FAN VA TA’LIM YANGILIKLARI
ILMIY-METODIK JURNAL
ISSN 3093-8694 ◆ saen.uz
2026-yil
10 (2)-son

UDK: 159.9:616.89-008.441.3

Qodirov G‘ayrat Umarali o‘g‘li,
mustaqil tadqiqotchi

GIYOHVANDLIKKA CHALINGAN SHAXSLARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO‘RSATISHNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada giyohvandlikka chalingan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishning nazariy-metodologik asoslari, ijtimoiy-psixologik xususiyatlari va zamonaviy reabilitatsion yondashuvlari tahlil qilingan. Giyohvandlik shaxsning nafaqat jismoniy salomatligiga, balki uning motivatsion, emotsional, kognitiv va xulq-atvor sohalariga, shuningdek, oilaviy hamda ijtimoiy munosabatlariga salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab biopsixosotsial hodisa sifatida yoritilgan. Tadqiqotda motivatsion intervyu, kognitiv-xulqiy terapiya, oilaviy psixoterapiya, psixoedukatsiya, stressni boshqarish, relapslarning oldini olish va ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya kabi yordam yo‘nalishlarining imkoniyatlari ilmiy manbalar asosida o‘rganilgan. Shuningdek, giyohvandlikka chalingan shaxslar bilan psixologik ish olib borishning diagnostik-baholash, motivatsion, psixoterapevtik, ijtimoiy-reabilitatsion va profilaktik bosqichlarini o‘z ichiga olgan kompleks modeli taklif etilgan. Tahlillar psixologik yordamni individual ehtiyojlarga moslashtirish, tibbiy davolash bilan uyg‘unlashtirish hamda uzoq muddatli ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini shakllantirish zarurligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: giyohvandlik, narkotik moddalar, psixologik yordam, biopsixosotsial yondashuv, psixologik reabilitatsiya, motivatsion intervyu, kognitiv-xulqiy terapiya, psixoedukatsiya, oilaviy terapiya, relaps profilaktikasi, ijtimoiy moslashuv.

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ЛИЦАМ С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ

Аннотация. В данной статье рассматриваются теоретико-методологические основы, социально-психологические особенности и современные реабилитационные подходы к оказанию психологической помощи лицам с наркотической зависимостью. Наркомания рассматривается как сложное биопсихосоциальное явление, оказывающее негативное влияние не только на физическое здоровье человека, но и на его мотивационную, эмоциональную, когнитивную и поведенческую сферы, а также на семейные и социальные отношения. На основе научных источников изучены возможности таких направлений психологической помощи, как мотивационное интервьюирование, когнитивно-поведенческая терапия, семейная психотерапия, психообразование, управление стрессом, профилактика рецидивов и социально-психологическая реабилитация. Кроме того, предложена комплексная модель психологической работы с лицами, страдающими наркотической зависимостью, включающая диагностико-оценочный, мотивационный, психотерапевтический, социально-реабилитационный и профилактический этапы. Результаты анализа свидетельствуют о необходимости адаптации психологической помощи к индивидуальным потребностям человека, её интеграции с медицинским лечением и формирования системы долгосрочной социальной поддержки.

Ключевые слова: наркотическая зависимость, наркотические вещества, психологическая помощь, биопсихосоциальный подход, психологическая реабилитация, мотивационное интервьюирование, когнитивно-поведенческая терапия, психообразование, семейная терапия, профилактика рецидивов, социальная адаптация.

MODERN APPROACHES TO PROVIDING PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO INDIVIDUALS WITH DRUG ADDICTION

Abstract. This article examines the theoretical and methodological foundations, socio-psychological characteristics, and modern rehabilitation approaches to providing psychological assistance to individuals with drug addiction. Drug addiction is considered a complex biopsychosocial phenomenon that negatively affects not only an individual's physical health but also their motivational, emotional, cognitive, and behavioral domains, as well as family and social relationships. Based on scientific literature, the article explores the potential of various psychological interventions, including motivational interviewing, cognitive behavioral therapy, family psychotherapy, psychoeducation, stress management, relapse prevention, and socio-psychological rehabilitation. Furthermore, a comprehensive model of psychological assistance is proposed, consisting of diagnostic assessment, motivational support, psychotherapeutic intervention, social rehabilitation, and preventive stages. The analysis highlights the importance of tailoring psychological assistance to individual needs, integrating psychological interventions with medical treatment, and establishing a long-term social support system to promote sustainable recovery and social reintegration.

