вазиятларига дуч келиши)
- Фаоллаштириш ва «ишга тушириш» бўйича ишлар
- Назорат, куч ва ўз ҳаётига таъсир қилиш ҳиссини тиклаш
- Хавфсизлик туйғусини тиклаш: бошпана бериш, травматик омиллардан изоляция қилиш, хавфсиз алоқа тажрибасини олиш имконияти.

## Оилавий зўравонлик қурбони билан биринчи алоқа. Асосий тамойиллар.

- Суҳбат вақти ва жойи ҳақида ғамхўрлик қилинг
- Диққат билан тингланг
- Тушунишга ҳаракат қилинг
- насилии Зўравонлик ҳақида тўғридан-тўғри сўранг
- Жабрланувчи билан ҳуқуқбузар ва болалар иштирокисиз гаплашинг
- Хафа бўлсангиз ҳам, уни қўллаб-қувватланг
- Зўравонлик ҳақидаги эътиқодларингизни аниқ ифода этинг
- Унга оилавий зўравонлик кенг тарқалган ҳодиса эканлигини айтинг
- Ғамхўрлик қилинг ва хавфсизлик режасини ишлаб чиқишда ёрдам беринг
- Унга полицияни уйига чақириб, жиноий иш очиш учун ариза ёзишга ҳақли эканлигини айтинг
- Ёрдам учун қаерга мурожаат қилиш мумкинлигини айтинг (яхшиси қоғозга ёзинг)
- Уни ёрдам сўрашга ишонтиришга ҳаракат қилинг, лекин унга ёрдам топиш вақти ва усули ҳақида мустақил қарор қабул қилишига имкон беринг
- Кичик қадамлар принципига риоя қилинг, биргаликда кичик, аммо ҳақиқий ҳаракатларни амалга ошириш имкониятларини қидиринг
- Бошқа хизматлар ва муассасалар билан ҳамкорлик қилинг.

## Зўравонлик қурбонлари билан ишлашда нима қилмаслик керак?

- Сабрсизлик, асабийлик ёки ғазабни кўрсатиш
- Жабрланувчи қонуний чоралар кўришни бошламагунча ёрдамни рад этиш
- Эшитганларингизнинг ҳақиқийлигига шубҳа қилиш
- Жабрланувчини зўравонликни тугатиш кафолати сифатида ўз хатти-ҳаракатларини ўзгартиришга ишонтириш
- Зўравонлик ҳақидаги маълумотларни ошкор қилгандан кейин ҳуқуқбузар билан содир бўлган воқеа учун жабрланувчини жавобгарликка тортиш
- Бир вақтнинг ўзида жуда кўп саволлар бериш
- Мавзунини ўзгартириш
- Тасалли бериш, тинчлантириш, муаммодан қочиш
- Маслаҳат бериш, тайёр эчимлар ва ваъдаларни таклиф қилиш

### АЛОҚА ТЎСИҚЛАРИ

#### ҚОРАЛАШ

танқид  
 ҳақорат қилиш  
 ўз ташхисини ўрнатиш  
 танқид билан бирлаштириб мақташ

#### ТАЙЁР ЕЧИМЛАР

буйруқ  
 таҳдид  
 ахлоқийлаштириш  
 жуда кўп ёки номақбул саволлар бериш  
 маслаҳатлар

#### БИРОВНИНГ МУАММОСИДАН ҚОЧИШ

мавзунини ўзгартириш  
 мантиқий аргументация  
 тинчлантириш

**Поляризация** – экстремал, қарама-қарши баҳоларни ифодалаш тенденцияси.

**Ёрлиқлаш** – муаммоларни таҳлил қилиш эмас, балки уларни номлаш орқали идрок этиш.

**Факт ва хулосаларни аралаштириш**, хулосаларни реал фактлар билан тенг талқин қилиш.

**Ҳаддан ташқари ўзига ишонч**, барча муаммоларни тушунадиган мутахассиснинг хусусиятларини ўзига олиш.

**Статик баҳолаш** – ҳақиқатнинг доимий ўзгарувчан элементларига оид фикрларнинг долзарблигини текшира олмаслик.

**Таснифлаш ва фарқламаслик**, яъни одамлар ва ҳодисаларга бир хил хусусиятлар ва тасвирларни бериш, уларни доимий таснифлаш.

