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

UDK: 316.6:331.556(575.1)

Saidov Baxtiyor Odilovich,
O‘zbekiston Respublikasi Tashqi ishlar vaziri,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

O‘ZBEKISTON MEHNAT MIGRANTLARINING XORIJDA IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MOSLASHUVI VA PSIXOLOGIK FAROVONLIGINI TA’MINLASHNING NAZARIY-METODOLOGIK HAMDA DAVLAT-SIYOSIY ASOSLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada O‘zbekiston mehnat migrantlarining xorijiy mamlakatlardagi ijtimoiy-psixologik moslashuvi, psixologik farovonligi va ijtimoiy himoyasini ta’minlash masalalari nazariy-metodologik hamda davlat-siyosiy jihatdan tahlil qilingan. Mehnat migratsiyasining shaxs psixologiyasi, ijtimoiy identifikatsiyasi, oilaviy munosabatlari va madaniyatlararo muloqot jarayonlariga ta’siri yoritilgan. Xorijiy muhitda yuzaga keladigan migratsion stress, ijtimoiy yakkalanish, kommunikativ to‘siqlar, madaniy tafovutlar, diskriminatsiya va oiladan uzoqda yashash bilan bog‘liq psixologik muammolarning mohiyati ochib berilgan. Shuningdek, mehnat migrantlarining huquqiy va ijtimoiy manfaatlarini himoya qilishda davlat organlari, diplomatik va konsullik muassasalari, Migratsiya agentligi hamda fuqarolik jamiyati institutlarining o‘rni tahlil etilgan.

Kalit so‘zlar: mehnat migratsiyasi, mehnat migranti, ijtimoiy-psixologik moslashuv, psixologik farovonlik, migratsion stress, madaniyatlararo kommunikatsiya, ijtimoiy identifikatsiya, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy himoya, davlat migratsiya siyosati.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ГОСУДАРСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ТРУДОВЫХ МИГРАНТОВ УЗБЕКИСТАНА ЗА РУБЕЖОМ

Аннотация. В статье рассматриваются теоретико-методологические и государственно-политические аспекты обеспечения социально-психологической адаптации, психологического благополучия и социальной защиты трудовых мигрантов из Узбекистана в зарубежных странах. Раскрывается влияние трудовой миграции на психологическое состояние личности, социальную идентичность, семейные отношения и процессы межкультурной коммуникации. Анализируются миграционный стресс, социальная изоляция, коммуникативные барьеры, культурные различия, дискриминация и психологические трудности, связанные с длительным пребыванием вдали от семьи. Особое внимание уделяется роли государственных органов, дипломатических и консульских учреждений, Агентства по миграции и институтов гражданского общества в обеспечении правовой и социальной защиты трудовых мигрантов.

Ключевые слова: трудовая миграция, трудовой мигрант, социально-психологическая адаптация, психологическое благополучие, миграционный

стресс, межкультурная коммуникация, социальная идентичность, семейные отношения, социальная защита, государственная миграционная политика.

THEORETICAL, METHODOLOGICAL AND STATE POLICY FOUNDATIONS FOR ENSURING THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UZBEK LABOUR MIGRANTS ABROAD

Abstract. This article examines the theoretical, methodological and state policy foundations for ensuring the socio-psychological adaptation, psychological well-being and social protection of Uzbek labour migrants in foreign countries. It explores the impact of labour migration on individual psychological conditions, social identity, family relationships and intercultural communication. Particular attention is paid to migration-related stress, social isolation, communication barriers, cultural differences, discrimination and psychological difficulties associated with prolonged separation from family members. The article also analyses the role of government institutions, diplomatic and consular missions, the Migration Agency and civil society organisations in protecting the legal and social interests of labour migrants.

Keywords: labour migration, labour migrant, socio-psychological adaptation, psychological well-being, migration stress, intercultural communication, social identity, family relationships, social protection, state migration policy.

KIRISH

Jahon miqyosida globallashuv jarayonlarining jadallashuvi, mehnat resurslariga bo‘lgan talabning o‘zgarishi hamda davlatlar o‘rtasidagi iqtisodiy va ijtimoiy aloqalarning kengayishi xalqaro mehnat migratsiyasining ko‘lamini sezilarli darajada oshirmoqda. Bugungi kunda mehnat migratsiyasi nafaqat iqtisodiy rivojlanish va aholi bandligini ta’minlash vositasi, balki inson kapitalining xalqaro harakati, ijtimoiy munosabatlarning transformatsiyasi va turli madaniyatlar o‘rtasidagi o‘zaro ta’sirni belgilovchi muhim jarayon sifatida namoyon bo‘lmoqda. Mazkur jarayonning kengayishi migrantlarning iqtisodiy manfaatlari bilan bir qatorda, ularning ijtimoiy mavqei, psixologik holati, oilaviy munosabatlari va yangi muhitga moslashuvi bilan bog‘liq masalalarning dolzarbligini oshirmoqda.

