

**OILA VA GENDER ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI HUZURIDAGI
ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
PhD.21/30.10.2020. Ped/S.127.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

OILA VA GENDER ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI

ABDIRAIMOVA SHAXNOZA ABDUGAPPAR QIZI

**O‘ZBEKISTONDA UZOQ UMR KO‘RISHNING IJTIMOIIY-
DEMOGRAFIK OMILLARI**

22.00.02 – Ijtimoiy tuzilish, ijtimoiy institutlar va turmush tarzi

**Sotsiologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) ilmiy darajasini olish uchun
tayyorlangan dissertatsiya
AVTOREFERATI**

TOSHKENT – 2025

UDK: 314:612.67.014.4(575.1)

**Sotsiologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiya
avtoreferati mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD)
по социологическим наукам**

**Content of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD) in
sociological sciences**

Abdiraimova Shaxnoza Abdugappar qizi

O'zbekistonda uzoq umr ko'rishning ijtimoiy-demografik omillari..... 3

Абдираимова Шахноза Абдугаппар кизи

Социально-демографические факторы долголетия в Узбекистане..... 24

Abdiraimova Shakhnoza Abdugappar kizi

Socio-demographic factors of longevity in Uzbekistan..... 46

E'lon qilingan ishlar ro'yxati

Список опубликованных работ

List of published

works..... 51

**OILA VA GENDER ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI HUZURIDAGI
ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
PhD.21/30.10.2020. Ped/S.127.01 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

OILA VA GENDER ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI

ABDIRAIMOVA SHAXNOZA ABDUGAPPAR QIZI

**O‘ZBEKISTONDA UZOQ UMR KO‘RISHNING IJTIMOIIY-
DEMOGRAFIK OMILLARI**

22.00.02 – Ijtimoiy tuzilish, ijtimoiy institutlar va turmush tarzi

**Sotsiologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) ilmiy darajasini olish uchun
tayyorlangan dissertatsiya
AVTOREFERATI**

TOSHKENT – 2025

**Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi Oliy attestatsiya komissiyasida
B2024.2.PhD/S169 raqam bilan ro'yxatga olingan.**

Dissertatsiya Oila va gender ilmiy-tadqiqot institutida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezume)) Ilmiy kengash veb-saytida (www.moiti.uz) va «Ziyonet» axborot-ta'lim portalida (www.ziyonet.uz) joylashtirilgan.

Ilmiy rahbar:

Abduramanov Xamid Xudaybergenovich
iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Rasmiy oponentlar:

Xusanova Xayriniso Tayirovna
sotsiologiya fanlari doktori (Dsc), dotsent
Tagiyeva Gulsum Gafurovna
sotsiologiya fanlari doktori (Dsc), dotsent

Yetakchi tashkilot:

Farg'ona davlat universiteti

Dissertatsiya himoyasi Oila va gender ilmiy-tadqiqot instituti huzuridagi PhD.21/30.10.2020.Ped/S.127.01 raqamli Ilmiy kengashning 2025-yil "____" _____ soat __:____ dagi majlisida bo'lib o'tadi. Manzil: Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Chilonzor ko'chasi 25-uy. Tel.: (0-371) 267-05-36; faks (71) 267-03-92; E-mail: mvaoiti@exat.uz, mvaoiti@gmail.com; web-sayt: www.moiti.uz

Dissertatsiya bilan Oila va gender ilmiy-tadqiqot institutining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin. (____ raqam bilan ro'yxatga olingan). Manzil: Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Chilonzor ko'chasi 25-uy. Tel.: (71) 203-01-11 faks: (71) 267-03-92; E-mail: mvaoiti@exat.uz, mvaoiti@gmail.com; web-sayt: www.moiti.uz.

Dissertatsiya avtoreferati 2025-yil "____" _____ da tarqatildi.

(2025-yil "____" _____ dagi ____ raqamli reyestr bayonnomasi.

N.M.Egamberdiyeva

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy
kengash raisi, pedagogika
fanlari doktori, professor

B.B.Mavlonov

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy
kengash ilmiy kotibi,
pedagogika fanlari bo'yicha
falsafa doktori (PhD)

Sh.Sodiqova

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy
kengash qoshidagi ilmiy
seminar raisi, sotsiologiya
fanlari doktori, professor

KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda aholining keksayishi va uzoq umr ko'rish muammosi ko'plab ilmiy tadqiqotlar va strategik dasturlarning markazida turibdi. BMT ma'lumotlariga ko'ra, 1950-yilda global miqyosda 90 yoshdan oshganlar soni jami aholi sonining 0,05 foizini tashkil etgan bo'lsa, 2020-yilga kelib, ushbu ko'rsatkich 0,27 foizgacha oshdi. Iqtisodiy va ijtimoiy masalalarni o'rganish bilan shug'ullanuvchi mutaxassislar 2050-yilga borib uzoq umr ko'radiganlar umumiy aholining 0,79 foizini, 2100-yilga kelib esa, 2,14 foizini tashkil etishini bashorat qilmoqdalar¹. Shu bois, davlatlar tomonidan faol va sog'lom uzoq umr ko'rishni ta'minlash borasida maqsadli chora-tadbirlar keng miqyosda amalga oshirilmoqda.

Dunyoning yirik ilmiy markazlarida faol va sog'lom uzoq umr ko'rishni ta'minlash bo'yicha qator tadqiqotlar olib borilmoqda. Xususan, keksalarning ijtimoiy integratsiyasi, oilaviy munosabatlarining uzoq umr ko'rishga ta'siri, ijtimoiy siyosat va pensiya tuzimining barqarorligi yoshlar va keksalar o'rtasidagi avlodlararo aloqalar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlari, madaniy an'analar hamda diniy e'tiqodning uzoq umr ko'rishga ta'sirini tahlil qilish kabi ilmiy yo'nalishlarda tadqiqotlarga ustuvor ahamiyat berilmoqda.

Respublikamizda keksalarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash borasida bir qator islohotlar amalga oshirilmoqda. Xususan, "O'zbekiston – 2030" strategiyasida "aholining o'rtacha umr davomiyligini oshirish", "sog'lom va faol keksalikni ta'minlash"², "Atrof-muhitni asrash va "yashil iqtisodiyot" yili"da amalga oshirishga oid davlat dasturida aniq chora-tadbirlar belgilab berildi. Mahalliy miqyosda sog'lom turmush tarzini targ'ib qiluvchi, yoshi katta shaxslar uchun maxsus faoliyat markazlarini tashkil etish zarur. Shuningdek, keksalar orasida raqamli savodxonlikni oshirish, zamonaviy texnologiyalarni hayotga tadbiq etish, ularni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan tyutorlik va ijtimoiy dasturlarni samarali yo'lga qo'yish muhim hisoblanadi. Bundan tashqari, har bir mahallada reabilitatsiyaga ixtisoslashgan xizmatlar markazlarini ochish orqali aholining umumiy salomatligini yaxshilashga yo'naltirilgan kompleks tadbirlarni amalga oshirish, faol uzoq umr ko'rish strategiyasini ishlab chiqish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni kengaytirish alohida ahamiyat kasb etadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi «O'zbekiston – 2030» strategiyasi to'g'risida³gi PF-158-son Farmoni, 2022-yil 15-martdagi "Nuroniylarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash, ularning turmush darajasini oshirishga

¹ Плотникова Ю.С. Долгожительство человека как социально-демографический феномен: диссертация кандидата социологических наук: 22.00.03 Новосибирск 2011
<http://dlib.rsl.ru/rsl01005000000/rsl01005375000/rsl01005375648/rsl01005375648.pdf>;
<https://www.un.org/development/desa/pd/>. – Population Division.

² O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentyabrdagi "O'zbekiston-2030" strategiyasi to'g'risida"gi PF-158-son Farmoniga 1-ilova 13 va 19-band. (Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 12.09.2023-y., 06/23/158/0694-son; 29.12.2023-y., 06/23/214/0984-son)

³ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi «O'zbekiston 2030» strategiyasi to'g'risida"gi PF-158-son Farmoni. Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 12.09.2023-y., 06/23/158/0694-son; 29.12.2023-y., 06/23/214/0984-son;

doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi PQ-167-son⁴, 2023-yil 27-dekabrda qo‘shilgan “O‘zgalar parvarishiga muhtoj keksalar va nogironligi bo‘lgan shaxslarga ijtimoiy xizmat va yordam ko‘rsatish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-410-son⁵, 2024-yil 25-noyabrda qo‘shilgan “Kambag‘allikdan farovonlik sari” dasturini amalga oshirishga faol nuroniylarni jalb etish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi PQ-405-son qarori⁶, Vazirlar Mahkamasining 2024-yil 27-dekabrda qo‘shilgan “Faol nuroniylarni kambag‘al oilalarga biriktirish hamda mahallada sog‘lom turmush tarzi va ijtimoiy-ma‘naviy muhitni shakllantirishga jalb etish tartibi to‘g‘risidagi nizomni tasdiqlash haqida”gi 892-son qarori⁷ va boshqa normativ-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo‘nalishlariga bog‘liqligi. Mazkur tadqiqot respublika fan va texnologiyalar rivojlanishining II “Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma‘naviy-ma‘rifiy rivojlantirishda innovatsion g‘oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo‘llari”ning ustuvor yo‘nalishi doirasida bajarilgan.

Mavzuning o‘rganilganlik darajasi. Uzoq umr ko‘rish bilan bog‘liq ilk tadqiqotlar qadimgi Yunoniston va Rimda Aristotel, Gippokrat, Arastu (sog‘lom turmush tarzi, to‘g‘ri va muvozanatli ovqatlanish) va Lukresiy (tabiatga muvofiq yashashning ahamiyati) tomonidan amalga oshirilgan⁸. Abu Ali Ibn Sinoning “Tib qonunlari”da sog‘lom faol uzoq umr ko‘rish masalalari yoritib berilgan⁹.

Xorijlik olim M.Veber¹⁰ uzoq umr ko‘rishning ijtimoiy jihatlarini, R.Gunri¹¹ uzoq umr ko‘rish va keksayish jarayonlarining demografik va ijtimoiy jihatlarini, P.Laslett – keksayish va uzoq umr ko‘rishning ijtimoiy jihatlarini, B.Raul va M.Margaret¹² – muvaffaqiyatli qarish: psixologik model va uzoq umr ko‘rishning ijtimoiy-psixologik jihatlarini, R.Blavo¹³ – uzoq umr va boqiylik sirlarini ijtimoiy jihatlarini o‘rgangan. Bu olimlarning ilmiy ishlanmalarida uzoq umr ko‘rish nafaqat

⁴ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 15-martdagi “Nuroniylarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularning turmush darajasini oshirishga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi PQ-167-son qarori. Qonunchilik ma‘lumotlari milliy bazasi, 16.03.2022-y., 07/22/167/0218-son; 30.12.2024-y., 07/24/455/1092-son.

⁵ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 27-dekabrda qo‘shilgan “O‘zgalar parvarishiga muhtoj keksalar va nogironligi bo‘lgan shaxslarga ijtimoiy xizmat va yordam ko‘rsatish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-410-son qarori. Qonunchilik ma‘lumotlari milliy bazasi, 29.12.2023-y., 07/23/410/1005-son; 10.05.2024-y., 06/24/75/0335-son; 21.11.2024-y., 06/24/185/0944-son; 12.05.2025-y., 06/25/84/0432-son

⁶ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 25-noyabrda qo‘shilgan “Kambag‘allikdan farovonlik sari” dasturini amalga oshirishga faol nuroniylarni jalb etish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi PQ-405-son qarori. Qonunchilik ma‘lumotlari milliy bazasi, 26.11.2024-y., 07/24/405/0970-son

⁷ Vazirlar Mahkamasining 2024-yil 27-dekabrda qo‘shilgan “Faol nuroniylarni kambag‘al oilalarga biriktirish hamda mahallada sog‘lom turmush tarzi va ijtimoiy-ma‘naviy muhitni shakllantirishga jalb etish tartibi to‘g‘risidagi nizomni tasdiqlash haqida”gi 892-son qarori. Qonunchilik ma‘lumotlari milliy bazasi, 30.12.2024-y., 09/24/892/1093-son.

⁸ Апикишев Р.И. Долголетие в Дагестане. – Махачкала, 1969. – С.7.

⁹ Abu Ali Ibn Sino. Tib qonunlari: (Uch jildlik saylanma). (Tuzuvchilar: Karimov U., Hikmatullayev H). J.1. – Toshkent: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 1993. – 304 b.

¹⁰ Вебер М. Протестантская этика и дух капитализма / М.Вебер. – Москва: Т8RUGRAM, В26 2017. – 180 с.

¹¹ Гандри С. Парадокс долголетия. Как оставаться молодым до глубокой старости: Невероятные факты о причинах старения и неожиданные способы их преодоления. Люмина А., перевод на русский язык. Руководство. Москва: – ООО “Издательство “Эскимо”, 2020. – 303 с.

¹² Raul B., Margaret M. Successful again. Perspectives from the behavioral sciences. Textbook. – Berlin: Cambridge University press. ESF., 1993. – 391 p.

¹³ Блаво Р. Тайна долгой жизни и бессмертия. – СПб.: Издательство “прайм-ЕВРОЗНАК”, 2004. – 160 с.

biologik, balki ijtimoiy, demografik va psixologik omillar bilan bog‘liqligi yoritib berilgan. Shuningdek, demografik keksayish jarayonini kompleks hodisa sifatida, uning turli ijtimoiy va ekologik omillarini hisobga olgan holda o‘rganilgan.

Genetik tadqiqotlar olib borgan MDH olimlari A.A. Moskalyov¹⁴, O.E. Mustafina¹⁵ va E.V. Akushevich¹⁶ uzoq umr ko‘rishning genetik omillarini kompleks yondashuv asosida ilmiy tadqiq etishni o‘z izlanishlarida yoritib bergan.

Demograf olimlar ishlarida turli ijtimoiy-demografik guruhlar hayot davomiyligidagi tafovutlar va aholi o‘limiga ta’sir etuvchi omillar chuqur tahlil qilingan. Xususan, A. Rimashevsky¹⁷, I. Troitskiy, L. Rybakovskiy¹⁸, E. Kalabixina¹⁹ va N. Mikrtchyan²⁰ ishlarida demografik o‘zgarishlar va aholining qarish jarayonlari kontekstida demografik o‘tish nazariyasi o‘rganilgan. Olimlar ijtimoiy tengsizlik, hududiy farqlar va sog‘liqni saqlash tizimi kabi omillarning umr davomiyligiga ta’sirini ilmiy asosda tahlil qilganlar.

T. Scherbov²¹ uzoq umr ko‘rish va demografik o‘tish bilan bog‘liq ijtimoiy omillarni tahlil qilgan hamda ushbu jarayonlarni modellashtirishda yangi demografik yondashuvlarni ishlab chiqqan. V.Shkolnikov²² turli mamlakatlardagi uzoq umr ko‘rish va sog‘liqni saqlash bo‘yicha ijtimoiy-demografik tadqiqotlar olib borgan.

O‘zbekistonlik olimlar ham aholining qarishi va uzoq umr ko‘rish masalalari bo‘yicha keng qamrovli ilmiy tadqiqotlar olib borganlar. Jumladan, A.Qurbonov va O.Karimov keksa yoshdagilarning to‘g‘ri ovqatlanish odatlarini o‘rganishgan²³, B.Eshdavlatov esa keksalarning tibbiy va ijtimoiy holatiga e’tibor qaratgan²⁴. H.Teshaboev uzoq umr ko‘rish tamoyillari o‘rgangan²⁵, Z.Ziyovuddinova esa keksalarning psixologik xususiyatlarini o‘rganishga bag‘ishlangan tadqiqotlar olib

¹⁴ Moskalyov A.A. Genetika dolgoletiya i stareniya. – Moskva: Nauka, 2012. – 312 c.

¹⁵ Mustafina O.E., et al. Polymorphisms of FOXO1A and FOXO3A genes in Russian long-livers. // *Advances in Gerontology*, 2017, 30(3): 394–398.
DOI: 10.1134/S2079057017030124

¹⁶ Akushevich I., Kravchenko J., Ukraintseva S., et al. Age patterns of incidence of geriatric diseases in the U.S. elderly population: Medicare-based analysis. // *Journal of Aging and Health*, 2015, 27(3): 494–518.
PMID: [25918517](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25918517/)

¹⁷ Rimashevskaya N.M., Dobrokhleb V.G., Medvedeva E.I., Kroshilin S.V. (2012). Demograficheskiy perekhod – spetsifika rossiyskoy modeli. *Narodonaselenie (Population)*, №1(55): 23–31.

¹⁸ Rybakovsky, L. L. (2015). Strategy of the demographic development of Russia, notion and content. *Narodonaselenie*, № 2.

¹⁹ Калабихина И. Е., Красовская Н. И., Калмыкова Н. М. «Демографическое старение в Республике Беларусь: вызовы и новые возможности», аналитический обзор. Minsk: Белсэнс, 2018. – 47 с. ISBN: 978-985-6946-87-8

²⁰ Денисенко М. Б., Мкртчян Н. В. «Демографические изменения и предложение рабочей силы в регионах России», Научный дайджест, НИМУ (Высшая школа экономики), №951–952, 2022.

²¹ Scherbov, S., & Sanderson, W.C. (2017). *New Perspectives on Population Ageing*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-69037-3>

²² Shkolnikov, V.M., Andreev, E.M., & McKee, M. (2003). *Health and Mortality in Russia and Europe*. WHO Regional Publications.

