

## ЎЗ ЖОНИГА ҚАСД ҚИЛИШНИНГ ОЛДИНИ ОЛИШ БЎЙИЧА ХОРИЖИЙ АМАЛИЁТ

Ўз жонига қасд қилиш дунёнинг барча мамлакатларини қамраб олган глобал муаммодир. Ўз жонига қасд қилиш юқори даромадли мамлакатларда кўпроқ учрайди, деган тушунчага қарамай, аслида, ўз жонига қасд қилишнинг 75 фоизи ўрта ва паст даромадли мамлакатларда содир бўлади<sup>1</sup>. Ўз жонига қасд қилиш турли ёш гуруҳларида ўлимнинг кенг тарқалган сабабидир. Одамларнинг ўз жонига қасд қилишдан ўлиши ёки бунга уринишдан азият чекишидан ташқари ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари марҳумнинг оиласи ва дўстларига, шунингдек, маҳаллий аҳолига, умуман, мамлакатга билвосита жиддий зарар етказди.

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти (ЖССТ)нинг глобал обсерваторияси маълумотларига кўра, сўнгги ўн йилликлар ўз жонига қасд қилиш билан боғлиқ ўлим даражасининг пасайиши билан ажралиб турди: глобал умумий кўрсаткич 100 000 аҳолига 14,03 дан 8,96 ҳолатга ўзгарган, эркаларнинг ўз жонига қасд қилиш даражасининг нисбий сони 33% га (100 000 аҳолига 18,86 дан 12,61 гача) ва аёлларнинг ўз жонига қасд қилиш даражаси 43% га (100 000 аҳолига 9,54 дан 5,44 гача) камайган. Америка қитъасидан ташқари барча минтақаларда ўз жонига қасд қилиш даражаси Шарқда 17% дан Европада 47% гача камайганини кўриш мумкин<sup>2</sup>.

Бугунги кунда манфаатдор давлат ва жамоат ташкилотларининг ташаббускор гуруҳлари томонидан яратилган ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича мавжуд миллий стратегиялар кенг қамровли, деб эътироф этилган. Бундай стратегиянинг муҳим жиҳати хавф гуруҳларида ўз жонига қасд қилиш хатти-ҳаракатларининг олдини олишдир.

Дарҳақиқат, ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш мумкин, деб ҳисоблайди аксарият соҳа мутахассислари. Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олишга доир миллий чора-тадбирлар самарадорлигининг гарови – бу йўналишда кенг қамровли ва кўп тармоқли стратегиясининг мавжудлигидир. Миллий стратегия муваффақиятини таъминлаш учун соғлиқни сақлаш тизими ва аҳолининг бошқа давлат ва нодавлат соҳалари ўртасида ҳамкорлик таъминланиши керак. Маҳаллий ҳамжамият ҳам, оммавий ахборот воситалари ҳам ўз жонига қасд қилиш мавзусининг масъулиятли тарзда ёритилишида иштирок этиши лозим.

Эрта профилактика ҳар қандай ишлаб чиқилган стратегиянинг муҳим таркибий қисмидир. Ўз жонига қасд қилиш ва уринишларнинг олдини олишда айрим кенг тарқалган воситалар, жумладан, захарли кимёвий моддалар, ўқотар қуроллар ва баъзи дори препаратларидан фойдаланишни чеклаш ҳам амалиётда самарали усул ҳисобланади. Шунингдек, ўз жонига қасд қилиш воситаларидан фойдаланишни чеклашда маҳаллий ҳамжамият билан биргаликда самарали чораларни белгилаш ўз жонига қасд қилиш сонини қисқартиришга ёрдам беради.

Қолаверса, ЖССТга кўра, ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш соғлиқни сақлаш хизматларининг энг муҳим таркибий қисмларидан бири

<sup>1</sup> Preventing suicide: a global imperative. Geneva: World Health Organization; 2014.

<sup>2</sup> [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/age-standardized-suicide-rates-\(per-100-000-population\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/age-standardized-suicide-rates-(per-100-000-population))

бўлиши керак. Руҳий бузилишлар ва зарарли спиртли ичимликларни истеъмол қилиш бутун дунё бўйлаб ўз жонига қасд қилиш кўрсаткичи ошишига олиб келади. Ҳолатларни эрта аниқлаш ва самарали бошқарув кўмакка муҳтож кишиларга зарур ёрдам кўрсатишнинг энг муҳим шартидир. Кенг қамровли ёрдам кўрсатиш – бу руҳий касалликлар, алкохол билан боғлиқ касалликлар ва бошқа хавф омиллари натижасида содир етилган ўз жонига қасд қилишлар сонини камайтиришнинг калитидир.

Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олишда маҳаллий ҳамжамият ҳал қилувчи роль ўйнайди. Улар инқирозли вазиятларда заиф одамларга ижтимоий ёрдам кўрсатиши ва доимий қўллаб-қувватлашда иштирок этиши, стигматизация билан курашиши, ўз жонига қасд қилишга уринганлар билан мунтазам алоқада бўлиши ва ўз жонига қасд қилиш натижасида яқинларини йўқотган одамларга кўмак бериши мумкин.

ЖССТнинг 2013–2020 йиллардаги руҳий саломатлик бўйича комплекс Ҳаракат режасини амалга ошириш устида ишлаган айрим мамлакатлар ўз жонига қасд қилиш даражасини 10 фоизга камайтиришга еришиш учун ҳаракат қилишди. Масалан, Англия ўзининг “Ҳаётни асраш – 1999: мамлакат саломатлигини яхшилаш”<sup>3</sup> миллий соғлиқни сақлаш стратегиясида 2010 йилга келиб руҳий саломатлик соҳасида ўз жонига қасд қилиш ва келиб чиқиши номаълум жароҳатлардан ўлим даражасини камида 20% га камайтиришни мақсад қилиб қўйди. Бу мақсадга 2008 йилга келиб муваффақиятли еришилди<sup>4</sup>. Зеро, асосий фаолият билан боғлиқ миқдорий кўрсаткичлар барча соҳаларни бирлаштирган миллий чора-тадбирларни амалга оширишнинг мувофиқлаштирилган жараёнидаги муҳим босқичларни белгилаб беради.

Ана шундай ижтимоий лойиҳалардан яна бири “Европада ёшлар ҳаётини сақлаб қолиш ва қўллаб-қувватлаш” (Saving and Empowering Young Lives in Europe, SEYLE) дастуридир. Ушбу лойиҳа доирасида ёшларга руҳий саломатлик масалалари ҳақида маълумот беришни назарда тутувчи кўп компонентли дастур ишлаб чиқилиб, синовдан ўтказилган. Яъни SEYLE – бу 11та Европа давлатида синовдан ўтказилган мактаб тизимида асосланган профилактика дастури бўлиб, у ўсмир ёшларнинг руҳий саломатлигини яхшилашга қаратилган<sup>5</sup>. Дастур доирасида ҳар бир мамлакатда учта фаол ва битта минимал назорат тадбиридан иборат тасодифий назорат синови ўтказилди. Фаол тадбирларда кузатувчи (вахтёр)ларни тайёрлаш, хавф остида бўлган ўсмирларнинг руҳий саломатлиги ва касбий текшируви бўйича ахборот-таълим дастури ўрин олган<sup>6</sup>.

Фақат минимал назорат тадбирига қамраб олинган ўсмирлар билан солиштириганда, руҳий саломатлик бўйича таълим дастурида қатнашганларда

---

<sup>3</sup> Saving lives: our healthier nation. London: Secretary of State for Health; 1999.

<sup>4</sup> National suicide prevention strategy for England. Annual report on progress. London: National Mental Health Development Unit; 2009.

<sup>5</sup> Carli V, Wasserman C, Wasserman D, Sarchiapone M, Apter A, Balazs J et al. The saving and empowering young lives in Europe (SEYLE) randomized controlled trial (RCT): methodological issues and participant characteristics. BMC Public Health. 2013;13(1):479. doi:10.1186/1471-2458-13-479

<sup>6</sup> Wasserman C, Hoven CW, Wasserman D, Carli V, Sarchiapone M, Al-Halabi S et al. Suicide prevention for youth – a mental health awareness program: lessons learned from the Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE) intervention study. BMC Public Health. 2012;12:776. doi:10.1186/1471-2458-12-776.

кейинги 12 ой ичида ўз жонига қасд қилиш фикрлари ва ниятлари, ўз жонига қасд қилишга уринишларнинг сезиларли даражада пастлигини кўрсатди.

Бунда ахборот-таълим дастурларини мақбул тарзда амалга ошириш учун маҳаллий ҳокимият органлари, мактаблар, ўқитувчилар ва бошқа манфаатдор томонларнинг ёрдами ва қўллаб-қувватлашига эътибор қаратиш муҳимдир.