O‘zbekiston Respublikasida ham tashqi mehnat migratsiyasi aholi bandligini ta’minlash, fuqarolarning daromad manbalarini kengaytirish, kasbiy tajriba orttirish va inson kapitalini rivojlantirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi. Xorijiy mamlakatlarda mehnat faoliyatini amalga oshirayotgan fuqarolarning huquq va manfaatlarini himoya qilish, munosib mehnat sharoitlarini yaratish, ularning ijtimoiy himoyasini kuchaytirish hamda vatanga qaytganidan keyingi moslashuv jarayonlarini qo‘llab-quvvatlash davlat siyosatining muhim yo‘nalishlariga aylanmoqda. Shu bilan birga, migratsiya jarayonlarini faqat iqtisodiy samaradorlik va huquqiy tartibga solish nuqtayi nazaridan baholash yetarli emas. Chunki xorijiy mamlakatga mehnat faoliyati uchun yo‘l olgan shaxs yangi ijtimoiy muhit, boshqa madaniy qadriyatlar, kommunikativ munosabatlar, turmush tarzi va mehnat sharoitlariga moslashish zarurati bilan yuzlashadi.

Mehnat migrantining xorijiy muhitdagi hayoti murakkab psixologik jarayonlar bilan kechadi. Yangi jamiyatga moslashish, mahalliy aholi bilan muloqot o‘rnatish, til va madaniyat tafovutlarini yengib o‘tish, mehnat jamoasiga integratsiyalashish hamda o‘zining milliy-madaniy identifikatsiyasini saqlab qolish migrantdan muayyan psixologik resurslarni talab etadi. Ayrim hollarda bu jarayonlar ijtimoiy yakkalanish, yolg‘izlik, xavotir, ruhiy zo‘riqish, o‘ziga ishonchning pasayishi va kelajak istiqboliga nisbatan noaniqlik kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Ayniqsa, oila a’zolaridan uzoqda uzoq muddat yashash, farzandlar tarbiyasida bevosita ishtirok eta olmaslik va oilaviy munosabatlarning masofaviy shaklga o‘tishi migrantning emotsional holatiga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar sirasiga kiradi.

Mazkur muammolarni o‘rganishda mehnat migratsiyasini iqtisodiy hodisa sifatida emas, balki shaxs, oila, jamiyat va davlat institutlari o‘rtasidagi murakkab munosabatlarni qamrab oluvchi ijtimoiy-psixologik jarayon sifatida tahlil qilish muhimdir. Bu esa migrantlarning psixologik farovonligini ta’minlash, migratsion stressning oldini olish, madaniyatlararo moslashuv imkoniyatlarini kengaytirish va xorijda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini takomillashtirishga qaratilgan ilmiy yondashuvlarni ishlab chiqishni talab etadi.

Tadqiqotning maqsadi O‘zbekiston mehnat migrantlarining xorijdagi ijtimoiy-psixologik moslashuvi va psixologik farovonligini ta’minlashning nazariy-metodologik asoslarini ochib berish, migratsiya jarayonida yuzaga keladigan asosiy ijtimoiy-psixologik muammolarni tahlil qilish hamda mazkur yo‘nalishda davlat va ijtimoiy institutlar faoliyatini takomillashtirishga doir ilmiy-amaliy takliflar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot obyekti sifatida xorijiy mamlakatlarda mehnat faoliyatini amalga oshirayotgan O‘zbekiston fuqarolarining ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayoni belgilangan. Tadqiqot predmetini esa mehnat migrantlarining psixologik farovonligi, migratsion stressi, ijtimoiy identifikatsiyasi, oilaviy va madaniyatlararo munosabatlari hamda ularni qo‘llab-quvvatlashning davlat-siyosiy va institutsional mexanizmlari tashkil etadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Mehnat migratsiyasining ijtimoiy-psixologik jihatlarini o‘rganish zamonaviy psixologiya, sotsiologiya va migratsiya tadqiqotlarining o‘zaro kesishgan muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Mazkur muammoning nazariy asoslarini tahlil qilishda madaniyatlararo moslashuv, akkulturatsiya, ijtimoiy identifikatsiya, stress va coping strategiyalari, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash hamda psixologik farovonlik nazariyalari alohida ahamiyat kasb etadi.

Kanadalik olim J. Berri tomonidan ishlab chiqilgan akkulturatsiya nazariyasi boshqa madaniy muhitga kirib kelgan shaxsning moslashuv jarayonlarini tushuntirishda muhim nazariy asoslardan biri hisoblanadi. Olimning fikricha, migrant yangi jamiyatning qadriyatlari, me’yorlari va turmush tarzini o‘zlashtirish

bilan bir qatorda, o‘zining avvalgi madaniy mansubligini saqlashga ham intiladi. Ushbu jarayonda integratsiya, assimilyatsiya, separatsiya va marginalizatsiya strategiyalari shakllanishi mumkin [1]. Mazkur yondashuv O‘zbekiston mehnat migrantlarining xorijiy jamiyatga moslashuvini tahlil qilishda muhim ahamiyatga ega. Chunki milliy qadriyatlar, oilaviy an’analar, ona tiliga mansublik va madaniy identifikatsiya migrantning yangi muhitda o‘zini anglashiga hamda psixologik barqarorligini saqlashiga ta’sir ko‘rsatadi.

U. Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasi inson rivojlanishini o‘zaro bog‘liq ijtimoiy muhitlar ta’sirida shakllanadigan jarayon sifatida talqin qiladi [2]. Ushbu yondashuvga muvofiq, migrantning psixologik holatini uning individual xususiyatlari bilangina izohlash mumkin emas. Shaxsning oilasi, mehnat jamoasi, mahalliy hamjamiyat, ijtimoiy tashkilotlar va davlat institutlari bilan munosabatlari uning moslashuv imkoniyatlarini belgilovchi muhim omillar hisoblanadi. Shu jihatdan ekologik yondashuv mehnat migrantlarining ijtimoiy-psixologik muammolarini ko‘p darajali tizim sifatida o‘rganish imkonini beradi.

R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stressni baholash va uni yengib o‘tish strategiyalari nazariyasi migratsiya sharoitida yuzaga keladigan psixologik zo‘riqishlarni tushuntirishda muhim o‘rin tutadi. Mualliflar stressni inson va muhit o‘rtasidagi o‘zaro munosabat natijasida shakllanadigan, shaxs tomonidan muayyan xavf yoki qiyinchilik sifatida baholanadigan jarayon sifatida izohlaydilar [3]. Mehnat migratsiyasi sharoitida til bilmaslik, huquqiy noaniqlik, mehnat sharoitlarining murakkabligi, ijtimoiy yakkalanish va oiladan uzoqda yashash kabi omillar stress manbalariga aylanishi mumkin. Bunday vaziyatlarda migrantning muammolarni hal qilish, emotsiyalarni boshqarish va ijtimoiy yordamdan foydalanish strategiyalari uning psixologik moslashuviga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

H. Tajfel va J. Turner tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi shaxsning o‘zini muayyan ijtimoiy guruhga mansub deb his qilishi uning xulq-atvori, o‘zini baholashi va boshqa guruhlar bilan munosabatlariga ta’sir ko‘rsatishini asoslaydi [4]. Xorijda mehnat qilayotgan fuqarolar uchun milliy mansublik, vatandoshlar bilan aloqalar va umumiy madaniy qadriyatlar ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning muhim manbalaridan biri bo‘lishi mumkin. Shu bilan birga, mahalliy jamiyat bilan ijobiy munosabatlar o‘rnatish migrantning yangi ijtimoiy muhitga integratsiyalashuviga yordam beradi.

Mehnat migrantlarining psixologik farovonligini tahlil qilishda C. Ryff tomonidan ishlab chiqilgan psixologik farovonlik konsepsiyasi ham muhim nazariy ahamiyatga ega. Mazkur konsepsiyada shaxsning o‘zini qabul qilishi, ijobiy munosabatlarni shakllantirishi, mustaqilligi, hayotiy maqsadlari, shaxsiy rivojlanishi va hayotiy muhitni boshqarish qobiliyati psixologik farovonlikning asosiy tarkibiy qismlari sifatida talqin qilinadi [5]. Ushbu yondashuv migrantlarning holatini faqat ruhiy zo‘riqish yoki muammolar mavjudligi bilan baholamasdan, ularning

hayotdan qoniqishi, ijtimoiy faolligi va shaxsiy rivojlanish imkoniyatlarini ham o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi.

O‘zbekiston mehnat migrantlarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganishga bag‘ishlangan maxsus tadqiqotlar ham mazkur yo‘nalishning ilmiy ahamiyatini tasdiqlaydi. Xususan, O. G. Mokretsova, N. S. Xrustalyova va boshqa tadqiqotchilar tomonidan 2016-yilda e’lon qilingan ilmiy maqolada Sankt-Peterburg shahrida yashayotgan O‘zbekiston mehnat migrantlarining shaxsiy xususiyatlari, hayotiy mazmuniy yo‘nalishlari, oilaviy munosabatlari va ijtimoiy-psixologik moslashuv omillari tahlil qilingan. Tadqiqotda migrantlarning migratsiya tajribasiga munosabati va psixologik moslashuvi o‘rtasidagi bog‘liqlik masalalariga e’tibor qaratilgan [6]. Ushbu ilmiy ish O‘zbekiston fuqarolarining xorijiy muhitdagi psixologik xususiyatlarini o‘rganishda muhim empirik manbalardan biri hisoblanadi.

Xalqaro tashkilotlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ham mehnat migrantlarining huquqlarini himoya qilish, munosib mehnat sharoitlarini yaratish, ijtimoiy himoya va xavfsiz migratsiyani ta’minlash masalalari keng yoritilgan. Xalqaro migratsiya tashkilotining 2024-yilgi Jahon migratsiya hisobotida migratsiya jarayonlarining inson hayoti, ijtimoiy taraqqiyot va xalqaro munosabatlarga ta’siri kompleks tarzda tahlil qilingan [7]. Xalqaro mehnat tashkilotining mehnat migratsiyasiga oid ko‘p tomonlama asosiy tamoyil va yo‘riqnomalarida esa migrantlarning huquqlarini himoya qilish, kamsitishning oldini olish va munosib mehnat sharoitlarini ta’minlash masalalari ustuvor yo‘nalish sifatida belgilangan [8].

