

ISSN 2181-5291

# PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 4, 2023

[www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)



**Нарметова Юлдуз Каримовна,**

*Тошкент тиббиёт академияси Педагогика, психология ва тиллар кафедраси  
Тошкент, Ўзбекистон*

## **ПСИХОСОМАТИК КАСАЛЛИКЛАРИ БИЛАН ОҒРИГАН БЕМОРЛАРДА АЛЕКСИТИМИЯНИНГ НАМОЁН БЎЛИШИ**

**Аннотация.** Ушбу мақолада турли соматик касалликларда алекситимиянинг намоён бўлиши ҳолатлари кўрсатилган. Беморларнинг психологик статуси, унинг ўзига ҳослиги ва алекситимия даражасини текшириши натижалари келтирилган.

**Калит сўзлар:** алекситимия, ҳис-туйғу, ташвишланиши, юрак ишемик касаллиги, қандли диабет, бронхиал астма, ошқозон ичак яраси, ревматоид артрит.

## **ПРОЯВЛЕНИЕ АЛЕКСИТИМИИ У БОЛЬНЫХ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ**

**Аннотация.** В статье представлены случаи проявления алекситимии при различных соматических заболеваниях. Представлены результаты исследования психологического статуса больных, его специфики и уровня алекситимии.

**Ключевые слова:** алекситимия, эмоциональность, тревога, ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет, бронхиальная астма, язвенная болезнь, ревматоидный артрит.

## **MANIFESTATION OF ALEXITHYMIA IN PATIENTS WITH PSYCHOSOMATIC DISEASES**

**Abstract.** This article presents the cases of manifestation of alexithymia in various somatic diseases. The results of examining the psychological status of patients, its specificity and level of alexithymia are presented.

**Key words:** alexithymia, emotion, anxiety, ischemic heart disease, diabetes, bronchial asthma, peptic ulcer, rheumatoid arthritis.

**Кириш.** Алекситимия (сўзма-сўз "ҳис-туйғуларга сўз йўқ") атамаси XX аср ўрталарида психиатр Питер Сифнеос томонидан киритилган. У психосоматик клиникада беморларни кузатар экан, беморлар ўз ҳис-туйғуларини тасвирлаш учун тўғри сўзларни топишда қийналаётганларини пайкади (1,2,5,7,8,10,11).

Алекситимия (юнонча  $\alpha$  - инкор,  $\lambda\acute{\epsilon}\xi\iota\varsigma$  - сўз,  $\theta\upsilon\mu\acute{o}\varsigma$  - туйғу) - одамнинг ўзи ёки бошқа одамлар бошидан кечирган ҳис-туйғуларини номлай олмаслигидир. Алекситимия, асосан, 85% гача аутистик касалликлари бўлган одамларда учрайди (3,4,5,6,8,9,12).

Эндиликда алекситимия даражаси юқори бўлган одамларга фикрлашнинг конкрет, амалий услуги, ташвишланишдан кўра стрессли вазиятларда ҳаракат қилиш тенденцияси, ўзининг ва бошқаларнинг ҳиссий ҳолатларини тушунишда қийинчиликлар каби хусусиятлари мавжуд.

Тест учта кичик ўлчовдан иборат: ҳис-туйғуларни аниқлашда қийинчилик, ҳис-туйғуларни бошқаларга тасвирлашда қийинчилик ва ташқи йўналтирилган фикрлаш. Кўрсаткич қанчалик юқори бўлса, пастки шкалада алекситимия белгилари шунчалик аниқ бўлади.

Ҳозирги вақтда алекситимия тўртта асосий хусусиятни ўз ичига олган кўп ўлчовли шахс тузилиши ҳисобланади:

1. Ўз ҳис-туйғуларини аниқлаш ва тасвирлашда қийинчиликлар.
2. Ҳис-туйғуларни ва жисмоний ҳисларни ажратиш қийинлиги.
3. Тасаввур қилишда қийинчилик.
4. Ҳар қандай ҳодисани ўз хатти-ҳаракати билан эмас, балки ташқи сабаблар билан тушунтиришга мойиллик (2,13,14).

**Тадқиқот объекти.** Экспериментал тадқиқотимизда жами 687 нафар синалувчи иштирок этиб, улардан 294 нафари эркаклар, 393 нафарини аёллар ташкил қилади. Синалувчилар орасида психосоматик касаллик ташхислари бўйича юрак ишимик касалликлари 191 нафар, қандли диабет 183 нафар, бронхиал астма 108 нафар, ошқозон-ичак яра касалликлари 64 нафар, ревматоид артрит 93 нафар, назорат гуруҳи 48 нафардан иборат.

