ZILZILA XAVFINI IDROK ETISH, PSIXOLOGIK TAYYORGARLIK VA HIMOYAVIY XULQ-ATVOR

Yaqubova Habiba Otabayevna
Samarqand viloyati Favqulodda vaziyatlar boshqarmasi HFXO'M o'qituvchisi
Email: yaqubovahabiba@gmail.com

Annotatsiya. Maqolada zilzila xavfini sub'yektiv idrok etish, psixologik tayyorgarlik va himoyaviy xulq-atvor o'rtasidagi bog'liqlik ilmiy manbalar asosida tahlil qilingan. Ijtimoiy-kognitiv yondashuv, o'z samaradorligiga ishonch, xavfni baholash va amaliy mashqlarning ahamiyati ko'rib chiqilgan. O'zbekistonning seysmik xavfsizlikka oid huquqiy asoslari va xalqaro xavfsizlik tavsiyalari qiyoslangan. Adabiyotlar tahlili xavfni bilishning o'zi yetarli emasligini, aniq harakat algoritmlari, takroriy mashq va oilaviy rejalashtirish zarurligini ko'rsatadi. Maqola nazariy-tahliliy xarakterda bo'lib, muallif tomonidan o'tkazilgan empirik so'rov yoki eksperiment natijalari taqdim etilmaydi.

Kalit so'zlar: zilzila, xavfni idrok etish, psixologik tayyorgarlik, himoyaviy xulq-atvor, o'z samaradorligiga ishonch, favqulodda vaziyat, seysmik xavfsizlik.

KIRISh

Zilzila tabiiy xavf bo'lishi bilan birga, insonning qaror qabul qilishi va harakat tezligini sinovdan o'tkazadigan psixologik vaziyatdir. Xavf haqida ma'lumotga ega bo'lish har doim ham xavfsiz harakat qilishga olib kelmaydi: odam xavfni past baholashi, aksincha haddan tashqari qo'rqishi yoki qanday harakat qilishni bilmasligi mumkin. Shu bois seysmik xavfsizlikni ta'minlashda muhandislik choralari bilan bir qatorda aholining psixologik va xulqiy tayyorgarligi muhim o'rin tutadi.

O'zbekiston Respublikasining 2021 yil 13 sentyabrdagi «O'zbekiston Respublikasi aholisi va hududining seysmik xavfsizligini ta'minlash to'g'risida»gi O'RQ–713-son Qonunida aholining xabardorligi va tayyorgarligini oshirish seysmik xavfni kamaytirish choralari qatorida belgilangan [1]. Shu jihatdan zilzila xavfini idrok etishdan amaldagi himoyaviy harakatgacha bo'lgan psixologik mexanizmlarni tushuntirish dolzarbdir.

Tadqiqot maqsadi — xavfni idrok etish, psixologik tayyorgarlik va himoyaviy xulq-atvorning o'zaro bog'liqligini ilmiy adabiyotlar asosida tahlil qilish hamda ta'lim va profilaktika amaliyoti uchun asoslangan tavsiyalar ishlab chiqish.

MATERIALLAR VA METODLAR

Tadqiqot nazariy-tahliliy dizaynda bajarildi. Manbalar sifatida 2023 va 2025 yillarda e'lon qilingan tizimli sharhlar, zilzila paytidagi real himoyaviy qarorlarni o'rgangan 2024 yilgi tadqiqot, CDC xavfsizlik yo'riqnomalari, BMT Taraqqiyot dasturining O'zbekiston uchun tayyorlagan axborot materiali va O'zbekistonning seysmik xavfsizlikka oid qonun hujjatlari tanlandi [1, 7].

Tahlil birliklari uch guruhga ajratildi:

1) kognitiv omillar — xavf ehtimoli va oqibatini baholash, bilim;

2) emotsional-motivatsion omillar — qo'rquv, nazorat hissi, o'z kuchiga ishonch;

3) xulqiy omillar — oilaviy reja, mashq, xavfsiz joyni tanlash va zilzila vaqtidagi harakat.