# ПОЛША ТАЖРИБАСИ: ИЖТИМОЙ ЁРДАМ ВА ИНҚИРОЗЛИ АРАЛАШУВ

## Ижтимоий ёрдам

### Ижтимоий ёрдам вазифалари:

1. Ижтимоий ёрдам ўз ҳуқуқлари, ресурслари ва имкониятларидан фойдаланган ҳолда бировнинг кўмагисиз ва мустақил равишда буни амалга ошира олмайдиганларга қийин ҳаётини вазиятларни енгиб ўтишга имкон беради.
2. Ижтимоий ёрдам уларни зарур эҳтиёжларни қондиришга қаратилган саъй-ҳаракатларда қўллаб-қувватлайди ва инсон кадр-қимматига мос шароитларда яшашга имкон беради.
3. **Ижтимоий ёрдамнинг мақсади** – шахслар ва оилаларни мустақил ҳаётга тайёрлаш ва уларни атрофдаги жамиятга интеграциялашувига қаратилган ҳаракатларни амалга ошириш орқали қийин ҳаётини вазиятларнинг олдини олишдир.

### Ижтимоий ёрдамнинг асосий мақсадлари:

- Одамлар ва оилаларни оғир ҳаётини вазиятни енгиб ўтишда қўллаб-қувватлаш, имкон қадар уларнинг ҳаётини мустақиллигига эришиш, уларга муносиб шароитларда яшаш имкониятини бериш
- Ижтимоий патология, шу жумладан оилавий зўравонлик оқибатларига дуч келган оилаларга профессионал ёрдам кўрсатиш.
- Ижтимоий четланишдан азият чеккан одамларни жамиятга интеграция қилиш.
- Ушбу соҳадаги эҳтиёжларни қондирадиган ижтимоий хизматлар тармоғини яратиш.

Оилавий зўравонликдан жабрланган шахсга бепул ёрдам кўрсатилади, хусусан:

- тиббий, психологик, ҳуқуқий, ижтимоий, касбий ва оилавий маслаҳатлар;
- инқироз аралашуви ва қўллаб-қувватлаш;
- зўравонлик содир этган шахсларга бошқа оила аъзолари билан бирга яшайдиган квартирадани фойдаланишни тақиқлаш, шунингдек, жабрланувчи

билан алоқа қилиш ва яқинлашишни тақиқлаш орқали кейинги зўравонликдан ҳимоя қилиш;

- оилавий зўравонлик қурбонларини қўллаб-қувватлаш бўйича ихтисослаштирилган марказда оилавий зўравонлик қурбони бўлган шахсга хавфсиз бошпана бериш;
- оилавий зўравонлик билан боғлиқ тан жароҳатларининг сабаблари ва турини аниқлаш ва тегишли тиббий маълумотнома бериш учун тиббий кўрикдан ўтказиш;
- оилавий зўравонлик қурбони бўлган, ҳуқуқбузар билан бирга эгаллаб турган биноларга қонуний ҳуқуққа эга бўлмаган шахсга уй-жой олишда ёрдам кўрсатиш.

Ихтисослаштирилган маслаҳатлар, хусусан, юридик, психологик ва оилавий маслаҳатлар, даромад даражасидан қатъи назар, қийинчиликларга дуч келган ёки ҳаётий муаммоларини ҳал қилишда ёрдамга муҳтож бўлган шахслар ва оилаларга берилади:

**Юридик маслаҳат** оила ҳуқуқи, ижтимоий суғурта, уй-жой ҳуқуқларини ҳимоя қилиш соҳасидаги амалдаги қонун ҳужжатлари тўғрисида маълумот бериш орқали амалга оширилади.