²³ Qurbonov A.Sh., Karimov O.P. Keksalar va qariyalarda to‘g‘ri ovqatlanish. – Toshkent: “O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi”. Davlat ilmiy nashriyoti, 2016. – 152 b.

²⁴ Эшдавлатов Б. Медико-социальное положение лиц пожилого возраста в Узбекистане. – Ташкент, 2002.

²⁵ Teshaboev H. Uzoq umr ko‘rish qoidalari. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2015. – 88 b.

borgan.²⁶ Shuningdek, keksalarni ijtimoiy himoya qilish bo'yicha X.Abduramanov demografik²⁷, Sh.Sodiqova esa ushbu masalani sotsiologik²⁸ jihatdan tahlil qilgan.

Yuqoridagi olimlarning ilmiy tadqiqotlarida uzoq umr ko'rishning nazariy-metodologik jihatlari, O'zbekistonda keksalarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga oid xorijiy tajriba, istiqbolli yo'nalishlar sotsiologik tahlil etilgan. Biroq, uzoq umr ko'rishning ijtimoiy-demografik omillari sotsiologik tadqiqotlar orqali yetarli darajada tadqiq etilmaganligi mazkur mavzuda chuqur ilmiy izlanish olib borishni taqozo etadi.

Dissertatsiya tadqiqotining dissertatsiya bajarilgan ilmiy-tadqiqot muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Ushbu dissertatsiya ishi Oila va gender ilmiy-tadqiqot institutining "Keksalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish va ijtimoiy faolligini oshirish" va "Keksalarda jismoniy madaniyatni oshirish, to'g'ri ovqatlanishning asosiy tamoyillari orqali oilada sog'lom muhit yaratish" mavzularidagi amaliy loyihalar doirasida bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi O'zbekistonda uzoq umr ko'rishning ijtimoiy-demografik omillarini sotsiologik jihatdan tadqiq etish orqali faol umr ko'rishni ta'minlash yuzasidan ilmiy taklif va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

keksalikning gerontogenezi va uzoq umr ko'rish jarayonlarini o'rganishga oid yondashuvlar o'rganish;

uzoq umr ko'ruvchilar qatlamining ijtimoiy-gerontologik va aksiologik xususiyatlarini yoritish;

ijtimoiy-demografik omillarning uzoq umr ko'rishga ijobiy ta'sirini oshirishga oid xorijiy tajribalarni o'rganish;

O'zbekiston Respublikasida uzoq umr ko'rishning ijtimoiy-demografik ko'rsatkichlaridagi o'zgarish tendensiyalarini tahlil qilish;

uzoq umr ko'ruvchilarning sotsiologik portretini tuzish;

O'zbekistonda uzoq umr ko'rishning qisqa va o'rta muddatli prognoz parametrlarini ishlab chiqish;

faol umr ko'rishni ta'minlash bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning obyekti sifatida O'zbekiston Respublikasida uzoq umr ko'rishga ta'sir qiluvchi omillar olingan.

Tadqiqotning predmetini O'zbekistonda uzoq umr ko'ruvchilar qatlamining ijtimoiy-demografik tavsiflari tashkil etadi.

Tadqiqotning usullari. Dissertatsiya ishida tizimli, qiyosiy, terminologik, retrospektiv va dinamik tahlillar, shuningdek, indikativ yondashuv, ma'lumotlarni tasniflash, taqqoslash, prognozlash hamda anketali so'rovnoma usullari qo'llangan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

²⁶ Ziyovuddinova Z.Z. «Keksa insonlarning psixologik xususiyatlari» O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali, 8-son, 2022. – 630 b.

²⁷ Abduramanov X.X. O'zbekistonda qariyalarni ijtimoiy himoya qilishning demografik asoslari. Iqtisod fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiya. – Toshkent, 2007. – 15-b.

²⁸ Sodiqova Sh.M. Jamiyatni modernizatsiyalash jarayonida keksalarni ijtimoiy himoyalashning sotsiologik tahlili // Sotsiologiya fanlari doktori ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. – Toshkent, 2016.

sogʻlom uzoq umr koʻrishda shaxsning individual gerontogenez (umr davomiyligi va keksayish jarayoni) koʻrsatkichlari ekzogen (atrof muhit, sogʻlom turmush tarzi, toʻgʻri ovqatlanish, dam olish, meʼyoriy kun tartibi, muloqotning sifati hamda ijtimoiy faollik), endogen (irsiyat, jismoniy sogʻlomlik, hayotga boʻlgan muhabbat, sogʻlom oilaviy muhit kabi omillarning integratsiyasi asosida) va “saodatli umr koʻrish tamoyillari” sotsiomadaniy hodisa sifatida sotsiologik jihatdan asoslangan;

hayot sifati va turmush tarzini inobatga olgan holda, keksalarning umri davomiyligini jamiyat, oila va shaxs darajasida sogʻlom hamda faol qoʻllab-quvvatlashga qaratilgan keksalik davriga qadar yashaydigan insonlarning demografik, ijtimoiy-biologik, psixologik va xulq-atvor xususiyatlarini tavsiflovchi gender uzoq umr koʻrishning sotsiologik portreti ishlab chiqilgan;

uzoq umr koʻrish koʻrsatkichlari (uzoq umr koʻrish indeksi, keksalik koeffitsienti, umr davomiyligi)ning 2025-2040-yillarga moʻljallangan demografik prognoz parametrlari kogort-komponent (yoshni siljitish) usuli asosida “yuqori”, “oʻrta” va “past” variantlarda ishlab chiqish orqali oʻrtacha umr koʻrish, taʼlim va turmush darajasini oʻz ichiga olgan “inson taraqqiyoti indeksi” sotsiologik asoslantirilgan;

uzoq umr koʻrishga toʻsqinlik qiluvchi ijtimoiy-demografik xavflarni summativ baholash asosida faol uzoq umr koʻrishni taʼminlashning strategik yoʻnalishlari (akmeologik, sotsiogerontologik, moslashuvchan muhit, xavfsiz hayot, aqliy koʻnikma, kattalar taʼlimi va rivojlanishi, inklyuzivlik, keksalarga doir ijtimoiy ish texnologiyalari) belgilangan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

jamiyat, oila va shaxs uchun uzoq umr koʻrish qadriyatiga boʻlgan yondashuvlar toʻgʻrisidagi nazariy qarashlar shakllantirilgan;

xorijiy mamlakatlarning faol uzoq umr koʻrish borasidagi tajribalari umumlashtirilgan va uni Oʻzbekistonga qoʻllash boʻyicha amaliy takliflar ishlab chiqilgan;

ijtimoiy-demografik omillarni baholash mezonlari ishlab chiqilgan;

sotsiologik tahlillar asosida uzoq umr koʻruvchilarning ijtimoiy portreti yaratilib, ilmiy-amaliy xulosalar berilgan;

faol uzoq umr koʻrishni taʼminlashning strategik yoʻnalishlari ishlab chiqilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi. Olingan ilmiy natijalar respublika va xalqaro miqyosdagi ilmiy-uslubiy hamda ilmiy-amaliy anjuman materiallarida yoritilgan, OAK tasarrufidagi jurnallar va xorijiy nashrlarda eʼlon qilingan maqolalar orqali ilmiy jamoatchilikka taqdim etilgan. Shuningdek, tadqiqot doirasida ilgari surilgan sotsiologik soʻrovlar, demografik prognozlar, xulosa va takliflarning amaliyotda qoʻllanilganligi hamda tegishli tashkilotlar tomonidan ijobiy baholanganligi ushbu ishning amaliy ahamiyatini oshiradi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqotda ilgari surilgan ilmiy-nazariy xulosalar Oʻzbekistonda faol uzoq umr koʻrishni taʼminlash, aholining salomatligini mustahkamlash va uzoq umr koʻrishga doir ijtimoiy siyosat

yo‘nalishlarini yanada takomillashtirish takomillashtirishga qaratilgan asosiy yondashuvlarni ishlab chiqishda muhim ilmiy asos sifatida xizmat qiladi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, dissertatsiya tadqiqotining g‘oya va materiallaridan «Ijtimoiy fikr» jamoatchilik markazi hamda Oila va gender ilmiy-tadqiqot instituti tomonidan o‘tkazilgan sotsiologik tadqiqotlarda, oliy o‘quv yurtlarida “Sotsiologiya”, “Ijtimoiy ish” va “Demografiya” fanlari bo‘yicha o‘quv dasturlarini takomillashtirish, darslik, o‘quv va uslubiy qo‘llanmalar tayyorlash hamda o‘qitishda foydalanilmoqda.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. O‘zbekistonda uzoq umr ko‘rishning ijtimoiy-demografik omillarini sotsiologik jihatdan tadqiq etish orqali faol umr ko‘rishni ta‘minlash bo‘yicha olingan ilmiy natijalar asosida:

ekzogen (atrof-muhit, turmush darajasi, sog‘lom ovqatlanish, hordiq va meyoriy kun tartibi, ijtimoiy faollik va muloqot sifati) va endogen (irsiyat, jismoniy salomatlik, hayosevarlik, ijobiy oilaviy muhit) omillar yig‘indisidan hosil bo‘luvchi uzoq umr ko‘ruvchilarda individual gerontogenez (umr davomiyligi va keksayish jarayoni) fazalari “O‘zbekiston – 2030” strategiyasining “Har bir insonga o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarish uchun munosib sharoitlar yaratish yo‘nalishi bo‘yicha 2024-yilga mo‘ljallangan amaliy tadbirlar rejasini”ning 74-bandi ijrosini ta‘minlashda foydalanildi (O‘zbekiston faxriylarining ijtimoiy faoliyatini qo‘llab-quvvatlash “Nuroni” jamg‘armasining 2025-yil 10-fevraldagi 03/88-son ma‘lumotnomasi). Natijada nuroniylarning umrini uzaytirishga qaratilgan chora-tadbirlarni ishlab chiqish imkonini bergan.

umr davomiyligini qo‘llab-quvvatlash tendensiyalari ijtimoiy-aksiologik markerlari (o‘zini o‘z i saqlashga yo‘naltirilgan hulq avtorning jamiyat, oila va shaxs darajasida qadriyatga aylanib borish ko‘rsatkichlari)ning korrelyatsion dinamikasi asosida “muvaqqafiyatli uzoq umr ko‘ruvchilar” sotsiologik portreti “Keksalarda jismoniy madaniyatni oshirish, to‘g‘ri ovqatlanishning asosiy tamoyillari orqali oilada sog‘lom muhit yaratish” nomli amaliy loyihaning hisobotini tayyorlashda foydalanilgan (Oila va gender ilmiy-tadqiqot institutining 2025-yil 4-fevraldagi 18-son ma‘lumotnomasi). Natijada yoshi katta aholi o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini rivojlantirish va ularning jismoniy faolligini oshirish bo‘yicha ilmiy taklif va amaliy tavsiyalarni boyitish yaratilgan;

O‘zbekiston Respublikasida uzoq umr ko‘rish ko‘rsatkichlarining 2040-yilga mo‘ljallangan prognoz parametrlari “O‘zbekiston – 2030” strategiyasining “Har bir insonga o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarish uchun munosib sharoitlar yaratish yo‘nalishi bo‘yicha 2024-yilga mo‘ljallangan amaliy tadbirlar rejasini”ning 74-bandi ijrosini ta‘minlashda foydalanildi (O‘zbekiston faxriylarining ijtimoiy faoliyatini qo‘llab-quvvatlash “Nuroni” jamg‘armasining 2025-yil 10-fevraldagi 03/88-son ma‘lumotnomasi). Prognoz ko‘rsatkichlari nuroniylarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularning turmush darajasini oshirish bo‘yicha amaliy chora-tadbirlar rejasini ishlab chiqish imkonini bergan.

uzoq umr ko‘rishga to‘sqinlik qiluvchi ijtimoiy-demografik xavflarni summativ baholash orqali faol uzoq umr ko‘rishni ta‘minlashning strategik yo‘nalishlari “Keksalarning huquq va tanlovlarini ta‘minlash: O‘zbekistonda faol keksayish

indeksini tadqiq qilish” mavzusidagi amaliy loyihaning muxtasar bayoni va tavsiyalarini ishlab chiqishda foydalanildi (Oila va gender ilmiy-tadqiqot institutining 2025-yil 7-fevraldagi 18-son ma’lumotnomasi). Natijada faol va sog’lom uzoq umr ko’rishning asosiy yo’nalishlarini ishlab chiqilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Dissertatsiyaning asosiy g’oya va xulosalari 5 ta xalqaro, 3 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o’tkazilgan.

Tadqiqot natijalarining e’lon qilinganligi. Dissertatsiya ishi bo’yicha jami 11 ta ilmiy ish chop etilgan bo’lib, shulardan 4 ta O’zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiyasi komissiyasi tomonidan tavsiya etilgan mahalliy ilmiy nashrlarda, 2 ta nufuzli xorijiy jurnallarda, 2 ta xalqaro konferensiya, 3 ta respublika miqyosida tashkillashtirilgan ilmiy-amaliy konferensiyalar va seminarlar materiallarida nashr etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya tarkibi kirish, uchta bob, to’qqizta paragraf, xulosa, foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati va ilovalardan iborat. dissertatsiya ishining umumiy hajmi 152 betni tashkil etadi.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Kirish qismida tadqiqot ishining dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning maqsadi va vazifalari muammoning o'rganilganlik darajasi, ilmiy yangiligi, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining asosiy ustuvor yo'nalishlariga mosligi, obyekti, predmeti va metodlari asoslangan. Olingan natijalarning ilmiy va amaliy ahamiyati, amaliyotga joriy qilinganligi, aprobatyasi, nashr etilgan ishlar, dissertatsiyaning tuzilishi bo'yicha ma'lumotlar keltirilgan.

Dissertatsiyaning **“Uzoq umr ko'rish fenomenini o'rganishning nazariy-uslubiy asoslari”** deb nomlangan birinchi bobida gerontogenez jarayoni va uzoq umr ko'rishni ijtimoiy-demografik fenomen sifatida ijtimoiy-gerontologik, aksiologik, ijtimoiy-demografik yondashuvlar doirasida o'rganishning ilmiy asoslari, uzoq umr ko'ruvchilar qatlamining ijtimoiy-gerontologik va aksiologik xususiyatlari, uzoq umr ko'rish ko'rsatkichlarini sotsiologik tahlil qilishning uslubiy jihatlari keltirilgan.

Tadqiqotda sotsiologiyaga oid ilmiy ishlarda uzoq umr ko'rishni inson 85 yosh va undan katta yoshgacha yashab yetishining ijtimoiy-biologik hodisasi sifatida ta'riflash bo'yicha pozitsiya mavjudligi, demografiya nuqtai nazaridan, uzoq umr ko'rish, individ darajasida – bu ijtimoiy-demografik hodisa, jamiyat darajasida – bu ijtimoiy-demografik voqea: uzoq umr ko'rganlarni subaholiga (butun aholining umumiy xususiyatlarga ega bo'lgan har qanday qismi) kiritish mumkinligi, sotsiologik nuqtai nazardan uzoq umr ko'ruvchilar yosh, ijtimoiy-psixologik va ijtimoiy mavqe xususiyatlarining uyg'unligi asosida ajralib turadigan maxsus ijtimoiy-demografik guruh sifatida tahlil qilingan.

“Uzoq umr ko'rish” tushunchasiga xalqaro tashkilotlar va olimlar tomonidan berilgan ta'riflar o'rganilgan va ularning ta'riflaridan kelib chiqib quyidagicha mualliflik ta'rifi berilgan: “uzoq umr ko'rish – inson organizmining genetik, ijtimoiy, iqtisodiy va ekologik omillar ta'sirida uzoq vaqt davomida jismoniy va ruhiy salomatligini saqlagan holda faol ijtimoiy hayot kechirish jarayonidir”.

Tadqiqotda uzoq umr ko'rishni ijtimoiy-demografik fenomen sifatida tadqiq qilish uchun kompleks yondashuv doirasida ijtimoiy-gerontologik, aksiologik ba ijtimoiy-demografik yondashuvlar ajratilgan (1-jadval).

Ijtimoiy gerontologiyada uzoq umr ko'rish muammosi kompleks tadqiq qilinganligi bois tadqiqotning barcha bosqichlarida ijtimoiy-gerontologik yondashuv keng qo'llanilgan. Uzoq umr ko'rishni o'rganishda ijtimoiy-gerontologik yondashuv ilk tadqiqotlardan boshlab qo'llanila boshlangan. Xususan, O'zbekistonda sotsiolog olimi Sh.Sodiqova ilk marotaba gerontologiya sohasidagi birinchi fundamental ilmiy tadqiqotni amalga oshirgan²⁹.

Uzoq umr ko'rish qadriyati jamiyatdagi madaniy, ijtimoiy va iqtisodiy sharoitlarga, shuningdek, odamlarning hayot tarziga bog'liq ravishda shakllanadi. Ushbu qadriyatlarni o'rganish jamiyatdagi insonlar hayotining muhim va uzoq muddatli komponentlari haqidagi tushunchalarni aniqlashga yordam beradi.

²⁹ Sodiqova Sh.M. Jamiyatni modernizatsiyalash jarayonida keksalarni ijtimoiy himoyalashning sotsiologik tahlili // Sotsiologiya fanlari doktori ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. – Toshkent, 2016.