Keywords: drug addiction, psychoactive substances, psychological assistance, biopsychosocial approach, psychological rehabilitation, motivational interviewing, cognitive behavioral therapy, psychoeducation, family therapy, relapse prevention, social adaptation.

KIRISH

Bugungi kunda giyohvandlik muammosi dunyo miqyosida dolzarb ijtimoiy, tibbiy va psixologik muammolardan biri bo‘lib qolmoqda. Narkotik va boshqa psixoaktiv moddalarni muntazam iste’mol qilish inson salomatligiga jiddiy zarar yetkazish bilan birga, uning shaxsiy rivojlanishi, oilaviy munosabatlari, ta’lim olishi, mehnat faoliyati va jamiyatdagi ijtimoiy mavqeiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Mazkur muammo faqat alohida shaxsning hayotiga daxldor bo‘lmay, uning oila a’zolari, yaqinlari va keng ijtimoiy muhitiga ham ta’sir qiluvchi murakkab hodisa hisoblanadi.

Giyohvandlikni faqat biologik yoki tibbiy muammo sifatida baholash uning kelib chiqish sabablari va rivojlanish mexanizmlarini to‘liq tushunish imkonini bermaydi. Chunki narkotik moddalarni iste’mol qilish jarayonida shaxsning ehtiyojlari, qiziqishlari, qadriyatlari, motivatsiyasi, emotsional holati va xulq-atvorida muayyan o‘zgarishlar yuzaga keladi. Shu bilan birga, ijtimoiy muhit, oilaviy munosabatlar, tengdoshlar ta’siri, stressli vaziyatlar va psixologik zaifliklar ham mazkur jarayonning shakllanishi va davom etishida muhim rol o‘ynashi mumkin.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti hamda BMTning Giyohvand moddalar va jinoyatchilik bo‘yicha boshqarmasi tomonidan ishlab chiqilgan xalqaro standartlarda psixoaktiv moddalarni iste’mol qilish bilan bog‘liq buzilishlarni davolashda kompleks, individual ehtiyojlarga moslashtirilgan va ilmiy dalillarga asoslangan yondashuv zarurligi ta’kidlanadi. Ushbu yondashuv tibbiy yordam, psixologik maslahat, psixoterapiya, ijtimoiy reabilitatsiya va uzoq muddatli kuzatuvni o‘zaro uyg‘unlashtirishni nazarda tutadi.

Giyohvandlikka chalingan shaxslar bilan psixologik ish olib borishning muhim jihatlaridan biri ularning davolanishga bo‘lgan munosabatini o‘rganishdir. Ayrim shaxslar o‘zidagi muammoni tan olishga qiynalishi, davolanish zaruratini inkor etishi yoki narkotik moddalarni iste’mol qilishdan voz kechishga nisbatan ichki qarama-qarshilikni his qilishi mumkin. Bunday vaziyatda psixologning asosiy vazifasi shaxsni ayblash yoki unga bosim o‘tkazish emas, balki uning muammosini anglashiga, o‘zgarish zaruratini tushunishiga va tiklanish jarayonida faol ishtirok etishiga yordam berishdan iborat.

Muammoning yana bir muhim jihati giyohvandlikning oilaviy va ijtimoiy munosabatlarga ta’siri bilan bog‘liq. Narkotik moddalarni iste’mol qilish natijasida oilada ishonchning yo‘qolishi, nizolarning ko‘payishi, ijtimoiy aloqalarning qisqarishi va shaxsning jamiyatdan uzoqlashishi kuzatilishi mumkin. Bunday sharoitda psixologik yordam faqat individual suhbatlar bilan chegaralanmasligi, balki oilaviy va guruhiy psixologik ishlarni ham qamrab olishi zarur.

Mazkur maqolaning asosiy maqsadi giyohvandlikka chalingan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishning zamonaviy nazariy va amaliy yondashuvlarini tahlil qilish, samarali psixologik yordam yo‘nalishlarini aniqlash hamda kompleks psixologik reabilitatsiya modelini asoslashdan iborat.