**Психологик маслаҳат** диагностика, терапия ва профилактика орқали амалга оширилади.

**Оилавий маслаҳат** оила фаолияти билан боғлиқ муаммоларни, жумладан, ногиронларлиги бор шахсларни тарбиялаш муаммоларини, шунингдек, оилавий терапияни қамраб олади.



## Инқироз аралашуви

Полша қонунчилигида шундай деб таъриф берилган: «Инқирозга аралашув – инқироз шароитида бўлган шахслар ва оилалар фойдасига амалга ошириладиган бир қатор фанлараро чора-тадбирлардир.

Инқироз аралашувининг мақсади – руҳий мувозанат ва муаммоларни мустақил равишда енгиш қобилиятини тиклаш ва шу билан инқироз реакциясининг сурункали «психосоциал муваффақиятсизлик» ҳолатига ўтишининг олдини олиш.

Инқирозга қарши хизматлар жисмоний шахслар ва оилаларга даромад даражасидан қатъи назар кўрсатилади.

*Инқироз аралашуви шошилиш иختисослаштирилган психологик ёрдамни, шунингдек, керак бўлганда – ижтимоий ва ҳуқуқий маслаҳатларни ва оқилона ҳолатларда – бошпанасини 3 ойгача бўлган муддатга тақдим этади.*

## Фанлараро гуруҳ

Фанлараро гуруҳ 2011-йил 29-июлдаги "Оилавий зўравонликка қарши курашиш тўғрисида"ги қонун ва Вазирлар Кенгашининг 2011-йил 13-сентябрдаги «*Мовий карта*» тартиби тўғрисидаги қарорини амалга оширади.

**Фанлараро гуруҳнинг мақсади** – бу оилавий зўравонликка қарши курашиш, касбий ёрдамнинг мавжудлиги ва самарадорлигини ошириш, оилавий зўравонлик қурбонларини ҳимоя қилишдир.

Фанлараро гуруҳининг асосий вазифаси оиладаги зўравонликка қарши курашиш ва оилавий зўравонлик қурбонларини ҳимоя қилиш бўйича гмина дастурида назарда тутилган вазифаларни амалга ошириш, шунингдек, оилавий зўравонлик қурбонларини ҳимоя қилиш бўйича фаолият юритувчи хизматлар, органлар ва муассасалар, ҳамда оилавий зўравонликка қарши курашиш соҳасида фаолият юритувчи мутахассислар фаолиятини мувофиқлаштиришдан иборат.

## Фанлараро гуруҳнинг вазифалари

1. Зўравонлик қурбонларига хавфсизлик таъминлаш ва самарали ёрдам кўрсатиш.
2. Агрессорлар билан ишлаш.
3. Профилактические мероприятия, уменьшающие риск появления домашнего насилия. Оиладаги зўравонлик хавфини камайтирадиган профилактика чораларини кўриш.
4. Ахборот-маърифий тадбирлар орқали жамиятнинг оилавий зўравонликка муносабатини ўзгартириш.

## «МОВИЙ КАРТА» жараёни

«МОВИЙ КАРТА» процедураси оиладаги зўравонлик қурбони бўлган шахснинг розилигини талаб қилмайди.

Процедура ижтимоий ёрдамнинг таркибий бўлинмалари, алкоголь билан боғлиқ муаммоларни ҳал этиш бўйича коммуна комиссиялари, ички ишлар, таълим ва соғлиқни сақлаш органлари вакиллари томонидан оиладаги зўравонлик қўлланилишига асосли шубҳа билан боғлиқ ҳолда амалга оширилаётган бир қатор ҳаракатлар ва тадбирларни қамраб олади.