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, mehnat migratsiyasining psixologik jihatlarini o‘rganishda individual, oilaviy, ijtimoiy va institutsional omillarni o‘zaro bog‘liqlikda tahlil qilish zarur. Shu bilan birga, O‘zbekiston mehnat migrantlarining psixologik farovonligini davlat migratsiya siyosati bilan uzviy bog‘liq holda o‘rganish, psixologik yordamning institutsional mexanizmlarini ishlab chiqish va migratsiyaning barcha bosqichlarida inson manfaatlarini ta’minlash masalalari yanada chuqur tadqiq etishni talab qiladi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqotning metodologik asosini mehnat migratsiyasini murakkab ijtimoiy-psixologik va institutsional hodisa sifatida o‘rganishga yo‘naltirilgan tizimli, kompleks, ijtimoiy-psixologik va institutsional yondashuvlar tashkil etadi. Ushbu yondashuvlar migratsiya jarayonida shaxsning psixologik holati, ijtimoiy munosabatlari, madaniy muhit bilan o‘zaro ta’siri va davlat tomonidan ko‘rsatiladigan yordam mexanizmlarini yaxlit holda tahlil qilish imkonini beradi.

Tizimli yondashuv asosida mehnat migratsiyasi iqtisodiy, huquqiy, ijtimoiy, psixologik va madaniy omillarning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadigan jarayon sifatida ko‘rib chiqildi. Bunda migrantning psixologik farovonligi uning individual xususiyatlari bilan bir qatorda oilaviy munosabatlari, mehnat sharoitlari, xorijiy

jamiyatdagi ijtimoiy mavqei va davlat institutlari bilan o‘zaro munosabatlari bilan bog‘liq holda tahlil qilindi.

Ijtimoiy-psixologik yondashuv migrantlarning yangi muhitga moslashuvi, kommunikativ munosabatlari, ijtimoiy identifikatsiyasi, emotsional holati va stressni yengib o‘tish strategiyalarini o‘rganishga xizmat qildi. Ushbu yondashuv orqali xorijiy muhitda yuzaga keladigan psixologik qiyinchiliklar shaxsning individual xususiyatlari va tashqi ijtimoiy sharoitlarning o‘zaro ta’siri sifatida talqin etildi.

Institutsional yondashuv mehnat migrantlarining huquqiy va ijtimoiy himoyasini ta’minlashda davlat organlari, diplomatik va konsullik muassasalari, Migratsiya agentligi, nodavlat tashkilotlar hamda fuqarolik jamiyati institutlarining vazifalarini o‘rganishga qaratildi. Ushbu yondashuv asosida migrantlarga ko‘rsatiladigan yordamning tashkiliy mexanizmlari, muassasalararo hamkorlik va psixologik xizmatlarni rivojlantirish imkoniyatlari tahlil qilindi.

Tadqiqot jarayonida ilmiy adabiyotlarni nazariy tahlil qilish, qiyosiy tahlil, umumlashtirish, tizimlashtirish, institutsional tahlil va ilmiy modellashtirish metodlaridan foydalanildi. Xorijiy ilmiy tajribalarni o‘rganish orqali madaniyatlararo moslashuv, migratsion stress va psixologik farovonlikning nazariy asoslari aniqlashtirildi. Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasida mehnat migratsiyasini tartibga solishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlar mazmuni tahlil qilinib, ularning migrantlarni ijtimoiy va psixologik qo‘llab-quvvatlash imkoniyatlari baholandi.

Migrantlarning ijtimoiy-psixologik holatini empirik o‘rganish istiqbolida psixologik so‘rovnoma, yarim strukturaviy intervyu, psixodiagnostik metodikalar, ekspert baholash va statistik tahlil usullaridan foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Bunda ijtimoiy-psixologik moslashuv, migratsion stress, psixologik farovonlik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va madaniyatlararo kommunikatsiya ko‘rsatkichlarini kompleks baholash muhimdir. Tadqiqotning metodologik asosini inson manfaatlari ustuvorligi, ilmiy xolislik, tizimlilik, madaniy sezgirlik, maxfiylik va shaxsiy daxlsizlik tamoyillari tashkil etadi.

NATIJALAR

O‘zbekiston mehnat migrantlarining xorijdagi ijtimoiy-psixologik moslashuviga oid nazariy qarashlar va ilmiy manbalar tahlili migratsiya jarayonida yuzaga keladigan muammolar ko‘p omilli xususiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi. Migrantning xorijiy muhitga moslashuvi faqat uning kasbiy malakasi yoki iqtisodiy imkoniyatlari bilan belgilanmaydi. Bu jarayonda til bilish darajasi, huquqiy savodxonlik, madaniy qadriyatlar, ijtimoiy aloqalar, oilaviy munosabatlar va shaxsning individual psixologik xususiyatlari ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Mehnat migratsiyasi sharoitida yuzaga keladigan asosiy muammolardan biri migratsion stress hisoblanadi. Xorijiy mamlakatda yashash va mehnat qilish jarayonida migrant yangi ijtimoiy muhitga moslashish, mahalliy aholi bilan munosa-