Ushbu maqsaddan kelib chiqib quyidagi vazifalar belgilandi:

giyohvandlikning psixologik va ijtimoiy xususiyatlarini tahlil qilish;

narkotik moddalarni iste’mol qilish bilan bog‘liq psixologik omillarni o‘rganish;

motivatsion intervyu va kognitiv-xulqiy terapiyaning imkoniyatlarini yoritish;

oilaviy va ijtimoiy-psixologik yordamning ahamiyatini asoslash;

relapslarning oldini olishga qaratilgan psixologik yondashuvlarni aniqlash;

giyohvandlikka chalingan shaxslar bilan ishlashning bosqichma-bosqich kompleks modelini taklif etish.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Giyohvandlikni psixologik jihatdan o‘rganish ko‘plab xorijiy va mahalliy olimlarning ilmiy izlanishlarida muhim o‘rin egallaydi. Mazkur yo‘nalishdagi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, giyohvandlikni samarali davolash va uning oldini olish uchun biologik, psixologik hamda ijtimoiy omillarni birgalikda hisobga olish talab etiladi.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti va BMTning Giyohvand moddalar va jinoyatchilik bo‘yicha boshqarmasi tomonidan ishlab chiqilgan International Standards for the Treatment of Drug Use Disorders xalqaro standartlarida narkotik moddalarni iste’mol qilish bilan bog‘liq buzilishlarni davolashda kompleks yondashuvning zarurligi asoslab berilgan. Mazkur hujjatda davolash jarayoni shaxsning individual ehtiyojlari, psixologik holati, ijtimoiy sharoiti va mavjud resurslarini hisobga olgan holda tashkil etilishi kerakligi ta’kidlanadi.

Psixologik yordamning muhim yo‘nalishlaridan biri motivatsion intervyu hisoblanadi. Ushbu yondashuv Uilyam Miller va Stiven Rollnik tomonidan rivojlantirilgan bo‘lib, shaxsning o‘zgarishga nisbatan ichki motivatsiyasini faollashtirishga qaratilgan. Motivatsion intervyuning asosiy xususiyati shundaki, psixolog shaxsga tayyor xulosalarni majburan singdirmaydi, balki uning o‘z muammosiga bo‘lgan munosabatini mustaqil anglashiga yordam beradi.

Kognitiv-xulqiy terapiya giyohvandlik bilan bog‘liq psixologik muammolarni bartaraf etishda muhim ilmiy-amaliy yondashuvlardan biri hisoblanadi. Mazkur terapiya insonning fikrlari, emotsiyalari va xulq-atvori o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikka asoslanadi. Kognitiv-xulqiy terapiya orqali narkotik moddalarni iste’mol qilishga undovchi fikrlar, vaziyatlar va xulq-atvor stereotiplari aniqlanadi hamda ularning o‘rniga sog‘lom moslashuv strategiyalari shakllantiriladi.

Boness va hamkorlarining 2023-yildagi tizimli sharhida kognitiv-xulqiy terapiyaning psixoaktiv moddalarni iste’mol qilish bilan bog‘liq buzilishlarda qo‘llanilishi va empirik asoslanganligi tahlil qilingan. Mualliflar ushbu yondashuvning samaradorligini baholashda metodologik mezonlar va tadqiqot sifatini hisobga olish zarurligini ta’kidlaydilar.

Brown va DeFulio (2020) tomonidan amalga oshirilgan tizimli sharhda contingency management, ya’ni ijobiy xulq-atvorni rag‘batlantirishga asoslangan yondashuvning metamfetamin iste’moli bilan bog‘liq buzilishlarni davolashdagi imkoniyatlari o‘rganilgan. Ushbu yondashuvda shaxsning davolash dasturida ishtirok etishi va belgilangan ijobiy natijalarga erishishi rag‘batlantiriladi.

Giyohvandlikni davolashda oilaviy psixoterapiyaning ahamiyati ham ko‘plab tadqiqotlarda qayd etilgan. Baldwin va hamkorlari (2012) tomonidan o‘tkazilgan meta-tahlilda o‘smirlar orasidagi xulq-atvor va psixoaktiv moddalarni iste’mol qilish muammolarida oilaviy terapiya usullarining imkoniyatlari o‘rganilgan. Hartnett va hamkorlari (2017) esa funksional oilaviy terapiyaning o‘smirlardagi xulq-atvor va moddalarni suiiste’mol qilish muammolariga ta’sirini tahlil qilgan.

