

**ИНСОНДА ЯШИРИНЧА ОЧЛИКНИ ҚИСҚАРТИРИШ – СОҒЛОМ  
УМРНИ УЗАЙТИРИШ ВА АҚЛ-ЗАКОВАТНИ  
РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ АСОСИЙ ОМИЛИ**



[doi https://doi.org/10.55439/ECED/vol23\\_iss4/a48](https://doi.org/10.55439/ECED/vol23_iss4/a48)

**Ғуламов Саидахрор Сайидахмедович -**

*Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган фан арбоби,  
Академик, Тошкент врачлар малака ошириш  
институтининг фахрий профессори*

**Камолжон Шадиметов -**

*Иқтисод фанлари номзоди, Халқаро экология, инсон ва табиат  
хавфсизлиги фанлари Академияси ҳақиқий аъзоси, академик,  
Ўзбекистон “Адолат” СДП “Инновация ва муқобил  
энергетика тарғиботи маркази раҳбари,  
Ўзбекистонда хизмат кўрсатган қишлоқ хўжалиги ходими*

**Аннотация.** Биз очликни инқирознинг оқибати – ҳарбий, гуманитар, табиий офатлар ёки экстремал об-ҳаво шароитлари ҳақида ўйлашга одатланганмиз. Шу билан бирга, ФАО мутахассислари берган маълумотига кўра, бугунги кунда сайёрамизнинг ҳар учинчи аҳолиси бир ёки бир нечта нотўғри овқатланишидан ёки бу «яширин очлик» деб ҳам аталади, ҳам касалланмоқда. Бу витамин, элементлари етишмаслиги, аниқ кўринмайдиган минераллар, бу яширин очликдир, чунки столда барча маҳсулотлар мавжуд, аммо улар биологик аҳамиятга эга эмас. Яъни, бу асосан дон, масалан, нон маҳсулотлари, лекин витамин ва минералларни олиш учун сиз мева, сабзавот истеъмол қилишингиз керак, сиз ҳайвонот ва ўсимлик манбаларидан турли хил маҳсулотларни истеъмол қилишингиз керак. Бундан ташқари, ёнғоқ, дуккакли, яъни микроэлементларга бой озиқ-овқат гуруҳларини истеъмол қилишингиз керак. Биз собиқ иттифоқ минтақасидаги олти мамлакатда кам овқатланиш муаммоси мавжудлигини биламиз. Бу муаммо жуда кескин. Умуман, мамлакатимиз ҳудудларида жойлашган аҳолини турли хил овқатлар ва яхши овқатланиш билан таъминлаш билан боғлиқ муаммоларга дуч келмоқдалар, аммо бу муаммони ҳал этишга эришиш мумкин.

**Калит сўзлар:** яширин очлик, витаминлар ва минераллар, нотўғри овқатланиш, озиқ-овқат хавфсизлиги, ақл заковатни ривожлантириш, ақлий меҳнат билан инновациялар яратиш, иқтидорлилик.

**УМЕНЬШЕНИЕ СКРЫТОГО ГОЛОДА У ЧЕЛОВЕКА – ПРОДЛЕНИЕ ЗДОРОВОЙ  
ЖИЗНИ И РАЗВИТИЕ ИНТЕЛЛЕКТА – КЛЮЧЕВОЙ ФАКТОР**

**Ғуламов Саидахрор Сайидахмедович -**

*Академик, Академии наук Республики Узбекистана,  
Заслуженный профессор, Ташкентского института  
Повышения квалификации врачей*

**Шадиметов Камалджон -**

*Кандидат экономических наук, Действительный член,  
академик Международной Академии наук по Экологии,  
защиты безопасности человека и природы.*

*Руководитель Центра «Пропаганды источников альтернативной  
энергетики и инновации» СДП «АДОЛАТ» Узбекистана.  
Заслуженный работник сельского хозяйства Узбекистана*

**Аннотация.** Последствия скрытого голода мы обычно думали – военные, гуманистические, стихийные бедствия или экстремальные погодные условия. Связи с этим, по данным специалистов ФАО, сегодня каждое третье населения планеты страдают одним или несколькими видом неправильного питания или его называют «скрытое голодание», и так из-за этого болеют. Это недостаточность элементов витамина, точнее невидимые минералы, это и есть, скрытое голодание, потому что на столе присутствует все виды продукты, но они биологического значения не имеет. То есть они в основном, например, хлебо продукты, но вам необходимо потреблять витамины и минералы, как фрукты, овощи, животные и из разнообразных растительных источников продукт.

Помимо, орех, бобовые культуры, то есть употреблять пищевые продукты с богатыми микроэлементами. Нам известно, что в Союзе на шести странах бывшего региона была проблема очень низкого уровня питания. В целом взятом, нашей страны также встречается проблема с разнообразными видами питания, но эти вопросы могут быть решены.

**Ключевые слова:** скрытый голод, витамины и минералы, неправильное питание, безопасность пищевых продуктов, растущий интеллект, создание инноваций с помощью умственной работы, находчивость, гениальность.

## REDUCING LATENT HUNGER IN HUMANS – PROLONGING A HEALTHY LIFE AND DEVELOPING INTELLIGENCE IS A KEY FACTOR

**Gulyamov Saidakhror Saidakhmedovich -**  
Academician, Academy of Sciences of the Republic  
of Uzbekistan, Honored Professor of the  
Tashkent Institute of Advanced Training of Doctors

**Shadimetov Kamoljon -**  
Candidate of Economic Sciences, Full member,  
Academician of the International Academy of Sciences for Ecology,  
Protection of Human and Nature Safety.  
Head of the Center for «Propaganda of Alternative Energy Sources  
and Innovations» of the SDP «ADOLAT» of Uzbekistan.  
Honored Worker of Agriculture of Uzbekistan

**Annotation.** The consequences of hidden famine we usually thought - military, humanistic, natural disasters or extreme weather conditions. In this regard, according to FAO experts, today every third of the world's population will suffer from one or more types of malnutrition or it is called «hidden starvation», and so they get sick because of it. This is a deficiency of vitamin elements, more precisely invisible minerals, this is hidden starvation, because there are all kinds of products on the table, but they do not matter biologically. That is, they are mainly, for example, bread products, but you need to consume vitamins and minerals like fruits, vegetables, animals and from a variety of plant sources of the product. In addition, nuts, legumes, that is, to eat foods rich in trace elements. We know that in the Union in six countries of the former region there was a problem of a very low level of nutrition. In general, our country also faces a problem with various types of nutrition, but these issues can be solved

**Keywords:** hidden hunger, vitamins and minerals, poor nutrition, food safety, growing intelligence, creating innovations through mental work, resourcefulness, genius.

