

ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ЮРИДИК УНИВЕРСИТЕТИ

# НОГИРОНЛИГИ БЎЛГАН ШАХСЛАР БИЛАН МУЛОҚОТ



Фойдали тавсиялар

**ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ЮРИДИК УНИВЕРСИТЕТИ**

**ЯКУБОВА ИРОДА БАХРАМОВНА  
УМАРХАНОВА ДИЛДОРА ШАРИПХАНОВНА**

**НОГИРОНЛИГИ БЎЛГАН ШАХСЛАР  
БИЛАН МУЛОҚОТ: ФОЙДАЛИ ТАВСИЯЛАР**

**Рисола**

**Тошкент – 2021**

**УЎК: 342.7(041)(575.1)**

**Тошкент давлат юридик университети Илмий-услубий кенгашининг 2020 йил 25 июндаги 5-сон қарори билан нашрга тавсия этилган.**

И.Б. Якубова, Д.Ш. Умарханова.  
Ногиронлиги бўлган шахслар билан мулоқот: фойдали тавсиялар. Рисола. –  
Т.: ТДЮУ нашриёти, 2021. – 23 б.

**Тақризчилар:** **О. Мухаммаджонов** – Тошкент давлат юридик университети “Халқаро ҳуқуқ ва инсон ҳуқуқлари” кафедраси профессори, юридик фанлар доктори;  
**Г. Юлдашева** – Жаҳон иқтисодиёти ва дипломатия университети профессори, юридик фанлар номзоди.

Мазкур рисолада ногиронлиги бўлган шахслар билан мулоқотга киришилганда улар учун маъқул бўлган муомала маданияти ҳақида сўз юритилган. Сабаби, биргина ноўрин ишлатилган сўз уларда салбий ҳис-туйғулар, ҳаётга ишончсизликни юзага келтириши, бунинг оқибатида эса турли психологик комплекслар шаклланиши мумкин. Айнан шунинг учун улар билан дўстона ва эҳтиёткорона муносабатда бўлиш ўта муҳим.

Мазкур рисола кенг жамоатчилик фойдаланиши учун мўлжалланган.

## МУНДАРИЖА

<b>Кириш</b> .....	4
1. Ногиронлиги бўлган шахсларнинг ҳуқуқлари ва имтиёзлари қайси норматив ҳужжатларда ўз аксини топган? .....	6
2. Ногиронлар билан мулоқот қилиш ва ўзини тутиш қоидаларини биласизми? .....	8
3. Этикетнинг 10 та умумий қоидаларидан хабарингиз борми? .....	12
4. Ҳаракатланишда қийинчиликлари бўлган одамлар билан қандай мулоқот қилишингиз керак? .....	13
5. Қўриш қобилияти ёмон ёки қўзи ожиз инсонлар билан қандай мулоқотда бўлишингиз керак? .....	14
6. Эшитиш қобилияти паст бўлган инсонлар билан қандай мулоқот қилишни биласизми? .....	16
7. Ривожланишида кечикиш бўлган ва сўзлашишда муаммолари бўлган одамлар билан қандай мулоқот қилишни биласизми? .....	17
8. Нутқида муаммолар бўлган одамлар билан қандай мулоқотга киришасиз? .....	19
9. Гиперкинезли (ДЦП) одамлар билан қандай алоқа қиласиз? .....	20

## КИРИШ

Инсон ҳуқуқлари умумжаҳон декларациясида ҳар бир инсон ирки, терисининг ранги, жинси, тили, дини, сиёсий ёхуд бошқа эътиқодларидан, миллий ёки ижтимоий келиб чиқиши, мулкӣй, табақавий ёки бошқа шароитидан қатъи назар, барча ҳуқуқ ва эркинликларга эга бўлиши шарт экани белгилаб қўйилган. Бу ногиронларга ҳам бевосита ва тўла тааллуқлидир.

Шу билан бирга, муносабат ва муҳит тўсиқлари ногиронлиги бўлган инсонларни жамият ҳаётида бошқалар билан тенг ва самарали иштирок этишига халақит беради. Халқаро ҳамжамият бунӣ ҳисобга олган ҳолда, ногиронларнинг ўзига хос хусусиятларини ҳурмат қилиш ва бунӣ инсоний турфа хилликнинг таркиби ва инсониятнинг узвий ажралмас бир қисми сифатида қабул қилиш, уларнинг жамият сиёсий, иқтисодий, ижтимоий ва маданий ҳаётида тўлақонли иштирок этишини таъминлашнинг ҳуқуқий асосларини яратган.

Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг Бош Ассамблеяси томонидан 2006 йил 13 декабрдаги 61/106-резолуцияси билан қабул қилинган “Ногиронлар ҳуқуқлари тўғрисида”ги конвенция ҳамда “Ногиронларнинг ҳуқуқлари тўғрисида”ги конвенцияга факультатив протокол бу йўналишдаги энг асосий халқаро ҳужжатлардан саналади. Уларда ногиронларнинг ҳуқуқи, эркинлиги ва кадр-қимматини рағбатлантириш ва ҳимоя қилиш, шахсий, сиёсий, иқтисодий, ижтимоий ва маданий ҳуқуқлари ва улардан бошқалар қатори фойдаланиш имкониятларини кафолатлаш тамойиллари белгилаб қўйилган.

Жисмоний, ақлий, руҳий ёки сенсор (сезги) нуқсонлари борлиги туфайли турмуш фаолияти чекланган ва қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда ногирон деб топилган ҳамда ижтимоий ёрдамга ва ҳимояга муҳтож шахслар

ногирон ҳисобланади. Статистик маълумотларга кўра, айти пайтда дунёда 1 миллиардга якин ногиронлар бор.

Ушбу рисоланинг асосий мақсади сизнинг эътиборингизни ногирон инсонлар ўзи хусусида гап кетганда фойдаланишни афзал кўрган луғатларга қаратишдир. Биз ногиронлар билан мулоқотда мазкур рисоладаги тавсияларга амал қилсак, нафақат уларнинг олдида одобли инсон сифатида гавдаланамиз, балки уларнинг атроф-муҳит ва инсонларга нисбатан ижобий муносабати шаклланишига кўмак берган бўламиз. Шу билан бирга, жисмоний тарафдан имконияти чекланган инсонлар билан алоқадаги кўплаб ноқулайликларни бартараф этамиз. Ушбу рисолада берилган тавсиялар орқали биз мамлакатимизда ва дунёда барча инсонлар соғлигининг қайси даражада эканидан қатъи назар, тенг имкониятларга эга бўлишига ва уларнинг камситилишига йўл қўймасликка эришамиз.

## 1. НОГИРОНЛИГИ БЎЛГАН ШАХСЛАРНИНГ ХУҚУҚЛАРИ ВА ИМТИЁЗЛАРИ ҚАЙСИ НОРМАТИВ ХУЖЖАТЛАРДА ЎЗ АКСИНИ ТОПГАН?

Мамлакатимизда ногиронларнинг турмуш фаолиятини янада яхшилашга, уларнинг жисмоний имконияти чекланганини сездирмаслик, ўз иқтидори ва истеъдодини юзага чиқаришига зарур шарт-шароитларни яратиш мақсадида қатор қонун ва қонуности ҳужжатлари қабул қилинган ҳамда улар асосида кўплаб зарур чора-тадбирлар амалга оширилмоқда. Қуйида бу борада қабул қилинган ҳужжатлар билан танишишингиз мумкин:

1.	Ўзбекистон Республикасининг “Ўзбекистон Республикасида ногиронларни ижтимоий ҳимоя қилиш тўғрисида”ги қонуни	2008 йил 11 июль
2.	Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ногиронлиги бўлган шахсларнинг жамоат бирлашмаларини давлат томонидан қўллаб-қувватлашнинг қўшимча чора- тадбирлари тўғрисида”ги қарори	2019 йил 23 август ПҚ-4423- сон
3.	Вазирлар Маҳкамасининг “Ногиронлиги бўлган шахсларга ахборот-кутубхона хизмати кўрсатиш тизимини такомиллаштириш тўғрисида”ги қарори	2018 йил 18 сентябрь 739-сон
4.	“Ногиронлиги бўлган шахслар автотранспорт воситаларининг тўхтаб туриш жойларига қўйиладиган талаблар тўғрисида”ги низом	2018 йил 7 август 3048-сон
5.	“Олий таълим муассасаларига ногиронлиги бўлган шахсларни қўшимча давлат гранти квоталари асосида ўқишга қабул қилиш тартиби тўғрисида”ги низом	2018 йил 2 июнь

6.	“Оғир ижтимоий вазиятга тушиб қолган хотин-қизларга, ногиронлиги бўлган, кам таъминланган, фарзандларини тўлиқсиз оилада тарбиялаётган ва уй-жой шароитини яхшилашга муҳтож оналарга арзон уй-жойлар бериш тартиби тўғрисида”ги низом	2018 йил 12 апрель
----	---	-----------------------

Ушбу қонун, қарор ва низомлар билан ногиронларнинг **ижтимоий ёрдам ҳамда ҳимоя чораларига бўлган эҳтиёжлари** таъминланиши, уларни **реабилитация қилиш** ва **ижтимоий ҳимоя** қилишнинг қонун ҳужжатларида назарда тутилган турлардаги дастурларнинг амалга оширилиши, бундай инсонларнинг жамият билан уйғунлашиши учун **шароитлар** яратилиши, уларни **камситишнинг барча шакллари**дан ҳимоя қилишни таъминлаш юзасидан зарур чора-гадбирлар кўрилиши кафолатланади.