Mahalliy ilmiy adabiyotlarda ham addiktiv xulq-atvorning shakllanishi, uning ijtimoiy-psixologik omillari va profilaktikasi masalalariga e’tibor qaratilgan. Jumladan, Tursunboyev va Mirvaliyeva (2022) addiktiv xulq psixologiyasining ayrim nazariy va amaliy jihatlarini yoritganlar. Mamajonova (2023) o‘smirlarda addiktiv xulq shakllanishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rgangan.

Yuldasheva (2025) tadqiqotida ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlarning o‘smirlik davrida addiktiv xulq shakllanishiga ta’siri tahlil qilin-

gan. Oqberdiyeva (2025) esa o‘smirlarda giyohvandlikka berilishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga e’tibor qaratgan.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, giyohvandlikka chalingan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishda alohida bir metod bilan cheklanib qolish maqsadga muvofiq emas. Motivatsion intervyu, kognitiv-xulqiy terapiya, oilaviy psixoterapiya va ijtimoiy reabilitatsiya usullarini shaxsning individual xususiyatlariga muvofiq uyg‘unlashtirish muhim hisoblanadi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqot nazariy-tahliliy xarakterga ega bo‘lib, giyohvandlikka chalingan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishning ilmiy asoslarini aniqlash va zamonaviy psixologik yondashuvlarni tizimlashtirishga yo‘naltirildi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi metodlardan foydalanildi:

1. Ilmiy-nazariy tahlil metodi. Giyohvandlik, addiktiv xulq-atvor, psixologik reabilitatsiya va psixoterapevtik yordamga oid ilmiy adabiyotlar, xalqaro standartlar va tadqiqot natijalari o‘rganildi.

2. Qiyosiy tahlil metodi. Motivatsion intervyu, kognitiv-xulqiy terapiya, oilaviy psixoterapiya va boshqa psixosotsial yondashuvlarning maqsadi, mazmuni hamda qo‘llanish imkoniyatlari o‘zaro taqqoslandi.

3. Tizimli yondashuv metodi. Giyohvandlikning biologik, psixologik va ijtimoiy omillari o‘zaro bog‘liq holda o‘rganildi. Psixologik yordamning shaxs, oila va ijtimoiy muhit darajasidagi vazifalari aniqlashtirildi.

4. Umumlashtirish metodi. Ilmiy manbalarda keltirilgan nazariy qarashlar va amaliy yondashuvlar umumlashtirilib, psixologik yordamning bosqichma-bosqich modeli ishlab chiqildi.

Tadqiqot metodologiyasining asosini biopsixosotsial yondashuv tashkil etadi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, giyohvandlikning kelib chiqishi va davom etishi biologik moyillik, individual psixologik xususiyatlar hamda ijtimoiy muhitning o‘zaro ta’siri bilan izohlanadi.

Shuningdek, psixologik yordam samaradorligini baholash uchun quyidagi mezonlar nazariy jihatdan belgilandi:

shaxsning davolanishga bo‘lgan motivatsiyasi;

psixologik yordam jarayonidagi ishtiroki va davomiyligi;

stress va xavotirni boshqarish qobiliyati;

narkotik moddalarni iste’mol qilishga bo‘lgan kuchli istakni boshqarish ko‘nikmalari;

oilaviy va ijtimoiy munosabatlarning yaxshilanishi;

sog‘lom xulq-atvor strategiyalarining shakllanishi;

qayta iste’mol qilish xavfining kamayishi;

ijtimoiy moslashuv va mustaqil hayot faoliyatining tiklanishi.

Mazkur mezonlar psixologik yordamning natijalarini kompleks baholash uchun nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

NATIJALAR

Ilmiy manbalar va mavjud nazariy yondashuvlar tahlili natijasida giyohvandlikka chalingan shaxslarning psixologik holati bir nechta o‘zaro bog‘liq yo‘nalishlarda o‘zgarishi mumkinligi aniqlandi.