**«МОВИЙ КАРТА» 4 та шаклдан (бланклардан) иборат:**



## «МОВИЙ КАРТА» жараёнининг бошланиши

«МОВИЙ КАРТА» процедураси оиладаги зўравонлик қурбони бўлган шахснинг розилигини талаб қилмайди.

Жараён Қонуннинг 9д-моддаси, 2-қисмида санаб ўтилган хизматлар ёки органлардан бирининг вакили томонидан оиладаги зўравонлик қўллашда гумон қилинганлиги тўғрисида расмий ёки касбий фаолиятни амалга ошириш жараёнида олинган маълумотлар асосида ёки оила аъзоси ёки оиладаги зўравонлик гувоҳи бўлган шахснинг баёноти асосида **«МОВИЙ КАРТА – А»** шаклини тўлдириш орқали бошланади.

**«МОВИЙ КАРТА – В»** оилавий зўравонлик қурбонлари учун эслатмани ўз ичига олади. У «Мовий карта» – А» ни тўлдиргандан сўнг зўравонлик қурбонига берилади. Ушбу ҳаракат шаклдаги тавсияларнинг мазмуни ва улардан қандай фойдаланиш мумкинлиги ҳақида тушунтириш билан бирга бўлиши керак. Оилавий зўравонлик қурбонларига ёрдам кўрсатувчи маҳаллий ҳокимият ва муассасаларни кўрсатадиган жадвал муҳим аҳамиятга эга. «МОВИЙ КАРТА – В» формаси оиладаги зўравонлик қўллашда гумон қилинган шахс ва болага **БЕРИЛМАЙДИ**. Аммо бола билан унинг иши бўйича кейинги ҳаракатлар ҳақида

## «МОВИЙ КАРТА» процедураси доирасида фанлараро гуруҳ томонидан амалга ошириладиган тадбирлар

### I - Қадам

Тўлдирилган «Мовий карта– А» шаклнинг асли процедура бошланган кундан бошлаб 7 кун ичида фанлараро гуруҳ раисига дарҳол берилади. Шаклнинг нусхаси «Мовий карта– А» процедурани бошлаган шахсда қолади.

### II - Қадам

Фанлараро гуруҳ раиси «Мовий карта – А» шаклини олган кундан бошлаб 3 кундан кечиктирмай ишчи гуруҳ тузади.

- Оиладаги зўравонликдан азият чекаётган шахс ишчи гуруҳ йиғилишига таклиф қилинади. Бу болаларга тааллуқли эмаслигини таъкидлаш керак;
- Оилавий зўравонликдан азият чекаётган шахснинг келмаслиги ишчи гуруҳ ишини тўхтатмайди;
- Ишчи гуруҳ аъзолари оиладаги зўравонликдан азият чекаётгани айтилаётган шахс иштирокида оилавий вазиятни чуқур таҳлил қилади, «Мовий карта»

процедурасини амалга оширувчи барча хизматлар ва органлар фаолияти доирасида ушбу шахсга ёрдам бериш бўйича индивидуал режа тузади ва **«Мовий карта -С»** шаклни тўлдиради;

- Шахсий ёрдам режаси оиладаги зўравонлик қурбони ва «Мовий карта» процедураси субъектлари томонидан ушбу шахс ва унинг оиласининг ҳаётий ҳолатини яхшилаш бўйича амалга оширилган барча ҳаракатларни қамраб олади; оиладаги зўравонликдан азият чекаётган шахснинг эҳтиёжлари ва ҳолатига қараб, хусусан, фанлараро гуруҳ ёки ишчи гуруҳ томонидан ўтказиладиган тадбирлар давомида оиладаги зўравонликнинг янги ҳодисаси аниқланса, ўзгариши мумкин;

## **«МОВИЙ КАРТА» жараёндаги тажовузкор**

- Фанлараро гуруҳ раиси оиладаги зўравонликни содир этганликда гумон қилинаётган шахсни ишчи гуруҳ йиғилишига чақиради
- Ишчи гуруҳ аъзолари оиладаги зўравонлик содир этганликда гумон қилинаётган шахс иштирокида «Мовий карта – D» шаклини тўлдириб, уни зўравонлик ҳаракатларидан тийилишга мажбурлаб, тузатиш ва таълим дастурида иштирок этишга ундайди.