Қонунчилигимизда ногиронларга **пул тўловлари** (пенсиялар, нафақалар, бир йўла бериладиган тўловлар), **техника воситалари** ёки бошқа воситалар, шу жумладан **автомобиллар, ўриндиқли аравачалар, протез-ортопедия буюмлари, махсус харфли матбаа нашрлари, овоз кучайтиргич** аппаратлар ва **сигнализаторлар** билан



таъминлаш, тиббий, касбий, ижтимоий реабилитация қилиш ва маиший хизматлар кўрсатиш, транспорт хизматлари кўрсатиш каби ижтимоий ёрдам турларини тизимли равишда бериб бориш кафолатланган.



Ногиронлар ҳуқуқлари бўйича халқаро ҳаракат томонидан илгари сурилган ғояларга кўра, **ногиронлик** – бу инсоннинг жамиятдаги мавжуд шароитлар таъсирида жисмоний, ҳиссий ва ақлий фаолиятида юзага келадиган чекланишдир. Ногиронлик тушунчасини ишлатишда унинг ижтимоий моделига тегишли терминологиядан фойдаланиш мақсадга мувофиқ бўлади.

## 2. НОГИРОНЛАР БИЛАН МУЛОҚОТ ҚИЛИШ ВА ЎЗИНИ ТУТИШ ҚОЙДАЛАРИНИ БИЛАСИЗМИ?

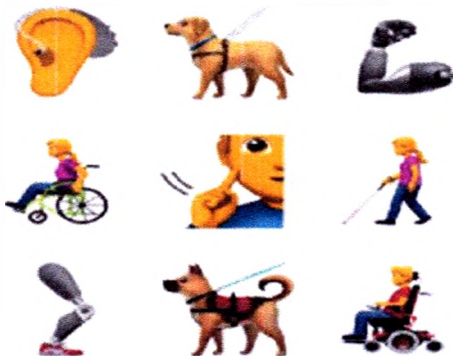
**Ногиронлиги бўлганлар ҳақида гапирганда ёки ёзганда:**

Ишлатилади	Ишлатишдан қочинг
Ногиронлиги мавжуд бўлган шахслар, имконияти чекланган шахслар	Касал, чўлоқ, майиб, деформацияланган, нуқсонли (ҳеч қачон!)
Ногирон эмас, оддий, одатий одам	Соғлом

Ногиронлиги бўлган шахслар аравачасидан фойдаланувчи одам	Ногиронлар аравачасига боғланган
Туғма ногиронлик	Туғма нуқсон, бахтсизлик
ДЦП	ДЦП билан оғринаётган
У полиомиелитдан азият чекди, полиомиелит натижасида ногирон бўлиб, касалликка дучор бўлган, касалликдан омон қолиб, ногирон бўлиб қолган...	Полиомиелитнинг қурбони бўлган, полиомиелитнинг таъсиридан азият чекмоқда
Акли заиф одам	Заиф, онги паст
Ривожланишида кечикиш бўлган бола	“тормоз” (ҳеч қачон!), онги паст
Даун синдромли одам	“Даун”, “мўғул” (ҳеч қачон!)
Эпилепсия билан оғриган одам	Эпилептик, тутқаноғи бор
Руҳий ногиронлиги бўлган одамлар, руҳий ёки ҳиссий касалликлари бўлган одамлар	Ақлдан озган, жинни
Кўзи ожиз одам, кўзи яхши кўрмайдиган одам, эшитмайдиган одам – кар одам	Товуқдай кўр (ҳеч қачон), мутлақо кўр ва кар
Мулоқотда қийинчиликлари бўлган, сўзлашиши қийин	Соқов



Агар сиз одамни “тормоз” ёки “нуқсонли” деб атасангиз, уни ҳақорат қилган бўласиз. Дунё олимлари қандай сўзлар ногиронларда ижобий ёки салбий ҳис-туйғуларни пайдо қилиши ва улар қандай маъноларда тушунилиши хусусида кўплаб сўровлар ўтказган. Натижаларга кўра:



**“Ногиронлар аравачасига боғланган”** ибораси шахсни “бечора”, “оёқ-қўли кишанланган” лигига урғу беради.

**“Кар”, “соқов”** сўзлари – уларнинг ожизлигини янада бўрттириб кўрсатади.

**“Касал”** сўзи эса унинг даволаниши кераклигини уқтиргандай бўлади.

**“Кар”, “фалаж”, “онғи паст”, “қўлсиз”, “оёқсиз”, “касал”** сўзлари ҳамдардлик ва ачинишни келтириб чиқаради.

“Инвалид”, “онги паст”, “даун” камситиш маъносидаги сўзлардан келиб чиқади.

“Ақлдан озган”, “заиф фикрли”, “жинни”, “шизо” ва шунга ўхшаш сўзлар кўрқувни келтириб чиқаради. “Ногирон одам”, “ногиронлар аравачасида ўтирган одам”, “умуртқа поғонаси шикастланган”, “кўзи ожиз” иборалари мутлақо нейтрал бирлашмаларга сабаб бўлади. “Ногирон” сўзини ишлатиш турли хил ҳиссиётларни келтириб чиқаради, аммо кўпчилик буни маъқул деб билади.