Birinchidan, shaxsning motivatsion sohasida o‘zgarishlar kuzatiladi. Narkotik moddalarni muntazam iste’mol qilish natijasida shaxsning kundalik ehtiyojlari va ustuvor maqsadlari o‘zgarishi, uzoq muddatli manfaatlardan ko‘ra qisqa muddatli psixologik yengillikka intilish kuchayishi mumkin. Bunday sharoitda davolanishga nisbatan ichki qarama-qarshilik paydo bo‘ladi. Shuning uchun psixologik yordamning dastlabki yo‘nalishi shaxsning o‘zgarishga tayyorligini aniqlash va ichki motivatsiyasini kuchaytirishdan iborat bo‘lishi kerak.

Ikkinchidan, emotsional sohada beqarorlik, xavotir, tushkunlik, aybdorlik hissi, stressga nisbatan sezgirlik va impulsivlik kabi holatlar uchrashi mumkin. Bunday holatlarning mavjudligi har bir shaxsda bir xil namoyon bo‘lmaydi, shu sababli individual psixologik baholash muhim ahamiyatga ega.

Uchinchidan, kognitiv sohada narkotik moddalarni iste’mol qilishni oqlovchi fikrlar, muammolarni hal qilishdagi qiyinchiliklar va salbiy vaziyatlarni noto‘g‘ri talqin qilish kabi holatlar shakllanishi mumkin. Kognitiv-xulqiy terapiya ushbu fikrlarni aniqlash, ularni qayta baholash va sog‘lom xulq-atvor strategiyalarini rivojlantirishga yordam beradi.

To‘rtinchidan, ijtimoiy munosabatlarda o‘zgarishlar kuzatiladi. Oilaviy nizolar, ishonchsizlik, ijtimoiy izolyatsiya va kasbiy yoki ta’limiy faoliyatning buzilishi shaxsning reabilitatsiya jarayoniga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli oilaviy psixologik yordam va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish zarur.

Tadqiqotning nazariy umumlashtirishlari asosida psixologik yordamni quyidagi besh asosiy bosqichda tashkil etish maqsadga muvofiqligi aniqlandi.

1. Diagnostik-baholash bosqichi

Ushbu bosqichda shaxsning psixologik holati, narkotik moddalarni iste’mol qilish tarixi, motivatsiyasi, oilaviy muhiti, ijtimoiy munosabatlari va mavjud psixologik resurslari o‘rganiladi.

Psixologik suhbat, kuzatish, psixodiagnostik metodikalar va zarur klinik ma’lumotlardan foydalanish orqali individual ehtiyojlar aniqlanadi.

Mazkur bosqichning asosiy maqsadi shaxsga salbiy tamg‘a qo‘yish emas, balki uning psixologik imkoniyatlari va reabilitatsiya ehtiyojlarini aniqlashdan iborat.

2. Motivatsiyani shakllantirish bosqichi

Bu bosqichda motivatsion intervyu usullaridan foydalanish muhim hisoblanadi. Psixolog shaxsning narkotik moddalarni iste’mol qilish bilan bog‘liq qarashlarini tinglaydi, uning o‘zgarishga nisbatan ikkilanishlarini o‘rganadi va sog‘lom hayot tarziga qaytish istagini mustahkamlashga yordam beradi.

Motivatsion yondashuvning asosiy tamoyili shaxsga bosim o‘tkazmaslik, uning mustaqil qaror qabul qilish huquqini hurmat qilish va ichki imkoniyatlarini faollashtirishdan iborat.

3. Psixoterapevtik yordam bosqichi

Ushbu bosqichda kognitiv-xulqiy terapiya, individual psixoterapiya, guruhiy psixologik mashg‘ulotlar va boshqa dalillarga asoslangan yondashuvlardan foydalaniladi.

Kognitiv-xulqiy terapiya jarayonida narkotik moddalarni iste’mol qilishga undovchi avtomatik fikrlar, emotsional reaksiyalar va xulq-atvor stereotiplari aniqlanadi. Shaxsga stressni boshqarish, muammolarni konstruktiv hal qilish, impulslarni nazorat qilish va muqobil xulq-atvor strategiyalarini shakllantirish ko‘nikmalari o‘rgatiladi.

4. Ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya bosqichi

Giyohvandlik natijasida buzilgan oilaviy, kasbiy va ijtimoiy munosabatlarni tiklash ushbu bosqichning asosiy vazifalaridan hisoblanadi.

Oilaviy terapiya orqali oila a’zolari o‘rtasidagi muloqotni yaxshilash, nizolarni kamaytirish, o‘zaro ishonchni tiklash va sog‘lom psixologik chegaralarni shakllantirishga e’tibor qaratiladi.

Shuningdek, shaxsning ta’lim olish, mehnat faoliyatiga qaytish va jamiyat hayotida faol ishtirok etish imkoniyatlarini kengaytirish muhimdir.

5. Relapslarning oldini olish bosqichi

Relaps — narkotik moddalarni iste’mol qilishni to‘xtatish yoki kamaytirishdan keyin ularni qayta iste’mol qilish holatidir. Uning oldini olish giyohvandlikdan tiklanish jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi.

Psixolog shaxs bilan birgalikda qayta iste’mol qilish xavfini oshiruvchi psixologik va ijtimoiy omillarni aniqlaydi. Jumladan, stress, oilaviy nizolar, salbiy emotsiyalar, eski ijtimoiy muhit va avvalgi iste’mol bilan bog‘liq vaziyatlar tahlil qilinadi.

Shaxsga xavfli vaziyatlarni oldindan aniqlash, yordam so‘rash, stressni boshqarish va muqobil xulq-atvor strategiyalaridan foydalanish ko‘nikmalari shakllantiriladi.

Psixologik yordamning kompleks modeli

Yuqoridagi nazariy tahlillar asosida giyohvandlikka chalingan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishning quyidagi ketma-ketligi taklif etiladi:

Psixologik yordamning bosqichma-bosqich modeli

1. Diagnostik-baholash

Psixologik holat va individual ehtiyojlarni aniqlash

2. Motivatsiyani shakllantirish

O‘zgarishga ichki tayyorgarlikni kuchaytirish

3. Psixoterapevtik yordam

Kognitiv, emotsional va xulq-atvor sohalarini korreksiya qilish

4. Ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya

Oilaviy munosabatlar va ijtimoiy aloqalarni tiklash

5. Relaps profilaktikasi

Qayta iste’mol qilish xavfini kamaytirish va uzoq muddatli qo‘llab-quvvatlash

Mazkur modelning muhim xususiyati shundaki, bosqichlar bir-biridan uzilgan holda emas, balki o‘zaro bog‘liq va uzluksiz jarayon sifatida tashkil etiladi. Zaruratga qarab ayrim bosqichlarga qaytish va psixologik yordam dasturini qayta moslashtirish mumkin.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari giyohvandlikka chalingan shaxslarga psixologik yordam ko‘rsatishda kompleks biopsixosotsial yondashuvning muhimligini ko‘rsatadi. Giyohvandlikni faqat narkotik moddaga jismoniy qaramlik sifatida baholash psixologik va ijtimoiy omillarning ta’sirini yetarli darajada hisobga olmaslikka olib keladi. Shu sababli davolash va reabilitatsiya jarayonida shaxsning emotsional holati, motivatsiyasi, fikrlash xususiyatlari, oilaviy munosabatlari va ijtimoiy muhiti birgalikda o‘rganilishi zarur.

Birinchidan, motivatsion intervyu shaxsning davolanishga bo‘lgan ichki tayyorgarligini shakllantirishda muhim imkoniyatlarga ega. Giyohvandlikka chalingan shaxsning o‘zgarishga nisbatan ikkilanishi tabiiy psixologik holat bo‘lib, bunday vaziyatda ayblash yoki majburlashga asoslangan munosabat yordam samaradorligini pasaytirishi mumkin. Motivatsion intervyu esa shaxsning o‘z muammosini mustaqil anglashiga va tiklanish jarayonida faol ishtirok etishiga ko‘maklashadi.

Ikkinchidan, kognitiv-xulqiy terapiya shaxsning narkotik moddalarni iste’mol qilish bilan bog‘liq noto‘g‘ri fikrlash shakllarini aniqlash va korreksiya qilishda muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, stressli vaziyatlarda narkotik moddalarni muammoni hal qilish vositasi sifatida qabul qilish, salbiy emotsiyalardan qochish va impulsiv qarorlar qabul qilish kabi holatlarni o‘zgartirish psixoterapevtik yordamning asosiy vazifalaridan biridir.