**Шотландия – кенг қамровли, кўп тармоқли стратегия**<sup>7</sup>. 2002 йилда Шотландия “Ҳаётни танланг” сарлавҳаси остида ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича миллий стратегия ва ҳаракатлар режасини ишга туширди ҳамда унинг доирасида 2013 йилга қадар мамлакатда ўз жонига қасд қилиш даражасини 20% га камайтириш кўзда тутилган эди. Шотландияда ўз жонига қасд қилиш даражаси доимий равишда ўсиб борди, айниқса, эркаклар ўртасида 2001 йилда бу 100 000 кишига 27 (аёллар учун 100 000 кишига 9)ни ташкил этди. “Ҳаётни танланг” миллий руҳий саломатлик дастури аҳоли саломатлигини яхшилаш, тенглик ва тенгсизликларни бартараф этишга қаратилган сиёсатнинг бир қисми сифатида ишлаб чиқилган ва амалга оширилган. Натижада аҳолининг руҳий саломатлигини мустаҳкамлашга қаратилган мақсад ва ташаббуслар доирасида ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича ишлар олиб борилди.

Муниципал кенгашлар, полиция, тез тиббий ёрдам хизматлари, қутқарув хизматлари, камоқхона маъмуриятлари ва асосий нодавлат нотижорат ташкилотлари вакиллари ўз ичига олган миллий тармоқ ташкил этилди, кадрлар тайёрлаш ва салоҳиятни ошириш миллий дастури ишга туширилди.

32 та муниципалитет учун амалга ошириш режаси ишлаб чиқилган бўлиб, ҳар бир маҳаллий режа қуйидаги учта устуворликни ўз ичига олади:

- соғлиқни сақлаш, тиббий ва ижтимоий ёрдам, таълим, уй-жой, полиция, ижтимоий таъминот ва бандлик хизматларида ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича мувофиқлаштирилган ҳаракатларга эришиш;

- ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш учун зарур бўлган салоҳиятни кучайтириш мақсадида турли форматдаги мутахассислар учун ўқув дастурларини ишлаб чиқиш;

- жамият ва маҳалла даражасидаги тадбирларни молиялаштириш.

2002 ва 2006 йиллар оралиғида Шотландия ҳукумати “Ҳаётни танланг” режасига 20,4 миллион фунт стерлинг сармоя киритди.

**Натижалар.** 2006 йилда режани амалга оширишнинг биринчи босқичининг оралиқ натижаларини мустақил баҳолаш амалга оширилди. Натижалар муҳим босқичлар сари сезиларли ютуқларга эришганини кўрсатди, аммо “Ҳаётни танланг” мақсадларини бошқа миллий сиёсатларга киритишни давом эттириш учун барқарор ривожланишга алоҳида эътибор қаратиш зарур эди. Ушбу баҳолашлар, шунингдек, миллий даражадаги мақсадли ҳаракатлар, масалан, клиник хизматларни, шу жумладан, гиёҳванд моддаларни даволаш хизматларини яхшироқ интеграциялашуви зарурлигини аниқлади. 2000–2002 ва 2010–2012 йиллар оралиғида Шотландияда ўз жонига қасд қилиш даражаси 18 фоизга камайди. Ҳаётни танланг режасини баҳолаш 2012 йилда якунланди.

---

<sup>7</sup> Ўз Жонига қасд қилишнинг олдини олиш Стратегияси, 2013–2016, Шотландия Ҳукумати, 2013.

**Швейцария – хилма-хилликка муносабат**<sup>8</sup>. Швейцарияда ўз жонига қасд қилиш даражаси бошқа Европа мамлакатларига нисбатан ўртача даражада: 2011 йилда мамлакатда ўз жонига қасд қилиш натижасида 1034 киши вафот этган.

Швейцария федерал тузилишга эга бўлиб, соғлиқ суғуртаси ва соғлиқни сақлаш маълумотлари каби умумий масалалар Федерал соғлиқни сақлаш бошқармаси томонидан ҳал қилинади. Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш учун асосий масъулият Швейцариянинг 26 кантонида бўлгани сабабли миллий ҳаракатларни мувофиқлаштириш осон иш эмас. Бироқ 2010–2015 йилларда ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича Цуг кантонал стратегияси каби кантонал даражада ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича чоратадбирларни муваффақиятли амалга ошириш тажрибаси мавжуд. Швейцария кантонларининг ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш соҳасидаги ютуқларига ўз жонига қасд қилиш воситаларидан фойдаланишни чеклаш бўйича лойиҳалар, оммавий ахборот воситалари мониторинги, эпидемиологик назорат, ўз жонига қасд қилишга уринган шахсларни қисқа муддатли тадбирлар ва кузатувлар, кузатувчиларни (вахтёр) тайёрлаш, халқаро ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш куни муносабати билан тушунтириш ишлари, ўз жонига қасд қилиш натижасида яқинларини йўқотган одамлар учун ўз-ўзига ёрдам гуруҳлари ва ишонч телефонлари мисол бўла олади.