Uzoq umr ko‘rishni tadqiq qilishga doir yondashuvlar*

Yondashuv nomi	Xususiyatlari
Ijtimoiy-gerontologik	uzoq umr ko‘rishning faol va sog‘lom hayotga ega bo‘lishiga, ularning ijtimoiy rivojlanishiga, jamiyatdagi o‘rni va ularga munosabatlariga katta e‘tibor qaratilgan.
Aksiologik	insonlarning hayot sifati, qadriyatlar va axloqiy normalarning rivojlanishiga, shuningdek, jamiyatdagi ijtimoiy va madaniy omillarning ahamiyatiga e‘tibor qaratiladi.
Ijtimoiy-demografik	Aholining umumiy holatini, sog‘liqni saqlash, turmush tarzi va ijtimoiy imkoniyatlarni, jamiyatdagi turli ijtimoiy guruhlarining hayot sifati va sog‘lig‘iga qanday ta‘sir ko‘rsatishini o‘rganadi.

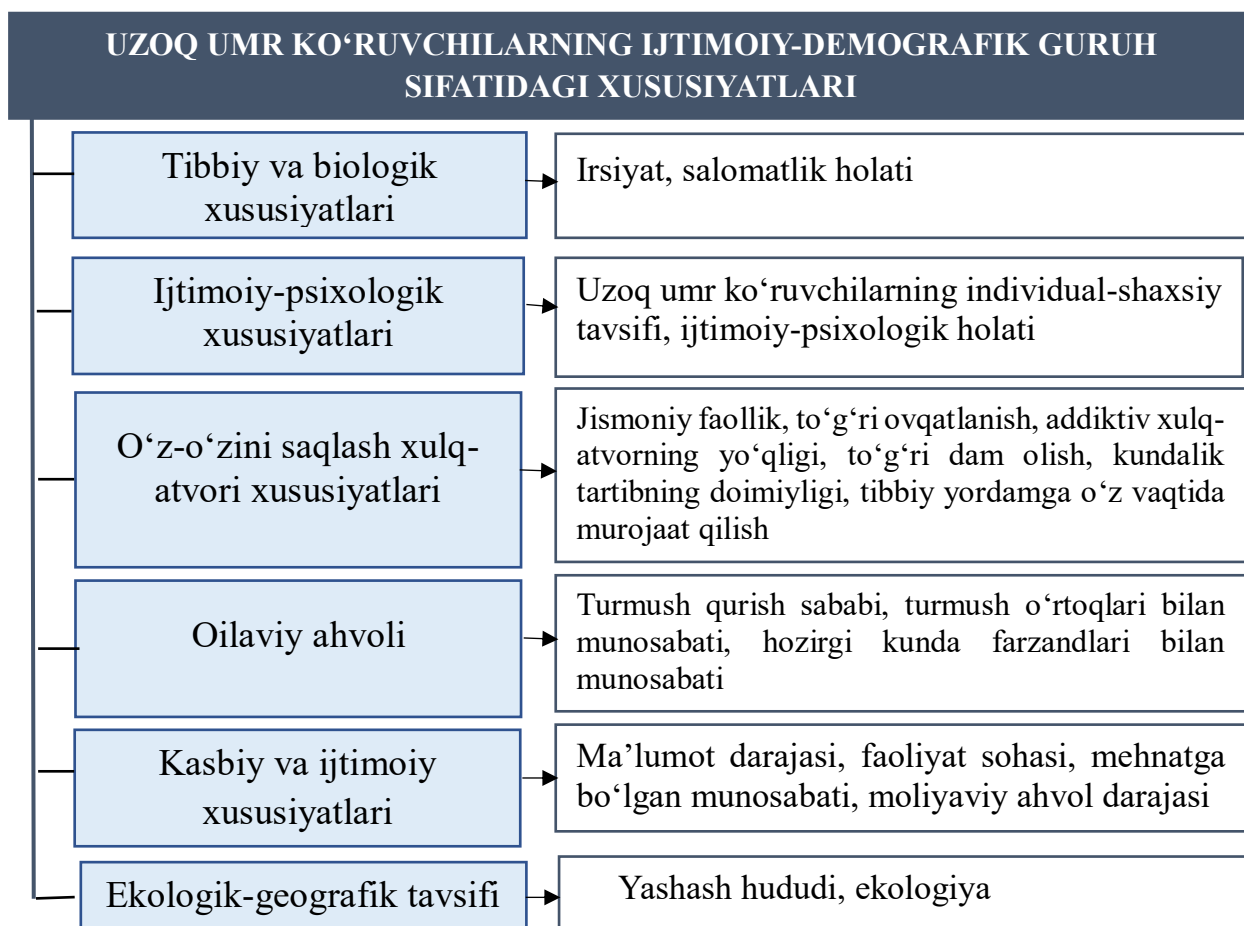
* Manba: jadval muallif tomonidan tuzilgan.

Uzoq umr ko‘rishni o‘rganishda ijtimoiy-demografik yondoshuvdan foydalanish ijtimoiy hayot va demografik jarayonlarni birgalikda tahlil qilish orqali uzoq umr ko‘rishning sabablarini va omillarini aniqlashga yordam beradi. Bu yondoshuv jamiyatdagi insonlar orasidagi ijtimoiy aloqalar, sog‘liqni saqlash, iqtisodiy holat, va madaniy xususiyatlar bilan bog‘liq muammolarni tadqiq qilishni o‘z ichiga oladi. Uzoq umr ko‘rishga ta‘sir etuvchi ijtimoiy va demografik omillarni aniqlash, jamiyat va davlat siyosatiga yo‘nalishlar berishga yordam beradi.

Jamiyat, oila va shaxs darajasida uzoq umr ko‘rish qadriyatiga optimistik va pessimistik yondashuvlarning o‘ziga xosligi ajratilgan, buning asosida optimistik yondashuv barcha darajalarda uzoq umr ko‘rishning omillaridan biri ekanligi to‘g‘risida xulosaga kelingan. Ijtimoiy-gerontologik yondashuv doirasida qurilgan uzoq umr ko‘ruvchilarning tavsiflari nazariy turkumlanishi (tibbiy-biologik, ijtimoiy-psixologik, o‘zini-o‘zi saqlab qolish xulq-atvori, oilaviy ahvoli, ta‘lim va kasbiy, moddiy ahvoli, uzoq umr ko‘rganlarning ekologik-geografik yashash xarakteristikalarini) shuni ko‘rsatdiki, faqat bir qator tavsiflar majmui uzoq umr ko‘rishni belgilaydi.

Tadqiqotda uzoq umr ko‘ruvchilarni ijtimoiy-demografik guruh sifatida o‘rganish asosida ularga ta‘sir etuvchi omillar (tibbiy-biologik, ijtimoiy-psixologik, oilaviy muhit, turmush tarzi, ta‘lim va kasbiy, moddiy holat, ekologik va geografik) tasniflangan (1-rasm).

Uzoq umr ko‘ruvchilar qatlamining ijtimoiy-demografik xususiyatlarini chuqur o‘rganish sog‘lom keksalikni ta‘minlash va inson umrini uzaytirish strategiyalarini ishlab chiqishga yordam beradi. Shu sababli, uzoq umr ko‘ruvchilarning turmush tarzi va ijtimoiy-demografik omillarini tahlil qilish jamiyatning demografik barqarorligini saqlash va aholining sifatli hayot kechirishiga ko‘maklashadi.



1-rasm. Uzoq umr ko'ruvchilarning ijtimoiy-demografik guruh sifatidagi xususiyatlari

Dissertatsiyaning “Uzoq umr ko‘rishning ijtimoiy-demografik omillari va uning o‘shish tendensiyalari” deb nomlangan ikkinchi bobida dunyo mintaqalarining uzoq umr ko‘rish tendensiyalari tahlil qilingan, faol va sog‘lom uzoq umr ko‘rish bo‘yicha ilg‘or xorijiy mamlakatlar tajribalaridan O‘zbekistonda foydalanish imkoniyatlari ishlab chiqilgan, O‘zbekiston Respublikasida uzoq umr ko‘rish ko‘rsatkichlari hisoblangan, zamonaviy tendensiyalari tahlil qilingan hamda unga ta’sir etuvchi ijtimoiy-demografik omillar aniqlangan.

XX asrning o‘rtalaridan boshlab yer yuzida uzoq umr ko‘ruvchilar sonining yuqori sur‘atda o‘shishi kuzatilmoqda. Agar 1950-yilda 90 yosh va undan kattalar ulushi dunyo aholisining 0,05 foizini tashkil qilgan bo‘lsa, 2020-yilga kelib bu ko‘rsatkich 0,27 foizga yetgan, ya’ni qariyb 6 baravar ko‘paygan. BMT prognoziga ko‘ra, 2050-yilga borib dunyo aholisining 0,79 foizi, 2100-yilda 2,14 foizini 90 va undan katta yoshdagi aholi tashkil qiladi. XXI asr oxiriga kelib sayyoramizning barcha hududlarida 90 yosh va undan katta aholi ulushi ortadi.

Iqtisodiy rivojlanish darajasi uzoq umr ko‘rishni belgilaydigan ko‘rsatkichlardan biri hisoblanadi. So‘nggi 70 yil ichida 90 yosh va undan katta ulushining maksimal o‘shishi iqtisodiy rivojlangan mamlakatlarda qayd etilgan, bu mamlakatlarda bugungi kunda 90 yosh chegarasidan o‘tganlar soni aholining 1 foiziga yetdi va asr oxirida 4-5 foizdan oshadi.

90 yoshdan oshgan aholi ulushi bo'yicha "birinchi o'nta" davlatdan sakkiztasi Yevropa Ittifoqida joylashgan. Yetakchi davlatlar ro'yxatida Yaponiya yetakchilik qilmoqda (1,88%). O'zbekiston 90 yoshdan oshgan aholi ulushi bilan 37-o'rinni egalladi (0,53%).

Jahon mamlakatlarining uzoq umr ko'rish tendensiyalarining tahlili shuni ko'rsatadiki, har qanday mamlakat uzoq umr ko'ruvchilarni ijtimoiy himoya qilish tizimini rivojlantirish orqali aholi bu guruhining ijtimoiy muammolarini hal etish imkoniyatiga ega bo'lgan. Fikrimizcha, respublikamizda xorij tajribasidan foydalanib, chunonchi: Finlyandiya, Belarus va Malta tajribasida ko'rilgan "Faol uzoq umr ko'rish" strategiyasini ishlab chiqish va qabul qilish; Okinava, Sardiniya, Niui, Loma Linda va Ikariya tajribasi asosida jismoniy faollik, sog'lom ovqatlanish, hayotni sevisish, ruhiy va psixo-emotsional barqarorlik orqali uzoq umr ko'rishga erishish; Yaponiya, Germaniya, Singapur, Avstraliya, Kanada va Norvegiya tajribasi asosida "aqlli uy" texnologiyalarini joriy qilish; Janubiy Koreya tajribasi asosida keksalarning raqamli savodxonligini oshirish; Daniya, Ispaniya, AQSh, Finlyandiya, Shveysariya, Shvesiya va Yaponiya tajribasiga tayangan holda geriatriya xizmatini rivojlantirish; Hindiston tajribasidan kelib chiqib, respublikamizda mavjud "Nuroniy" jamg'armasi qatori "Faol uzoq umr ko'rish" jamg'armasini tashkil etish maqsadga muvofiq.

2-jadval

O'zbekiston Respublikasida 85 va undan katta yoshdagi aholi soni, kishi

Hududlar	Y i l l a r					2024-yil 2020-yilga nisbatan o'zgarishi	
	2020	2021	2022	2023	2024	+, -	%
O'zbekiston Respublikasi	72546	72999	73559	77890	80549	7993	11,1
Qoraqalpog'iston	641	600	675	649	763	122	19,0
viloyatlar:	2442	2601	2543	2750	2833	391	16,0
Andijon	1 521	1 493	1 538	1 522	1 699	178	11,7
Buxoro							
Jizzax	5653	5720	5759	6427	6812	1 159	20,5
Qashqadaryo	3387	3740	4126	4750	5147	1 760	52,0
Navoiy	2387	2466	2468	2463	2494	107	4,5
Namangan	7717	7539	6956	6798	6712	-1 005	-13,0
Samarqand	1939	2077	2234	2488	2521	582	30,0
Surxondaryo	5269	5496	5513	5823	6081	812	15,4
Sirdaryo	6280	6450	6369	6464	6291	1	0,1
Toshkent	6483	6280	5882	5564	5607	-876	-13,5
Farg'ona	1607	1560	1557	1573	1390	-217	-13,5
Xorazm	7120	6719	6941	7457	7575	455	6,4
Toshkent sh.	9214	9348	9464	10107	10590	1 376	14,9

Manba: O'zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo'mitasi ma'lumotlari asosida muallif tomonidan hisoblangan.

Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, 2024-yilda 85 yosh va undan katta aholi soni 80 539 nafarni tashkil etib, 2020 yilga nisbatan ularning soni 11,0 foizga ortgan (2-jadval).

Shahar joylarida uzoq umr ko‘ruvchilar soni qishloqlarga qaraganda ko‘pchilikni tashkil etadi (shaharda – 52,6%, qishloqda – 47,4%). Uzoq umr ko‘ruvchilarning uchdan ikki qismini (66,3%) ayollar, qolgan 33,7 foizini erkaklar tashkil etadi.

Tahlil qilinayotgan davrda uzoq umr ko‘ruvchilarga qaraganda keksalar sonining o‘shish sur‘ati faol uzoq umr ko‘rish indeksi qiymatining kamayishini ta’minlagan (3-jadval).

3-jadval

O‘zbekiston Respublikasida uzoq umr ko‘rish indeksi, promille

Hududlar	2020-yil			2024-yil			2024-yil 2020-yilga nisbatan o‘zgarishi (+,-)		
	jami	ayol	erkak	jami	ayol	erkak	jami	ayol	erkak
O‘zbekiston Respublikasi	24,8	29,0	19,7	22,2	26,7	16,8	-2,6	-2,3	-2,9
Qoraqalpog‘iston Respublikasi	17,2	20,3	13,5	15,9	18,4	12,8	-1,3	-1,9	-0,7
<i>viloyatlar:</i>									
Andijon	21,4	26,0	16,3	20,6	25,3	15,2	-0,8	-0,7	-1,1
Buxoro	18,9	21,5	15,8	22,5	24,2	20,6	3,6	2,7	4,8
Jizzax	21,1	21,6	20,6	17,9	19,5	15,9	-3,2	-2,1	-4,7
Qashqadaryo	32,2	35,3	28,8	22,2	25,6	18,4	-10,0	-9,7	-10,4
Navoiy	22,4	26,2	18,1	23,4	27,6	18,5	1,0	1,4	0,4
Namangan	23,5	29,0	17,5	21,5	27,2	15,3	-2,0	-1,8	-2,2
Samarqand	19,9	22,3	17,0	15,9	18,4	13,0	-4,0	-3,9	-4,0
Surxondaryo	35,6	38,4	32,6	24,4	27,6	20,9	-11,2	-10,8	-11,7
Sirdaryo	27,0	31,2	22,1	18,6	23,9	12,1	-8,4	-7,3	-10,0
Toshkent	23,8	29,1	16,9	21,7	27,2	14,6	-2,1	-1,9	-2,3
Farg‘ona	27,2	33,3	20,2	25,1	31,0	18,3	-2,1	-2,3	-1,9
Xorazm	27,0	30,6	22,7	24,9	28,8	20,3	-2,1	-1,8	-2,4
Toshkent sh.	27,2	33,5	17,5	29,8	37,1	19,0	2,6	3,6	1,5

Manba: O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlari asosida muallif tomonidan hisoblangan.

3-jadvaldan ko‘rinadiki, uzoq umr ko‘rish indeksi 2020-yildagi 24,8 promilledan 2024-yilda 22,2 promillegacha kamaygan. Bunday kamayish tendensiyasi respublikaning barcha ma’muriy hududiy birliklarida ham kuzatilgan.

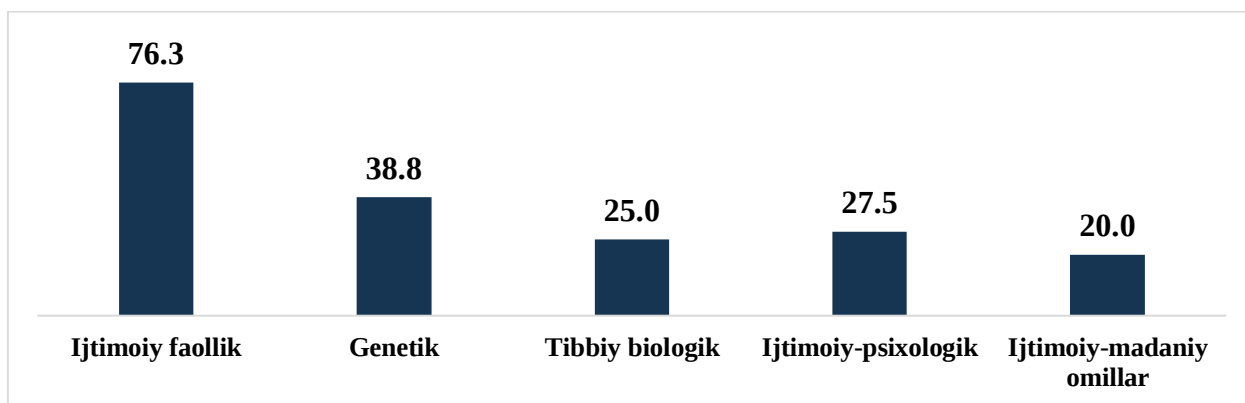
Bugungi kunda (2024-yil) Surxondaryo (24,4%), Navoiy (23,4%), Farg‘ona (25,1%) va Xorazm (24,9%) viloyatlari va Toshkent shaxri (29,8%)da uzoq umr ko‘rish indeksining qiymati yuqori.

