DOI: https://10.5281/zenodo.17891943

PSIXOSOMATIK KASALLIKLARI BILAN KASALLANGAN BEMORLARNING XULQ-ATVORI

Polvonova Muslima Sharofuddin qizi
TTU 2 kurs talabasi 212-B 1-son
Davolash fakulteti talabasi
mailto:muslimabonusharofiddinova@.gmail.com

Alimirzayev Nodirbek Avazbek o‘g‘li
TTU Pedagokika va psixalogiya kafedrasi o‘qtuvchisi
nodirbekalimirzayev@gmail.com

ANNOTATSIYA

Maqolada psixosomatik kasalliklar rivojlanishida ruhiy omillarning roli va bunday bemorlarda kuzatiladigan xulq-atvor buzilishlarining mohiyati yoritilgan. Stress, emotsional zo‘riqish va shaxsning moslashuv imkoniyatlari simptomlarning shakllanishiga qanday ta’sir etishi qisqacha bayon qilinadi.

Kalit so‘zlar: *psixosomatik kasallik, stress, xulq-atvor, moslashuv, emotsional zo‘riqish.*

ABSTRACT

This article summarizes the behavioral disturbances observed in psychosomatic patients, emphasizing the role of stress, emotional overload, and individual coping mechanisms in the development and persistence of symptoms.

Keywords: *psychosomatic disorder, stress, behavior, coping, emotional strain.*

АННОТАЦИЯ

В статье раскрывается роль психических факторов в формировании психосоматических заболеваний и кратко анализируются типичные поведенческие нарушения, возникающие у таких пациентов.

Ключевые слова: *психосоматика, стресс, поведение, адаптация.*

KIRISH

Psixosomatik kasalliklar — ruhiy kechinmalar ta’sirida kuchayadigan va ayni paytda tana orqali ifodalanadigan kasalliklar guruhidir.[1]Bunday bemorlar ko‘pincha o‘z hissiyotlarini ochiq ifodalay olmaydi, bu esa jismoniy simptomlar va xulq-atvor buzilishlari orqali namoyon bo‘ladi.

ASOSIY QISM

1. Psixologik omillar va ichki ziddiyatlar

Psixosomatik kasalliklar ko‘pincha hal qilinmagan ruhiy ziddiyatlar[5], xavotir, emotsiyalarni bosib turish va surunkali stress[3] bilan bog‘liq. Ichki taranglik tana orqali chiqib ketadi va bemor xulqida keskinlik paydo bo‘ladi. .

2. Xulq-atvor buzilishlarining asosiy ko‘rinishlari

Somatizatsiya

Bemor o‘z hissiy muammolarini jismoniy og‘riq yoki bezovtalik orqali ifodalaydi[2]. Bu holatda u ko‘p tekshiruvlardan umid qiladi, ammo psixologik sabablarni inkor qiladi.

Haddan tashqari tashvish va o‘zini kuzatish

Bunday bemorlar simptomlarni chuqur tahlil qiladi, kichik belgilarni ham xavf sifatida qabul qiladi. [2] Bu holat tanadagi sezgilarga o‘ta e’tibor qaratishga olib keladi.

Agressiya yoki ichki norozilik.

Stress ta’sirida bemor jahlchan, tez ranjiydigan, muloyim bo‘lmagan xulq ko‘rsatadi. Qarshi fikrlarni qabul qilmaydi, shifokorga nisbatan ham ishonch pasayadi.

Passiv qarshilik

Davo jarayoniga kirishgandek ko‘rinsa-da, ko‘rsatmalarga doim amal qilavermaydi. Bu holat ko‘pincha ichki qo‘rquv, ishonchsizlik va kuchsizlanish hissi bilan bog‘liq.

Infantil xususiyatlar

Ayrim bemorlarda mas’uliyatdan qochish, yordamga haddan tashqari tayanish, o‘zini “zaif” tutish kuzatiladi. Bu psixologik himoya sifatida namoyon bo‘ladi.

3. Biologik mexanizmlar

Xulq-atvor o‘zgarishlari miya limbik tizimi, stress gormonlari (kortizol) va vegetativ nerv tizimining o‘zgarishi bilan bog‘liq. Stressning uzluksiz ta’siri emotsional barqarorlikni pasaytiradi va somatik simptomlarni kuchaytiradi.

4. Davolashning ahamiyati

Xulq-atvorni to‘g‘ri baholash psixosomatik bemorlarda davolashning ajralmas qismidir. Eng samarali yondashuvlar: kognitiv-xulqiy terapiya[4],stressni boshqarish, psixoedukatsiya, somatik va psixoterapevtik muolajalarni birgalikda olib borish.

XULOSA

Psixosomatik kasalliklarda xulq-atvor buzilishlari kasallikning shakllanishi va davom etishida muhim o‘rin tutadi. Ularni erta aniqlash bemorni to‘g‘ri yo‘naltirish va davolash samaradorligini oshiradi. Ruhiy va jismoniy omillarni birgalikda ko‘rib chiqish psixosomatik bemorlar bilan ishlashda asosiy mezon hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

1. *Engel G.L. The Biopsychosocial Model. Science, 1977.*
2. *Kaplan & Sadock. Synopsis of Psychiatry, 11th edition.*
3. *McEwen B.S. Stress and the Body. Annals of NY Academy of Sciences, 1998.*
4. *Fava G.A. Psychosomatic Medicine. Oxford University Press, 2011.*
5. *Lipowski Z.J. Psychosomatic perspectives. Journal of Psychosomatic Research, 1984.*