**Кириш.** Инсон ўзи биологик мўъжиза, унинг структураси, ўртача 80 фоиз сув билан оқсил моддалар, қолгани микро, макро элементлар. Яъни кальций, магний, фтор в.б. Д.И.Менделеевнинг 100 дан ортик барча элементлари бор. Лекин шуларнинг дисбаланси (мувозанатни йўқотилиши) етишмаслиги ёки ортиб кетиши касалликларга олиб келади. Шунинг учун Сократ ҳам айтган “Я есть что ем” (менинг борлигим, менинг истеъмол қилаётган озиқам” – дейди [1].

Умрнинг қисқаришини икки тури бўлади, биринчиси яширинч очлик (микро, макро элементлар етишмовчилик туфайли), иккинчиси “бўкиб” овқатланишдан. Ўзингда мавжуд моддалардан ортиқчасини истеъмол қилганидан.

Табиатда ҳайвонлар (жониворлар) топганини ейди. Агар инсон қарови остида боқилса, бир хил озуқа берилади. Ундан инсонни озуқланиши ҳайвонлардан фарқи нима

деган савол келиб чиқади? Инсонга Худо ақлзаковат берган. Инсон ҳайвонлардан ўлароқ, дуч келган озуқани эмас, аксинча, ҳар бир инсон унинг мияси ва танасига етишмаган озиқ моддаларни истеъмол қилиши керак, чунки, уни қилмаса, мия яхши ишламайди ва соғлом умр қисқаради. Кўпинча нотўғри овқатланиш дейилганда, ўз организмда мавжуд бўлган моддалардан ортиқчасини истеъмол қилади. Тўйиниб кетади, у семириш ва қўшимча касалликларга олиб келади. Агар тўймасдан овқатланса (яширинч очлик) ҳам, шу ҳолатга тушади. Демак, инсон етишмаганини тўғрилаб олиши керак, яъни ўша микро, макро элементларни мутаносиблиги (пропорция) тўғри бўлиши керак. Унинг меъёри бор, унга амал қилинса, иқтисод қилишни бошлаймиз. Минимал “истеъмол саватчаси” дейилади, бу бутун дунё амалиётига киритилган. Давлатлардаги иқтисодчилар ушбу минимал “истеъмол саватчасини” фарқини аниқлаб, таҳлил

қилиб, белгиланган меъёрда ушлаб туришга ҳаракат қилинади.

“Озиқ-овқат хавфсизлиги” дейилади, бунинг ҳам тушунчасида дунёвий миқёсида хатолик бор. “Озиқ-овқат хавфсизлиги” ни аниқлашда ўртача, барча инсон учун баравар миқдордаги озиқ-овқатни тавсия этади. Жумладан, 46 та, 350 та озиқ-овқат маҳсулотларининг турларини санаб чиқилади. Одам индивидуал, инсонга нима етишмаса, ўшани истеъмом қилиши керак. Етишмаганини тўлдириш учун минимал “Истеъмом саватча” си, у “манзилли” бўлиши керак. Шунда инсон кам касал бўлади.

Айниқса, короновирус пандемиясида айнан имунитети баланд, ўша пропорциялари тўғри, микро ва макро элементлари ва аминокислоталари тўлиқ кишилар энгил ўтказмоқда. Кўпинча хатто касал юққанини ҳам сезмаяптилар. Бошқа кўшимча касалликлари бор, макро ва микро элементларида дисбаланси борлар жуда қийин ўтказмоқда. Айниқса, бу пандемия пайтида сезилиб қолди.

**Мавзуга оид адабиётлар таҳлили.** Биз инсонларни даволашда янглишаяпмиз. Биз врачларимизни, керак бўлса, даволаш усулини қайта кўриб чиқишимиз керак. Масалан, болаларни даволашдан олдин уларнинг сочидан ва тирноғидан анализ олинади. Шунга қараб, даволаш (яширинч очликни қисқартириш) белгилаб берилади.

Биринчидан, Президентимиз фаолиятининг бошидан соғлиқни сақлашга катта эътибор қаратдилар, барча уларнинг маърузалари шунга қаратилаяпти, соғлиқни сақлашда катта ислохатлар ўтказилаяпти. Буни тан олиш керак. Юқорида таъкидлаганимиздек, инсон ўзи нима, даволашдан олдин билиш керак. Инсонни макро, микроэлементларининг дисбаланси кучли бўлса, уни даволашни тўлдиришга қаратилмаса, фақат асоратини даволанса, касални илдизи қолаверади. Бизда темир, кальций, йод моддалари кўп бўлса, яна таркибида шу моддалар бўлган дорилар кўпайтирилса, касаллик кўпаяди. Шунинг учун одамни яширинч очлигини ўрганиш керак.

И.В. Радиш, А.В. Скальныйнинг муаллифликларидаги “Тиббий элементологияга кириш” /И.В. Радиш, А.В. Скальный. – Москва: РУДН, 2015 йил. – 200 п./ дарслик. ўқув қўлланмада макро- ва микроэлементларнинг кимёвий хоссалари, уларнинг биологик ва физиологик роли, турли моддалар билан ўзаро таъсири тўғрисидаги маълумотлар тизимлаштирилган, макро - ва микроэлементларнинг етишмаслиги ва ортиқча бўлишининг

асосий сабаблари тавсифланган. Уларнинг алмашинуви бузилишининг олдини олиш ва тузатиш усуллари кўриб чиқилади [2].