*Агар сиз кўчада ногирон одамни кўрсангиз, бу у тиланчилик қилиши учун у ерга борганини ёки кўчага чиққанини англатмайди. Ҳаддан ташқари раҳм-шафқат ва ҳушёрлигини кўрсатиши шарт эмас: ўзингизни унга тенг тутинг, уни ҳеч қандай сиздан камчилиги йўқлигини ҳис қилиши учун соғлом одамни кўргандай мулоқотда бўлинг.*



### 3. ЭТИКЕТНИНГ 10 ТА УМУМИЙ ҚОИДАЛАРИДАН ХАБАРИНГИЗ БОРМИ?

АҚШнинг давлат хизмати ходимлари ушбу қоидалардан ногиронлар билан мулоқотда амал қилишни тавсия этади:

1. Ногирон одам билан суҳбат пайтида имо-ишора тилида унинг таржимони орқали эмас, тўғридан-тўғри гаплашинг.

2. Сизни ногирон одам билан таништирганда у билан қўл бериб кўришинг.

3. Кўзи яхши кўрмайдиган ёки ожиз одам билан учрашганда ўзингиз ва ёнингиздаги инсонларни алоҳида-алоҳида таништинг. Агар умумий суҳбатингиз бўлса, ҳозир ким билан мулоқотга киришаётганингизни айтинг.

4. Агар ёрдам таклиф қилсангиз, қабул қилинишини кутинг, кейин нима ва қандай қилиш кераклигини сўранг.

5. Ногиронларнинг ёшига қараб мурожаат қилинг, яқиндан танисангизгина у билан сенсираб гаплашинг.

6. Нутқида муаммолари бўлган одам билан гаплашаётганда уни диққат билан тингланг. Нутқини тугатишини кутинг. Тузатманг ёки у учун гапни яқунламанг. Тушунмасангиз ҳам буни унга билдирманг.

7. Агар сиз ногиронлар аравачаси ёки қўлтиқтаёқдан фойдаланган одам билан гаплашсангиз, ўзингизни шундай тутингки, кўзларингиз унинг кўзлари билан бир хил даражада бўлсин! Шунда сиз билан гаплашиш осонроқ бўлади.

8. Эшитиши қийин бўлган одамнинг эътиборини жалб қилиш учун қўлингизни силкитиб ёки елкасига енгилгина уриб қўйинг. Тўғридан-тўғри унинг кўзларига қаранг ва аниқ гапиринг, аммо эсда тутингки, эшитиш қобилияти паст бўлган барча одамлар лабларни ўқий олмайди. Улар билан гаплашаётганингизда шундай турингки, сизга нур тушиб турсин! Шунда сиз аниқ кўринасиз, ҳеч нарса (озик-овқат, сигарет, қўллар) сизни безовта қилмаслигига ҳаракат қилинг.

Тинчланинг. Агар тасодифан хато қилсангиз, хижолат бўлманг.

*Доимо ёдда тутинг!!!*

*Ногирон одамларнинг асосий муаммоларидан бири ёлғизлик ва бошқалар билан тўлиқ алоқа қилишининг иложи йўқлигидир. Шунинг учун улар билан мулоқотда очиқ ва дўстона бўлишга интилинг!*

#### **4. ҲАРАКАТЛАНИШДА ҚИЙИНЧИЛИКЛАРИ БЎЛГАН ОДАМЛАР БИЛАН ҚАНДАЙ МУЛОҚОТ ҚИЛИШИНГИЗ КЕРАК?**

1. Ногиронлар аравачаси ундаги инсоннинг дахлсиз макони эканини унутманг. Унга суйанманг, итариб юборманг, оёқларингизни унинг рухсатисиз кўйманг. Ногиронлар аравачасини эганинг рухсатисиз юрғазиш одамни унинг рухсатисиз ушлаш ва олиб юриш билан баробардир.

2. Ёрдам беришдан олдин унинг бунга эҳтиёжи бор ёки йўқлигини сўранг.

3. Агар сизнинг ёрдам бериш таклифингиз қабул қилинса, нима қилиш кераклигини сўранг ва кўрсатмаларга аниқ амал қилинг.

4. Ногиронлар аравачасида бўлган одамни орқа ёки елкасига урманг.

5. Иложи бўлса, юзингизнинг бир хил даражада бўлишига эътибор қаратинг. Сухбатдошингиз бошини орқага ташлаб кўйиши керак бўлган вазиятдан қочинг.

6. Агар йўлда тўсиқлар бўлса, олдиндан қарор қабул қилиш учун ногиронни огоҳлантиринг.

Ногиронлар аравачасидан фойдаланиш заруратини фожиа деб ўйламанг.