bat o‘rnatish, huquqiy talablarni tushunish va mehnat faoliyatini davom ettirish bilan bog‘liq turli qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Mazkur omillarning uzoq muddat davom etishi psixologik zo‘riqish, xavotir, yolg‘izlik va kelajak istiqboliga nisbatan ishonchsizlikni kuchaytirishi ehtimolini oshiradi. Ayniqsa, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tarmoqlarining cheklanganligi va o‘zini begona muhitda his qilish migratsion stressning kuchayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Migrantlarning ijtimoiy-psixologik moslashuvida madaniyatlararo kommunikatsiya ham muhim o‘rin egallaydi. Xorijiy mamlakatdagi til, urf-odat, ijtimoiy me’yor va kundalik munosabatlarning farqlanishi migrantning mahalliy jamiyat bilan muloqotiga ta’sir ko‘rsatadi. Tilni yetarli darajada bilmaslik nafaqat mehnat faoliyatini amalga oshirishda, balki kundalik hayotda zarur axborotni olish, huquq va manfaatlarini himoya qilish hamda ijtimoiy munosabatlarni shakllantirishda ham qiyinchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu sababli til va madaniyatlararo kompetensiyani rivojlantirish migratsiyaga tayyorgarlikning muhim tarkibiy qismi sifatida qaralishi lozim.

Tahlil natijalari oilaviy munosabatlarning migrantlarning psixologik farovonligini ta’minlashdagi ahamiyatini ham ko‘rsatadi. Oila bilan uzoq muddatli ayriliq migrantning emotsional holatiga, farzandlar tarbiyasida ishtirok etish imkoniyatlariga va er-xotin o‘rtasidagi munosabatlarga ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Masofaviy muloqot imkoniyatlari mavjud bo‘lsa-da, bevosita munosabatlarning cheklanishi ayrim hollarda oilaviy ziddiyatlar va o‘zaro tushunmovchiliklarni keltirib chiqaradi. Shu bois migrantning psixologik holatini baholashda uning oila a’zolari bilan munosabatlari va oilaviy qo‘llab-quvvatlash darajasini ham hisobga olish zarur.

Mehnat migrantlarining psixologik barqarorligini ta’minlashda milliy-madaniy identifikatsiyaning saqlanishi ham muhim ahamiyatga ega. Xorijiy muhitda yashayotgan shaxs o‘zining milliy mansubligi, qadriyatlari va madaniy an’analarini saqlash orqali muayyan ijtimoiy tayanchga ega bo‘ladi. Vatandoshlar bilan aloqalar, umumiy til va madaniy qadriyatlar migrantning begonalashuv hissini kamaytirishi hamda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash imkoniyatlarini kengaytirishi mumkin. Biroq samarali moslashuv faqat o‘z milliy guruhiga mansublikni saqlash bilan cheklanmaydi. Mahalliy jamiyat bilan ijobiy munosabatlarni shakllantirish va yangi muhitning qonuniy ijtimoiy me’yorlarini o‘zlashtirish ham muhim hisoblanadi.

Tadqiqotning muhim nazariy natijalaridan biri mehnat migrantlarini ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlashni migratsiyaning barcha bosqichlarini qamrab oluvchi uzluksiz jarayon sifatida tashkil etish zarurligini asoslashdan iborat. Xususan, xorijga chiqishdan oldingi tayyorgarlik davrida migrantlarda psixologik tayyorgarlik, stressni boshqarish, madaniyatlararo muloqot va huquqiy xabardorlik ko‘nikmalarini shakllantirish lozim. Xorijda mehnat faoliyatini amalga oshirish davrida esa psixologik maslahat, ijtimoiy yordam, huquqiy himoya va inqirozli vaziyatlarda ko‘mak ko‘rsatish xizmatlarini rivojlantirish muhimdir. Vatanga qay-

tish bosqichida migrantlarning oilaviy va ijtimoiy muhitga qayta moslashuvi, kasbiy tajribasini mahalliy mehnat bozorida qo‘llashi hamda psixologik barqarorligini tiklashga ko‘maklashish zarur.

Davlat siyosati nuqtayi nazaridan olib borilgan tahlil O‘zbekistonda tashqi mehnat migratsiyasini boshqarish tizimini takomillashtirish bo‘yicha amalga oshirilayotgan islohotlar migrantlarning huquqiy va ijtimoiy himoyasini kuchaytirish uchun muhim institutsional asos yaratganini ko‘rsatadi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 4-apreldagi PF-59-son Farmoni mehnat migratsiyasi jarayonlarini takomillashtirish, xorijda mehnat qilayotgan fuqarolarni qo‘llab-quvvatlash va ularning manfaatlarini himoya qilishga qaratilgan chora-tadbirlarni belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi [9]. Shuningdek, 2024-yil 17-oktabrdagi PF-162-son Farmoni bilan migratsiya jarayonlarini boshqarish tizimini isloh qilish, Migratsiya agentligi faoliyatini tashkil etish va tashqi mehnat migratsiyasi sohasidagi institutsional mexanizmlarni rivojlantirishning ustuvor yo‘nalishlari belgilangan [10].