Qiyosiy va mazmuniy tahlil orqali omillar o'rtasidagi nazariy bog'liqliklar umumlashtirildi. Manbalarning turli mamlakatlar va populyatsiyalarga taalluqli ekani natijalarni O'zbekiston aholisiga to'g'ridan-to'g'ri umumlashtirishni cheklaydi.

NATIJALAR

Ilmiy manbalarni qiyosiy tahlil qilish natijasida uchta asosiy qonuniyat ajratildi. Birinchidan, xavfni idrok etish profilaktik harakatga turtki berishi mumkin, ammo uning ta'siri o'z

© 2026 Worldly Knowledge.

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

samaradorligiga ishonch va aniq harakat imkoniyatlari bilan bog‘liq. 2023 yilgi tizimli sharhda zilzilaga tayyorgarlikka oid 18 tadqiqot tahlil qilinib, o‘z samaradorligi, jamoaviy samaradorlik, bilim, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va me’yoriy e’tiqodlar muhim konstruktsiyalar sifatida ko‘rsatilgan [2].

Ikkinchidan, psixologik tayyorgarlik faqat xotirjamlik emas, balki vaziyatni anglash, amaliy harakatni esga tushirish va noaniqlik sharoitida qaror qabul qilish qobiliyatini qamrab oladi. 2025 yildagi 35 tadqiqotni qamragan tizimli sharhda xavfni idrok etish, javob choralarining samaradorligiga ishonch va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning tayyorgarlik bilan aloqasi ta’kidlangan [3].

Uchinchidan, zilzila vaqtidagi himoyaviy qarorlar vaziyat belgilaridan ham ta’sirlanadi. AQSh Geologiya xizmatida yoritilgan 2024 yilgi tadqiqotda 2018 yilgi Ankorij zilzilasiga oid videokuzatuvlar asosida odamlarning himoyaviy harakatlari tahlil qilingan [4]. Demak, tayyorgarlik dasturlari nazariy ma’ruza bilan cheklanmasdan, turli stsenariylarda mashq qilishni ham o‘z ichiga olishi kerak.

1-jadval. Psixologik omillar va himoyaviy harakatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikning tahliliy modeli

Omil	**Xulq-atvorga ehtimoliy ta’siri**	**Amaliy chora**
Xavfni idrok etish	Xavfga e’tiborni kuchaytiradi; haddan ortiq qo‘rquv faoliyatni susaytirishi mumkin	Aniq, vahimasiz va amaliy axborot
O‘z samaradorligiga ishonch	Harakatni bajara olishga ishonchni oshiradi	Qisqa va takroriy amaliy mashq
Javob chorasi samaradorligiga ishonch	Himoyaviy usulni qo‘llash ehtimolini oshiradi	Nega aynan shu harakat zarurligini tushuntirish
Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash	Oila va jamoa rejalarini muvofiqlashtiradi	Oilaviy aloqa va uchrashuv rejasi
Avvalgi tajriba	Xavfni jiddiy qabul qilishni ham, unga o‘rganib qolishni ham kuchaytirishi mumkin	Tajribani muhokama qilish va xatolarni tahlil qilish

Keltirilgan bog‘liqliklar mustaqil o‘tkazilgan eksperiment natijasi emas, balki manbalar asosida tuzilgan kontseptual modeldir. Xavfni idrok etish zarur, biroq himoyaviy xulq-atvorning shakllanishi uchun inson nimani, qachon va qanday bajarishini bilishi hamda buni mashq qilgan bo‘lishi lozim.

MUHOKAMA

Zilzila xavfini kommunikatsiya qilishda ikki chekka yondashuvdan saqlanish kerak: xavfni kamsitish va aholini vahimaga solish. Samarali axborot xavfni tushuntirish bilan birga, bajarilishi mumkin bo‘lgan aniq qadamlarni taklif etadi. BMT Taraqqiyot dasturining O‘zbekistonda nashr etilgan materiallarida ham zilziladan oldin, uning davomida va undan keyingi harakatlarga tayyorgarlik zarurligi ta’kidlangan [5].