Россияда Москвада Доктор А.В. Скальныйнинг Марказлари очилган. Борасан сочингни толасидан олади ва анализ (сканирование) қилиб, нима етишмаётганини аниқлаб беради, неча фоиз нима ошиб кетганини ҳам. *Яширинч очлик терминни ЎЗР киритсак ва доктор А. Скальный филиали марказини очсак, больницаларни ва аптекаларнинг 90 %и ёпилади! Инсонлар индивидуал минимал истеъмом саватча орқали соғлом бўлишади. Йод неча % етмаса, корзинкада ёнғоқ шунча порция кўп бўлади. Темир етмаса – олма. Кальций етмаса – творог в.к. СОВИД-19дан ҳам одамлар ўлмайдилар? ортиқча касал ҳам бўлмайдилар. Айниқса, СОВИДДА цинк етмайдиганлар оғир касал бўлвотдилар. Бу янги Инновационое ФОЯ! Соғлиқни сақлаш (касални лечениеси эмас) бу ҳаво, сув ва озиқ овқатни тозалигини сақлаш. Асабни бузилишидан 5000 фақат инсонга хос наслдан наслга ўтадиган касалликлар бор. Ҳайвонларда қон босим, қанд касалликлар йўқ. Ич қотиши (запор ва гемморой), кўз ишдан чиқиши ва кўз ойнак кийиш, булар фақат инсонни асабини бузишдан/ Бу асаб касалликлари! [3].*

Менда сочим қаттиқ яхши эди, сийраклашиб, тўкила бошлади. Кўзим хира бўла бошлади. Сканирование қилдирсам, симоб ошиб кетибди, Сизга қайси дорини ичиш тавсия қилинган, деб сўрашди, витамин буюришганилигини айтганимда, унинг таркибида “симоб” моддаси кўп эканлигини аниқлашди, – дейди Сайидахрор ака ва агар давом эттирсам, унда жуда ҳолатим ёмонлашар экан. Шунда касалимни илдизини топишди, даволаш усулини ўзгартиришди, мен яхши бўлиб кетдим.

Ҳозир кўзойнак тақмайман, соч тўкилиши ҳам тўхтади. Мана буни мен ўзимда синаб кўрдим ва бунга иқрор бўлдим. Буни демак ўрганиш керак, бу ҳам ҳаммага тўғри келади-ми ёки йўқми?

Демак, яширинч очликни таркибини билиб, етишмаётган моддаларнинг ўрни босадиган биоактив микро ва макроэлементларни истеъмом қилиш керак.

Айтмоқчиманки, мана шу доктор А.В.Скальныйнинг Марказлари филиалини бизда Ўзбекистонда ҳам очиш керак. Булар ўзига тўқ кишиларга пуллик, камбағалларга бепул қилайлик деб, таклиф қилишмоқда. Сканирование бўйича катта китоблари бор, энциклопедик нашр, қайси модда қанча етишмаса, қайси озиқ моддани қанча порцияда

истеъмол қилиш керак. Шу билан бирга қайси моддалар етишмаса, қайси касалликлар келиб чиқиши ҳам қайд этилган. Мамлакатимиз шифокорлари ҳам бу маълумотлардан хабардор. Ўзида боридан ортиқчасини истеъмол қилинса, у зарарга айланади. Фалонча шу дорини ичиб яхши бўлиб кетибди, мен ҳам ичсам яхши бўламан деган фикрлар нотўғри [5].

**Тадқиқот методологияси.** Ҳар бир инсонни оила генетикаси индивидуал. Шифокор айтади, мен 100 кишини шу дори билан тузатдим. Лекин кейинги 101 инсон генетик модели бошқа, шунинг учун бу унга тўғри келмаслиги мумкин. Шунинг учун яширинч очликнинг дисбаланси ўрганилиши керак. Шифокор шу пропорция билан диетани ўзгартириб беради. Овқатланиш раиони ўзгартирилади, шикоятни йўқолади.

Бизда кимни бош оғриси, бош оғриғи дори ичади, ёки аллергияси бўлса, аллергияга қарши дори ичади, бунинг ҳаммаси симптомни даволаш. Унинг илдизи топиб, кейин давосини белгилаш керак.

Илгари бунча кўп дўхтир бўлмаган, одам ўз-ўзини тиклашга ҳаракат қилган, удалаган ҳам, ҳозир қайтанги кўп дори истеъмол қилиб, организм ўзини ўзи тиклаш қобилияти ҳам йўқолиб бормоқда.

Инсон организми, ўзини-ўзи тиклаш қобилиятига эга, лекин унга керакли моддалар билан тўйинтириш керак.

Яна бир марта эслатаман, инсондаги кўп касалликлар жониворларда йўқ. Масалан, асаб касали, 5000га яқин асаб касаллиги бор. Қон босимини ошиши, қанд касаллиги, ичи қабза бўлишлари, кўзи хиралашиши, каби касалликлар мавжуд эмас, чунки уларда ўйлаш, фикрлаш қобилияти йўқ. Жумладан, ҳайвонларда бу хислатлари текширилмайди. Худо инсонга мияни ўйлаш, фикрлаш, уни қўллашга хислатларини берган. Инсонда чўчиш, стресс, кўп ўйлашдан, фикрлашдан асаб касаллигига (невроз) учраши мумкин, натижада истеъмол қилган озиқ моддаларининг кўпчилиги ўзлаштирилмайди.

Ҳайвонларда йўқ кўп касалликлар инсонни тик (ғоз) юришидан. Ғоз юришидан умуртқаси оғрийди ва томирлари варикоз бўлади, чунки тана оғирлиги юки умуртқаси ва оёғига тушади. Бошқа жониворлар 4та оёғида юради, умуртқасига унча кўп юк тушмайди. Шунинг учун ҳам умуртқа касали инсонларда кўпроқ. Бўлмаса отлар, туяларга қанча оғир юк қўйилади, чунки юк 4 та оёғига тақсимланади.

Одам тик турганида суякларига босим тушади, орасидаги пайлар эзилади, бундан бўй пасайиши, унча ўсмаслиги мумкин, кўп ухлаб ётган кишиларнинг қайтага бўйи яхши ўсади (камда 3-4 сантиметрга). Айниқса, оғир юк кўтариб, меҳнат қилаётганларники ўсмайди, жумладан, пахта даласидаги қилинаётган қўл меҳнати, айниқса болаларники, шунинг учун чет элдагилар, агар болаларни бундай оғир меҳнатга жалб қилсангилар пахтангизни сотиб олмаймиз деган эътирозни билдиришади. Агар далада болалар оғир меҳнат қилса, еган овқати оёғи, қўли мускуллари ҳаракати орқали кучи, энергияси чиқиб кетади, яъни озиқа, сув ва кислород терлаб чиқиб кетади. Ўша кучлар мияга бормайди ва бўйи яхши ўсмайди. Америкалик олимларнинг назарияси, “Энергияни сақлаш” қонуни. Яъни, “чо-пишни ўрнига юришим яхши, юришни ўрнига ўтирганим яхши ёки ўтирганимдан кўра, ётганим яхши”. Тошбақа энергия сақлаб, 300 йил яшайди! Энергияни тез ва кўп исроф қилиш, умрни қисқартиради ва касалликларни кўпайтиради. Профессional спортчилар оддий физкультура қилганлардан камроқ яшайди.