Mazkur normativ-huquqiy asoslar doirasida mehnat migrantlarini kasbiy va til jihatidan tayyorlash, xorijiy ish beruvchilar bilan hamkorlikni rivojlantirish, huquqiy himoyani kuchaytirish hamda vatanga qaytgan fuqarolarni ijtimoiy-iqtisodiy qo‘llab-quvvatlash muhim vazifalar sifatida namoyon bo‘lmoqda. Shu bilan birga, migrantlarning psixologik farovonligini ta’minlashga qaratilgan xizmatlarni mazkur tizimning uzviy tarkibiy qismi sifatida rivojlantirish zarurati mavjud.

Tadqiqot natijalari mehnat migrantlariga ko‘rsatiladigan yordamni faqat huquqiy yoki iqtisodiy masalalar bilan cheklab qo‘ymasdan, psixologik maslahat, migratsion stress profilaktikasi, oilaviy munosabatlarni qo‘llab-quvvatlash va madaniyatlararo moslashuv xizmatlari bilan boyitish lozimligini asoslaydi. Xususan, diplomatik va konsullik muassasalari faoliyatida psixologik yordamga muhtoj fuqarolarni aniqlash, ularni tegishli mutaxassislarga yo‘naltirish va mahalliy ijtimoiy xizmatlar bilan hamkorlik qilish mexanizmlarini takomillashtirish maqsadga muvofiq. Shuningdek, xorijda faoliyat yuritayotgan vatandoshlar jamoalari bilan hamkorlikda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tarmoqlarini rivojlantirish migrantlarning yangi muhitga moslashish imkoniyatlarini kengaytiradi.

MUHOKAMA

O‘zbekiston mehnat migrantlarining xorijdagi ijtimoiy-psixologik moslashuvi masalalarini muhokama qilishda migratsiyaning inson hayotiga ta’sirini faqat moddiy manfaatlar bilan baholash cheklangan yondashuv ekanligini hisobga olish lozim. Mehnat migratsiyasi shaxsning ijtimoiy maqomi, hayotiy qadriyatlari, oilaviy munosabatlari va psixologik barqarorligiga ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab jarayon hisoblanadi. Shu sababli migratsiya siyosatining samaradorligini baholashda fuqarolarning xorijda ish bilan ta’minlanganligi bilan bir qatorda, ularning

munosib mehnat sharoitlariga ega bo‘lishi, ijtimoiy himoyalanganligi va psixologik farovonligini ham e’tiborga olish zarur.

J. Berri tomonidan ilgari surilgan akkulturatsiya nazariyasi nuqtayi nazaridan qaralganda, migrantning xorijiy muhitga moslashuvi yangi madaniyatni o‘zlashtirish va o‘zining milliy-madaniy identifikatsiyasini saqlash o‘rtasidagi muvozanatga bog‘liq. O‘zbekiston mehnat migrantlari uchun ham ushbu muvozanat muhim ahamiyatga ega. Chunki milliy qadriyatlar va oilaviy an’analar shaxsning psixologik tayanchini tashkil etsa, mahalliy jamiyat bilan samarali munosabatlar o‘rnatish uning ijtimoiy integratsiyasini ta’minlaydi. Demak, migrantlarning moslashuvini baholashda ularning faqat yangi muhitga qanchalik tez moslashgani emas, balki o‘zligini saqlagan holda yangi ijtimoiy munosabatlarga kirishish imkoniyatlari ham hisobga olinishi lozim.

Migratsion stress muammosi ham alohida ilmiy va amaliy e’tiborni talab qiladi. Xorijda mehnat qilayotgan fuqarolar ko‘pincha yangi mehnat sharoitlari, huquqiy maqom, yashash joyi, daromad barqarorligi va oilaviy mas’uliyat bilan bog‘liq bir nechta muammolarni bir vaqtning o‘zida hal qilishga majbur bo‘ladilar. Bunday vaziyatda shaxsning stressni boshqarish ko‘nikmalari va ijtimoiy yordam olish imkoniyatlari muhim ahamiyat kasb etadi. Agar migrant o‘z muammolarini mustaqil hal qilish imkoniyatiga ega bo‘lmasa yoki zarur yordam manbalaridan foydalana olmasa, psixologik zo‘riqish kuchayishi mumkin. Shu sababli migratsiya jarayonida psixologik yordamni faqat inqirozli vaziyatlarda emas, balki profilaktik faoliyat shaklida ham tashkil etish lozim.