Dissertatsiyaning **“O‘zbekiston Respublikasida uzoq umr ko‘rish omillarining sotsiologik tahlili”** deb nomlangan uchinchi bobida uzoq umr ko‘ruvchilar qatlamining sotsiologik portreti tuzilgan, uzoq umr ko‘rishga to‘sqinlik

qiluvchi ijtimoiy-demografik xavflarni summativ baholangan, O'zbekistonda uzoq umr ko'rishning qisqa va o'rta muddatli prognoz parametrlari ishlab chiqilgan, faol uzoq umr ko'rishni ta'minlashning strategik yo'nalishlari taklif etilgan.

Uzoq umr ko'ruvchilarning sotsiologik portretini yaratish, uzoq umr ko'rish sabablari va omillarini aniqlash maqsadida hayot davomiyligi eng yuqori bo'lgan Jizzax, Toshkent, Farg'ona viloyatlari va Toshkent shahrida 127 nafar 85 yosh va undan kattalar orasida ijtimoiy so'rov o'tkazilgan. Tadqiqotda ishtirok etgan respondentlarning 40 nafarini (31,5 foizi) erkak, 87 nafari (68,5 foizi)ni ayollar tashkil etgan.

Uzoq umr ko'ruvchilarning asosiy qismi (76,3%) ijtimoiy faollikni o'z hayotlarining muhim qismi sifatida qayd etgan (2-rasm).



2-rasm. Uzoq umr ko'rish omillari (foiz hisobida)

Irsiy xususiyatlar uzoq umr ko'rishda asosiy omil sifatida tasdiqlanmadi. Uzoq umr ko'ruvchilarning 37,7 foizi o'z farzandlaridan uzoqroq umr ko'rgan, bu holat bolalar sonidan qat'i nazar kuzatilgan.

Uzoq umr ko'ruvchilar qatlamining sotsiologik portreti asosan quyidagilar bilan tavsiflanadi:

- uzoq umr ko'ruvchilar bolalik davrida qishloq joylarida, moliyaviy ta'minot darajasi o'rtacha va yaxshi bo'lgan to'liq oilalarda, yaxshi psixologik muhitda yashagan. Ularning ota-onalarining ta'lim darajasi past bo'lgan;

- uzoq umr ko'ruvchi erkaklarda an'anaviy "erkaklar o'zini asrash modeli"ga mos kelgan erkaklarda va shahar aholisi o'rtasida muntazam jismoniy faollik yuqori bo'lib, bu ularning sog'lom hayotga bo'lgan yondashuvining ta'sirini tasdiqlaydi. Qishloq aholisi orasida kundalik jismoniy mehnat jismoniy faollik o'rini bosgan holatlar mavjud;

- shaharlarda aqliy mehnat sohalari keng tarqalgan bo'lsa, qishloqlarda jismoniy mehnat sohalari ustunlik qilgan. Respondentlarning aksariyati o'z ishini yaxshi ko'rgani va pensiya yoshiga yetgach ham ishlashni davom ettirgani, ularning mehnatga bo'lgan ijobiy munosabatlarini ko'rsatadi;

- oilaviy muhitning stressni kamaytirish va emotsional barqarorlikni ta'minlashdagi ahamiyati ta'kidlandi. Erkaklar orasida oilaviy munosabatlar barqarorligi yuqori bo'lsa, ayollar ziddiyatli holatlarni hal qilish qobiliyati bilan ajralib turdi;

- aksariyat uzoq umr ko'ruvchilar o'z umrlaridan mamnun va yana yashashni xohlashadi, lekin ayollar orasida pessimistik kayfiyatlar ko'proq uchraydi. Ayollar uchun asosiy qadriyat oila, yaqinlar bilan munosabatlar va ma'naviy qadriyatlarda mujassam bo'lib, erkaklar o'z kasbini yoqtirish va ruhiy yetuklikka ko'proq ahamiyat bergan;

- yangi bilimlarga bo'lgan qiziqishi yoshga bog'liq ravishda past ekanligi aniqlandi, chunki respondentlarning aksariyati yangi bilimlarni o'zlashtirishga qiziqish bildirmagan. Erkaklar shaxsiy rivojlanish va tarixga, ayollar esa til o'rganishga ko'proq e'tibor qaratgan;

- shahar va qishloq hududlaridagi farqlar shahar aholisining salomatlik muammolariga ko'proq e'tibor qaratganidan ko'rinadi. Shuningdek, jinsga bog'liq ravishda erkaklar uchun urush xotiralari, ayollar uchun esa oilaviy munosabatlar muhim ahamiyat kasb etgan.

Uzoq umr ko'rishga to'sqinlik qiluvchi ijtimoiy-demografik xavflarni summativ baholash maqsadida hayot davomiyligi eng yuqori bo'lgan Jizzax, Toshkent, Farg'ona viloyatlari va Toshkent shahrida 648 nafar respondentlar orasida ijtimoiy so'rov o'tkazildi.

Tadqiqotda uzoq umr ko'rishga to'sqinlik qiluvchi asosiy xavf omillari Laykert shkalasi asosida baholandi, bu esa ijtimoiy-iqtisodiy tengsizlik, ekologik muhit, tibbiy xizmat sifati va turmush tarzi kabi omillarning nisbiy ta'sirini aniqlash imkonini berdi. Tadqiqot natijalari kambag'allik, ishsizlik, sog'liqni saqlash xizmatlarining rivojlanish darajasi, psixologik stress va ekologik xavflarning umr davomiyligiga sezilarli ta'sir ko'rsatdi (4-jadval).

4-jadval

Uzoq umr ko'rishga to'sqinlik qiluvchi ijtimoiy-demografik xavflarni summativ baholash

Havf omili	Ta'sir darajasi	Umumiy ball	Ta'sir darajalari				
			Juda past	Past	O'rta	Yuqori	Juda yuqori
Kambag'allik, ishsizlik	Juda yuqori	4,79	3	13	22	44	566
Tibbiy xizmatlarning yetarli darajada rivojlanmaganligi	Juda yuqori	4,48	17	28	42	104	457
Nosog'lom turmush tarzi	Juda yuqori	4,55	13	22	39	96	478
Jamiyatdagi o'zaro aloqalarning susayishi	Yuqori	3,87	56	68	90	125	309
Ishning ortiqcha yuklamasi (stress va bosim)	Yuqori	4,17	34	48	69	122	375
Ekologik xavflar	Yuqori	3,90	62	48	81	157	300
Urbanizatsiya	O'rtacha	2,92	133	116	171	124	104
Ijtimoiy tengsizlik va diskriminatsiya	O'rtacha	3,15	119	105	137	131	156
Ta'lim darajasining pastligi	O'rtacha	3,37	85	104	127	149	183

Daraja: 1,80 dan kam juda past; 1,81–2,60 past; 2,61–3,40 o'rtacha; 3,41–4,20 yuqori, 4,21 dan katta juda yuqori.

4-jadval shuni ko'rsatadiki, iqtisodiy omillar eng kuchli ta'sirga ega bo'lib, ayniqsa kambag'allik va ishsizlik (4,79) insonlarning salomatligi va umr davomiyligiga sezilarli ta'sir qiladi. Ushbu omillar hayot sharoitlarini yomonlashtirishi, tibbiy xizmatlardan foydalanish imkoniyatini cheklashi va stress darajasini oshirishi bilan salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, tibbiy xizmatlarning rivojlanmaganligi (4,48) va nosog'lom turmush tarzi (4,55) ham yuqori xavf omillari sifatida ko'rsatilgan. Ish yuklamasi va stress (4,17), ijtimoiy aloqalarning susayishi (3,87) hamda ekologik xavflar (3,90) ham insonlarning jismoniy va ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatib, umr davomiyligini qisqartirishga olib kelishi mumkinligi aniqlandi.

Tadqiqotda O'zbekistonning 2040-yilgacha bo'lgan davrdagi qisqa va o'rta muddatli demografik prognozini "yoshni siljitish" usulidan foydalanib, uch variantda amalga oshirilgan. Unga ko'ra, uzoq umr ko'ruvchilar soni prognozning "yuqori" variantida 2025-yil – 86,3, 2030-yil – 129,2, 2040-yil – 285,9 ming kishini (prognoz davrida 3,3 martaga ortishi kuzatiladi), "o'rta" variantda mos ravishda 85,2; 122,5 va 249,8 ming kishini (2,9 martaga), "past" variantda esa 84,3; 117,0 va 221,1 ming kishini (2,6 martaga) tashkil etadi.

1940-1955-yillarda tug'ilgan aholi - ikkinchi jahon urushida qatnashmagan avlod prognoz davrida uzoq umr ko'ruvchilar yoshiga o'tadi. Bu davrda respublikamizda tug'ilish ko'rsatkichlari ancha yuqori bo'lgan. Ya'ni, tug'ilishning umumiy koeffitsienti 1940-yilda – 33,6, 1950-yilda – 30,9, 1955-yilda – 30,9 promilleni tashkil etgan. Vaholanki, buguni kunda (2024 y.) tug'ilishning umumiy koeffitsienti 24,0 promillega teng.

Aytish joizki, ikkinchi jahon urushidan keyin O'zbekistonda tug'ilishni ko'paytirishga qaratilgan demografik siyosat yuritilgan. 1944-yili homilador, ko'p bolali va yolg'iz onalarga davlat yordamini berish hamda ko'p bolali onalar uchun "Qahramon ona", "Onalik sharafi" va "Onalik medali" kabi faxriy medallar berish haqida maxsus ko'rsatma berildi. Buning natijasida 1945-1950-yillarda mamlakatimizda tug'ilgan bolalar soni 70,7 foizga ko'paydi, o'lim 7 foizga kamaydi. Bu davrni demograf olimlar "kompensatsiya", ya'ni "to'ldirish" davri deb ataydi. Yuqoridagi dalillarga asoslanib shuni aytish mumkinki, "demografik to'ldirish" davrida tug'ilgan aholining prognoz yillari uzoq umr ko'ruvchilar safiga o'tishi hisobidan bu yosh guruhidagilar soni yuqori sur'atda ko'payadi. Shuningdek, yaqin va o'rta muddatli istiqbolda tug'ilishda kutilayotgan umr ko'rish davomiyligining oshishi ham uzoq umr ko'ruvchilar sonining ortishini ta'minlaydi. Bizning hisob-kitoblarimizga qaraganda, ayollarda tug'ilishda kutilayotgan o'rtacha umr ko'rish davomiyligi "yuqori" variantda 2030-yildagi 78,4 yoshdan 2040-yilda 81,8 yoshgacha uzayadi, "o'rta" variantda mos ravishda 77,5 va 79,4 yoshni, "past" variantda 76,6 va 78,0 yoshni tashkil qiladi. Eraklarda esa "yuqori" variantda 2030-yildagi 74,7 yoshdan 2040-yilda 77,6 yoshgacha, "o'rta" variantda 73,7 va 75,9 yoshgacha, "past" variantda 72,9 yoshdan 74,5 yoshgacha uzayadi.

5-jadval

O'zbekiston Respublikasida uzoq umr ko'rish indeksining prognoz ko'rsatkichlari, promille

Xydydnap	2025-yil			2030-yil			2035-yil			2040-yil			2040-yilda 2025-yilga nisbatan o'zgarishi (+,-)		
	jami	ayol	erkak	jami	ayol	erkak	jami	ayol	erkak	jami	ayol	erkak	jami	ayol	erkak
O'zbekiston R.	22,4	26,2	17,8	27,0	31,3	21,8	29,2	34,1	23,5	39,4	45,9	32,8	17,0	19,7	15,0
Qoraqalpog'iston R.	16,1	18,5	13,1	21,2	24,1	17,7	24,1	27,2	20,3	30,7	34,9	25,7	14,6	16,4	12,6
viloyatlar:															
Andijon	19,6	23,6	15,0	22,8	25,7	19,3	22,1	24,7	19,2	32,5	35,9	28,6	12,9	12,3	13,6
Buxoro	21,7	23,5	19,7	30,0	31,0	28,8	30,9	32,7	28,9	45,1	47,7	42,1	23,4	24,2	22,4
Jizzax	18,8	20,0	17,4	31,1	36,6	24,3	36,4	45,0	26,0	47,6	57,0	36,5	28,8	37,0	19,1
Qashqadaryo	25,1	27,3	22,7	26,0	27,5	24,3	27,8	30,1	25,1	38,1	40,4	35,4	13,0	13,1	12,7
Navoiy	22,6	25,6	19,2	25,4	28,7	21,8	28,8	32,5	24,6	40,9	45,8	35,4	18,3	20,2	16,2
Namangan	20,6	25,1	15,8	23,4	24,7	21,9	23,7	24,9	22,3	32,2	34,0	30,3	11,6	8,9	14,5
Samarqand	18,1	20,2	15,6	24,7	28,0	20,6	29,3	33,4	24,4	40	45,0	33,9	21,9	24,8	18,3
Surxondaryo	26,1	28,2	23,8	24,8	26,6	22,8	24,5	26,5	22,3	32,5	34,4	30,4	6,4	6,2	6,6
Sirdaryo	20,1	23,5	16,0	14,5	16,5	12,2	14,6	16,3	12,7	23,7	26,6	20,5	3,6	3,1	4,5
Toshkent	21,4	26,5	14,9	28,3	34,5	20,3	31,4	38,5	22,4	43,9	53,4	32,1	22,5	26,9	17,2
Farg'ona	25,0	29,9	19,2	28,3	32,3	23,7	30,1	33,6	26,1	41,1	46,2	35,3	16,1	16,3	16,1
Xorazm	24,4	27,5	20,5	24,2	26,3	21,8	21,8	24,1	19,2	30,6	34,0	26,6	6,2	6,5	6,1
Toshkent sh.	27,8	35,2	17,0	38,4	51,6	20,4	47,0	62,8	26,3	60,7	79,7	36,3	32,9	44,5	19,3

Manba: prognoz ma'lumotlari muallif tomonidan hisoblangan.

Yaqin va o'rta muddatli istiqbolida uzoq umr ko'ruvchilar sonining keksalar sonidan yuqori sur'atda o'sishi hisobidan uzoq umr ko'rish indeksi qiymatining ortishi kuzatiladi (5-jadval).

5-jadvaldan ko'rinadiki, 2025-2040-yillar mobaynida uzoq umr ko'rish indeksi qiymati "yuqori" variantda – 22,5 promilledan 39,8 promillegacha, "o'rta" variantda – 22,4 promilledan 39,4 promillegacha, "past" variantda esa 21,7 promilledan 35,0 promillegacha ortadi. Bunday o'sish tendensiyasi respublikaning barcha hududiy birliklarida ham qayd qilinadi.

Jumladan, 2040-yilda uzoq umr ko'rish indeksining eng yuqori qiymati Toshkent shahri (66,1%), Jizzax (52,2%), Buxoro (49,1%), Toshkent (48,6%) va Farg'ona (45,3%) viloyatlarida qayd qilinadi.

Xalqaro mezonlarga ko'ra, uzoq umr ko'rish indeksining qiymati 5 promilledan ortsa hudud "juda keksa aholi" toifasiga kiradi. Prognoz qilinayotgan davrda O'zbekistonda Respublikasining barcha ma'muriy-hududiy birliklarida uzoq umr ko'rish indeksining qiymati 5 promilledan yuqorini tashkil etadi. Bundan ko'rinadiki, mamlakatimiz aholisi uzoq umr ko'ruvchilar sonining ko'pligi nuqtai nazaridan ham demografik keksa hisoblanadi.

Yaqin va o'rta muddatli istiqbolida ham ayollarning uzoq umr ko'rish indeksi qiymati erkaklarga qaraganda ustunligi saqlanib qoladi. Xususan, ayollarning uzoq umr ko'rish indeksi prognozning "yuqori" variantida 2025-yil – 26,4, 2030-yil – 31,8, 2040-yil – 50,5, "o'rta" variantda – mos ravishda 26,2, 31,3 va 45,9, "past" variantda esa 25,5, 30,2 va 40,5 promilleni tashkil etadi (17-ilova).

Prognoz qilinayotgan davrda erkaklarning ham uzoq umr ko'rish indeksi qiymati muntazam ortib borib, 2040-yilda "yuqori" variantda – 36,5, "o'rta" variantda – 32,8, "past" variantda – 30,8 promillega teng bo'ladi (18-ilova).

Hududlar kesimida ayollarning uzoq umr ko'rish indeksi qiymati (2040-y.) Toshkent shahri (86,4%), Jizzax (62,2%), Toshkent (58,8%) va Buxoro (52,2%) viloyatlarida, erkaklarniki esa Buxoro (46,0%), Jizzax (40,4%), Farg'ona (39,1%), Qashqadaryo (39,0%), Navoiy (38,8%) viloyatlari va Toshkent shahri (40,5%) yuqori bo'ladi.

Tadqiqotda faol uzoq umr ko'rishni "Faol uzoq umr ko'rish strategiyasi"ni ishlab chiqish va qabul qilish, mahallalarda sog'lom va faol keksalik markazlarini tashkil etish, uzoq umr ko'ruvchilarning raqamli savodxonligini oshirish, faol uzoq umr ko'rish moslashuvchan paketlarini tashkil etish, tyutor xizmatlarini, volontyorlik va ijtimoiy hamroh dasturlarini joriy qilish, mahallalarda reabilitatsiya markazini tashkil etish asosida ta'minlash asoslanilgan.