Болаларимизни далада оғир меҳнат қилишини Муҳтарам Президентимиз бекор қилиб, “революция” қилдилар. Бирлашган Миллатлар ташкилоти Ассамблеясида (19.09.2017й.) маъруза қилиб келиб, “пахта теримига жалб қилишни бекор қилдилар”, талабаларни қайтариб олиб келтирдилар. Бунга қойил қолмай бўладими? Мана Президент. Ҳолбуки ҳамма жойлашиб, қурилишлар қилиб олган эдилар. Сиз билан биз ажойиб даврда яшаймиз.

Еб-ичишимизни самарадорлигига тўхталсак, юқорида қайд қилганимидек, истеъмол қилинган озиқ-овқатни самарадорлик коэффициентини (Инсон овқатланиш коэффициенти – ИОСК) баҳолаш керак. Мисол, Ибн Сино, Ал-Хоразий истеъмол қилган озиқасини миясини қобилияти учун фойдаланган. Қанча катта-катта китоблар ёзиб қолдирган. Мардикор истеъмол қилган овқатини организмга, танасига сарфлайди. Икки баробар кўп овқат истеъмол қилади, лекин фикрлашга мияси қобилиятига фойдаланмайди. Яъни, истеъмол қилганининг танаси ва миясига озиқанинг сарфлаганининг натижаси жуда катта [5].

Ёшлиқдан ақл заковатни ўстириш ва ақлий меҳнат билан инновациялар яратишга ўргатиш ақлий таълимни асосий вазифасидир. Шунда модель ўзгаради: қарзга ботиб, миллиардлаб долларлар сарфлаб, хориждан



техника ва билим сотиб олиш ўрнига, Ўзбекистон уларни ўзи ишлаб чиқариб, экспорт қилади!

Мана америкалик дунё таниган биринчи бойлар Марк Цукерберг – фейсбукни, Билл Гейтс – Майкрософтни очган. Булар ақлий меҳнат билан шуғулланган. Бирининг 121 миллиард, иккинчисининг 138 миллиард доллар пули бор. Яна булар Америкада 47 % жисмоний солиқ тўлайди. Дания, Франция, Германияларда 45- 60 фоизга яқин солиғи (бизда 12 фоиз). Демак истеъмол қилган озиқ-овқатнинг самарадорлигини баҳолаш керак [2].

Яна ақлий меҳнатнинг яна бир хусусияти бор: дастурий маҳсулотлар ўзи эмас, аксинча нусхаси сотилади. Мана Дастурчи (программист)лар, муҳтарам Президентимиз “Бир миллион дастурчилар тайёрлашимиз керак” - деди. Ҳамма ҳайрон, бу бекорга эмас, чунки, бу “ақлий меҳнат мутахассислари”. Қаранг, дастурчи битта дастурни яратиб, унинг “нусха” сини сотади, ҳаттоки патент ҳам олиб қўяди. Нусхасини эса, 1 миллиард истеъмолчиларга сотиб юборади. Бунга бир марта мия энергиясини сарфлайди. Истеъмол қилган озиқаси энергиясидан бир марта фойдаланиб, шунча фойда кўради, мардикор эса ҳар куни шунча энергия сарфлайди, эрталаб соат 7 дан кеч 19 га қадар ҳар куни шунча сарфлайди. Ҳар куни шу, бу “исрофгарчилик”. Қаранг бири, бир марта билим яратиб, шунгагина энергия сарфлайди, иккинчиси ҳар кун сарфлади.

#### Таҳлил ва натижалар муҳокамаси.

Инсон энергиясини тежаб мувозанат (баланс)ини ушлаш керак. Космосдан, куёш нуридан энергия оламиз, унинг сарфи қанча катта бўлса, одам касал бўлаверади. Тананинг яна бир хусусияти бор, тўғри овқатланиш мумкин, бўйиннинг икки томонида 2 та томир бор (сонная артерия). Ундан мияга истеъмол қилинган овқатнинг 20-25 фоизи энергияси, кислород ва сув боради. Шу томирлар ёғлиқ овқатдан холестерин босиб, торайиб боради, бу “бляшка” дейилади, томирга ёпишиб, қонни яхши ўтказмайди. Шундай инсонларни кўрганман, бир томони томири 100 % ёпилган, иккинчиси 70% ёпилган, инсультга тайёр одамлар. Озиқа мияга етиб бормаяпти, эслаб қолиши паст. Ўқигани эса қолмайди. Уни даволаш керак, ёмон холестеринни эритиш керак (Докторни маслаҳати билан: лепримар, тавакард ёки БАД, ОМЕГА-3) [6].

Муҳтарам Президентимиз “Бугунги 1-синфдаги болаларимиз албатта Ал Хоразмий, Беруний, Мирзо Улуғбек бўлиб етишади, мен

бунга албатта ишонаман” – деди. Унинг хаёлида доимо шу орзу борлигини ҳар бир маърузаларида таъкидлайдилар. Сиз ишонасизми деб сўрашади, ҳа ишонаман, чунки, ҳамма энг муҳим масалаларга ҳамма соҳада “йўл харитаси” тузилмоқда. Уни бажариш учун ақли “кадрлар керак”, шу терминни киритиш керак. Уни қандай тайёрлаш керак деган савол келиб чиқади? Таълим ҳозир, билим берадиган таълим. Президентимизнинг янги шиорлари: “Халқ бой бўлса, давлат ҳам бой ва қудратли бўлади деб, 2017 йил 19 сентябрь БМТда эълон қилган эдилар. Энди бу бизнинг шиоримизга айланди.

Демак, таълим билим беришдан билимни ишлатиб, бойишга ўргатиш кўникмаларини ҳосил қилишдан иборат бўлиши керак. Таълим билимни самарали ишлатиб бойишга ўргатишдан иборат бўлиши керак, бўлмаса, бой давлат бўла олмаймиз.

Бой бўлишга ўргатиш учун нима қилиш керак? Биринчидан, бизларда кўп билишади дейди, унда мен савол бараман сен ақли бўлсанг унда нега бой эмассан? Тўғри ақли кўп нарсани билади.

Ақлидан донимандни нима фарқи бор деган савол бараман? Эскичасига айтади, ақли чуқурга тушиб кетса бир амалаб чиқади, донишманд эса чуқурни айланиб ўтади.