O‘zbekiston sharoitida oilaviy munosabatlar masalasi migratsiyaning ijtimoiy-psixologik oqibatlarini o‘rganishda alohida o‘rin egallaydi. Mehnat faoliyati sababli ota-onalardan birining yoki ikkala ota-onaning xorijda uzoq muddat yashashi oilaning kundalik hayoti va farzandlar tarbiyasiga ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu bilan birga, migrantning oilasiga iqtisodiy yordam ko‘rsatishi uning oilaviy mas’uliyatini bajarish shakllaridan biri hisoblanadi. Biroq moddiy ta’minotning o‘zi oilaviy va emotsional ehtiyojlarning barchasini qondira olmaydi. Shuning uchun migrantlar va ularning oila a’zolari o‘rtasidagi munosabatlarni mustahkamlashga qaratilgan psixologik maslahat va masofaviy qo‘llab-quvvatlash xizmatlarini rivojlantirish muhimdir.

Davlat siyosatining institutsional jihatlari ham mazkur muammoning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. O‘zbekistonda migratsiya jarayonlarini boshqarish tizimining takomillashuvi xorijda ishlayotgan fuqarolarning huquq va manfaatlarini himoya qilish uchun zarur tashkiliy-huquqiy asoslarni shakllantirmoqda. Biroq migratsiya sohasidagi institutsional yordamning samaradorligi uni faqat mehnatga joylashtirish, hujjatlashtirish va huquqiy maslahat bilan cheklamasdan, ijtimoiy-psixologik xizmatlar bilan ham uyg‘unlashtirishga bog‘liq. Shu ma’noda, Migratsiya agentligi, diplomatik va konsullik muassasalari, tegishli davlat tashkilotlari, ilmiy-tadqiqot muassasalari va nodavlat tashkilotlar o‘rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish zarur.

Xorijda psixologik yordam ko‘rsatish mexanizmlarini rivojlantirishda mavjud diplomatik va konsullik infratuzilmasidan samarali foydalanish mumkin. Bunda psixologik maslahat xizmatlarini tashkil etish, murojaat qilgan fuqarolarni mutaxassislarga yo‘naltirish, psixologik inqiroz holatlarida tezkor yordam ko‘rsatish va migrantlar orasida profilaktik tushuntirish ishlarini olib borish muhim ahamiyatga ega. Bunday xizmatlarni tashkil etishda psixologik maslahatning maxfiyligi, ixtiyoriyligi va kasbiy etikaga rioya qilinishi ta’minlanishi lozim.

Mehnat migratsiyasining yana bir muhim jihati vatanga qaytgan fuqarolarning reintegratsiyasi bilan bog‘liq. Uzoq muddat xorijda yashagan shaxsning avvalgi ijtimoiy muhitga qaytishi har doim ham oson kechmaydi. Migrantning xorijda orttirgan kasbiy tajribasi, shakllangan turmush tarzi va ijtimoiy munosabatlari vatandagi mavjud sharoitlardan farq qilishi mumkin. Shu sababli qaytgan migrantlarni ish bilan ta’minlash bilan bir qatorda, ularning psixologik va ijtimoiy moslashuviga ham e’tibor qaratish lozim. Reintegratsiya jarayonida kasbiy maslahat, oilaviy munosabatlarni tiklash, ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash va psixologik qo‘llab-quvvatlash xizmatlari muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, mehnat migrantlarining xorijdagi ijtimoiy-psixologik muammolarini bartaraf etish davlat, jamiyat, oila va shaxs darajasidagi sa’y-harakatlarning o‘zaro uyg‘unligini talab qiladi. Migratsiyaga tayyorlash bosqichidan boshlab xorijda mehnat faoliyatini amalga oshirish va vatanga qaytish davrigacha davom etadigan uzluksiz qo‘llab-quvvatlash tizimini shakllantirish migrantlarning psixologik farovonligini ta’minlashda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi. Bunday yondashuv mehnat migratsiyasini boshqarishda inson manfaatlari va inson kapitalini rivojlantirish tamoyillarining ustuvorligini ta’minlashga imkon beradi.

XULOSA

O‘zbekiston mehnat migrantlarining xorijdagi ijtimoiy-psixologik moslashuvi va psixologik farovonligini ta’minlash masalalariga bag‘ishlangan nazariy-metodologik tahlil migratsiya jarayonining ko‘p qirrali va murakkab ijtimoiy hodisa ekanligini ko‘rsatadi. Mehnat migratsiyasi shaxsning nafaqat iqtisodiy holati, balki psixologik barqarorligi, ijtimoiy identifikatsiyasi, oilaviy munosabatlari va madaniy qadriyatlariga ham ta’sir ko‘rsatadi. Shu bois mazkur jarayonni o‘rganishda iqtisodiy va huquqiy yondashuvlar bilan bir qatorda, ijtimoiy-psixologik omillarni ham tizimli ravishda hisobga olish zarur.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, xorijiy muhitga moslashish jarayonida migrantlar til va kommunikativ to‘siqlar, madaniy tafovutlar, ijtimoiy yakkalanish, diskriminatsiya, mehnat sharoitlari bilan bog‘liq qiyinchiliklar va oiladan uzoqda yashash kabi muammolarga duch kelishi mumkin. Ushbu omillar migrantning emotsional holati va psixologik farovonligiga turlicha ta’sir ko‘rsatadi. Shuning uchun migratsion stressni erta aniqlash, psixologik profilaktika ishlarini tashkil etish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Mehnat migrantlarining psixologik barqarorligini ta'minlashda oilaviy munosabatlar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va milliy-madaniy identifikatsiya muhim resurslar sifatida namoyon bo'ladi. Oila bilan muntazam muloqot qilish, vatandoshlar bilan ijtimoiy aloqalarni saqlash va yangi muhitda ijobiy munosabatlar shakllantirish migrantning psixologik moslashuv imkoniyatlarini kengaytiradi. Shu sababli psixologik yordam xizmatlarini tashkil etishda migrantning o'zini emas, balki uning oilaviy va ijtimoiy muhitini ham hisobga olish lozim.