## **Агрессор билан ишлаш тамойиллари**

Оилавий зўравонликдан азият чекаётган шахс билан суҳбат сўз эркинлиги ва қадр-қимматини ҳурмат қилишни кафолатлайдиган ҳамда хавфсизликни таъминлайдиган шароитларда ўтказилади.

Оилавий зўравонликдан азият чекаётган ва оиладаги зўравонлик содир этганликда гумон қилинаётган шахслар билан учрашувлар бир вақтнинг ўзида бир жойда ўтказилиши мумкин эмас.

## **«МОВИЙ КАРТА» жараёндаги зўравонлик қурбони бўлган бола**

- I. Оиладаги зўравонлик болага нисбатан қўлланилишига шубҳа туғилганда, процедурада назарда тутилган ҳаракатлар ва тадбирлар ота-оналар ёки қонуний вакиллар иштирокида амалга оширилади ва «Мовий карта – B» шакли ота-оналарга ёки қонуний вакилларга ёки оиладаги зўравонлик билан боғлиқ гумон ҳақида хабар берган шахсга берилади. Лекин оиладаги зўравонлик қўллашда гумон қилинган шахсга берилмайди.

- II. Агар болага нисбатан оилавий зўравонлик қўллашда гумон қилинган шахслар ота-оналар ёки қонуний вакиллар бўлса, бола билан боғлиқ тадбирлар Жиноят кодексининг 115-моддаси 11-бандида назарда тутилган маънода вояга етган энг яқин қариндошлари иштирокида ўтказилади. (болалар учун бу иккинчи ота-она, бобо-буви, катта ёшли ака-ука ёки опа-сингилларга тегишли).
- III. Бола иштирокидаги тадбирлар имкон қадар психолог иштирокида ўтказилиши керак.
- IV. Бола фанлараро гуруҳ ва ишчи гуруҳ йиғилишига таклиф қилинмайди.

## «МОВИЙ КАРТА» жараёнини яқунлаш

### Жараён қуйидаги ҳолларда ёпилади:

- оилавий зўравонликни тўхтатилиши ва оиладаги зўравонликни давом эттиришни тўхтатиш тўғрисида асосли хулоса чиқарилишиш, шунингдек, индивидуал ёрдам режаси амалга оширилгандан кейин

#### ёки

- чора кўришнинг мақсадга мувофиқсизлиги тўғрисида қарор қабул қилиш ҳолатида

**ЖАРАЁННИНГ ТУГАШИ ПРОЦЕДУРАДА ИШТИРОК ЭТУВЧИ БАРЧА СУБЪЕКТЛАРНИНГ УНИНГ ЁПИЛИШНИ ОҚЛАЙДИГАН ҲОЛАТЛАР ЮЗАГА КЕЛГАНЛИГИ ТЎҒРИСИДА БАЁНОТИ БИЛАН БОҒЛИҚ БЎЛИШИ МУМКИН**

## Мовий карта» Жараёнини амалга ошириш билан боғлиқ энг муҳим муаммолар:

- мижозларнинг ишчи гуруҳ йиғилишларида қатнашишни истамаслиги (*«бирор нарса қилиш керакми?» уят, самарадорликка ишончсизлик*)
- ҳамкорлик қилишдан бош тортиш (*ҳаракат қилиш кераклигига ҳайрон бўлиш – «ахир, бу хизматлар ва органлар ёрдам бериши, муаммони ҳал қилиши керак-ку?»*)
- умумий жараёндан умидсизлик (*ажойиб мўъжизани кутиш*)
- полиция, прокуратура, судлар ва процедуранинг самарасизлигидан ва «Мовий карта» жараёнидан умидсизлик.