XULOSA

O'zbekistonda faol uzoq umr ko'rishni ta'minlash bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Tadqiqotda "ijtimoiy kapital", "ijtimoiy integratsiya", "rollar almashinuvi", "faol keksalik" kabi tushunchalar uzoq umr ko'rish masalasi bilan bog'liq holda ko'rib chiqildi hamda keksalarni faol ijtimoiy subyekt – "aql va tajriba yetakchilari" sifatida qabul qilish zarurligi ilmiy asoslandi.

2. Uzoq umr ko'rishga ijobiy ta'sir etuvchi omillar sifatida oilaviy munosabatlarning barqarorligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash muhiti, ijtimoiy aloqalarning sifatiligi va uzluksizligi, jamiyat hayotida ishtirok etish imkoniyatlari, keksalarning ijobiy ijtimoiy maqomi, shuningdek hududiy sharoitlar, shahar va qishloq yashash muhitidagi farq, jins, yosh, ta'lim darajasi, oilaviy ahvol, tug'ilish va o'lim dinamikasi, umr davomiyligining jins va yosh kesimidagi o'zgarishlari kabi demografik ko'rsatkichlar o'zaro bog'liq holda tahlil qilinib, ularning uzoq umr ko'rishga ta'siri sotsiologik nuqtai nazaridan ilmiy tadqiq etildi.

3. Ilmiy va ijtimoiy doiralarda uzoq umrga nisbatan qarashlarda dualizm mavjud bo'lib, pessimistik yondashuvlarda u keksalikning inqirozli bosqichi sifatida qaralsa, optimistik nazariyalarda esa uni shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy tajriba va ma'naviy qadriyatlar bilan boyitilgan hayotning muvaffaqiyatli yakunlanishi sifatida baholanishi aniqlandi. Ushbu yondashuvlar insonning uzoq umr ko'rishga bo'lgan intilishi va uning ijtimoiy moslashuv darajasiga ta'sir etuvchi muhim sotsiomadaniy omillardan biri sifatida ilmiy jihatdan asoslab berildi.

4. Moviy mintaqalarda odamlar jismoniy faollik, sog'lom ovqatlanish, ijtimoiy aloqalar va ruhiy barqarorlik orqali uzoq umr ko'rishga erishgan. Tadqiqotda xorijiy mamlakatlar uzoq umr ko'ruvchilarga ijtimoiy xizmat ko'rsatish tizimini rivojlantirish orqali mazkur guruhning ijtimoiy-iqtisodiy muammolarini muvaffaqiyatli hal etish imkoniyatiga ega bo'lingani aniqlandi. Dissertant tomonidan xorij tajribasining ijobiy tomonlaridan respublika sharoitida faol va sog'lom uzoq umr ko'rishni ta'minlash borasida foydalanish imkoniyatlari bo'yicha takliflar ishlab chiqildi.

5. O'zbekistonda uzoq umr ko'ruvchilar orasida ayollar ulushi erkaklarga nisbatan yuqori bo'lib, bu ustunlik nafaqat biologik omillar, balki ijtimoiy va psixologik barqarorlik, oilaviy munosabatlardagi faol ishtirok, salomatlikka bo'lgan ongli munosabat hamda ma'naviy qadriyatlarga sodiqlik bilan izohlanadi.

6. Tadqiqotda uzoq umr ko'rishning hududiy va jinsiy farqlari demografik siyosat, sog'liqni saqlash tizimi, qishloq va shahar infratuzilmasi, madaniy muhit hamda ta'lim darajasi bilan uzviy bog'liqligi ilmiy asoslandi.

7. Uzoq umr ko'ruvchilar qatlamining sotsiologik portreti ijtimoiy barqarorlik, faol keksalik, shaxsiy intizom, jismoniy va ma'naviy sog'lom hayot tarzining ifodasi hisoblanib, ushbu qatlamning tahlili demografik siyosat, sog'liqni saqlash, keksalarni qo'llab-quvvatlash dasturlarini takomillashtirishda muhim ijtimoiy mezon vazifasini o'taydi.

8. Tadqiqotda kogort-komponent usulida 2025-2040 yillar uchun uzoq umr ko'rish ko'rsatkichlari "past", "o'rta" va "yuqori" ssenariylarda prognostik

modellashirildi. Unga ko'ra, 2025-2040-yillar mobaynida uzoq umr ko'ruvchilar soni "yuqori" variantda 3,3 martaga, "o'rta" variantda 2,9 martaga, "past" variantda esa 2,6 martaga ortadi. Bunga bog'liq holda uzoq umr ko'rish indeksi "yuqori" variantda – 22,5 promilledan 39,4 promillegacha, "o'rta" variantda – 21,7 promilledan 38,8 promillegacha, "past" variantda esa 21,4 promilledan 35,0 promillegacha ortadi. Bu o'z navbatida hukumat darajasida zarur tadbirlarni amalga oshirilishini taqozo etadi. Shundan kelib chiqqan holda:

- tegishli tashkilotlar va hokimliklar mamlakatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish dasturlarini tuzishda aholining yosh tarkibidagi o'zgarishlarni hisobga olishi;

- "Faol uzoq umr ko'rish strategiyasi"ni ishlab chiqish va qabul qilish;

- Innovatsion rivojlanish agentligi uzoq umr ko'rish bilan bog'liq ijtimoiy, iqtisodiy, tibbiy sohada o'tkaziladigan tadqiqotlarni rag'batlantirishi tavsiya etiladi.

9. O'zbekistonda uzoq umr ko'rishni rag'batlantirish va barqaror ijtimoiy muhitni shakllantirish maqsadida faol keksalikni qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladigan davlat dasturlarini yanada kengaytirish, mahallalarda ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash, keksalarni jamoat faoliyatiga tizimli jalb etish, sog'lom turmush tarzi madaniyatini targ'ib etishni kuchaytirish hamda uzoq umrga oid ijobiy ijtimoiy qarashlarni jamiyat ongida mustahkamlash tavsiya etiladi.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ PhD.21/30.10.2020. Ped/S.127.01 ПО
ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ НАУЧНО-
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОМ ИНСТИТУТЕ СЕМЬЯ И ГЕНДЕР**

**НАУЧНО ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ СЕМЬЯ И
ГЕНДЕР**

АБДИРАИМОВА ШАХНОЗА АБДУГАППАР ҚИЗИ

**СОЦИАЛЬНО - ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ
ДОЛГОЛЕТИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ**

**22.00.02 – Социальная структура, социальные институты и образ
жизни**

АВТОРЕФЕРАТ

**диссертации доктора философии (PhD) по социологическим
наукам**

ТАШКЕНТ – 2025

Тема диссертации доктора философии (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии под № B2024.2.PhD/S169.

Диссертация выполнена в Научно-исследовательском институте “Семья и гендер”

Аннотация диссертации на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) размещен на веб-сайте Научного совета (www.moiti.uz) и на Информационно-образовательном портале «Ziynet»(www.ziynet.uz).

Научный руководитель: **Абдураманов Хамид Худайбергенович**
доктор экономических наук, профессор

Официальные оппоненты: **Хусанова Хайринисо Тайиловна**
доктор социологических наук, (DsC), доцент
Тагиева Гульсум Гафуровна
доктор социологических наук (DsC)

Ведущая организация: **Ферганский государственный университет**

Защита диссертации состоится в 2025 году __:_____ в часов на заседании Научного совета PhD 21/30.10.2020.Ped/S.127.01 при Научно-исследовательском институте Семья и гендер. Адрес: г. Ташкент, Чиланзарский район, ул. Чиланзар 25. Тел.: (0-371) 267-05-36; факс (71) 267-03-92; E-mail: mvaointi@exat.uz, mvaointi@gmail.com; веб-сайт: www.moiti.uz. С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре НИИ Семья и гендер. (зарегистрирована по номеру __). Адрес: г. Ташкент, Чиланзарский район, ул. Чиланзар 25. Тел.: (71) 203-01-11 факс: (71) 267-03-92; E-mail: mvaointi@exat.uz, mvaointi@gmail.com; веб-сайт: www.moiti.uz.

Аннотация диссертации распространена “__” _____ 2025 г.

(Протокол реестра рассылки “__” _____ 2025 г.

Н.М.Эгамбердиева
Председатель Научного совета по присуждению ученых степеней, доктор педагогических наук, профессор

Б.Б.Мавлонов
Ученый секретарь Научного совета по присуждению ученых степеней, доктор философии (PhD) по педагогическим наукам

Ш.Садыкова
Председатель научного семинара при Научном совете по присуждению ученых степеней, доктор социологических наук, профессор

Введение (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. Проблема старения населения и долголетия в мире находится в центре многих научных исследований и стратегических программ. По данным ООН, если доля людей в глобальном масштабе в возрасте 90 лет и старше составляла 0,05% населения мира в 1950 году, то к 2020 году эта цифра достигла 0,27%. По прогнозам специалистов, занимающихся изучением экономических и социальных вопросов, к 2050 году 0,79% населения мира, а к 2100 году - 2,14% будут составлять люди с долгой жизнью³⁰. Поэтому целенаправленные меры со стороны государств по обеспечению активного и здорового долголетия осуществляются в широком масштабе.

В крупных исследовательских центрах по всему миру проводится ряд исследований, направленных на обеспечение активного и здорового долголетия. В частности, особое внимание уделяется научным исследованиям, направленным на совершенствование системы охраны здоровья пожилых людей, развитие гериатрических услуг, обеспечение материальной поддержки пожилых людей, обеспечение доступа пожилых людей к информационным и образовательным ресурсам, формирование условий для содержательной организации досуга пожилых людей, стимулирование производства товаров и оказания услуг для удовлетворения потребностей пожилых людей, содействие формированию общества с учетом интересов, потребностей и возможностей пожилых людей.

В нашей стране осуществляется ряд реформ, поддерживающий со всех сторон пожилых людей. В частности, в Стратегии "Узбекистан – 2030" определены конкретные меры, реализуемые в государственной программе «повышения средней продолжительности жизни населения», «обеспечения здоровой и активной старости», «сохранения окружающей среды в год» зеленой экономики»³¹.² В этом плане необходимо создать в местном масштабе деятельность специальных центров для пожилых людей, пропагандирующих здоровый образ жизни. Также важными считаются повышение цифровой грамотности среди долгожителей, внедрение в жизнь интеллектуальных технологий, эффективной организации тьюторских услуг, волонтерских и социальных программ для их поддержки. Кроме этого, особое значение имеют создание реабилитационных центров специализированных услуг, посредством которых осуществлять комплексные мероприятия по улучшению общего здоровья населения, расширение научных исследований по разработке стратегии активного долголетия.

³⁰ Плотникова Ю.С. Долгожительство человека как социально-демографический феномен: диссертация кандидата социологических наук: 22.00.03 Новосибирск 2011
<http://dlib.rsl.ru/rsl01005000000/rsl01005375000/rsl01005375648/rsl01005375648.pdf>;
<https://www.un.org/development/desa/pd/> – Population Division.

³¹ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentyabrda "O'zbekiston-2030" strategiyasi to'g'risida"gi PF-158-son Farmoniga 1-ilova 13 va 19-band. (Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 12.09.2023-y., 06/23/158/0694-son; 29.12.2023-y., 06/23/214/0984-son)

Данное диссертационное исследование в определенной степени служит выполнению задач, определенных в Указах и постановлениях Президента Республики Узбекистан: от 30 января 2025 года № УП – 16 “О Государственной программе по реализации Стратегии” Узбекистан-2030 в “Год охраны окружающей среды и “зеленой экономики””, от 11 сентября 2023 года № УП-158³² “О Стратегии “Узбекистан – 2030,””³³ от 15 марта 2022 г. № ПП-167³³ “О дополнительных мерах по всесторонней поддержке и повышению уровня жизни старшего поколения“, № ПП-410³⁴ от 27 декабря 2023 г. " О мерах по совершенствованию системы оказания социальных услуг и помощи престарелым и лицам с инвалидностью, нуждающимся в постороннем уходе”, ” О мерах по привлечению активных старейшин к реализации программы "от бедности к благополучию" №ПП-405³⁵ от 25 ноября 2024 года, в постановлении Кабинета Министров от 27 декабря 2024 года № 892 “Об утверждении Положения о порядке прикрепления активных светил к малообеспеченным семьям и вовлечения их в формирование здорового образа жизни и социально-духовной среды по соседству” и другими нормативно-правовыми актами в данной сфере.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологии Республики. Данное исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий Республики II “Формирование системы инновационных идей и путей их реализации в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информированного общества и демократического государства”.

Степень изученности предмета. Первые исследования, связанные с долголетием, были проведены в Древней Греции и Риме Аристотелем, Гиппократом, Платоном (здоровый образ жизни, правильное и сбалансированное питание) и Лукрецием (важность жизни в соответствии с природой)³⁶. Вопросы активного долголетия подробно освещены в “Каноне медицины” Абу Али Ибн Сины³⁷.

³² O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi «O‘zbekiston 2030» strategiyasi to‘g‘risida”gi PF-158-son Farmoni. Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi, 12.09.2023-y., 06/23/158/0694-son; 29.12.2023-y., 06/23/214/0984-son;

³³ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 15-martdagi “Nuroniylarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, ularning turmush darajasini oshirishga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi PQ-167-son qarori. Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi, 16.03.2022-y., 07/22/167/0218-son; 30.12.2024-y., 07/24/455/1092-son.

³⁴ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 27-dekabrdagi “O‘zgalar parvarishiga muhtoj keksalar va nogironligi bo‘lgan shaxslarga ijtimoiy xizmat va yordam ko‘rsatish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-410-son qarori. Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi, 29.12.2023-y., 07/23/410/1005-son; 10.05.2024-y., 06/24/75/0335-son; 21.11.2024-y., 06/24/185/0944-son; 12.05.2025-y., 06/25/84/0432-son

³⁵ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 25-noyabrdagi “Kambag‘allikdan farovonlik sari” dasturini amalga oshirishga faol nuroniylarni jalb etish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi PQ-405-son qarori. Qonunchilik ma’lumotlari milliy bazasi, 26.11.2024-y., 07/24/405/0970-son

³⁶ Апикишев Р.Ш. Долголетие в Дагестане. – Махачкала, 1969. – С.7.

³⁷ Abu Ali Ibn Sino. Tib qonunlari: (Uch jildlik saylanma). (Tuzuvchilar: Karimov U., Hikmatullayev H). J.1. – Toshkent: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 1993. – 304 b.

Зарубежный ученый М.Вебер³⁸ изучил социальные аспекты долголетия, Р.Гунри³⁹ - демографические и социальные аспекты процессов долголетия и старения, С.Ласлетт - социальные аспекты старения и долголетия, Б.Рауль и М.Маргарет⁴⁰ - успешное старение: психологическая модель и социально-психологические аспекты долголетия, Р.Блаво⁴¹ исследовал социальные аспекты тайны долголетия и бессмертия. Научные разработки этих ученых проливают свет на то, что долголетие связано не только с биологическими, но и с социальными, демографическими и психологическими факторами. Также изучался процесс демографического старения как комплексного явления с учетом различных его социальных и экологических факторов.

Ученые –генетики СНГ А.А.Москалев⁴², О.Э.Мустафина⁴³ и Э.В.Акушевич⁴⁴ в своих исследованиях освещали генетические факторы долголетия на основе комплексного подхода.

В работах ученых-демографов проанализированы факторы разницы в продолжительности жизни социально-демографических групп и смертности населения. В частности, в работах А.Римашевской⁴⁵, И.Троитского, Л.Рубаковского⁴⁶, И.Калабихиной⁴⁷ и Н.Мкртчян⁴⁸ разработана теория демографического перехода с целью объяснения причин старения населения и демографических изменений. Ученые научно проанализировали такие факторы, как социальное неравенство, региональные разницы и систему здравоохранения, влияющие на продолжительность жизни. В исследованиях Т.Счербов⁴⁹ проанализировал социальные факторы, связанные с демографическими переходами и долголетием, а также разработал новые

³⁸ Вебер М. Протестантская этика и дух капитализма / М.Вебер. – Москва: Т8RUGRAM, В26 2017. – 180 с.

³⁹ Гандри С. Парадокс долголетия. Как оставаться молодым до глубокой старости: Невероятные факты о причинах старения и неожиданные способы их преодоления. Люмина А., перевод на русский язык. Руководство. Москва: – ООО “Издательство “Эскимо”, 2020. – 303 с.

⁴⁰ Raul B., Margaret M. Successful again. Perspectives from the behavioral sciences. Textbook. – Berlin: Cambridge University press. ESF., 1993. – 391 p.

⁴¹ Блаво Р. Тайна долгой жизни и бессмертия. – СПб.: Издательство “прайм-ЕВРОЗНАК”, 2004. – 160 с.

⁴² Moskalov A.A. Genetika dolgoletiya i stareniya. – Москва: Наука, 2012. – 312 с.

⁴³ Mustafina O.E., et al. Polymorphisms of FOXO1A and FOXO3A genes in Russian long-livers. // Advances in Gerontology, 2017, 30(3): 394–398.

DOI: 10.1134/S2079057017030124

⁴⁴ Akushevich I., Kravchenko J., Ukraintseva S., et al. Age patterns of incidence of geriatric diseases in the U.S. elderly population: Medicare-based analysis. // Journal of Aging and Health, 2015, 27(3): 494–518.

PMID: [25918517](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25918517/)

⁴⁵ Rimashevskaya N.M., Dobrokhleb V.G., Medvedeva E.I., Kroshilin S.V. (2012). Demograficheskiy perekhod – spetsifika rossiyskoy modeli. Narodonaselenie (Population), №1(55): 23–31.