CDC yo‘riqnomasiga ko‘ra, ko‘pchilik ichki muhitlarda silkinish paytida yerga cho‘kish, mustahkam stol ostida bosh va bo‘yinni himoya qilish hamda silkinish tugaguncha ushlab turish tavsiya etiladi («Drop, Cover, Hold On»). Bino ichida bo‘lganda silkinish paytida tashqariga yugurmaslik, liftdan foydalanmaslik va oyna hamda qulab tushishi mumkin bo‘lgan buyumlardan uzoqlashish muhim [6]. Mazkur qoidalarni binoning konstruktiv xususiyatlari, mahalliy rasmiy ko‘rsatmalar va imkoniyati cheklangan shaxslarning ehtiyojlariga moslashtirish zarur.

© 2026 Worldly Knowledge.

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Psixologik tayyorgarlikni shakllantirish uchun ta’lim muassasalari va mahallalarda qisqa stsenariyli mashg‘ulotlar, oilaviy favqulodda vaziyat rejasi, axborot manbalarini tekshirish ko‘nikmasi va mashqdan keyingi muhokama taklif etiladi. Bunday dasturlarda bilimni tekshirishdan tashqari, amaliy harakatni to‘g‘ri bajarish, harakatni boshlashga ketgan vaqt va oila rejasining mavjudligi kabi ko‘rsatkichlarni baholash mumkin.

Shu bilan birga, xavfni idrok etish darajasi yuqori bo‘lgan har bir shaxs tayyor degan xulosaga kelish noto‘g‘ri. Mazkur munosabatga yosh, avvalgi tajriba, nogironlik, uy-joy sharoiti, ishonchli axborotdan foydalanish va ijtimoiy resurslar ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli keyingi empirik tadqiqotlarda ushbu omillarni nazorat qilish, so‘rovnoma natijalarini amaliy mashq ko‘rsatkichlari bilan solishtirish maqsadga muvofiq.

XULOSA

Zilzila xavfini idrok etish, psixologik tayyorgarlik va himoyaviy xulq-atvor o‘zaro bog‘liq, biroq bir-birini to‘liq almashtirmaydigan tushunchalardir. Xavf haqidagi bilim va uning jiddiyligini anglash himoyaviy harakat uchun zarur asos yaratadi; o‘z samaradorligiga ishonch, aniq harakat rejasi va takroriy mashq esa ushbu bilimni amaliyotga ko‘chirishga yordam beradi. O‘zbekiston sharoitida seysmik xavfsizlik bo‘yicha psixologik profilaktika dasturlarini huquqiy, ta’limiy va jamoaviy choralar bilan uyg‘unlashtirish maqsadga muvofiq. Kelgusida mazkur modelni mahalliy tanlanmada empirik tekshirish talab etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasining «O‘zbekiston Respublikasi aholisi va hududining seysmik xavfsizligini ta’minlash to‘g‘risida»gi O‘RQ–713-son Qonuni. 13.09.2021. https://lex.uz/uz/docs/5630183
2. Rezabeigi Davarani E., Nekoei-Moghadam M., Khanjani N. et al. Factors related to earthquake preparedness of households based on social-cognitive theory constructs: A systematic review. Frontiers in Public Health. 2023;11:987418. https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.987418
3. Psychological influences and implications for household disaster preparedness: a systematic review. Frontiers in Public Health. 2025. https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1457406
4. U.S. Geological Survey. Modeling protective action decision-making in earthquakes by using explainable machine learning and video data. 2024. https://www.usgs.gov/publications/modeling-protective-action-decision-making-earthquakes-using-explainable-machine
5. UNDP Uzbekistan. Pravila povedeniya naseleniya do, vovremya i posle zemletryaseniya. 2014. https://www.undp.org/ru/uzbekistan/publications/pravila-povedeniya-naseleniya-do-vovremya-i-posle-zemletryaseniya
6. Centers for Disease Control and Prevention. Safety Guidelines: During an Earthquake. 2026. https://www.cdc.gov/earthquakes/safety/stay-safe-during-an-earthquake.html
7. Centers for Disease Control and Prevention. Preparing for Earthquakes. 2026. https://www.cdc.gov/earthquakes/safety/index.html

© 2026 Worldly Knowledge.

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.