Таълимда математикадан олимпиадада биринчи ўринни олган 12-13 ёшли ўқувчи, нега уни донишманд демаймиз? У истаган қариядан математикани яхши билади. Донишмандни билимдондан фарқи, донишманднинг тажрибаси бор. Қаерда қайси билим ишлатса, бойиш мумкин, билади, у билимларни ишлатиб кўрган. Ақли эса, кўпни билади, лекин қўллашни билмайди. Ақлни ўзи нима деган савол туғилади?

Ақлни учта ўлчови бор. Биринчиси, хотира даражаси ҳаммада ҳар хил. Мана Ибн Сино, Ал Хоразмийларнинг хотиралари бизникидан 100 баробар кучли бўлган. Ибн Сино 7 ёшида 3 ойда грек тилини ўрганган ва Гиппократни китобларини танқид қилиб, Тиббиёт энциклопедиясини ёзган. Шунинг учун медицинани Ибн Сино номи билан аталади. Бизда 11 йил ўқиб, она тилини яхши билмайди, инглиз тили эса умуман эсида қолмайди.

Иккинчиси, ўйлаш тезлиги. Мана абитуриентлар тестни 3 соатда ечадилар. Вақтга қараб, баҳоланади ким кам вақтда кўпроқ ечса, шунга қараб балл берилади. Демак, вақт ўлчови ким тезроқ жавоб топади. Учунчиси, ҳар иккисини асосида мантиқ, логика янги

фикр, янги билим яратади. Афсус, биз математик логикани олий таълимда ҳам яхши ўқитмаймиз. Логикада билимга билим қўшиб, инновацион ғоя яратиш, бу Ал Хоразмийларни шакллантиради. Бизлар ўқувчиларни мантикий ривожлантирмаймиз. Энди бизнинг таълим билим бериш моделида, мантиқан билим беришга ўтиш керак. Ҳар йили мактабларда ўқувчини қанчага қобилияти ошганини баҳолаш керак, хотираси қанчага яхшиланди. Ўйлаш тезлиги қанчага ошди, мантикий билими қанча ривожланди, булар неча фоизга ошди. Ҳозир биз мактабларни билим бериш билан баҳолаймиз. Ўша-ўша билимини қўллай олмайди. Оғир меҳнат қилишга мажбур бўлиб қолмоқда.

(Кўпинча 9-синфдан кейин 2-3 та фанга репетитор олиб тайёрланиш бўлиб қолди. Бошқа фанларни ўқимай қўйди, ҳатто мактабга ҳам бормади қўйганлар бор. Фақат репетитор билан тайёрласа, ОТМга кирмоқда. Бу нотўғри. Ўқитувчи менежер. У китобни ёдлатувчи эмас, йўл кўрсатувчи. У ўргатувчи, Интернетдан янги билим қидириб топиб, ишлатиб бой бўлиши керак. Ўқитувчи ҳам намуна бўлиб, 20 йилдан бери ўқитган фанидан, билимдан фойдаланиб эришган натижаси талабаларга кўрсатиши керак: Шу билимларни ишлатиб бойидим, участка қурдим, машина олдим, ҳар куни қизил, қора икра ейман ва бошқа харажатларимга сарфладим деса, келинг сизларни ҳам шундай қилиб қўяйми деса, ўқувчилар дув этиб, қизиқиб, дарҳол шу фанни ўқишга киришади. Тўтиқушга ўхшаб, ёдласанг 4-5 қўяман деса келажак бўлмайди. Буни кўрган ота-онаси кел қўй, нима қиласан 11 йил қийналиб ўқиб, соғлигингни йўқотиб, 4, 5 олиб уни нима қилмоқчисан дейди. Ундан кўра, бор далада 20 та қўй боқсанг, 1 тасини олиб бориб берсак 4, 5 қўйиб беради. Шундай қилиб, давоматнома асосий муаммо.

“Кўп нарсани билиб, уни қўллай олмай камбағал бўлгандан кўра, билганидан амалда самарали фойдаланиб, бой бўлган яхши” деган шиорни таълимга кирита бориш керак. Ўқитувчи ҳам ўйлаб кўриши керак бу билимдан қаерда фойдаланишни билиши, шунда ўқувчилар дарсга қизиқиб, келади, ўрганади ва келажакда амалда фойдаланади. Ўқувчиларни талаба деб номлаш тўғри бўлади. Билимларни қўллай олишни ўргатишни талаб қилиш керак.

Бу амалиёт Европада қўлланмоқда. Мана АҚШда дарсда бирон-бир янгилик айтилса, дарс бирдан тўхтаб қолади. Ўқитувчидан бу янгилик бирор-бир жойда қўлланиб,

пул топилдими? деган мунозара бошланиб кетади. Бизларда бу билимдан қаерда фойдаланиш мумкинлигини сўрамайди ҳам. Ёшлар билимдан фойдаланиб бойисалар, давлат ҳам бой бўлади.

Таълимда мана шу билимдан фойдаланиб, бой бўласан деган биронта фикрлар йўқ. Бу оиланинг ҳам психологияси, фақат таълимни айблаш тўғри бўлмайди. Истеъмомли талаб қилмаса, бажарувчи қилмайди. Мана қаранг, яхудийларнинг бирорта боласи қурилишда 50 килолик қоп кўтариб ташиганини, ёки далада кетмон чопганини кўрганмисиз? Уларда боласига ақлий меҳнат билан оила боқасан дейлади. Сен буюк ишлар қиласан деб ўргатилади. Сен Ал Хоразмий, Беруний бўласан деб уқтирилади. Боласига йўл харита тузади. Болалиқдан шунга тарбия қилиш керак.

Сукрот айтган, соғлом фикрловчи мияни яратиш керак, кейин уни билимлар билан тўлдириш керак деган. Тўғри гап. Қишлоқ хўжалигида, боғ яратмоқчи бўлса, аввало, ерни тайёрлайди, ерни ҳайдаб, чуқур қавлайсиз, унга ўғит, сув ва дориларини соласиз, ариқ оласиз, сўнгра кўчатни экиб, уни парвариш қилсангиз ҳосил оласиз.