⁴⁶ Rybakovsky, L. L. (2015). Strategy of the demographic development of Russia, notion and content. Narodonaselenie, № 2.

⁴⁷ Калабихина И. Е., Красовская Н. И., Калмыкова Н. М. «Демографическое старение в Республике Беларусь: вызовы и новые возможности», аналитический обзор. Minsk: Белсэнс, 2018. – 47 с. ISBN: 978-985-6946-87-8

⁴⁸ Денисенко М. Б., Мкртчян Н. В. «Демографические изменения и предложение рабочей силы в регионах России», Научный дайджест, НЦМУ (Высшая школа экономики), №951–952, 2022.

⁴⁹ Scherbov, S., & Sanderson, W.C. (2017). *New Perspectives on Population Ageing*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-69037-3>

демографические подходы моделирования этих процессов. В.Школьников⁵⁰ провел научные социально-демографические исследования по долголетию и здравоохранению в различных странах.

Узбекские ученые также провели широкомасштабные научные исследования по вопросам старения и долголетия населения. А.Курбанов и О.Каримов изучили правильное питание пожилых людей⁵¹, Б.Эшдавлатов проводил исследования медико-социального статуса пожилых людей⁵², Х.Тешабоев - правила долголетия⁵³, З.Зиявудинова - психологические особенности пожилых людей.⁵⁴ А также, Х.Абдураманов исследовал демографические основы социальной защиты пожилых людей⁵⁵, а Ш.Садыкова проанализировала этот вопрос с социологической стороны⁵⁶.

В научных исследованиях вышеназванных ученых проведен социологический анализ теоретико-методологических аспектов долголетия, зарубежного опыта по социальной поддержке пожилых людей в Узбекистане, перспективных направлений. Однако недостаточно изучены социологическими исследованиями социально-демографические факторы долголетия, что требуют проведения глубоких научных исследований по данной теме.

Связь темы диссертации с планами научно-исследовательской работы высшего образовательного учреждения. Данное диссертационное исследование выполнено в рамках практических проектов плана научно-исследовательских работ семьи и гендера по темам “Формирование здорового образа жизни и повышение социальной активности у пожилых людей” и “Повышение физической культуры у пожилых людей, создание здоровой среды в семье посредством основных принципов правильного питания”.

Цель исследования. Состоит в разработке научных предложений и практических рекомендаций по обеспечению активной продолжительности жизни путем социологического исследования социально-демографических факторов долголетия в Узбекистане.

Задачи исследования:

изучить геронтогенез старения и подходы к изучению процессов долголетия;

осветить социально-геронтологические и аксиологические особенности слоя долгожителей;

⁵⁰ Shkolnikov, V.M., Andreev, E.M., & McKee, M. (2003). *Health and Mortality in Russia and Europe*. WHO Regional Publications.

⁵¹ Qurbonov A.Sh., Karimov O.P. *Keksalar va qariyalarda to'g'ri ovqatlanish*. – Toshkent: “O'zbekiston milliy ensiklopediyasi”. Davlat ilmiy nashriyoti, 2016. – 152 b.

⁵² Эшдавлатов Б. Медико-социальное положение лиц пожилого возраста в Узбекистане. – Ташкент, 2002.

⁵³ Teshaboev H. *Uzoq umr ko'rish qoidalari*. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2015. – 88 b.

⁵⁴ Ziyovuddinova Z.Z. «Keksa insonlarning psixologik xususiyatlari» O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali, 8-son, 2022. – 630 b.

⁵⁵ Abduramanov X.X. O'zbekistonda qariyalarni ijtimoiy himoya qilishning demografik asoslari. Iqtisod fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiya. – Toshkent, 2007. – 15-b.

⁵⁶ Sodiqova Sh.M. Jamiyatni modernizatsiyalash jarayonida keksalarni ijtimoiy himoyalashning sotsiologik tahlili // Sotsiologiya fanlari doktori ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. – Toshkent, 2016.

изучить зарубежный опыт повышения положительного влияния социально-демографических факторов на продолжительность жизни;
анализировать тенденции изменения социально-демографических показателей продолжительности жизни в Республике Узбекистан;
составить социологический портрет долгожителей;
разработать параметры краткосрочного и среднесрочного прогноза продолжительности жизни в Узбекистане;
разработать научные предложения и практические рекомендации по обеспечению активной продолжительности жизни.

В качестве **объекта исследования** были взяты факторы, влияющие на долгожительство в Республике Узбекистан.

Предметом исследования являются социально-демографические характеристики слоя долгожителей в Узбекистане.

Методы исследования. В диссертационной работе использованы методы системного анализа, сравнительного анализа, терминологического анализа, ретроспективного анализа, исследования в динамике, ориентировочного подхода, классификации данных, сравнения, прогнозирования, анкетирования.

Научная новизна исследования заключается в следующих:

социологически обоснованы как социокультурный феномен показатели индивидуального геронтогенеза (продолжительность жизни и процесс старения) личности при здоровом долголетии такие, как экзогенные (окружающая среда, уровень жизни, здоровое питание, досуг и нормативный распорядок дня, качество социальной активности и общения) и эндогенные (наследственность, физическое здоровье, жизнеспособность, позитивная семейная среда на основе интеграции факторов) и “принципы счастливой жизни»;

разработан социологический портрет гендерного долголетия, характеризующий социально-биологические, демографические, психологические и поведенческие особенности людей, доживающих до старости, ориентированный на здоровое и активное поддержание продолжительности жизни на уровне общества, семьи и личности с учетом качества жизни и условий жизни;

социологически обоснован “индекс человеческого развития, ” который включал среднюю продолжительность жизни, образование и уровень жизни путем разработки в “высоком”, “среднем” и “низком” вариантах параметров демографического прогноза продолжительности жизни (индекс долголетия, коэффициент старения, ожидаемая продолжительность жизни) на 2025-2040 гг. на основе метода когортно-компонентного (возрастного сдвига) подхода;

определены стратегические направления обеспечения активного долголетия (акмеологические, социogerонтологические, адаптивная среда,

безопасная жизнь, умственные способности, образование и развитие взрослых, инклюзивность, технологии социальной работы пожилых людей) на основе итоговой оценки социально-демографических рисков, препятствующих долголетию.

Практические результаты исследования состоят в следующих:

сформулированы теоретические взгляды на подходы к ценности долголетия для общества, семьи и личности;

обобщен опыт зарубежных стран в области активного долголетия и разработаны практические предложения по его применению в Узбекистане;

разработаны критерии оценки социально-демографических факторов;

на основе социологического анализа создан социальный портрет долгожителей, даны научно-практические выводы;

разработаны стратегические направления обеспечения активного долголетия.

Достоверность результатов исследований объясняется внедрением в практику сборников материалов республиканских и международных научно-методических и научно-практических конференций, специальных журналов из перечня ВАК и статей, опубликованных в зарубежных научных журналах, опросов, заключений, предложений и рекомендаций, а также утверждением полученных результатов уполномоченными организациями.

Научно-практическая значимость результатов исследования.

Научная значимость результатов исследования заключена в том, что научно-теоретические выводы по обеспечению активного долголетия в Узбекистане могут быть использованы в качестве ресурса при разработке стратегий, направленных на улучшение здоровья населения, совершенствование социальной политики и обеспечение долголетия.

Практическая значимость исследования заключается в том, что идеи и материалы диссертационного исследования используются в социологических исследованиях, проводимых общественным центром «Ижтимоий фикр» и Научно-исследовательским институтом “Семья и гендер”, в совершенствовании учебных программ по дисциплинам “Социология”, “Социальная работа” и “Демография” в высших образовательных учреждениях, в подготовке и преподавании учебников, учебных и методических пособий.

Внедрение результатов исследования. На основе полученных научных результатов по обеспечению активной продолжительности жизни в Узбекистане путем социологического исследования социально-демографических факторов долголетия внедрены:

предложение о фазах индивидуального геронтогенеза (продолжительность жизни и процесс старения) у долгожителей, образующиеся из совокупности экзогенных (окружающая среда, уровень жизни, здоровое питание, досуг и критерии повестки дня, качество социальной активности и общения) и эндогенных (наследственность, физическое

здоровье, жизнеспособность, позитивная семейная среда) факторов, было использовано для обеспечения выполнения 74 пункта “Плана практических мероприятий 2024 года по направлению создания достойных условий для реализации потенциала каждого человека” Стратегии “Узбекистан – 2030” “(Справка Фонда “Нуроний” по социальной поддержке ветеранов Узбекистана от 10 февраля 2025 года № 03/88). В результате это позволило разработать меры, направленные на продление жизни пожилых;

предложение по социологическому портрету успешных долгожителей на основе корреляционной динамики социально-аксиологических маркеров тенденций поддержки продолжительности жизни (поведение, ориентированное на самосохранение, является показателем автора, который становится ценностью на уровне общества, семьи и личности) был использован при подготовке отчета практического проекта ” Повышение физической культуры у пожилых людей, создание здоровой среды в семье посредством основных принципов правильного питания“. (Справка Научно-исследовательского института “Семья и гендер” № 18 от 7 февраля 2025 г.). В результате было достигнуто обогащение научных предложений и практических рекомендаций по развитию здорового образа жизни среди взрослого населения и повышению их физической активности;

предложения по прогнозным параметрам показателей долголетия в Республике Узбекистан на 2040 год использованы при обеспечении исполнения пункта 74 “Плана практических мероприятий 2024 года по направлению создания достойных условий для реализации потенциала каждого человека” Стратегии “Узбекистан-2030” (Справка Фонда “Нуроний” по социальной поддержке ветеранов Узбекистана № 03/88 от 10 февраля 2025 года). Прогнозные показатели позволили разработать план практических мероприятий по всесторонней поддержке пожилых, повышению их уровня жизни;

предложения по стратегическим направлениям обеспечения активного долголетия путем суммативной оценки социально-демографических рисков, препятствующих долголетию, были использованы при разработке отчета и рекомендаций практического проекта “Обеспечение прав и выбора пожилых людей: исследование индекса активного старения в Узбекистане ” (Справка НИИ “Семья и гендер” от 7 февраля 2025 г. №18)). В результате были созданы основные направления активного и здорового долголетия.

Апробация результатов исследования. Основные идеи и выводы диссертации обсуждались на 5 международных, 3 республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Всего по диссертационной работе опубликовано 10 научных работ, из них 4 - в местных научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан, 1 - в престижном зарубежном журнале, 2 - в материалах международных конференций, 3 - в материалах республиканских научно-практических конференций и семинаров.

Структура и объем диссертации. Содержание диссертации состоит из введения, трех глав, девяти параграфов, заключения, списка использованной литературы и приложений. Общий объем диссертационной работы составил 152 страницы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** обосновывается актуальность и востребованность исследовательской работы, цель и задачи исследования, степень изученности проблемы, научная новизна, соответствие исследования основным приоритетным направлениям развития науки и технологии республики, объект, предмет и методы исследования. Приводятся сведения о научно-практической значимости полученных результатов, их внедрении в практику, апробации, опубликованных работах, структуре диссертации.

В первой главе диссертации **"Теоретико-методологические основы изучения феномена долголетия"** изложены научные основы изучения процесса геронтогенеза и долголетия как социально-демографического явления в рамках социально-геронтологического, аксиологического, социально-демографического подходов, социально-геронтологические и аксиологические особенности пласта долгожителей, приведены методические аспекты социологического анализа показателей долголетия.

В исследовании отмечается, что в научных работах по социологии существует позиция по определению долголетия как социально-биологического феномена дожития человека до 85 лет и старше, с точки зрения демографии, долголетие на уровне индивида – это социально-демографическое явление, на уровне общества – это социально-демографическое событие: к субпопуляции (любой части всего населения, имеющей общие черты) можно отнести долгожителей, с социологической точки зрения долгожители анализировались как особая социально-демографическая группа, выделяемая на основе гармонии особенностей возраста, социально-психологического и социального статуса.

Были изучены определения понятия "долголетие" международными организациями и учеными, и, исходя из их определений, было дано следующее авторское определение: "долголетие – это процесс активной социальной жизни человеческого организма посредством сохранения своего физического и психического здоровья в течение длительного периода времени под влиянием генетических, социальных, экономических и экологических факторов".

В рамках комплексного подхода к изучению долголетия как социально-демографического явления в исследовании выделены социально-геронтологический, аксиологический и социально-демографический подходы (табл.1).

В связи с тем, что проблема долголетия в социальной геронтологии изучается комплексно, социально-геронтологический подход широко используется на всех этапах исследования. Социально-геронтологический подход к изучению долголетия начал применяться с самых ранних исследований. В частности, в Узбекистане ученый-социолог Ш.Садыкова⁵⁷

⁵⁷ Sodiqova Sh.M. Jamiyatni modernizatsiyalash jarayonida keksalarni ijtimoiy himoyalashning sotsiologik tahlili // Sotsiologiya fanlari doktori ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. – Toshkent, 2016.

впервые осуществила первое фундаментальное научное исследование в области геронтологии.

Ценность долголетия формируется в зависимости от культурных, социальных и экономических условий в обществе, а также образа жизни людей. Изучение этих ценностей может помочь определить понимание важных и долгосрочных компонентов жизни людей в обществе.

Таблица 1

Подходы к исследованию долголетия *

Название подхода	Особенности
Социально-геронтологический	большое внимание уделяется тому, как долгожители ведут активную и здоровую жизнь, их социальному развитию, роли в обществе и отношению к ним
Аксиологический	основное внимание уделяется качеству жизни людей, развитию ценностей и моральных норм, а также значимости социальных и культурных факторов в обществе.
Социально-демографический	изучает общее состояние населения, состояние здоровья, образ жизни и социальные возможности, как различные социальные группы в обществе влияют на качество жизни и здоровье.

* Источник: таблица составлена автором.

Использование социально-демографического подхода к изучению долголетия помогает выявить причины и факторы долголетия путем совместного анализа социальной жизни и демографических процессов. Этот подход включает изучение проблем, связанных с социальными отношениями между людьми в обществе, здоровьем, экономическим статусом и культурными особенностями. Выявление социальных и демографических факторов, влияющих на долголетие, помогает определить ориентиры для общества и государственной политики.

На уровне общества, семьи и личности выделяется специфика оптимистического и пессимистического подходов к ценности долголетия, на основании чего делается вывод о том, что оптимистический подход является одним из факторов долголетия на всех уровнях. Построенная в рамках социально-геронтологического подхода теоретическая категоризация характеристик долгожителей (медико-биологических, социально-психологических, самосохраняющегося поведения, семейного положения, образовательного и профессионального, материального положения, эколого-географических характеристик жизнедеятельности долгожителей) показала, что только совокупность ряда характеристик определяет долголетие.

В исследовании на основе изучения долгожителей как социально-демографической группы были классифицированы факторы, влияющие на них (медико-биологический, социально-психологический, семейный климат,

образ жизни, образовательный и профессиональный, материальный статус, экологический и географический) (рис.1).



Рисунок 1. Характеристика долгожителей как социально-демографической группы

Углубленное изучение социально-демографических характеристик слоя долгожителей способствует разработке стратегий обеспечения здорового старения и продления жизни человека. Поэтому анализ образа жизни и социально-демографических факторов долгожителей способствует сохранению демографической стабильности общества и качественной жизни населения.

Во второй главе диссертации **“Социально-демографические факторы долголетия и тенденции его роста”** проанализированы тенденции долголетия регионов мира, разработаны возможности использования в Узбекистане опыта передовых зарубежных стран по активному и здоровому долголетию, рассчитаны показатели долголетия в Республике Узбекистан, проанализированы современные тенденции и определены социально-демографические факторы, влияющие на него.

С середины XX века на Земле наблюдается высокий темп роста численности долгожителей. Если в 1950 году доля лиц в возрасте 90 лет и старше составляла 0,05% населения мира, то к 2020 году эта цифра достигла 0,27%, то есть увеличилась почти в 6 раз. По прогнозам ООН, к 2050 году

население мира в возрасте 90 лет и старше составит 0,79%, а к 2100 году - 2,14%. К концу XXI века во всех регионах планеты возрастет доля населения в возрасте 90 лет и старше.

Уровень экономического развития считается одним из показателей, определяющих долголетие. Максимальный прирост доли в возрасте 90 лет и старше за последние 70 лет зафиксирован в экономически развитых странах, в этих странах сегодня число людей, перешагнувших 90-летний рубеж, достигло 1% населения, а к концу века превысит 4-5%.

Восемь из “первой десятки” стран по доле населения старше 90 лет находятся в Европейском союзе. В списке ведущих стран лидирует Япония (1,88%). Узбекистан занял 37 место с долей населения старше 90 лет (0,53%).

Таблица 2

Численность населения Республики Узбекистан в возрасте 85 лет и старше, чел.

Регионы	Годы					Изменение 2024 года по сравнению с 2020 годом	
	2020	2021	2022	2023	2024	+,-	%
Республика Узбекистан	72546	72999	73559	77890	80549	7993	11,1
Каракалпакстан	641	600	675	649	763	122	19,0
провинции:	2442	2601	2543	2750	2833	391	16,0
Андижан	1 521	1 493	1 538	1 522	1 699	178	11,7
Бухара							
Джизак	5653	5720	5759	6427	6812	1 159	20,5
Кашкадарья	3387	3740	4126	4750	5147	1 760	52,0
Навои	2387	2466	2468	2463	2494	107	4,5
Наманган	7717	7539	6956	6798	6712	-1 005	-13,0
Самарканд	1939	2077	2234	2488	2521	582	30,0
Сурхандарья	5269	5496	5513	5823	6081	812	15,4
Сырдарья	6280	6450	6369	6464	6290	10	0,1
Ташкент	6483	6280	5882	5564	5607	-876	-13,5
Фергана	1607	1560	1557	1573	1390	-217	-13,5
Хорезм	7120	6719	6941	7457	7575	455	6,4
Г. Ташкент	9214	9348	9464	10107	10590	1 376	14,9

Источник: рассчитано автором на основе данных Национального статистического комитета Республики Узбекистан.