**Тадқиқот методи.** Торонто алекситимияни баҳолаш шкаласи методикасидан фойдаланилди.

**Олинган натижалар ва уларнинг тахлили.** Алекситимиянинг юқори даражаси билан одамлар ўзларининг ҳис-туйғуларини, айниқса, салбий ҳис-туйғуларини тартибга солиш, шунингдек, ўзларининг ҳис-туйғуларини бошқаларга кўрсатиши қийин. Улар учун ҳиссий жиҳатдан муҳим воқеаларни муҳокама қилишда заифроқ юз ифодалари, чекланган позицияси билан ажралиб туради. Улар жисмоний аломатларни тасвирлашда қийналадилар ва кўпинча ҳар қандай можаро ёки стрессли ҳодисага ҳиссий реакциялар ўрнига улар тана шикоятларини билдирадилар.

Одатда аёллар бошқа одамларнинг ҳис-туйғуларини кўпроқ тан олишади, деб ишонилади, аммо тадқиқотлар шуни кўрсатдики, одамнинг турли хил ҳис-туйғуларни бошдан кечириётган одамларнинг фотосуратларига эътибор қаратиши жинсга эмас, балки алекситимия даражасига таъсир қилади. Алекситимия даражаси юқори бўлган одамлар кўркув, ғазаб ва қайғу каби ҳис-туйғуларни тан олишда қийналадилар ва суҳбатдошлар юзидаги ифодалардаги ўзгаришларни аниқлашда қийналадилар.

Баъзи бир ҳиссий ҳолат ҳақида гапирганда, бундай одамлар ўзлари ҳақида жуда умумий маънода гапирадилар (масалан, "Мен қайғулиман") ёки ўзларининг ҳар қандай ҳис-туйғуларини инкор этадилар. Уларда тўсатдан ғазаб ёки қайғу пайдо бўлиши мумкин, лекин улар одатда бу ҳис-туйғуларнинг сабабларини аниқлай олмайдилар ва ўша пайтда ҳис қилганларини сўз билан ифодамай олмайдилар.

Алекситимия даражаси юқори бўлган одамларда бошқалар билан мулоқот кўпинча жуда юзаки бўлиб, "ҳаммага яхши бўлиш" истаги билан боғлиқ. Шу билан бирга, тадқиқотлар шуни кўрсатадики, улар совуқлик ва масофа, паст эмпатия ва бошқаларга нисбатан умумий бефарқлик билан ажралиб туради. Бундай одамлар ўзларини алдашга мойил бўлиб, асосан, онгсиз равишда, ижтимоий меъёрлар ва одоб-ахлоқ билан боғлиқдир.

Алекситимиянинг яна бир хусусияти - фантазиянинг йўқлиги ва тасаввурнинг чекланганлиги. Алекситимия безовта қилинган тушлар билан ҳам боғлиқ: кўрқинчли тушлардан уйғониш, тушларнинг мазмунини аниқ эслай олмаслик ва тушлар инсоннинг стресси ва муаммолари ҳақида тушунча беришини инкор этиш. Тадқиқотлар, шунингдек, юқори даражадаги алекситимия билан умумий ижодкорлик даражасининг пасайишини кўрсатади.

Алекситимиянинг яна бир хусусияти рационал, ташқи кўринишдаги фикрлаш услубидир. Бу алекситимия билан оғриган одамларнинг кундалик ҳаётнинг оддий, ташқи тафсилотларига эътибор бериш ўрнига, ўзларининг ички ҳис-туйғулари ва фантазияларини акс эттириш ва тушуниш қобилиятининг пасайишини англатади.

Алекситимия психосоматик касалликлар ва турли хил гиёҳвандликнинг ривожланишида жиддий хавф омилidir. Шунинг учун алекситимияни олдини олиш мақсадга мувофиқ.