**Федерал давлат муаммолари.** Маҳаллий даражада ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш ва унга қарши чоралар кўриш муваффақиятига қарамай, кантонлар учун миллий мувофиқлаштиришнинг этишмаслиги муаммо бўлиб қолмоқда. Натижада кантонлар учун илғор тажриба алмашиш ва бири-биридан ўрганиш имкониятининг йўқлиги, ресурсларни тақсимлаш ва назорат қилишда миллий мувофиқлаштиришнинг йўқлиги каби қийинчиликлар юзага келади. Баъзан турли хил ресурслар ва фаолиятни амалга ошириш имкониятларига эга бўлган кантонлар ўртасидаги номутаносиблик бўлади, чунки ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича қарорлар кантон даражасида қабул қилинади.

**Олдинга йўл.** 2011 йилдан бери ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича кўпроқ ҳаракат қилиш учун миллий даражада сиёсий босим кучайган. Парламент Федерацияга (Федерал Соғлиқни сақлаш бошқармаси томонидан тақдим этилган) ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича ҳаракатлар режасини ишлаб чиқиш учун мурожаат қилди. Бу жараён барча манфаатдор томонларнинг (кантонлар, нодавлат нотижорат ташкилотлари ва бошқалар) иштирокини, шунингдек, тегишли қонунчилик ёрдами талаб қилади.

**Япония – ижтимоий-иқтисодий ўзгаришлар шароитида ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш**<sup>9</sup>. 1998 йилда Японияда ўз жонига қасд қилишлар сони ўтган йилга нисбатан сезиларли даражада ошди, яъни 24,391 дан 32,863 гача. Ўз жонига қасд қилиш даражаси барча ёш гуруҳларида ўсди, лекин ўрта ёшли эркеклар орасида кескин ўсди. Тан олинган хавф омилларига қарамай, Японияда ўз жонига қасд қилиш ижтимоий табу бўлиб қолди. Бу шахсий муаммо ҳисобланиб, кенг жамоатчилик муҳокамасига киритилмади.

---

<sup>8</sup> Швейцариянинг Федерал Соғлиқни сақлаш бошқармаси, 2014.

<sup>9</sup> Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш марказининг ҳисоботи (Япония).

**Ўзгаришни ҳаракатлантирувчи куч.** 2000 йилда ота-онаси ўз жонига қасд қилган болалар табуни енгиб, ўз бошидан кечирганлари ҳақида матбуотда гапира бошлаганларида, вазият ўзгара бошлади. 2002 йилда Соғлиқни сақлаш, Меҳнат ва фаровонлик вазирлигида “Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш чоралари бўйича эксперт давра суҳбати” бўлиб ўтди. Кейинги ҳисоботда таъкидланишича, ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш стратегияси нафақат тўғри руҳий саломатликни таъминлаш, балки психологик, ижтимоий, маданий ва иқтисодий омилларнинг кўп қиррали таҳлилини ҳам ўз ичига олиши керак. Бироқ бу ҳисобот фақат эксперт тавсияси сифатида кўриб чиқилди ва ҳеч қандай амалий чора-тадбирларда тўлиқ ўз аксини топмади. 2005-2006 йилларда Японияда ўз жонига қасд қилиш “ижтимоий муаммо” деб қарала бошланди, бу эса аниқ ҳаракатларга сабаб бўлди. 2005 йил май ойида LIFELINK нодавлат нотижорат ташкилоти парламент аъзоси билан ҳамкорликда биринчи ўз жонига қасд қилиш форумини ўтказди. Форумда LIFELINK ва бошқа ННТлар ўз жонига қасд қилишнинг зудлик билан комплекс олдини олиш бўйича таклифларни илгари сурди. Форумда иштирок этган Соғлиқни сақлаш, меҳнат ва фаровонлик вазири ҳукумат номидан ўз жонига қасд қилиш муаммосини бартараф этиш учун зудлик билан чора кўришга ваъда берди. Бу қафолатлар оммавий ахборот воситаларида кенг ёритилди.