## **5. КЎРИШ ҚОБИЛИЯТИ ЁМОН ЁКИ КЎЗИ ОЖИЗ ИНСОНЛАР БИЛАН ҚАНДАЙ МУЛОҚОТДА БЎЛИШИНГИЗ КЕРАК?**

1. Ёрдамингизни таклиф қилиб, одамни йўналтиринг. Кўр одамни ушлаб, уни судраб юришнинг ҳожати йўқ.

2. Агар ёрдамингиз рад этилса, хафа бўлманг.

3. Қаерда эканингизни қисқача тасвирлаб беринг. Масалан: “Залнинг марказида сиздан тахминан олти қадам нарида стол бор”. Ёки: “Эшикнинг чап томонида, сиз кирганингизда қаҳва столи”. Тўсиқлар ҳақида огоҳлантиринг: зиналар, кўлмақлар, кудуқлар, қувурлар ва бошқалар.

4. Агар мос келадиган бўлса, овоз, ҳид, масофани ифодаловчи иборалардан фойдаланинг.

5. Ногиронларнинг йўл кўрсатиб кетувчи итларига оддий уй ҳайвонлари каби муомалада бўлманг. Буйруқ берманг, тегманг ва у билан ўйнаманг.

6. Брайл, катта шрифт, флоппи, аудио кассеталардан қандай маълумот олишни истаётганини ҳар доим сўранг. Агар сиз маълумотни керакли форматга таржима қила олмасангиз, уни ўзида мавжуд бўлган шаклда беринг. Бу ҳар нарсадан кўра яхшироқдир.

7. Агар кўзи ожиз одамга у-бу китобни ўқиб беришни режалаштирган бўлсангиз, аввал бу ҳақида огоҳлантиринг. Оддий овоз билан ўқиб беринг. Агар ўзи сўрамаса, баъзи маълумотларни ўқиманг. Агар бу муҳим хат ёки ҳужжат бўлса, ушбу ҳужжат ҳақида ишонч ҳосил қилиш учун кўлига теккизиш керак эмас. Шу билан бирга, ўқишни тушунтириб бериш билан алмаштирманг. Кўзи ожиз одам ҳужжатни имзолаши керак бўлса, уни, албатта, ўқиб беринг. Чунки кўзи ожиз инсон ҳужжатлар билан жавобгарликдан озод этилмайди.

8. Ҳар доим ўзингизни ва бошқа суҳбатдошларни кўзи ожиз одамга таништиринг.

9. Кўзи ожиз одамга ўтиришни таклиф қилганингизда, уни стулга ўтирғизиб қўймасдан, қўлини стулнинг орқа суянчиғига йўналтиринг. Уни бегона нарсалар билан таништираётганда қўлини предмет устига қўйиб пайпаслат-тирмасдан объектга эркин тегиниш имконини беринг.

10. Бир гуруҳ кўзи ожизлар билан мулоқот қилсангиз, ҳар сафар мурожаат қилаётган кишингизни исми билан чақиришни унутманг.

11. Суҳбатдошингизни бўш жойга кўчиришга мажбур қилманг. Агар бошқа жойга ўтмоқчи бўлсангиз, уни огоҳлантиринг.

12. “Кўрмоқ, қараш” сўзларини ишлатишдан тийилинг. Кўзи ожиз одам учун бу “қўллари билан кўриш, тегиниш” деган маънони англатади.

13. Одатда, имо-ишоралар, иборалар билан бирга келадиган “шиша столнинг бир жойида”, “бу сизга яқин...” каби ноаниқ таърифлар ва кўрсатмалардан қочинг. Кўрсатмаларингизнинг аниқ бўлишига ҳаракат қилинг: “шиша столнинг ўртасида”, “сизнинг ўнг тарафингиздаги стул”. Имо-ишораларни сўзларга кўчиринг.

14. Агар кўзи ожиз одам кетаётган йўналишидан чиқиб кетганини сезсангиз, унга яқинлашиб, тўғри йўлга чиқишига ёрдам беринг.

15. Зиналардан пастга тушириш ёки кўтаришда уларнинг қадамларини перпендикуляр қўйиши учун йўналтиринг. Юраётганингизда кескин ҳаракатлар қилманг. Кўзи ожиз одам билан бирга юраётганингизда қўлингизни белига қўйманг.



## **6. ЭШИТИШ ҚОБИЛИЯТИ ПАСТ БЎЛГАН ИНСОНЛАР БИЛАН ҚАНДАЙ МУЛОҚОТ ҚИЛИШНИ БИЛАСИЗМИ?**

1. Эшитиш қобилияти паст одам билан гаплашаётганда унга тўғридан-тўғри қаранг.

2. Сухбатдошингиз юз ифодасини кузатиши учун юзингизни қўлларингиз, сочларингиз ва бошқа нарсалар билан тўсиб қўйманг.