Анализ тенденций долголетия стран мира показывает, что любая страна имела возможность решать социальные проблемы данной группы населения путем развития системы социальной защиты долгожителей. На наш взгляд, используя зарубежный опыт в нашей республике, целесообразны: разработка и принятие стратегии “активного долголетия”, рассмотренной в опыте Финляндии, Беларуси и Мальты; достижение долголетия за счет физической активности, здорового питания, любви к жизни, психической и психоэмоциональной стабильности на основе опыта Окинавы, Сардинии,

Ниуи, Лома Линда и Икария; внедрение технологий “умного дома” на основе опыта Японии, Германии, Сингапура, Австралии, Канады и Норвегии; цифровое развитие пожилых людей на основе опыта Южной Кореи; развитие гериатрической службы с опорой на опыт Дании, Испании, США, Финляндии, Швейцарии, Швеции и Японии; исходя из индийского опыта, целесообразно создать фонд “Активное долголетие,” наряду с существующим в нашей республике фондом “Нуроний”.

По данным Национального статистического комитета, население в возрасте 85 лет и старше в 2024 году составило 80 539 человек, что на 11,1% больше, чем в 2020 году (таблица 2).

В городских районах число долгожителей больше, чем в сельских (в городе – 56,5%, в сельской местности – 43,5%). Две трети (65,4%) долгожителей составляют женщины, а остальные 34,6% - мужчины.

Темпы роста числа пожилых людей по сравнению с долгожителями за анализируемый период обеспечили снижение значения Индекса активного долголетия (табл. 3).

Таблица 3

Индекс долголетия в Республике Узбекистан, промилле

Регионы	2020-год			2024-год			Изменение 2024 года по сравнению с 2020 годом (+,-)		
	итог о	женщи на	мужчи на	итог о	женщи на	мужчи на	итог о	женщи на	мужчи на
Республика Узбекистан	24,8	29,1	19,7	22,2	26,7	16,8	-2,6	-2,3	-2,9
Каракалпакстан	17,2	20,3	13,5	15,9	18,4	12,8	-1,3	-1,9	-0,7
провинции:									
Андижан	21,4	26,0	16,3	20,6	25,3	15,2	-0,8	-0,7	-1,1
Бухара	18,9	21,5	15,8	22,5	24,2	20,6	3,6	2,7	4,8
Джизак	21,1	21,6	20,6	17,9	19,5	15,9	-3,2	-2,1	-4,7
Кашкадарья	32,2	35,3	28,8	22,2	25,6	18,4	-10	-9,7	-10,4
Навои	22,4	26,2	18,1	23,4	27,6	18,5	1,0	1,4	0,4
Наманган	23,5	29,0	17,5	21,5	27,2	15,3	-2,0	-1,8	-2,2
Самарканд	19,9	22,3	17,1	15,9	18,4	13,0	-4,0	-3,9	-4,0
Сурхандарья	35,6	38,4	32,6	24,4	27,6	20,9	-11,2	-10,8	-11,7
Сырдарья	27,0	31,2	22,1	18,6	23,9	12,1	-8,4	-7,3	-10,0
Ташкент.обл.	23,8	29,1	16,9	21,7	27,2	14,6	-2,1	-1,9	-2,3
Фергана	27,2	33,3	20,2	25,1	31,0	18,3	-2,1	-2,3	-1,9
Хорезм	27,0	30,6	22,7	24,9	28,8	20,3	-2,1	-1,8	-2,4
Г.Ташкент	27,2	33,5	17,5	29,8	37,1	19,0	2,6	3,6	1,5

Источник: рассчитано автором на основе данных Национального статистического комитета Республики Узбекистан.

Из таблицы 3 видно, что индекс долголетия снизился с 24,8 промилле в 2020 году до 22,2 промилле в 2024 году. Такая тенденция к сокращению наблюдалась и во всех административно-территориальных единицах Республики.

По данным 2024 года, значение индекса долголетия выше в Сурхандарьинской (24,4‰), Навоийской (23,4‰), Ферганской (25,1‰) и Хорезмской (24,9‰) областях и городе Ташкенте (29,8‰).

В третьей главе диссертации "**Социологический анализ факторов долголетия в Республике Узбекистан**" составлен социологический портрет слоя долгожителей, проведена суммарная оценка социально-демографических рисков, препятствующих долголетию, разработаны параметры краткосрочного и среднесрочного прогноза долголетия в Узбекистане, предложены стратегические направления обеспечения активного долголетия.

В целях создания социологического портрета долгожителей, выявления причин и факторов долголетия было проведено социальное обследование 127 85-летних и взрослых с наибольшей продолжительностью жизни в Джизакской, Ташкентской, Ферганской областях и городе Ташкенте. Из респондентов, участвовавших в исследовании, 40 (31,5%) составляли мужчины, а 87 (68,5%) - женщины.

Основная часть долгожителей (76,3%) отметили социальную активность как важную часть своей жизни (рис. 2).

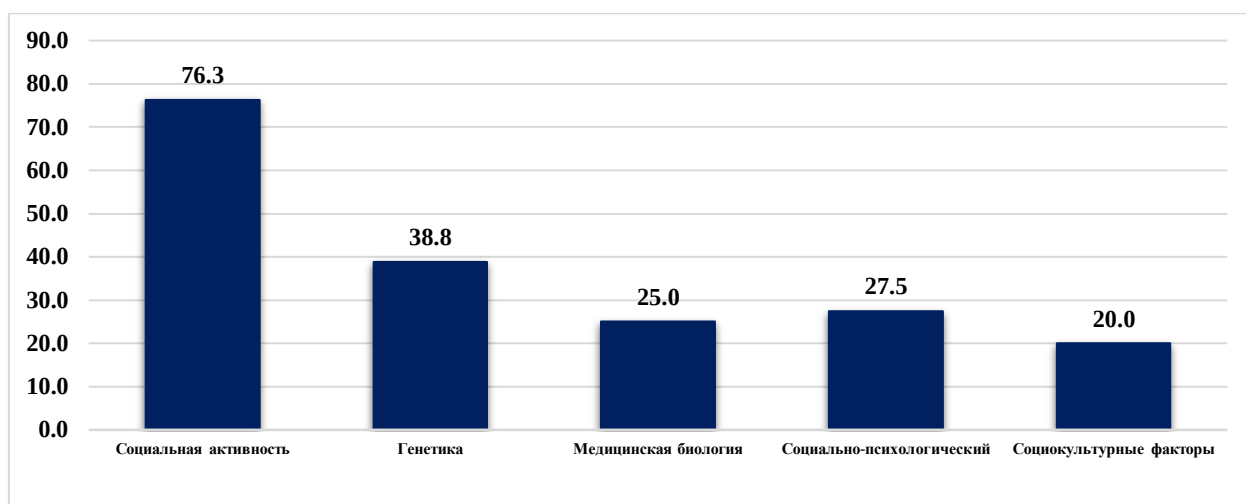


Рисунок 2. Факторы долголетия (в процентах)

Генетические особенности не были подтверждены как ключевой фактор долголетия. 37,7% долгожителей жили дольше своих детей, и это состояние наблюдалось независимо от количества детей.

Социологический портрет слоя долгожителей в основном характеризуется следующим:

- долгожители в детстве жили в сельской местности, в полных семьях со средним и хорошим уровнем финансовой обеспеченности, в хорошей психологической обстановке. У их родителей был низкий уровень образования;

- мужчины-долгожители имеют более высокий уровень регулярной физической активности среди мужчин, которые следуют традиционной "мужской модели самосохранения", и среди городского населения, что

подтверждает влияние их подхода к здоровому образу жизни. Среди сельского населения известны случаи, когда ежедневный физический труд заменял физическую активность;

- в то время как в городах преобладали отрасли умственного труда, в сельской местности преобладали отрасли физического труда. Тот факт, что большинство респондентов любят свою работу и продолжают работать даже после достижения пенсионного возраста, свидетельствует об их положительном отношении к труду;

- подчеркнута важность семейного окружения для снижения стресса и обеспечения эмоциональной стабильности. В то время как стабильность семейных отношений среди мужчин была высокой, женщины отличались способностью разрешать конфликтные ситуации;

- большинство долгожителей довольны своей жизнью и хотят жить снова, но пессимистические настроения чаще встречаются среди женщин. Основная ценность для женщин заключалась в семье, отношениях с близкими и духовных ценностях, в то время как мужчины придавали большее значение симпатии к своей профессии и духовной зрелости;

- было обнаружено, что их интерес к новым знаниям был низким в зависимости от возраста, поскольку большинство респондентов не проявляли интереса к усвоению новых знаний. Мужчины больше сосредоточены на личном развитии и истории, а женщины - на изучении языка;

- различия между городскими и сельскими районами очевидны из-за того, что городские жители больше сосредоточены на проблемах со здоровьем. Также, в зависимости от пола, для мужчин стали важнее воспоминания о войне, а для женщин - семейные отношения.

В целях суммарной оценки социально-демографических рисков, препятствующих увеличению продолжительности жизни, проведен социальный опрос среди 648 респондентов с наибольшей продолжительностью жизни в Джизакской, Ташкентской, Ферганской областях и городе Ташкенте.

В исследовании основные факторы риска, препятствующие увеличению продолжительности жизни, оценивались на основе шкалы Лайкерта, что позволило определить относительное влияние таких факторов, как социально-экономическое неравенство, экологическая среда, качество медицинских услуг и образ жизни. Результаты исследования показали значительное влияние на продолжительность жизни бедности, безработицы, уровня развития медицинских услуг, психологического стресса и экологических рисков (Таблица 4).

Из таблицы 4 видно, что наибольшее влияние оказывают экономические факторы, особенно бедность и безработица (4,79), которые существенно влияют на здоровье и продолжительность жизни людей. Эти факторы негативно влияют на здоровье, ухудшая условия жизни, ограничивая доступ к медицинским услугам и повышая уровень стресса. Однако неразвитость медицинских услуг (4,48) и нездоровый образ жизни (4,55) также были

указаны как факторы высокого риска. Было обнаружено, что рабочая нагрузка и стресс (4,17), ослабление социальных связей (3,87) и экологические риски (3,90) также могут негативно повлиять на физическое и психическое здоровье людей, что приведет к сокращению продолжительности жизни.

Таблица 4

**Социально-демографические препятствия на пути к долголетию
(итоговая оценка рисков)**

Фактор риска	Степень воздействия	Общий балл	Уровни воздействия				
			Слишком низкий	Низкий	Средний	Высокий	Самый высокий
Бедность, безработица	Самый высокий	4,79	3	13	22	44	566
Недостаточное развитие медицинских услуг	Самый высокий	4,48	17	28	42	104	457
Нездоровый образ жизни	Самый высокий	4,55	13	22	39	96	478
Ослабление взаимодействия в обществе	Высокий	3,87	56	68	90	125	309
Перегрузка работой (стресс и давление)	Высокий	4,17	34	48	69	122	375
Экологические опасности	Высокий	3,90	62	48	81	157	300
Урбанизация	Средний	2,92	133	116	171	124	104
Социальное неравенство и дискриминация	Средний	3,15	119	105	137	131	156
Низкий уровень образования	Средний	3,37	85	104	127	149	183

Уровень: менее 1,80 очень низкий; 1,81–2,60 низкий; 2,61–3,40 средний; 3,41–4,20 высокий; более 4,21 очень высокий.

В исследовании краткосрочный и среднесрочный демографический прогноз Узбекистана на период до 2040 года был выполнен в трех вариантах с использованием метода “возрастного сдвига”. Согласно ему, число долгожителей в “высоком” варианте прогноза составит: 2025 год-86,3, 2030 – 129,2, 2040-285,9 тыс. человек (рост за прогнозируемый период в 3,3 раза), в “среднем” варианте – 85,2; 122,5 и 249,8 тыс. человек соответственно (в 2,9 раза), в “низком” варианте- 84,3; 117,0 и 221,1 тыс. человек (в 2,6 раза).

Население, родившееся между 1940 и 1955 годами - поколение, не участвовавшее во Второй мировой войне - в течение прогнозируемого периода перейдет в возраст долгожителей. В этот период рождаемость в нашей республике была довольно высокой. То есть общий коэффициент рождаемости в 1940 году составлял 33,6, в 1950 году-30,9, в 1955 году – 30,9 промилле. В то время как сегодня (2024.) общий коэффициент фертильности составляет 24,0 промилле.

Таблица 5

Прогнозные показатели индекса долголетия в Республике Узбекистан, промилле

Регионы	2025 год			2030 год			2035 год			2040 год			Изменение в 2040 году по сравнению с 2025 годом (+, -)		
	итого	женщина	мужчина	итого	женщина	мужчина	итого	женщина	мужчина	итого	женщина	мужчина	итого	женщина	мужчина
Республика Узбекистан	22,4	26,2	17,8	27,0	31,3	21,8	29,2	34,1	23,5	39,4	45,9	32,8	17,0	19,7	15,0
Республика Каракалпакстан	16,1	18,5	13,1	21,2	24,1	17,7	24,1	27,2	20,3	30,7	34,9	25,7	14,6	16,4	12,6
провинции:															
Андижан	19,6	23,6	15,0	22,8	25,7	19,3	22,1	24,7	19,2	32,5	35,9	28,6	12,9	12,3	13,6
Бухара	21,7	23,5	19,7	30,0	31,0	28,8	30,9	32,7	28,9	45,1	47,7	42,1	23,4	24,2	22,4
Джизак	18,8	20,0	17,4	31,1	36,6	24,3	36,4	45,0	26,0	47,6	57,0	36,5	28,8	37,0	19,1
Кашкадарья	25,1	27,3	22,7	26,0	27,5	24,3	27,8	30,1	25,1	38,1	40,4	35,4	13,0	13,1	12,7
Навои	22,6	25,6	19,2	25,4	28,7	21,8	28,8	32,5	24,6	40,9	45,8	35,4	18,3	20,2	16,2
Наманган	20,6	25,1	15,8	23,4	24,7	21,9	23,7	24,9	22,3	32,2	34,0	30,3	11,6	8,9	14,5
Самарканд	18,1	20,2	15,6	24,7	28,0	20,6	29,3	33,4	24,4	40	45,0	33,9	21,9	24,8	18,3
Сурхандарья	26,1	28,2	23,8	24,8	26,6	22,8	24,5	26,5	22,3	32,5	34,4	30,4	6,4	6,2	6,6
Сырдарья	20,1	23,5	16	14,5	16,5	12,2	14,6	16,3	12,7	23,7	26,6	20,5	3,6	3,1	4,5
Ташкент. обл.	21,4	26,5	14,9	28,3	34,5	20,3	31,4	38,5	22,4	43,9	53,4	32,1	22,5	26,9	17,2
Фергана	25,0	29,9	19,2	28,3	32,3	23,7	30,1	33,6	26,1	41,1	46,2	35,3	16,1	16,3	16,1
Хорезм	24,4	27,5	20,5	24,2	26,3	21,8	21,8	24,1	19,2	30,6	34,0	26,6	6,2	6,5	6,1
Г. Ташкент	27,8	35,2	17,0	38,6	51,6	20,4	47,0	62,8	26,3	60,7	79,7	36,3	32,9	44,5	19,3

Источник: данные прогноза рассчитаны автором

Стоит отметить, что после Второй мировой войны в Узбекистане проводилась демографическая политика, направленная на повышение рождаемости. В 1944 году было издано специальное распоряжение о предоставлении государственной помощи беременным, многодетным и одиноким матерям, а также о награждении почетными медалями для многодетных матерей, такими как “Мать-героиня”, “Материнская честь” и “Медаль материнства”. В результате за 1945-1950 годы число детей, родившихся в нашей стране, увеличилось на 70,7%, смертность снизилась на 7%. Этот период ученые-демографы называют периодом “компенсации”, то есть “пополнения”. Основываясь на приведенных выше фактах, можно сказать, что количество людей в этой возрастной группе увеличивается высокими темпами за счет перехода прогнозных лет населения, рожденного в период “демографического переполнения”, в ряды долгожителей. Кроме того, увеличение ожидаемой продолжительности жизни при рождении в краткосрочной и среднесрочной перспективе также способствует увеличению числа долгожителей. По нашим расчетам, ожидаемая продолжительность жизни при рождении у женщин увеличится с 78,4 лет в 2030 году при “высоком” варианте до 81,8 лет в 2040 году, при “среднем” варианте - 77,5 и 79,4 лет соответственно и 76,6 и 78,0 лет при “низком” варианте. У мужчин он увеличится с 74,7 лет в 2030 году в “высоком” варианте до 77,6 лет в 2040 году, в “среднем” варианте - до 73,7 и 75,9 лет, а в “низком” варианте - с 72,9 до 74,5 лет.

В краткосрочной и среднесрочной перспективе наблюдается увеличение значения Индекса долголетия за счет роста числа долгожителей более высокими темпами, чем в пожилом возрасте (табл.5).

Из таблицы 5 видно, что в период 2025-2040 гг. значение индекса долголетия увеличится в “высоком” варианте – с 22,5 до 39,8 промилле, в “среднем” варианте – с 22,4 до 39,4 промилле, а в “низком” варианте - с 21,7 до 35,0 промилле. Такая тенденция роста отмечается и во всех территориальных единицах Республики.