**Агар зўравонликка  
гувоҳ бўлсангиз...**

**ДАРҲОЛ ҲАБАР БЕРИНГ!**

# ОИЛАВИЙ ЗЎРАВОНЛИК ҚУРБОНЛАРИНИ ҚЎЛЛАБ- ҚУВВАТЛАШ БЎЙИЧА ИХТИСОСЛАШТИРИЛГАН МАРКАЗ

Ополе шаҳридаги Шаҳар оилавий зўравонлик қурбонларини қўллаб-қувватлаш марказида оилавий зўравонлик қурбонларига ихтисослаштирилган ёрдам кўрсатилади, жумладан:

- болаларга
- турмуш ўртоқларга
- биргалиқда яшовчи шахсларга
- кекса одамларга
- ногиронлиги бор одамларга
- зўравонлик гувоҳлари, шу жумладан гувоҳ болаларга

Марказ бепул ихтисослаштирилган хизматларни тақдим этади:

- ҳуқуқий
- педагогик
- инқироз аралашуви соҳасида
- Тиббий-санитарик
- Психологик
- Терапевтик
- ижтимоий

**Оилавий зўравонлик қурбонларини қўллаб-қувватлаш ихтисослаштирилган маркази (SOW) фаолияти шакллари:**

- Инқироз аралашуви;
- Оилавий зўравонлик қурбонларига бошпана бериш;
- Оилавий зўравонлик қурбонларини тажовузкордан ҳимоя қилиш;
- Шошилиш психологик, тиббий ёрдам ва кўмак кўрсатиш;

- Оилавий зўравонлик қурбонларига ёрдам бериш режасини ишлаб чиқиш;
- Инқирозли вазиятни бартараф этишда ёрдам бериш;
- Ижтимоий ёрдам;
- Инқироз хоналарида 3 ой муддатга 24 соатлик яшашни таъминлаш (15 ўрин);
- Тегишли жиҳозланган санитария-гиена хоналари, ошхона, ҳаммом, болалар учун ўйин хонаси, кундузги хоналар, ўқиш шароитлар билан таъминлаш;
- Марказда яшовчи шахсларни озиқ-овқат, шахсий гигиена воситалари ва тозалаш воситалари билан таъминлаш.

### **Терапевтик ёрдам**

- оилавий зўравонлик қурбонлари учун индивидуал психологик терапия
- оилавий зўравонлик қурбонларини қўллаб-қувватлаш гуруҳлари ва терапевтик гуруҳларни бошқариш
- болаларнинг аҳволини ташхислаш ва уларга психологик ёрдам кўрсатиш, шунингдек, терапевтик ва ижтимоий терапевтик ёрдам кўрсатиш
- таълим соҳасида консалтинг «Ота-оналар академияси»
- юридик, ижтимоий ва тиббий ёрдамдан фойдаланишни таъминлаш
- болалар ва ёшлар учун «Мовий соат», «Зўравонликдан нафратланамиз» профилактика дастурлари

### **Тузатиш ва таълим дастурлари**

- Биз тажовузкорлар ва тажовуз ва ғазабга дош бера олмайдиган одамлар учун тузатиш ва таълим дастурларини амалга оширамиз. Тузатиш ва таълим таъсири Ополе шаҳридаги Шаҳар оилага ёрдам маркази ҳудудида ва Ополе ва Туравадаги тергов ҳибсхонасида – изоляция қилинган шароитда, Жиноят кодексининг 207-моддаси ва бошқа моддалар бўйича судланган шахслар учун амалга оширилади.
- Биз индивидуал ва гуруҳ машғулотларини ўтказамиз. Бизнинг оригинал дастуримиз ҲАМКОРЛИК, ОИЛА ва АРТ -Тажовузни алмаштириш машқи бўйича дастурлар асосида яратилган.