3. Эшитмасликнинг бир неча тур ва даражалари мавжуд. Шунга кўра эшитиш қобилияти паст одамлар билан мулоқот қилишнинг кўплаб усуллари мавжуд. Қайси бири маъқул эканлигини билмасангиз, улардан сўранг.

4. Баъзи одамлар эшитиши мумкин, лекин индивидуал товушларни нотўғри қабул қилади. Бундай ҳолда тегишли даражани танлаб, баландроқ ва аниқроқ гапиринг. Бошқа ҳолатда эса овоз баландлигини пасайтиринг. Чунки улар юқори частоталарни сезиш қобилиятини йўқотган бўлади.

5. Эшитиши қийин бўлган одамнинг эътиборини жалб қилиш учун уни исми билан чақиринг. Агар жавоб бўлмаса, унга қўлингизни силкитишингиз ёки елкасига енгил теккизишингиз мумкин.

6. Аниқ ва раvon гапиринг. Бир нарсани кўп таъкидлаш, айниқса, қулоғига қичқириб тушунтириш керак эмас.

7. Агар бирор нарсани такрорлаш сўралса, жумлангизни бошқа сўзлар билан тушунтириб кўринг. Имо-ишоралардан фойдаланинг.

8. Сизни тушунишганига ишонч ҳосил қилинг. Агар рақам, техник ёки бошқа мураккаб атамаларни ўз ичига олган маълумот берсангиз, аниқ тушунарли бўлиши учун қоғозга ёзинг, факс, электрон почта орқали ёки бошқа усулда беринг.

9. Агар оғзаки мулоқотда қийинчиликлар бўлса, ёзишиш осонроқ бўладими-йўқми сўранг. Катта ёки гавжум хоналарда

эшитиш қобилияти паст одамлар билан мулоқот қилиш қийин. Ёрқин куёш ёки соя ҳам тўсиқ бўлиши мумкин.

10. Мавзуни огоҳлантиришсиз ўзгартирманг. Эшитиш қобилияти паст одамларнинг ҳаммаси ҳам лабларни ўқий олмайди. Шунинг учун биринчи учрашганингизда бу ҳақида сўранг.

11. Сиз гаплашаётган одамга қарашингиз, аниқ ва секин гапиришингиз, содда ибораларни ишлатишингиз ва аҳамиятсиз сўзларни гапиришдан қочишингиз керак.

## **7. РИВОЖЛАНИШИДА КЕЧИКИШ БЎЛГАН ВА СЎЗЛАШИШДА МУАММОЛАРИ БЎЛГАН ОДАМЛАР БИЛАН ҚАНДАЙ МУЛОҚОТ ҚИЛИШНИ БИЛАСИЗМИ?**

1. Содда сўз ва иборалардан фойдаланинг, фикрингизни аниқ ифода этинг.

2. Агар суҳбатдошингиз оғзаки нутқ ва мажозий иборалар билан таниш эканига ишончингиз комил бўлмаса, уларни ишлатишдан сақланинг.

3. “Юқоридан туриб” гапирманг. Улар сизни тушунмайди деб ўйланг.

4. Вазифа ёки лойиҳа ҳақида гапирганда ҳамма нарсани “қадамма-қадам” айтиб беринг, суҳбатдошингиз ҳар бир қадам бўйича тушунганига ишонч ҳосил қилинг.

5. Агар керак бўлса, расмлар ёки фотосуратлардан фойдаланинг. Агар бир неча марта сизни тушунмаса, таслим бўлманг.

6. Ривожланишида муаммолари бўлган одамга худди бошқа соғлом одамларга муомала қилгандек муомала қилинг. Суҳбатда сиз бошқалар билан муҳокама қиладиган бир хил мавзуларни муҳокама қилинг. Масалан, ҳафта охири режалари, таътил, об-ҳаво, сўнгги воқеалар ва ҳоказо.

7. Шунини эсда тутингки, ривожланишида кечикиш бўлган одамлар ҳам ваколатли ҳужжатларга имзо қўйиши, шартномалар тузиши, сайловларда қатнашиши, тиббий ёрдамга розилик бериши мумкин.

8. Агар керак бўлса, сиз ўзингизнинг хабарингиз ёки таклифингизни қоғозга ёзиб беришингиз мумкин. Телефон рақамингизни қоғозда кўрсатинг, кейинги учрашувда ушбу масалани муҳокама қилишга таклиф этинг.

**Психиатрик муаммолари бўлган одамлар** билан ривожланишида муаммолари мавжуд бўлган одамлар бир хил эмас. Руҳий муаммолари бўлган одамларда ҳиссий сиқилиш ёки тартибсизлик бўлиши мумкин, бу уларнинг ҳаётини мураккаблаштиради. Уларнинг ўзига хос ва ўзгарувчан дунёқараши бор.

1. Руҳий касалликлари бўлган одамларни қўшимча ёрдам ва махсус даволанишга муҳтож деб ўйлашнинг ҳожати йўқ.