**Қонунчилик.** Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш стратегиясини ишлаб чиқиш учун 2006 йилда икки партиядан иборат парламент гуруҳи тузилган. Ўз жонига қасд қилишнинг олдини олишни тартибга солувчи қонунни қабул қилишга чақирувчи петицияни имзолаган мингдан ортиқ одамнинг қўллаб-қувватлаши билан Япониянинг ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш тўғрисидаги асосий қонуни 2006 йил июн ойида қабул қилинди ва кучга кирди. Ўшандан бери ҳаракатлантирувчи куч Соғлиқни сақлаш вазирлигидан ўзгарди. Вазирлар Маҳкамасига Меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш ва ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш ягона вазирлик билан чекланиб қолмасдан, кенг қамровли давлат стратегиясига айланди. 2007 йилда ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш ва ўз жонига қасд қилишга уринишдан омон қолганларга ёрдам бериш мақсадида ўз жонига қасд қилишнинг олдини олишнинг умумий тамойиллари қабул қилинди. Улар ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш стратегияси фуқаролари мазмунли ҳаёт кечирадиган жамият қуришга ёрдам беради, деган концепцияга асосланиб, давлат зиммасига турли масъулият юкланган эди. Асосий қонун тамойиллари ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича ҳаракатлар фақат руҳий касалликларга йўналтирилмаслиги, ўз жонига қасд қилиш билан боғлиқ омилларнинг мураккаблигини ҳисобга олиш керак, деган фикрни акс эттиради. Шунинг учун улар манфаатдор томонлар ўртасида яқин ҳамкорликда амалга ошириладиган, яъни профилактика чоралари, ўз жонига қасд қилишга уринишда ёрдам бериш ва ўз жонига қасд қилиш содир бўлган тақдирда яқин атрофга ёрдам беришни ўз ичига олиши керак.

2009 йилда, яъни 2008 йилги глобал иқтисодий инқироздан сўнг Япония ҳукумати ўз жонига қасд қилишнинг олдини олишни кучайтириш бўйича минтақавий фавқулодда вазиятлар жамғармаси орқали ҳаракатлар учун маблағ ажратди. Минтақавий жамғарманинг асосий мақсади – ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш бўйича маҳаллий тадбирларни қўллаб-қувватлаш, шу

жумладан, ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари кўпайиб бораётган муҳим ой бўлган март ойи давомида интенсив тушунтириш кампанияларини қўллаб-қувватлаш эди. 2010 йилда ҳукумат март ойини ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш миллий ойлиги деб эълон қилди. Бундан ташқари, маълумотларни тўплаш жараёни ислоҳ қилинди. Миллий полиция агентлиги шаҳар даражасида ўз жонига қасд қилишнинг батафсил ойлик статистикасини тақдим этиш учун жавобгар бўлди. Бу ўз жонига қасд қилишнинг олдини олиш чора-тадбирларини маҳаллий шароитга мос равишда амалга оширишга ёрдам берди.

2012 йилда ўз жонига қасд қилишнинг олдини олишнинг умумий тамойиллари ёшларни ва илгари ўз жонига қасд қилишга уринганларни қўллаб-қувватлашга алоҳида эътибор қаратиб, қайта кўриб чиқилди.

**Натижалар.** 2009 йилда ўз жонига қасд қилиш даражасининг босқичма-босқич камайиши бошланди ва 2012 йилда 1998 йилдан бери биринчи марта Японияда ўз жонига қасд қилишлар сони 30 000 дан пастга тушди. Ушбу пасайишнинг асосий қисми шаҳарларга тўғри келди. Ёшлар ўртасида ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари тобора ортиб бормоқда, бу эса янги мақсадли чора-тадбирлар зарурлигини кўрсатди. Бироқ ўрта ёш ва қариялар орасида ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари камайди, бу умумий даражанинг пасайишига олиб келди. Миллий полиция агентлиги томонидан тақдим этилган маълумотлар, шунингдек, иқтисодий ва молиявий муаммолар билан боғлиқ ўз жонига қасд қилишлар сонининг сезиларли даражада камайишини кўрсатди.

**“Оила ва хотин-қизлар” илмий-тадқиқот институти  
кичик илмий ходими Зебо Нурмонова тайёрлади**