Энди савол??? Нега таълимда аввал мия қобилиятини тайёрламай туриб, билим билан тўлдириш билан оворамиз??? 11 йил билимни тиқиштирамиз, унинг 15 %и ҳам эсида қоладими???, ана ундан кейин, қобилиятим йўқ экан деб, асаби бузилиб, касалванд бўлиб, мардикорликка Россияга, Қозоғистонга кетади. Ҳўш, қобилияти паст болани қандай қилиб, ўстириш, унга етуклик билимини синдириш мумкин? Агар ота-онаси етти авлоди илм билан шуғулланган бўлса, у наслига ҳам ўтади. Чунки бўрининг боласи, 7 авлоди овчи бўлиб туғилади. Қушнинг боласи учувчан бўлиб туғилади, тўғрими? Туғилгандан кейин бўри боласини овга ўргатади. Қуш боласини учиб, дарахтга ин қуриб, тухум қўйишга ўргатади. Бўри боласини дарахтга учиб чиқиб, ин қуришга ўргатмайди, бизда шунга ўхшаш бўлмоқда. Чунки бунинг 7 авлоди бўри, унинг қобилиятини ким қидириб, топаяпти?

Президентимиз ҳар бир боланинг индивидуал қобилиятини топиб, рўёбга чиқаринглар деяпти. Шифокор касални даволашдан олдин ташхис (диагноз) қўядими? Илдизини топади. Таълимда илдизини топиш, таълимда болани қобилият қайси соҳада бор, уни аниқлаш керак, бу бўрими? Ёки қушми? (Қобилиятти рассомми? музикачими? шоирми? математикми?) Унга жавоб, таълим индивидуал бў-

лиши керак. Рўёбга чиқариш деганлари, хар йил неча фоизга қобилият (Хотира, ўйлаш тезлиги ва мантиқ) ўсаяпти, кайси омиллардан қайси қобилият яхшироқ ўсватди?

Мактабга кираётганда соғлиги қандай эди, битираётганда қандай? Кўз кўриши ёмонлашган, асаби чатоқ, қанд касаллар ҳам бор. Ичи қавза, асабдан тери касалига айланяпти. Насли ҳам бузилади. У ҳам майли битириб, оила боқа оладиган бўлса. Қачон биз баҳолашни бошлаймиз: ўқишга кираётгандан битираётганида саломатлиги қанчага ёмонлашиб чиқаяпти. Таълимнинг биринчи вазифаси: ўқувчини саломатлигини яхшилаш механизмларига ўргатиш ва ота-боболаридан камида 5-7 йил кўпроқ яшашга билимини қўллашни ўргатишдир. Унда таълимни номини ўзгартириш керак: “соғломлаштирадиган, ақлли таълим” бўлиши керак. Асосий бойлик соғлом бўлиши, касалманд бола минг марта билимли бўлса-да, касалхонама-касалхона юриб, вақти ўтади, у билимини ишлата олмайди. Иккинчиси, ақлли таълим деганимиз, олдин қобилиятли соҳасини топади дегани, шу қобилиятини йилма-йил ривожлантиради, шу қобилиятни ривожлантиришдан Абу Райҳон Берунийлар чиқиши мумкин.

Агар қобилият соҳасини топиб, тўхтовсиз уни ривожлантирисак, ўқишда бола қийналмайди, Асаби бузилмайди, чунки, қобилиятни соҳасида ўқияпти. Агар қобилиятни соҳасида ўқимасак, қобилиятга тескари ўқтсак, бунда асаби бузилади, ўқий олмайди.

Иккинчиси, бизлар умумий стандарт бўйича ўқитамиз. Қобилият соҳасини топманй ўқитамиз, натижада 11 йилда қобилият йўқолиб кетмоқда. Мана мисол, зўр футболлист, 2-3 йил кроватга ётқизиб, оёғини бойлаб, овқат бериб туринг. Турса, нафақат чопа олади, ҳатто юра олмайди ҳам, чунки қобилият йўқ бўлиб кетади. Шунинг учун бюджетдан 35 фоизи таълимга кетаяпти. Лекин, Ал Хоразмий ва Ибн Синолардан дарак йўқ. Унинг учун Соғлиқни сақлаш вазирлигини номини ўзгартириш керак. “Соғлом умрни узайтирадиган ва мияси қобилиятини оширадиган” вазирлик дейиш керак. Шунда вазирликни аниқ вазифаси тушунарли бўлади.

Вазифа: ҳар йили камада 10 фоизга умрни узайтирадиган ва лоақал 10 фоизга қобилиятни ўстирадиган вазирлик бўлиб, қани эди ўзбеклардан биринчи Ибн Синолар чиқса, ахир уларнинг авлодимиз.

Қачонгача Ибн Синони авлодлари соғлиқни сақлаш, соғлиқни сақлаш деймиз. Соғлиқни сақлаш (здравоохранения) Европада

нотўғри қўйган бу номни, бу даволаш (лечение) эмас. Соғлиқни сақлаш: ҳар дақиқа 8 кубм ифлос ҳавони олсанг, даволаш ёрдам бермайди. 80 % танамиз сув, демак, сув, ҳаво, озиқ овқатни тозаллигини ва асабни сақлаш. Бу вазифаларни вазирлик астойдил бажармайдику.

Ақлли тиббиёт дейишяпти, бу компьютерлашган тиббиёт эмиш. Ақлли деган номни қўйдингми? йилма-йил ақлни ўстирадиган бўлиши керак.

“Соғлом-она, соғлом-бола” 25 йил бўлди. Бу инсон модели эмас. Инсон модели аксинча, ақлли ва соғлом бўлиши керак, ақлли бўлмаса соғлигини сақлай олмайди. Дўхтир 10 марта тушунтирса ҳам нотўғри дори истеъмол қилиб ўлиб кетади. Шунинг учун “ақлли соғлом, она ва бола” нинг йили бўлиш керак. Хитойда “битта оила битта ақллий ва соғлом бола” модели ишляпти. Биринчи боласини Йўл хариата тузиб ақлли ва соғлом қилса, иккинчисига рухсат бор. Биринчисини оғир жисмоний меҳнатда гастебайтер қилса, иккинчисига рухсат йўқ.

Мен динга жуда ишонаман. Диннинг обрўси бизда жуда баланд. Шундан фойдаланмаяпмиз. Масжидларда, катта маросимларда ёшларда юксак маънавиятдан ташқари техника ва инновацияларга муҳаббат уйғотиш, сифатни яхшилашга ва бор нарсаларни сақлаб кўпайтиришга ўргатиш. Мана тўйда дуони қаранг, даврага чиқиб, “қўша қаринглар”, “ували-жували бўлинглар” дейишади. Нима қариш керакми? Соғлом бўлиб, ота-онанглардан ҳам узоқ умр кўринглар, дейиш ўрнига, Ал Хоразмий, Берунийга ўхшаган болаларни кўринглар деб, аниқ айтиш керак.