Uchinchidan, oilaviy psixologik yordamning ahamiyatini alohida ta’kidlash lozim. Giyohvandlik ko‘pincha oilaviy munosabatlarda ishonchsizlik, ziddiyat va emotsional uzoqlashishni keltirib chiqaradi. Shu sababli oila a’zolarining psixologik savodxonligini oshirish, sog‘lom muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish va qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratish reabilitatsiya jarayonining muhim sharti hisoblanadi.

To‘rtinchidan, relapslarning oldini olish psixologik yordamning uzoq muddatli yo‘nalishi sifatida qaralishi kerak. Narkotik moddalarni qayta iste’mol qilish holatini faqat shaxsning irodasizligi yoki davolanishdagi muvaffaqiyatsizlik sifatida baholash to‘g‘ri emas. Aksincha, qayta iste’mol qilishga olib kelgan psixologik, ijtimoiy va vaziyatli omillarni aniqlash hamda yordam dasturini qayta ko‘rib chiqish muhimdir.

Beshinchidan, psixologik yordam tibbiy davolash va ijtimoiy xizmatlar bilan uyg‘unlashtirilishi zarur. Ayrim giyohvandlik buzilishlarida farmakologik davolash, psixiatrik yordam va maxsus narkologik xizmatlar talab etiladi. Psixolog ushbu mutaxassislar bilan hamkorlikda ishlaganida shaxsning davolanishga rioya qilishi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash imkoniyatlari kengayadi.

Shu bilan birga, psixologik yordamning samaradorligi shaxsning yoshi, narkotik moddalarni iste’mol qilish davomiyligi, ruhiy holati, oilaviy muhiti va individual ehtiyojlariga bog‘liq ekanligini hisobga olish lozim. Barcha shaxslarga bir xil psixologik dastur qo‘llash o‘rniga, individual reabilitatsiya rejasini ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir.

Tadqiqotning muhim nazariy natijasi shundan iboratki, psixologik yordam faqat narkotik moddalarni iste’mol qilishni to‘xtatishga yo‘naltirilgan jarayon emas, balki shaxsning hayot faoliyatini kompleks tiklashga qaratilgan uzluksiz tizim sifatida tashkil etilishi lozim. Bu tizimda motivatsion, psixoterapevtik, oilaviy, ijtimoiy va profilaktik yo‘nalishlar o‘zaro uyg‘unlashadi.

XULOSA

Olib borilgan nazariy va amaliy tadqiqotlar asosida bo‘lajak pedagoglarning kasbiy salohiyatini oshirishda geymifikatsiya texnologiyalaridan foydalanish muhim pedagogik imkoniyatlarga ega ekanligi aniqlandi.

Tadqiqot davomida geymifikatsiyaning mohiyati, uning pedagogik va psixologik asoslari hamda umumiy pedagogika fanlarini o‘qitish jarayonida qo‘llash imkoniyatlari o‘rganildi. Raqamli platformalar, pedagogik keys-o‘yinlar, ball va reyting tizimi, jamoaviy musobaqalar hamda refleksiv topshiriqlar bo‘lajak pedagoglarning kasbiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlovchi metodik vositalar sifatida ko‘rib chiqildi.

Tajriba-sinov natijalari tajriba guruhida kasbiy motivatsiyaning 27,4 foizga oshganini, nazorat guruhida esa ushbu ko‘rsatkich 4,2 foizni tashkil etganini ko‘rsatdi. Shuningdek, tajriba guruhida bilimlarni o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari nazorat guruhiga nisbatan 21,8 foiz yuqori bo‘lgani qayd etildi. So‘rovnomada ishtirok etgan talabalarning 84,5 foizi geymifikatsiya asosidagi mashg‘ulotlar amaliy pedagogik ko‘nikmalarni rivojlantirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatganini bildirgan.

Mazkur natijalar asosida quyidagi xulosalar va metodik tavsiyalar ishlab chiqildi:

1. Oliy ta’lim muassasalarida umumiy pedagogika fanlarini o‘qitishda geymifikatsiya elementlaridan tizimli foydalanish maqsadga muvofiq.