2. Руҳий касалликлари бўлган одамларга индивидуал муносабатда бўлинг.

3. Руҳий касалликлари бўлган одамларни бошқаларга қараганда зўравонликка кўпроқ мойил деб ўйламаслик керак. Агар сиз самимий бўлсангиз, улар ўзларини эркин ҳис қилади.

4. Руҳий ногирон одамлар ҳужжатларни имзолаши ёки даволанишга розилик бера олмаслиги ҳақиқат эмас. Чунки уларнинг ногиронлик даражаси турли хил бўлади. Ушбу ҳолат қонун ҳужжатларда ҳам ўз аксини топган.

5. Ақлий ногиронлиги бўлган одамлар аксарият одамларга қараганда тушунуш ёки паст даражадаги ақлга эга деган тушунчалар ёлғон.

6. Ақлий имконияти чекланган одамлар маълум қўникма ва қобилиятларни талаб қиладиган кўплаб вазифаларни бажара олади.

7. Ақли заиф одамлар ўзларига нима яхши ва нима ёмонлигини билишмайди деб ўйламанг.

8. Агар руҳий касалликка чалинган одам хафа бўлса, унга ёрдам бериш учун нима қилишингиз мумкинлигини босик оҳангда сўранг.

9. Агар сизда бирор-бир сабаб бўлса ҳам, ақли заифлиги бўлган одам билан кескин гаплашманг.

## **8. НУТҚИДА МУАММОЛАР БЎЛГАН ОДАМЛАР БИЛАН ҚАНДАЙ МУЛОҚОТГА КИРИШАСИЗ?**

1. Нутқида муаммолар бўлган одамларни эътиборсиз қолдирманг, чунки уларни тушуниш сизнинг манфаатларингизга мос келади.

2. Гапиришда қийналган одамнинг гапини чалғитманг ёки тузатманг. Суҳбатни у аллақачон ўз фикрини тугатганига амин бўлганингизда бошланг.

3. Суҳбатни тезлаштиришга уринманг. Нутқи қийин бўлган одам билан суҳбат сиздан кўпроқ вақт талаб қилишига тайёр тулинг. Агар сиз шошаётган бўлсангиз, кечирим сўраш ва бошқа кун гаплашишга келишиб олган яхшироқдир.

4. Суҳбатдошнинг юзига қаранг, кўз билан алоқа қилинг. Ушбу суҳбатга барча эътиборингизни қаратинг.

5. Гапиришдаги қийинчилик одамнинг ақл даражасининг пастлигидан далолат бермайди.

6. Қисқа жавоблар ёки бош қимирлатишни талаб қиладиган саволларни беришга ҳаракат қилинг.

7. Агар сизга айтилган нарсани тушунмасангиз, ўзингизни тушунгандай тутманг. Тушунмаган нарсангизни сўрашдан уялманг. Яна тушуна олмасангиз, ундан сўзни секинроқ, бирма-бир айтишини сўранг.

8. Шуни унутмангки, нутқда қийналаётган одам ҳам нутқ сўзлаши керак. Унга халақит берманг ва шошилтирманг.

9. Гапиришда қийналган одам сизни тушунмайди деб ўйламанг.

10. Бошқа одамларнинг овозли мосламалари билан ўйнаманг.

11. Агар сиз мулоқотда муаммоларга дуч келсангиз, суҳбатдошингиздан бошқа усулда (ёзиш ва ҳоказо) гаплашишни сўранг.

## **9. ГИПЕРКИНЕЗЛИ (ДЦП) ОДАМЛАР БИЛАН ҚАНДАЙ АЛОҚА ҚИЛАСИЗ?**

Гиперкинез – одатда мия ярим фалажи билан оғриган одамларга хос бўлган тананинг ёки оёқ-қўлларнинг ноодатий ҳаракатлари. Мажбурий ноодатий ҳаракатлар орқа мия шикастланган одамларда ҳам пайдо бўлиши мумкин.

1. Агар сиз гиперкинезли одамни кўрсангиз, унга тикилиб қараманг.

2. Гаплашаётганда суҳбатдошингизнинг ноодатий ҳаракатларига чалғиманг. Чунки бунда беихтиёр бирор муҳим нарсани эшитмай қолишингиз мумкин. Натижада икковингизни ҳам ноқулай аҳволга соласиз.

3. Ҳамманинг эътиборини жалб қилмасдан бегараз ёрдам таклиф этинг.

4. Гиперкинез билан оғриган одам билан столга ўтиришдан олдин, қайси сервис қулайлигини сўранг. Унга чуқур ёки саёз идишлар, паст ёки баланд чашка ва бошқалар керак бўлиши мумкин.

5. Агар дўконда гиперкинез билан оғриган одам сиздан ҳамёнини олиб, пулини тўлашда ёрдам беришини сўраса ёки сумкасига харид қилинган буюмини солиб қўйишингизни сўраса, ушбу сўровни бажаришдан қўрқманг.