#### 1-жадвал

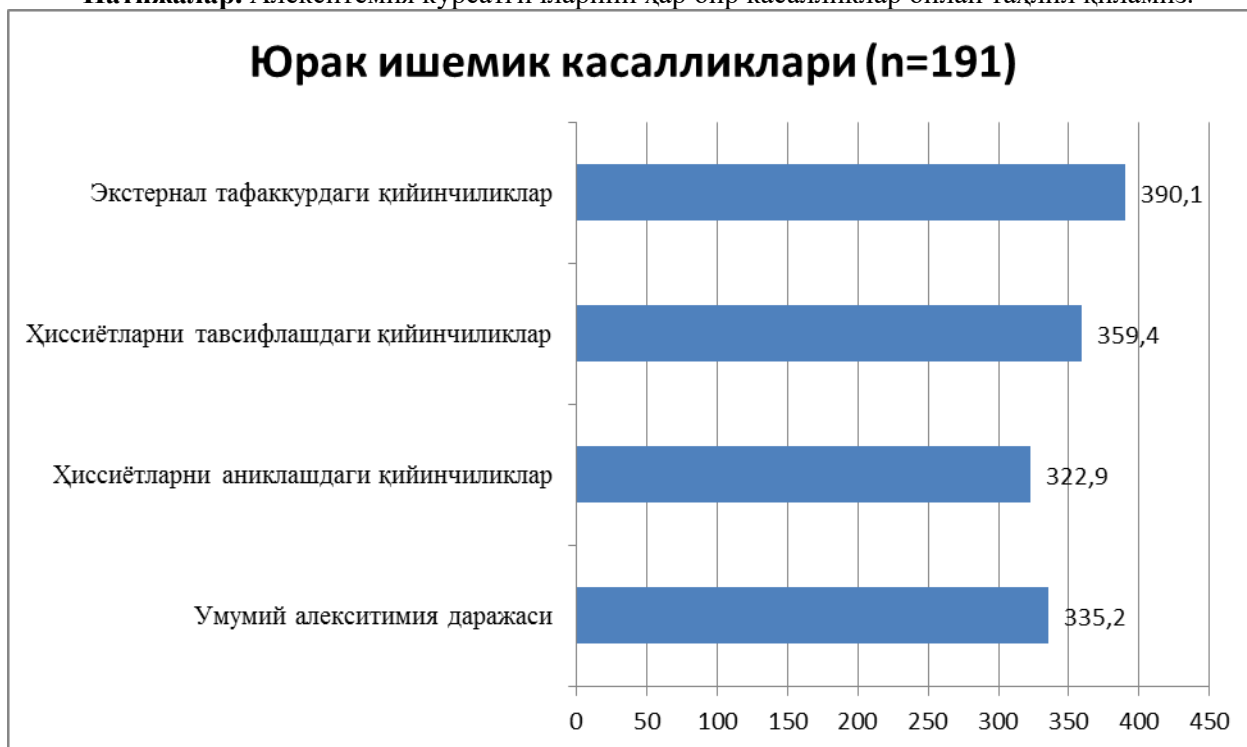
#### Психосоматик касалликлари билан оғриган беморларда алекситимия намён бўлиш хусусиятларини ўрганиш натижалари (Крускал-Уоллис Н-мезони)

Кўрсаткичлар	Ўртача ранглар						Н	р
	Юрак ишемик касалликлари (n=191)	Қандли диабет (n=183)	Бронхиал астма (n=108)	Ошқозон-ичак яраси касалликлари (n=64)	Ревматоид артрит (n=93)	Назорат гуруҳи (n=48)		
Умумий алекситимия даражаси	335,2	378,4	333,8	442,0	322,2	182,2	54,94	0,000**
Ҳиссиётларни аниқлашдаги қийинчиликлар	322,9	360,6	378,8	455,2	313,4	197,3	55,78	0,000**
Ҳиссиётларни тавсифлашдаги қийинчиликлар	359,4	370,2	311,4	349,8	359,3	218,8	27,44	0,000**
Экстернал тафаккурдаги қийинчиликлар	390,1	342,6	311,5	382,9	315,4	242,2	30,54	0,000**