В частности, в 2040 году наибольшее значение индекса долголетия будет зафиксировано в г. Ташкенте (66,1‰), Джизакской (52,2‰), Бухарской (49,1‰), Ташкентской (48,6‰) и Ферганской (45,3‰) областях.

При значении индекса долголетия по международным критериям более 5 промилле район относится к категории “очень пожилого населения”. Значение индекса долголетия во всех административно-территориальных единицах Республики Узбекистан в прогнозируемый период составляет свыше 5 промилле. Кажется, что население нашей страны демографически старо даже с точки зрения большого количества долгожителей.

Даже в краткосрочной и среднесрочной перспективе значение индекса долголетия женщин по сравнению с мужчинами остается преобладающим. В частности, индекс долголетия женщин в “высоком” варианте прогноза на 2025

год-26,4, 2030 – 31,8, 2040-50,5, в “среднем” варианте – 26,2, 31,3 и 45,9 соответственно, а в “низком” варианте-25,5, 30,2 и 40,5 промилле (приложение 17).

В прогнозируемый период значение индекса продолжительности жизни мужчин также будет регулярно увеличиваться и в 2040 году составит 36,5 промилле при “высоком” варианте, 32,8 - при “среднем”, 30,8 промилле – при “низком” (приложение 18).

Значение индекса долголетия женщин в разрезе регионов (2040 г.)) В г. Ташкенте (86,4‰), Джизакской (62,2‰), Ташкентской (58,8‰) и Бухарской (52,2‰) областях, а у мужчин - в Бухарской (46,0‰), Джизакской (40,4‰), Ферганской (39,1‰) Кашкадарьинской (39,0‰), Навоийской (38,8‰), областях и городе Ташкенте (40,5‰) будет выше.

Исследование включало разработку и внедрение “Стратегии активного долголетия” для активного долголетия, создание центров здорового и активного старения в махаллях, повышение цифровой грамотности долгожителей, создание гибких пакетов активного долголетия, внедрение услуг наставника, волонтерства и программ социального сопровождения, создание реабилитационного центра в махаллях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании проведенных исследований по обеспечению активного долголетия в Узбекистане были сделаны следующие выводы:

1. В исследовании были рассмотрены такие понятия, как "социальный капитал", "социальная интеграция", "смена ролей", "активная старость" в связи с проблемой долголетия и научно обоснована необходимость принятия пожилых людей в качестве активных социальных субъектов – "лидеров ума и опыта".

2. В качестве факторов, положительно влияющих на долголетие, выступают стабильность семейных отношений, среда социальной поддержки, качество и преемственность социальных связей, возможности участия в жизни общества, положительный социальный статус пожилых людей, а также территориальные условия, разница в городской и сельской среде обитания, пол, возраст, уровень образования, семейное положение, динамика рождаемости и смертности, демографические показатели, такие как изменения продолжительности жизни в зависимости от пола и возраста, были проанализированы в корреляции, и их влияние на продолжительность жизни было научно исследовано с социологической точки зрения.

3. В научных и социальных кругах существует дуализм во взглядах на долголетие, и было обнаружено, что в пессимистических подходах оно рассматривается как кризисная стадия старости, тогда как в оптимистических теориях оно оценивается как успешное завершение жизни, обогащенной личным развитием, социальным опытом и духовными ценностями. Эти подходы были научно обоснованы как один из важнейших социокультурных факторов, влияющих на стремление человека к долголетию и уровень его социальной адаптации.

4. В горных регионах люди достигли долголетия за счет физической активности, здорового питания, социальных связей и психической стабильности. В ходе исследования выяснилось, что зарубежные страны способны успешно решать социально-экономические проблемы данной группы посредством развития системы социального обслуживания долгожителей. Диссертантом разработаны предложения о возможности использования положительных сторон зарубежного опыта для обеспечения активного и здорового долголетия в условиях республики.

5. Доля женщин среди долгожителей в Узбекистане выше, чем среди мужчин, и это преимущество объясняется не только биологическими факторами, но и социальной и психологической стабильностью, активным участием в семейных отношениях, осознанным отношением к здоровью и приверженностью духовным ценностям.

6. В исследовании было научно обосновано, что территориальные и половые различия в продолжительности жизни неразрывно связаны с демографической политикой, системой здравоохранения, сельской и городской инфраструктурой, культурной средой и уровнем образования.

7. Социологический портрет слоя долгожителей считается выражением социальной стабильности, активной старости, личной дисциплины, физически и духовно здорового образа жизни, анализ этого слоя служит важным социальным критерием в совершенствовании демографической политики, здравоохранения, программ поддержки пожилых людей.

8. В исследовании методом когортно-компонентного анализа прогностически моделировались показатели долголетия на 2025-2040 годы в “низком”, “среднем” и “высоком” сценариях. Здесь: в период с 2025 по 2040 год количество долгожителей увеличится в 3,3 раза при “высоком” варианте, в 2,9 раза при “среднем” и в 2,6 раза при “низком”. В зависимости от этого индекс долголетия увеличивается в “высоком” варианте – с 22,5 до 39,4 промилле, в “среднем” варианте – с 21,7 до 38,8 промилле, а в “низком” варианте-с 21,4 до 35,0 промилле. Это, в свою очередь, требует принятия необходимых мер на уровне правительства. Исходя из этого:

необходим учет соответствующими организациями и органами власти изменений возрастной структуры населения при составлении программ социально-экономического развития страны;

разработка и принятие “Стратегии активного долголетия”;

рекомендуется, чтобы Агентство инновационного развития поощряло исследования в социальной, экономической, медицинской областях, связанных с долголетием.

9. В целях стимулирования долголетия и формирования устойчивой социальной среды в Узбекистане рекомендуется дальнейшее расширение государственных программ, служащих для поддержки активной старости, укрепление социальных связей в махаллях, системное вовлечение пожилых людей в общественную деятельность, усиление пропаганды культуры здорового образа жизни и укрепление позитивных социальных взглядов на долголетие в сознании общества.

**SCIENTIFIC COUNCIL PhD.21/30.10.2020.Ped/S.127.01 ON AWARDING
ACADEMIC DEGREES AT THE FAMILY AND GENDER RESEARCH
INSTITUTE**

FAMILY AND GENDER RESEARCH INSTITUTE

ABDIRAIMOVA SHAXNOZA ABDUGAPPAR QIZI

**СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ДОЛГОЛЕТИЯ В
УЗБЕКИСТАНЕ**

22.00.02 – Sotsial structure, sotsial institutions and lifestyle

AUTHOR'S ABSTRACT
Dissertations of the Doctor of Philosophy (PhD) in the sociological sciences

Tashkent - 2025

The theme of doctoral (PhD) dissertation was registered by the Supreme Attestation Commission № B2024.2.PhD/S169

The dissertation has been prepared at the Family and gender Research Institute.

The abstract of the dissertation is posted in three languages (Uzbek, Russian and English (resume)) on the website of the Scientific Council (www.moiti.uz) and information-education portal "ZiyoNET" (www.ziyo.net).

Scientific supervisor:

Abduramanov Hamid Khudaybergenovich
Doctor of Economical Sciences, professor

Official opponents:

Khusanova Khayriniso Tayirovna
Doctor of Sociological sciences, (Dsc), docent

Tagiyeva Gulsum Gafurovna
Doctor of Sociological sciences, (Dsc), docent

Leading organization:

Ferghana State University

The defence of the dissertation will be held on «__» _____ 2025 at _____, at the session of the Scientific Council PhD.21/30.10.2020.Ped/S.127.01 on awarding academic degrees at the Family and gender Research Institute. Address: Tashkent city, Chilonzor district, Chilonzor street, 25. Phone.: (0-371) 267-05-36; Fax (71) 267-03-92; e-mail: mvaoiti@exat.uz, mvaoiti@gmail.com; website: www.moiti.uz

The doctoral (PhD) dissertation can be looked through in the Information Resource Center of the Scientific-research institute Family and gender Research. (registered under №__). Address: Tashkent city, Chilonzor district, Chilonzor street, 25. Phone: +998 (71) 267-05-36, fax:(71) 267-03-92. e-mail: mvaoiti@exat.uz, mvaoiti@gmail.com; Web-site: www.moiti.uz

Abstract of the dissertation is distributed on «__» _____ 2025.
(Protocol at the register № _____ dated «__» _____ 2025).

N.M.Egamberdiyeva

Chairman of the Scientific Council
awarding scientific degrees, Doctor of
Pedagogical Sciences, professor

B.Mavlonov

Scientific Secretary of the Scientific
Council awarding scientific degrees,
Doctor of Philosophy in Pedagogical
Sciences (PhD)

Sh.Sodiqova

Chairman of the Scientific Seminar at
the Scientific Council awarding
scientific degrees, Doctor of
sociological sciences, asso. prof.

INTRODUCTION (abstract of the PhD dissertation)

The aim of the research is to develop scientific proposals and practical recommendations to ensure an active life expectancy in Uzbekistan through a sociological study of the socio-demographic factors of longevity.

The tasks of the research are:

- studying the gerontogenesis of aging and the processes of longevity;
- revealing the socio-gerontological and axiological characteristics of long-lived populations;
- highlighting the methodological aspects of statistical calculations of longevity indicators;
- examining international experiences aimed at enhancing the positive impact of socio-demographic factors on longevity;
- analyzing trends in changes in the socio-demographic indicators of longevity in the Republic of Uzbekistan;
- constructing a sociological profile of long-lived individuals;
- developing short- and medium-term forecast parameters for longevity in Uzbekistan;
- formulating scientific proposals and practical recommendations to promote active and healthy aging.

The research object is the population segment of long-lived individuals in the Republic of Uzbekistan.

The subject of the research is the socio-demographic characteristics of the cohort of long-lived individuals in Uzbekistan.

The scientific novelty of the research is as follows:

The indicators of an individual's gerontogenesis (life expectancy and the aging process) in ensuring healthy longevity are sociologically substantiated as a socio-cultural phenomenon of the "principles of a happy life." These indicators are based on the integration of exogenous factors (environment, living standards, healthy nutrition, rest and balanced daily routine, social activity, and quality of communication) and endogenous factors (heredity, physical health, love of life, positive family environment).

Taking into account the quality of life and living conditions, a sociological portrait of gender-based longevity has been developed. This portrait characterizes the socio-biological, demographic, psychological, and behavioral features of individuals who live to old age with healthy and active support at the levels of society, family, and individual.

The demographic forecast parameters of longevity indicators (longevity index, aging coefficient, life expectancy) for the period 2025–2040 have been sociologically substantiated by applying the cohort-component (age-shifting) method. These projections have been elaborated in "high," "medium," and "low"

variants, encompassing average life expectancy, education, and living standards within the framework of the Human Development Index.

Based on a summative assessment of the socio-demographic risks hindering longevity, the strategic directions for ensuring active longevity have been identified. These include: sociogerontological approaches, acmeological development, safe living, adaptive environments, adult education and development, cognitive skills, inclusiveness, and social work technologies related to the elderly.

Implementation of the research results. Based on the scientific findings obtained through the sociological study of the socio-demographic factors influencing longevity in Uzbekistan, the following directions for promoting active aging have been proposed:

The phases of individual gerontogenesis (life expectancy and the aging process) observed in long-lived individuals—shaped by a combination of exogenous factors (environment, standard of living, healthy nutrition, rest and a balanced daily routine, social activity, and quality of communication) and endogenous factors (heredity, physical health, vitality, and a positive family environment)—were utilized in implementing Paragraph 74 of the 2024 Action Plan under the “Creating favorable conditions for each individual to realize their potential” priority area of the “Uzbekistan – 2030” Strategy. This application was supported by the report No. 03/88 issued by the “Nuroni” Foundation for Supporting the Social Activity of the Elderly on February 10, 2025. As a result, it became possible to develop targeted measures aimed at prolonging the life span of the elderly;

The sociological portrait of 'successful long-lived individuals' was developed based on the correlation dynamics of socio-axiological markers of life expectancy support trends—specifically, indicators reflecting the transformation of self-preserving behavior into a value at the levels of society, family, and the individual. This portrait was utilized in preparing the report for the applied project entitled 'Promoting Physical Culture Among the Elderly and Creating a Healthy Family Environment Through the Fundamental Principles of Proper Nutrition,' as documented in Report No. 18 issued by the Family and Gender Scientific Research Institute on February 7, 2025. As a result, scientific proposals and practical recommendations were enriched for promoting a healthy lifestyle and increasing physical activity among the elderly population;

The forecast parameters of longevity indicators in the Republic of Uzbekistan projected for the year 2040 were utilized in the implementation of Paragraph 74 of the 2024 Action Plan under the priority area 'Creating favorable conditions for each individual to realize their potential' of the 'Uzbekistan – 2030' Strategy. This application was supported by Report No. 03/88 issued by the 'Nuroni' Foundation for Supporting the Social Activity of the Elderly on February 10, 2025. These forecast indicators enabled the development of a practical action plan aimed at comprehensive support for the elderly and the improvement of their quality of life;

The strategic directions for promoting active and healthy longevity were developed based on a summative assessment of the socio-demographic risks that hinder

long life expectancy. These findings were utilized in preparing the analytical brief and recommendations of the applied project titled 'Ensuring the Rights and Choices of the Elderly: A Study of the Active Aging Index in Uzbekistan,' as documented in Report No. 18 of the Family and Gender Scientific Research Institute dated February 7, 2025. As a result, the key directions for ensuring active and healthy longevity were established.

Publication of the research results. A total of 11 scientific works have been published based on the dissertation research. Among them, 4 articles were published in local scientific journals recommended by the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan, 2 in reputable international journals, 2 in the proceedings of international conferences, and 3 in the materials of scientific-practical conferences and seminars held at the national level.

The structure and volume of the dissertation. The structure of the dissertation consists of an introduction, three chapters, nine sections, a conclusion, a list of references, and appendices. The total length of the dissertation is 166 pages.

E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS
I bo'lim (I chast, part)

1. Абдираимова Ш.А. Тенденции долголетия населения в Республике Узбекистан. // Ж. Бюллетен науки и практики. – 2024. Т.10. №9. – С.405-412. https://doi.org/10.33619/2414_2948/106/45
2. Abdiraimova Sh.A. O'zbekistonda uzoq umr ko'rishning ijtimoiy-demografik jihatlari // Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi. Gumanitar fanlar seriyasi. – Samarqand, 2024. 4-son (146/1). – B. 43-50.
3. Abdiraimova Sh.A. Uzoq umr ko'rish tushunchasining ijtimoiy-demografik mazmuni. // “Sotsiologiya va huquq” ilmiy jurnali. 3-jild 4/1/1-son. – 2024. B. 58-63.
4. Abdiraimova Sh.A. Uzoq umr ko'ruvchilarga xizmat ko'rsatish sohasini rivojlantirish yo'nalishlari. // “Markaziy Osiyoda jamiyat, gender va oila” xalqaro ilmiy jurnali. – Toshkent: “Mahalla va oila” nashriyoti, 2024/4 (13). – B. 22-28.
5. Abdiraimova Sh.A. Social factors affecting longevity. // International conference of natural and social-humanitarian sciences. – Belgium, Brussels. 2024. Volume 01, Issue 08. P. – 39-43.
6. Abdiraimova Sh.A. Modern social and innovative approaches for healthy longevity. // International scientific-practical conference on “Modern education: problems and solutions”. – 2025. – Vol.4 №.1. – P. 35-42.
7. Abdiraimova Sh.A. Insonning uzoq umr ko'rishini o'rganishda aksiologik yondashuv // “Ilm-fan muammolari tadqiqotchilar talqinida” mavzusidagi respublika ilmiy konferensiyasi. 2024. ISSN 2181-3035. B. 119-123.

II bo'lim (II chast, part)

1. Abdiraimova Sh.A. Uzoq umr ko'rish boyicha Yaponiya tajribasi. // “Oila xotin-qizlar va ijtimoiy hayot” elektron ilmiy jurnal. – Toshkent: “Mahalla va oila” nashriyoti, 4/2023. – B. 32-40.
2. Abdiraimova Sh.A. Faol uzoq umr ko'rishning ijtimoiy-demografik tamoyillari. // “Ta'limning zamonaviy transformatsiyasi” mavzusidagi respublika ilmiy konferensiyasi. 9-to'plam, 1-son. 2024. – B. 155-159.
3. Abdiraimova Sh.A. Dunyo olimlarining uzoq umr ko'rish haqidagi tadqiqotlar hamda nazariyalari. “Zamonaviy ta'limda fan va innovatsion tadqiqotlar” mavzusidagi respublika ilmiy konferensiyasi. 3-son 1-to'plam. 2025. – B. 8-16.

4. Abdiraimova Sh.A. Regional Trends and Social Factors of Longevity in Uzbekistan. American journal of social sciences and humanity research. Oscar publishing. Vol.05 Issue 05.2025. – P. 370-376.
<https://theusajournals.com/index.php/ajsshr>

Avtoreferat “Markaziy Osiyoda jamiyat, gender va oila” xalqaro ilmiy jurnali tahririyati tomonidan tahrir qilinib, o‘zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlar o‘zaro muvofiqlashtirildi.

Bichimi: 84x60 1/16. “Times New Roman” garniturası.
Raqamli bosma usulda bosildi.
Shartli bosma tabog'i: 2,8. Adadi 100.

“SANBOOK EXCLUSIVE PRINT” XK bosmaxonasida chop etilgan.
Bosmaxona manzili: Toshkent sh., Yangi hayot t., 5-qurilish hududi, 9-uy.