6. Транспортда ёрдамнингизни таклиф қилишдан олдин бунинг зарур ёки йўқлигини сўранг. Ўтирган жойингизни унга бўшатиб берганингизда ўтиришини талаб қилманг.

7. Зиддият кўзгашдан кўрқинг. Ҳатто суҳбатдошингиз асабийлашаётганини кўрсангиз ҳам, мулоҳазангизни секинлик билан тушунтиринг.

8. Гиперкинез одамлар билан нутқда ҳам қийинчиликлар мавжуд. Бундай ҳолда “Нутқда муаммоси бўлган одамлар” мавзусида келтирилган тавсияларни қўлланг.

Албатта, турмуш тарзимизда ногиронлар билан мулоқотга киришиш ўзига хос қийинчилик туғдиради. **Биз жаҳон руҳшунослари томонидан берилган тавсияларга амал қилиш орқали ушбу муаммоли вазиятларнинг енгил ечимини топишимиз мумкин.**

**Энг асосийси ёдда тутинг!**

*Уни ўзингизга тенг деб тан олинг!*

Одатда, ногирон одам пайдо бўлганда соғлом одамларнинг юзида кўркув ва тартибсизлик пайдо бўлади. Айниқса, агар бизнинг рўпарамизда мия фалажидан азоб чекаётган, юз мушакларини бошқаролмайдиган одам турган бўлса, ҳатто салом айтолмайдиган ёки бошини умуман қимирлата олмайдиган даражада бўлса, бундай пайтларда биз тезроқ уятчан кўзларимизни ерга туширамиз. Буни қилишнинг эса умуман ҳожати йўқ! Ногирон учун қила оладиган энг яхши нарса бу унга “у бундай эмас” эканини яна бир бор эслатишдир. Бунинг учун эса ногирон одамга қарашдан ва у билан фаол алоқа қилишдан кўркмаслик керак. Ногирон киши билан гаплашаётганда суҳбат пайтида тўғридан-тўғри мурожаат қилинг. Унинг имкониятларидан фойдаланинг. Касал одам билан алоқа қилганда бепарволик билан уни ва ўзингизни ноқулай вазиятга туширмаслик керак. Агар сиз бундай одам билан боғланишингиз керак бўлса, унинг ҳақиқий имкониятлари ҳақида маълумотга эга бўлинг. Масалан, мия ярим фалажига чалинган кўп одамлар нима ҳақида гап кетаётганини жуда яхши билади. Аммо айти пайтда улар қўлларини ёки оёқларини ҳаракатга келтира

олмайди. Агар сиз кичик болалар билан гаплашганингиз сингари баланд овозда гаплашсангиз, уларни хафа қилишингиз мумкин.

***Раҳм кўрсатмасликка ҳаракат қилинг!***

Ҳақиқат шундаки, агар яқинлар ушбу ҳақиқатни тўғри қабул қилмаса, ногиронлар аравачасида ўтирган одамнинг ҳаёти ҳеч қачон яхшиланмайди. Бундай ҳолат одамни фақат хафа қилади. Аксинча, унга касалликка қарши курашиш учун жасорат керак. Бунда энг яхши тактика ачиниш эмас, балки унинг кучига ва хотиржамлигига ишонишдир. Агар одам безовталанадиган бўлса, касаллик билан курашиш мумкин эмас. Босиқлик барча ютуқлар ўрнатиладиган платформадир. Шунинг учун ногирон одам билан бўлганингизда ачинарли кўринишни олиб ташланг. Яхшиси, уни яхши табассум билан қўллаб-қувватланг.

***Биз уларни қандай чақиримиз муҳимдир!***

Улар билан бевосита мулоқот қилишда юқорида келтириб ўтилган, руҳшунослар томонидан тавсия этилаётган терминология, сўз бирикмаларидан фойдаланишга ҳаракат қилинг! Бу улар учун жудаям муҳимдир!

**ЯКУБОВА ИРОДА БАХРАМОВНА  
УМАРХАНОВА ДИЛДОРА ШАРИПХАНОВНА**

**НОГИРОНЛИГИ БЎЛГАН ШАХСЛАР БИЛАН МУЛОҚОТ:  
ФЙДАЛИ ТАВСИЯЛАР**

**Рисола**

*Масъул муҳаррир: Ҳ. Салоева  
Муҳаррир: С. Тошева  
Техник муҳаррир: У. Сапаев  
Компьютерда саҳифаловчи: Д. Ражапов*

Босишга рухсат этилди: 116.06.2021.  
Ҳажми: 1.4 б.т. Адади: 40. Буюртма: № 19.

Тошкент давлат юридик университети.  
Типография бўлимида чоп этилди.  
Тошкент шаҳри, Сайилгоҳ кўчаси, 35-уй.