Ополе шахридаги Оилавий зўравонлик қурбонларини қўллаб-қувватлаш ихтисослаштирилган маркази (SOW) ходимлари жамоаси психологлар, ўқитувчилар, психотерапевтлар, ҳуқуқшунос, ижтимоий ишчи, психиатр ва назоратчидан иборат.

## **Ихтисослашган қўллаб-қувватлаш марказининг (SOW) мижози ким? «Одатдаги» зўравонлик қурбонларими?**

Биз яқинда ишлаётган мижозларимиз тоифалари:

- ҳуқуқни муҳофаза қилиш органлари ходимларининг оилалари
- ажралиш (зўравонлик?) билан боғлиқ ҳолатлар/ бундай ишларга алоқадор болалар
- «евретимлар» – дам олиш кунлари ишдан уйга келадиган «дам олиш кунлардаги оталар ва эрлар»
- конфликтные шахар уй-жой фондидан квартира олиш йўлини қидираётган зиддиятли шахслар
- адвокатларнинг «кўрсатмаларига» биноан
- кекса одамлар
- руҳий касалликлари бўлган шахслар

### **Центр (SOW) тажже:**

- фанлараро гуруҳ доирасида оилавий зўравонликка қарши кураш билан шуғулланувчи хизматлар ва муассасалар билан ҳамкорлик қилади
- ўз фаолияти натижаларини мониторинг қилиш ва якуний баҳолаш бўйича тадбирларни амалга оширади
- ходимларнинг малакаси, кўникма ва малакаларини оширадиган курслар ва тренинглар ўтказади (супервизия қилади)
- мактаб ва шифохоналарда болалар ва ёшлар учун оиладаги зўравонликка қарши курашиш бўйича «Мовий соат», «Зўравонликдан нафратланамиз», «АРТ- Агрессия ўрнини босувчи машқ» профилактика дастурларини амалга оширади.



Марказ душанбадан жумагача очиқ.



Иш вақти: 8:00–20:00



Ополе шаҳри, ст. Малополска 20А



Тел. 77/4556390-2, ички рақам 3

# БИБЛИОГРАФИЯ:

1. Анна Волошчук, «Насилие в отношении пожилых людей», Презентация, 2022
2. Анна Волошчук, «Насилие в отношении детей», Презентация, 2022
3. Анна Волошчук, «Насилие в отношении людей с ограниченными возможностями», Презентация, 2022
4. Социально-психологическая реабилитация женщин и детей, пострадавших от домашнего насилия: учебно-методическое пособие. – Барнаул, 2012.
5. Global prevalence of past-year violence against children: a systematic review and minimum estimates. Hillis S, Mercy J, Amobi A, Kress H. Pediatrics 2016; 137(3): e20154079.
6. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/abuse-of-older-people>
7. The Links Between Disability & Domestic Violence, July 28, 2022, Sanctuary for Families, <https://sanctuaryforfamilies.org/disability-domestic-violence/>
8. Лещинская Барбара, Насилие в семье или конфликт в семье? Презентация, июнь, 2021
9. Лещинская Барбара, Семейное насилие в отношении детей. Презентация, июнь, 2021
10. Лещинская Барбара, Обидчик и жертва насилия – психологический портрет. Презентация, июнь, 2021
11. Лещинская Барбара, Кризисное вмешательство (кризисная интервенция) в случаях семейного насилия. Коммуникационные барьеры. Презентация, июнь, 2021
12. Лещинская Барбара, Специализированный центр поддержки жертв семейного насилия. Междисциплинарная группа Синяя Карта. Презентация, июнь, 2021
13. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
14. Социально-психологическая реабилитация женщин и детей, пострадавших от домашнего насилия: учебно-методическое пособие. – Барнаул, 2012