O'zbekistonda migratsiya jarayonlarini boshqarish tizimining takomillashuvi xorijda mehnat qilayotgan fuqarolarni huquqiy va ijtimoiy jihatdan qo'llab-quvvatlashning muhim institutsional asoslarini yaratmoqda. Mazkur imkoniyatlardan samarali foydalanish uchun davlat migratsiya siyosatida psixologik farovonlik va ijtimoiy-psixologik himoya masalalariga ham alohida e'tibor qaratish maqsadga muvofiq. Xususan, xorijga ketishdan oldingi tayyorgarlik dasturlariga psixologik moslashuv, stressni boshqarish va madaniyatlararo kommunikatsiya bo'yicha maxsus mashg'ulotlarni kiritish zarur.

Shuningdek, xorijda faoliyat yuritayotgan O'zbekiston fuqarolari uchun masofaviy psixologik maslahat xizmatlarini rivojlantirish, diplomatik va konsullik muassasalari faoliyatida psixologik yordamga muhtoj fuqarolarni tegishli mutaxassislarga yo'naltirish mexanizmlarini takomillashtirish muhim hisoblanadi. Migrantlarning oila a'zolarini psixologik qo'llab-quvvatlash tizimiga jalb qilish, oilaviy munosabatlarni mustahkamlash va uzoq muddatli ayriliq bilan bog'liq muammolarning oldini olishga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqish ham dolzarb vazifalardan biridir.

Vatanga qaytgan mehnat migrantlarini ijtimoiy va psixologik reintegratsiya qilish ham migratsiya siyosatining muhim tarkibiy qismi sifatida qaralishi lozim. Bunda ularning xorijda orttirgan kasbiy tajribasidan foydalanish, bandligini ta'minlash, oilaviy munosabatlarini tiklash va yangi ijtimoiy sharoitga moslashishiga ko'maklashish zarur.

Yakuniy xulosa sifatida aytish mumkinki, O'zbekiston mehnat migrantlarining xorijdagi psixologik farovonligini ta'minlash davlat migratsiya siyosatining inson manfaatlariga yo'naltirilgan muhim yo'nalishi sifatida rivojlantirilishi lozim. Migratsiya jarayonlarini boshqarishda huquqiy va iqtisodiy himoya bilan bir qatorda, psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ham izchil rivojlantirish fuqarolarning insoniy kapitalini saqlash, oilaviy farovonligini mustahkamlash va xalqaro mehnat migratsiyasining ijtimoiy samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Berry J. W. Immigration, Acculturation, and Adaptation // Applied Psychology: An International Review. – 1997. – Vol. 46, No. 1. – P. 5–34.

2. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.

3. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984.

4. Tajfel H., Turner J. C. An Integrative Theory of Intergroup Conflict // The Social Psychology of Intergroup Relations / Ed. by W. G. Austin, S. Worchel. – Monterey, CA: Brooks/Cole, 1979. – P. 33–47.

5. Ryff C. D. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57, No. 6. – P. 1069–1081.

6. Mokretcova O. G., Chrustaleva N. S., Fedorov V. F., Karpova E. B., Shkliaruk S. P. Attitude as Labor Migrants' Social-Psychological Adaptation Factor (Labor Migrants from Uzbekistan Taken as Examples) // Psychology in Russia: State of the Art. – 2016. – Vol. 9, No. 1. – P. 178–189.

7. International Organization for Migration. World Migration Report 2024. – Geneva: International Organization for Migration, 2024.

8. International Labour Organization. ILO Multilateral Framework on Labour Migration: Non-binding Principles and Guidelines for a Rights-based Approach to Labour Migration. – Geneva: International Labour Office, 2006.

9. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 4-apreldagi PF-59-son Farmoni. Mehnat migratsiyasi jarayonlarini takomillashtirish hamda xorijda vaqtincha mehnat faoliyatini amalga oshirayotgan shaxslarni qo‘llab-quvvatlashga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida. – Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi: https://lex.uz .

10. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 17-oktabrdagi PF-162-son Farmoni. Migratsiya jarayonlarini boshqarish tizimini isloh qilish bo‘yicha birinchi navbatdagi chora-tadbirlar to‘g‘risida. – Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi: https://lex.uz .

11. Ward C., Bochner S., Furnham A. The Psychology of Culture Shock. – 2nd ed. – Hove: Routledge, 2001.

12. Berry J. W. Acculturation: Living Successfully in Two Cultures // International Journal of Intercultural Relations. – 2005. – Vol. 29, No. 6. – P. 697–712.