

ҚАШҚАДАРЁ ВИЛОЯТИ, ШАХРИСАБЗ ШАХРИДА ЯШОВЧИ АҲОЛИ ОРАСИДА КУРОРТ - СОҒЛОМЛАШТИРИШНИНГ АҲАМИЯТИНИ ЎРГАНИШ

Ибрагимова Шоира, EMU University, “Мутахассислик фанлари” кафедраси
катта ўқитувчиси

Эшонкулова Дилдора, EMU UNIVERSITY, 2- босқич талабаси

Аннотация.

Маълумки, Ўзбекистонда туризмни ривожланиши билан боғлиқ масалаларга катта эътибор берилмоқда. Мақолада Қашқадарё вилояти, Шахрисабз шаҳри, “Наврўз” маҳалласида яшовчи аҳолининг қай мақсадда курорт – соғломлаштириш масканларига борганликлари, курортнинг афзалликлари ва даво муолажаларининг қандай кечганлиги бўйича ўтказилган сўровнома ва унинг таҳлили ҳақида сўз боради.

Калит сўзлар.

Туризм, курорт, сўровнома, массаж, циркуляр душ, медитация, детоксикация, жисмоний саломатлик, рухий саломатлик, тўғри овқатланиш, фитнес.

Долзарблиги.

Маълумки, бугунги кунда курортларда кишиларнинг жисмоний саломатлигини ва рухий фаолиятини яхшилаш мақсадида янада мукамалроқ ва сифатлироқ хизмат турлари кўпайтирилмоқда. Умуман олганда, курортлар инсон ҳаётида муҳим роль ўйнайди ва дам олиш, организмни ёшартириш ҳамда ўзига ғамхўрлик қилиш учун хизмат қилади. Чарчаган танани ҳам рухий, ҳам жисмоний даво топишига ва кишининг шовқинли шаҳар ҳавосидан тинч масканларда роҳатланишига замин яратади.

Ўзбекистон Республикасининг Биринчи Президенти И.А. Каримов «Ҳозирги босқичда демократик ислохатларни чуқурлаштиришнинг муҳим вазифалари» асарида «...Қанчалик қийин бўлмасин, давлат ва жамият пенсионерлар, серфарзанд оилалар, талабалар ҳамда аҳолининг кучли ижтимоий муҳофазага муҳтож бўлган бошқа табақалари хусусида ғамхўрлик қилишни бир дақиқа бўлса ҳам унутгани йўқ ...» [1] деб таъкидлаган.

Ҳозирги кунда хизмат соҳасини янада ривожлантиришни 2012-2016 йилларга мўлжалланган Давлат дастури ишлаб чиқилган бўлиб, унинг асосини ҳам аҳолининг айрим қатламларига (болалар, ёшлар, пенсионерлар, жисмоний имконияти маълум даражада чекланган инсонлар ва бошқалар) давлат ва нодавлат жамғармалари, турли ташкилотларнинг ижтимоий мақсадларда ажратган маблағлари ҳисобига соғломлаштириш хизматларини кўрсатиш ётади..

Умуман олганда санаторий - табиий иқлим, минерал сувлар, даволовчи лой, шифобахш ўсимликлар ҳамда физиотерапевтик воситаларни қўллаган ҳолда санатор-соғломлаштириш ва рекреацион хизматлар мажмуасини таклиф этиш билан

биргаликда жойлашув воситаси сифатида фойдаланувчи корхона ҳисобланади. Санаторийлар томонидан кўрсатиладиган санатор-даволовчи хизматларга турли касалликларнинг ўзига хос хусусиятларидан келиб чиққан ҳолда даволовчи муолажаларни кўрсатиш хизматлари киритилган бўлиб, рекреацион хизматларга дам олиш, жойлаштириш, овқатланиш ва кўнгилочиш хизматлар мажмуи киритилади.

Тадқиқот мақсади.

Қашқадарё вилояти, Шахрисабз шаҳри, “Наврўз” маҳалласида яшовчи аҳолининг қай мақсадда курорт – соғломлаштириш масканларига борганликлари, курортнинг афзалликлари ва даво муолажаларининг қандай кечганлиги бўйича сўровнома ўтказиш. Сўровнома асосида курорт – соғломлаштириш туризмин йўлга қўйиш.

Материаллар ва тадқиқот усуллари.

Текширув Шахрисабз шаҳри, “Наврўз” маҳалласида яшовчи аҳолининг турли ёшдаги қатлами орасида олиб борилди. Бу ўтказилган махсус сўровномаларда курортнинг аҳамияти бўйича ва соғломлаштириш даврида ушбу жараённинг қандай кечганлигининг хусусиятларига оид саволлар берилди. Ва 195 та анкета таҳлил қилинди.

Тадқиқот натижалари.

Аҳоли орасида ўтказилган сўровномада қатнашган барча респондентлар 25-83 ёшда бўлиб, жами 195 нафар киши иштирок этди. Улар асосан дам олиш масканларига ўзларининг жисмоний ва рухий саломатликларида салбий ўзгариш сезишгандан сўнг бир неча сабабларга кўра боришар экан. Сабаблар бир неча турга бўлиб ўрганилди.