2. Raqamli platformalarni o‘quv mashg‘ulotlariga integratsiya qilish orqali talabalarning bilish faolligi, mustaqil fikrlashi va o‘zlashtirish darajasini qo‘llab-quvvatlash mumkin.

3. Pedagogik keys-o‘yinlar orqali bo‘lajak o‘qituvchilarning muammoli vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish va pedagogik muammolarni hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirish lozim.

4. Ball, reyting va rag‘batlantirish tizimini qo‘llashda sog‘lom raqobat, o‘zaro hamkorlik va individual rivojlanish tamoyillariga amal qilish zarur.

5. Geymifikatsiya texnologiyalarini pedagogik amaliyot bilan bog‘lash orqali talabalarning kelajakdagi kasbiy faoliyatga tayyorgarligini mustahkamlash mumkin.

6. O‘yin elementlarini qo‘llashda ta’lim mazmuni, pedagogik maqsad va kutilayotgan natijalar ustuvorligini ta’minlash lozim.

Umuman olganda, geymifikatsiya texnologiyalaridan maqsadli foydalanish bo‘lajak pedagoglarning kasbiy motivatsiyasini kuchaytirish, pedagogik kompetensiyalarini rivojlantirish va ularni zamonaviy ta’lim muhitida samarali faoliyat yuritishga tayyorlashning istiqbolli yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

World Health Organization. (2020). International Standards for the Treatment of Drug Use Disorders: Revised Edition Incorporating Results of Field-Testing. Geneva: WHO.

2. United Nations Office on Drugs and Crime & World Health Organization. International Standards for the Treatment of Drug Use Disorders. Vienna: UNODC.

3. Boness, C. L., Votaw, V. R., Schwebel, F. J., Moniz-Lewis, D. I. K., McHugh, R. K., & Witkiewitz, K. (2023). An evaluation of cognitive behavioral therapy for substance use disorder: A systematic review and application of the Society of Clinical Psychology criteria for empirically supported treatments. Clinical Psychology: Science and Practice, 30(2), 129–142.

4. Brown, H. D., & DeFulio, A. (2020). Contingency management for the treatment of methamphetamine use disorder: A systematic review. Drug and Alcohol Dependence, 216, 108307.

5. Hartnett, D., Carr, A., Hamilton, E., & O'Reilly, G. (2017). The effectiveness of functional family therapy for adolescent behavioral and substance misuse problems: A meta-analysis. Family Process, 56(3), 607–619.

6. Baldwin, S. A., Christian, S., Berkeljon, A., & Shadish, W. R. (2012). The effects of family therapies for adolescent delinquency and substance abuse: A meta-analysis. Journal of Marital and Family Therapy, 38(1), 281–304.

7. Vermeulen-Smit, E., Verdurmen, J. E. E., & Engels, R. C. M. E. (2015). The effectiveness of family interventions in preventing adolescent illicit drug use: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Clinical Child and Family Psychology Review, 18(3), 218–239.

8. Miller, W. R., & Rollnick, S. (2013). Motivational Interviewing: Helping People Change. 3rd ed. New York: Guilford Press.

9. Mamajonova, Sh. K. (2023). O‘smirlarda addiktiv xulq shakllanishining ijtimoiy-psixologik jihatlari. Eurasian Journal of Social Sciences, Philosophy and Culture, 3(5), 173–178.

10. Yuldasheva, O. X. (2025). Ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlar o‘smirlik davrida addiktiv xulqni shakllantiruvchi omil sifatida. Tadqiqotlar: jahon ilmiy-metodik jurnali.

11. Tursunboyev, B. R., & Mirvaliyeva, M. Y. (2022). Addiktiv xulq psixologiyasi. NamDU – Iqtidorli talabalar ilmiy axborotnomasi, № 3.

12. Mustafayeva, Sh. F. (2026). O‘smirlar orasida alkogolizm, giyohvandlik va toksikomaniya profilaktikasi. Maktabgacha va maktab ta’limi ilmiy jurnali.

13. Oqberdiyeva, F. N. (2025). O‘smirlarda giyohvandlikka berilishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Tadqiqotlar: jahon ilmiy-metodik jurnali, 62(3), 110–114. DOI: 10.71337/inlibrary.uz.tadqiqotlar.97108.