Ёки “дастурхонингиз мўл-кўл бўлсин” дейишади. Мўл-кўлликдан семириб, бўкиб, касал бўлиши керакми? Дастурхонда сени “танангга ва мия қобилиятингга етишмаган моддали озиқалар кўп бўлсин” дейиш керак. Аниқ-равшан дуо қилиш керак. Ёки яна, “Илойим ақлий меҳнат билан оилангни боқ” дейиш керак. “хорижда оғир жисмоний меҳнатда хор бўлмагин” деган иборалар билан дуо қилиш керак. Илойим “мендан икки баробар ақлли, уч баробар бой, тадбиркор бўлгин”, “бундан ҳам чиройли ва соғлом бўл” дейиш керак. Рақамли иқтисодиётга ўтаётибмиз, дуолар ҳам рақамли бўлиши керак. Аниқ бўлиши керак, шунда ёшлар тушунади.

Яна бир нарсани тушунтириш керакки, Муҳтарам Президентимиз, 2018 йилдан бошлаб инновацион иқтисодиётга ўтдик дейишмоқда, бу дегани “янгиликни яратиш ва ҳаёт-

га жорий этиш” дегани. Инновация мия қобилияти билан яратилади ва жорий этилади. Шунга ўтар эканмиз кўпчиликда бефарқлик, лоқайдлик борки, жамиятга янгилик, яхшиликла киритишга интилмайди. Кўпчилик 2018 йилдан бошлаб, бирорта инновацион ғоя таклиф этишга ҳаракат ҳам қилмаган. Европада буларни тирик мурда дейишади. Ишлаб чиқаришидаги маҳсулотни сифатини яхшилашга, мавжуд ресурслардан омилкорлик билан фойдаланмайди.

Эски ўлчов билан яшайди, яъни, етти ўлчаб, бир кес” деган мақол. Унинг тескари, зарар томони ҳам бор. Жумладан, оиланинг тўплаган маблағи бор, уни кесдингми (харажат қилдингми)? камаяди. Набира-чеваралар кўпайиб бормоқда, Ўзбекистоннинг аҳолиси 1970 йилда 7 миллион атрофида эди. Ҳозир 35 миллион бўлди. Агар биз табиий ресурсларни фақат кесиб, истеъмол қилаверсак, тугайди, кейин кўчиб кетамизми? Кейинги авлодларга нима қолади? Шунинг учун фақат истеъмол қилиш билан чеклаиб қолмай, унинг сифатини яхшилаш, кўпайтириш, бир дарахтни кесдингми? Ўрнига 10 дона мева дарахт экиш, қўлига тушган нарсанинг сифатини ошириш услубини қидириш, яъни унинг камида 7 та (бу рақам мусулмонларнинг рақами, еврейларда эса 100). камчилигини топиб тузатиш, сифатини яхшилаш ҳақида бошқотириш керак. Мана қаранг, ҳар ой уяли телефонларнинг янги-янги модели чиқаяпти. Жумладан, 7 та камчиликни топади, уни батараф этиб, мукаммалаштириб янги моделини чиқаради. Дунё бозорига чиқиш учун шундай қилиб ишлаш керак.

Мана савол? қайси ишни бошлашдан олдин камида 7 ўлчаб, 7 камчилигини топиб, сифатини яхшилаш ҳақида ўйладингиз ва уни амалга ошириб фойда олдингиз. Эслай олишмайди. Унда 1 марта ҳам ўйламай иш бошлаб, кейин 7 марта афсусланаман деб ёзинг. Қачон шу моделни қўлласангизлар хурсанд бўласизлар, фойда кўрасизлар, ҳозирча афсусланасизлар.

**Хулоса ва таклифлар.** Таълимда Маъруза матнлар технологиясини киритганмиз! Камчилик топиб тузатишга ўргатиш. Биринчидан ўқитувчилар хориж ва мамлакатимизда чоп этилган дарсликлардан юзлар камчилик топади, сўнг маърузасини ёзади. Ким хорижники ва ўзбекистонникидан кўпроқ камчилик топса, унга янги дарслик ёзишга рухсат берилади. Фалонча ёзувди, кўчириб қўйиш эмас. Ўқувчилар тўти сингари ўтирмайди. Ҳозир аҳвол нима, ўқитувчи киради, янги темани

бошлайди, талаба тайёр эмас. У 10 % ҳам тушунмайди, ўқитувчи эса бекорга куч сарф-ляяпти. Талабни эсида қолмайди, олдинги дарс нима эди, деб сўрасангиз билмайди.

Хўш дарс қандай бўлиши керак. Ўқитувчи кейинга дарс мавзу материаллари ва саволларни талабаларга электрон вариантини қўлига бериш керак ва мустақил тайёрланиб келинглари дейиши керак. Мен дарсни савол-жавобдан бошлайман. Қайси талаба жавоблари энг яхши бўлиб, ўқитувчи материалдан камчиликлар топса ва Интернетдан янгилик кўшса, унга юқори баҳо қўяман дейиш керак. Мақол бор, шогирд устоздан ўтиши керак. Қандай ўтади, агар устоздан камчилик топиб, уни маърузасини яхшилашга ёрдам бермаса. Бизда устоздан шогирд хато топса, у хафа бўлади, дарсидан чиқариб юборади. Шунда талаба маъруза матндан мустақил тайёрланиб келиб, саволларга ўзи жавоб топиб, дарсда тушунмаганини сўрайди. Дарс талабалар ўртасида дискуссияга айланади ва янги билим яратиш бошланади. Янги мавзунини ўзлаштириш 90 %дан ошади. Дарсга 3-4 баробар вақт кам кетади. Ҳозир дискуссия йўқ. Талаба тайёр эмас, 15 % ҳам эсида қолмайди. Домла гапириб-гапириб чиқиб кетади, бир ойдан кейин қолгани ҳам эсидан чиқиб кетади. Шунинг учун шунча пул, шунча харажат таълимда натижа бермаётибди. Ундан ташқари талаба миясини, хотирасини яхшилаш механизмлари қўлланмаётибди. ДХХ ва Миллий гвардияда, Ички ишларда кафедралар ва марказлар бор, эса қолдириш механизминини ўргатади, битта айтилган гапни эса сақлашга ўргатади [4].