Биринчи сабаб - стрессдан халос бўлиш ва рухий саломатликни тиклаш: курортлар тинч ва хотиржамлик бахш этувчи муҳит яратиб бергани боис, бу ерда одамлар дам олишлари ва кундалик ҳаёт муаммоларидан холи бўлишлари мумкин. Массаж, циркуляр душ, медитация ва гидротерапия каби хизматлар стрессни камайтиришга ёрдам беради. Сўровнома натижаларига кўра 114 нафар (58,4%) аҳоли курортга шу мақсадда борар экан.

Иккинчи сабаб - жисмоний саломатликни тиклаш: массаж, тана скраблари, даволовчи жисмоний тарбия ва физиотерапия каби курорт муолажалари қон айланишини яхшилаш, мушакларнинг қисқаришини енгиллаштириш ва умумий жисмоний саломатликни оширишга ёрдам берганлиги боис аҳолининг 32 нафари (16,4%) курортга боришнинг асосий сабаби қилиб шу муолажаларни кўрсатишди.

Учинчи сабаб – детоксикация: сауналар ва бошқа шу каби тана билан боғлиқ кўплаб иссиқ муолажалар танадан токсинлар ва модда алмашинувининг заҳарли махсулотларини чиқариб юборишга ёрдам беради. Сўровнома ўтказилганда аҳолининг атиги 9 нафари (4,6%) курортга шу мақсадда бориши аён бўлди.

Тўртинчи сабаб - ўз-ўзини парвариш қилиш, ўзига бўлган эътибор: курортга ташриф буюриш одамларнинг ўзларига ғамхўрлик қилишларини биринчи ўринга қўйиш имконини беради. Бу ўз – ўзини ҳурмат қилиш хиссини ошириб, умумий

бахтга ижобий таъсир кўрсатиши мумкин. Натижага кўра аҳолининг 15 нафари (7,7%) тўртинчи сабаб туфайли дам олиш учун боришар экан.

Бешинчи сабаб – саломатликни сақлаш бўйича машғулотлар ўтказилиши: баъзи курортлар тўғри овқатланиш, фитнес, соғлом турмуш тарзи, йога, психология каби мавзуларда ўқув семинарлари ва машғулотларни таклиф қилади, одамларга турмуш тарзини ижобий томонга ўзгартиришга ёрдам бериш учун қимматли маълумотларни беради. Хозирга кунда ушбу йўналиш кенг тарқалаётгани сабабли аҳолининг 25 нафари (12,8%) курортларга ушбу мақсадда ташриф буюришар экан.

Сўровномада аҳолининг 115 нафари (58,9%) санатория – курорт даволанишга бир марта, 20 нафари (10,2%) 2 марта ва 60 нафари (30,7%) 3 ва ундан кўп марта борганликлари маълум бўлди. Аҳолининг 100 нафари Ўзбекистондаги курортларда, 55 нафари қўшни давлатлардаги курортларда ва 40 нафари бошқа давлатлардаги курортларда дам олгани аниқланди. Ва албатта, барча борганларда бир қанча ижобий ўзгаришлар кузатилган.

Хулоса.

Таҳлил натижасида шу нарса аниқ бўлдики, аҳолининг 1/3 қисми курортларга асосан стресслардан халос бўлиш учун боришар экан. Бу эса Шахрисабз шаҳри, “Наврўз” маҳалласида яшовчи аҳолининг аксари қисми оғир жисмоний меҳнат ва доимий ақлий меҳнат билан бандлиги туфайли, шунингдек бошқа ижтимоий сабаблар туфайли уларда стресслар кўплигини билдиради. Бундай тоифа аҳолига бир қатор тушунтириш ишлари ўтказилди ва курортга йилига 2 марта ёки ундан кўпроқ бориш кераклиги маслаҳат берилди. Энг кам сабаб эса детоксикация учун бориш бўлиб чиқди бу мақсадда борган кишилар кўпроқ ўтириб ишлайдиганлар орасида эканлиги маълум бўлди.

Аҳолига тушунтириш ишлари ўтказилиши натижасида уларда тез-тез курортга боришга нисбатан қизиқиш уйғонди. Хулоса қилиб айтиш мумкинки, ўтказилган сўровнома қисман бўлсада Ўзбекистонда тиббий ва курорт – соғломлаштириш туризмини янада ривожланишига хисса қўшди.

Қўшимча қилиб шуни айтиш мумкинки, санаторийлар ва дам олиш уйларида кўрсатиладиган хизматларни меҳмонхоналарда кўрсатиладиган туристик хизматлар сифат даражасига етказиш мақсадида стандартлар ишлаб чиқилса ва амалиётга жорий қилинса жуда ҳам мақсадга мувофиқ иш бўлар эди.

Адабиётлар:

1. Каримов И.А. Ҳозирги босқичда демократик ислохотларни чуқурлаштиришнинг муҳим вазифалари. Т.: – Ўзбекистон- 96.
2. А.С.Абдухамидов. Туризм соҳасини ривожлантиришнинг ижтимоий-иқтисодий хусусиятлари. BUILDERS OF THE FUTURE <https://kelajakbunyodkori.uz>., 282-287 б.
3. Ю.Воронин, Д.Губа. Лечебно-оздоровительный туризм: курорты и сервис. К.: Здоровье, 2020 г

4. Д.З. Норкулова. Ўзбекистонда санатор-курорт хизматларини такомиллаштириш йўллари. “Иқтисодиёт ва инновацион технологиялар” илмий электрон журнали. № 5, сентябрь-октябрь, 2016 йил