Таълимда шу каби марказлар очиб, ўқув дастурларига минимоника, менталь арифметика, медитация (учта “МММ”), ҳамда шахмат, музика, каби хотирани ривожлантирадиган услубларни қўллаш керак. Таълим тизимидаги ошхоналарда яширин очликни талабаларда қисқартиришга қаратилган озиқани бериш керак: бу йод, кальций, магний, витаминлар, аминокислоталар. Қорнинг тўқ, лекин мия яширинч оч. Дарсларда кислород ва сув билан тўйинтиришни таъминланиши зарур. Танафусларда мияни бўлақларини физкультурасини қилдириш, қобилиятни янада оширади.

Кўп таҳлиллар шунини кўрсатадики, УМЭД ва юридик университетларига 210 балл билан 20 абитуриендан биттаси контрактга ўтади, қолган 19 таси 200 балл билан педагогикага жалб қилиш механизми йўқ. Ахир иқтидорли абитуриентлар мактабни гуллаштиради. Шу пайтдгача педагогикага 50-70 балли абиту-



риентлар қабул қилинади (қобилияти 3-4 баробар паст абитуриентлар). Яна уларнинг 70 % бюджетда ўқийди. Олий таълим фундаменти 11 йиллик мактаб. Бу қобилият билан ўқитилса, олий таълим йиқиладику. Баъзи педагогик олийгоҳлар мактабни битириб келган абитуриентларни 1-2 курсларда яна қайта элементар математикага ўқитади.

То педагогика мутахассисликларига иқтидорли, энг юқори балли абитуриентларни жалб қила олмаганмизгача, мактабга қилинаётган харажатлар ўзини-ўзи оқламайди. Мактаб Президентимиз қўяётган талабларига жавоб бераолмайди ва олий таълимни фундаменти мустаҳкам бўлмайди

Яна маълумот учун таъкидлаш мумкинки, “2030 йилгача очлик ва қашшоқликка барҳам бериш ИХТ озиқ-овқат хавфсизлигининг асосий мақсадларидан биридир. Урбанизация, аҳоли сонининг кўпайиши каби жараёнлар дунёда тўйиб овқатланмаслик муаммоси билан боғлиқ жиҳатларга таъсир қилади. Биз географик жойлашувимизнинг қудратли салоҳиятидан унумли фойдаланишимиз ва минтақаларимизда озиқ-овқат хавфсизлигини таъминлаш ва тўйиб овқатланмаслик даражасини камайтириш бўйича йўл харитасини шакллантиришимиз керак”, - деди Туркия Республикаси қишлоқ ва ўрмон хўжалиги вазири Ваҳит Киришчи ўз нутқида.\*

**Манба ва фойдаланилган адабиётлар рўйхати:**

1. *Борьба со скрытым голодом. Подходы которое дают результат. Бюллетень МАГАТЭ 45/1 Эйлен Кеннеде, Ванкетеш Маннар, Ванкатеш Ййенгар стр. 54-55*
2. *Радыш И.В., Скальный А.В. Введение в медицинскую элементологию: учеб. пособие / И.В.Радыш, А.В.Скальный. – Москва. РУДН, 2015. – 200 с. <https://elibrary.ru/item.asp?id=26011873>*
3. *С.Фуломов 280 дан ортиқ монография ва муаммоли мақолалар, нафақат Ўзбекистонда, балки ҳорижий мамлакатларнинг нуфузли илмий журналларида 20 дан ортиқ дарслик ва қўлланмалар ҳам чоп этилган.*
4. *280 та илмий ишда акс эттирилган олимнинг асосий тадқиқотлари иқтисодий фан ва амалиётнинг учта йўналишига бағишланган. Асосий асарлар: Соғлом интеллект уал она ва бола — истиқлол истиқболи (2016 год);*
5. *Вақтли қаторларнинг статистик таҳлили ва мавсумий тебранишларни прогнозлаштириш (2016 год)*
6. *Инсон капиталига инвестициялар С.Фуломов, К.Шадиметов “Адолат” СДП Матбуот хизмати, 02.11.2021 (ҳаммуаллифликда)*
7. *Российские ученые придумали способ борьбы со скрытым голодом Белновости 24.05.2018 11:58 belnovosti.by@yandex.ru*
8. *К. Шадиметов 150 дан ортиқ монография ва муаммоли мақолалар, нафақат Ўзбекистонда, балки ҳорижий мамлакатларнинг нуфузли илмий журналларида 10 дан ортиқ қўлланмалар ҳам чоп этилган.*
9. *(<https://t.me/uzagroministry>) @uzagromart 24 Октябрь 2019 Жамият Озиқ-овқат хавфсизлиги давлат сиёсати ишлаб чиқилади. AgroMart.Uz,*



**AHOLINI IJTIMOIIY HIMOYA QILISH TIZIMIGA KORONAVIRUS INQIROZINING TA’SIRINING O’ZIGA XOS XUSUSIYATLARI**

**Israilova Feruza Nazrillayevna -**  
Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti  
katta o’qituvchisi

[https://doi.org/10.55439/ECED/vol23\\_iss4/a49](https://doi.org/10.55439/ECED/vol23_iss4/a49)

**Аннотатсия.** Мақоллада коронавирус билан bog’liq inqirozning xususiyatlari va manbalarining mohiyati tahlil qilingan, coronavirus inqiroziga ta’sir etuvchi omillar ijtimoiy-iqtisodiy vaziyat, rivojlanayotgan bozor iqtisodiyoti mamlakatlaridagi aholini ijtimoiy himoya qilish tizimi, xususan O’zbekistonda. Ilmii ishda aholini ijtimoiy muhofaza qilish tizimini isloh qilishning holati, rivojlanish tendentsiyalari va muammolari har tomonlama o’rganilgan. Pandemiyaning ijtimoiy-iqtisodiy oqibatlarini iqtisodiy o’sish sur’atlari va pul o’tkazmalari hajmining pasayishi, tashqi savdo hajmining saqlanib qolishi va tuzilishining yomonlashishi, to’lov balansidagi nomutanosiblik, xorijiy investitsiyalar hajmining kamayishi, ishsizlik va aholining qashshoqligining ortishi. Aholini ijtimoiy himoya qilish tizimini takomillashtirish va uning samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy tavsiyalar taklif etilmoqda.

**Калит so’zlar:** coronavirus, pandemiya, ijtimoiy himoya tizimi, ijtimoiy himoyaga yo’naltirilganlik, qashshoqlik, daromadlar tengsizligi, iqtisodiy inqiroz, turg’unlik, blokirovka, sanktsiyalar, bandlik, o’z-o’zini ish bilan band aholi, norasmiy sektor, norasmiy bandlik, faol va passiv ijtimoiy dasturlar, nomonitar inflyatsiyasi.