Изоҳ: \* -  $p < 0,05$ ; \*\* -  $p < 0,01$

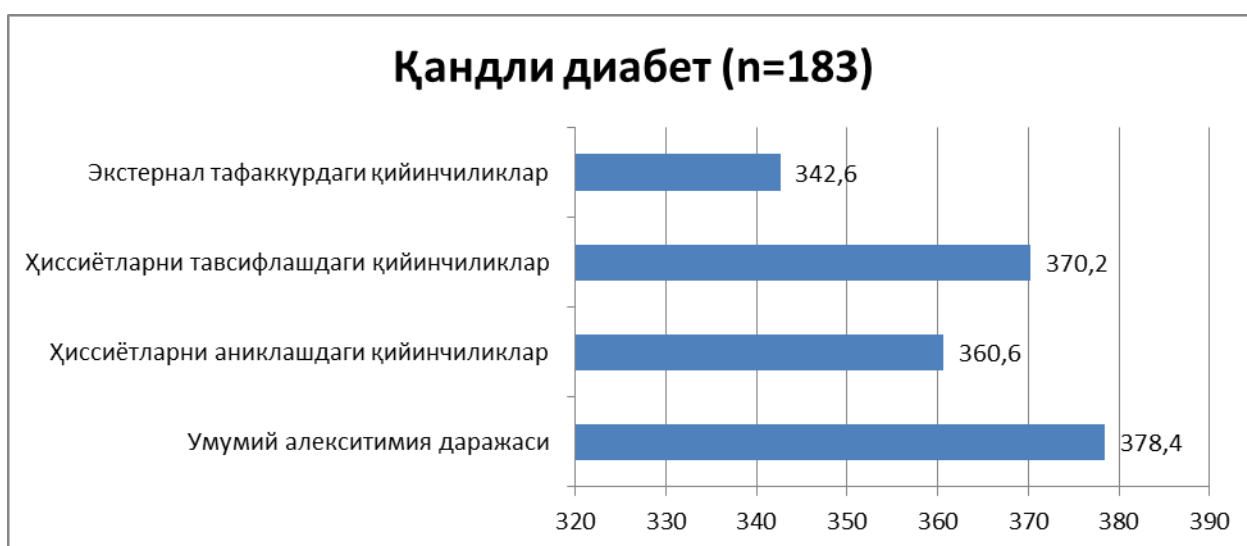
Жадвалда кўришиб турибдики, психосоматик касалликлари билан оғриган беморларда умумий алекситимия шкаласи бўйича ишончли тафовутларни мавжудлиги аниқланди ( $N=54,94$ ;  $p<0,01$ ). Умумий алекситимия даражаси энг юқори натижа ошқозон-ичак касалликлари, энг паст натижада эса назорат гуруҳи.

**Натижалар.** Алекситимия кўрсаткичларини ҳар бир касалликлар билан таҳлил қиламиз.



**Расм 1. Юрак ишемик касалликлари билан касалланган беморларни алекситимия кўрсаткичининг натижалари**

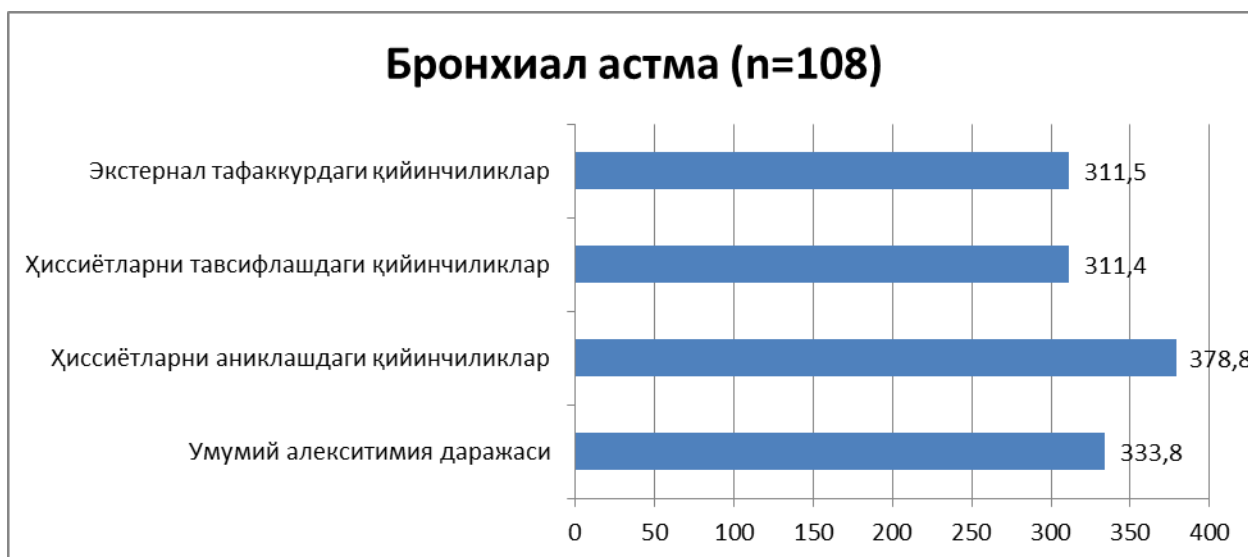
Расмда кўринганидек, юрак ишемик касаллиги билан касалланган беморларимизда экстернал тафаккурдаги қийинчиликлар бошқа кўрсаткичларга нисбатан юқори. Демак, ЮИК касаллиги билан касалланган беморларимиз ўзида ҳис қилаётган ҳиссиётларини таърифлашга қийналадилар.



**Расм 2. Қандли диабет касалликлари билан касалланган беморларни алекситимия кўрсаткичининг натижалари**

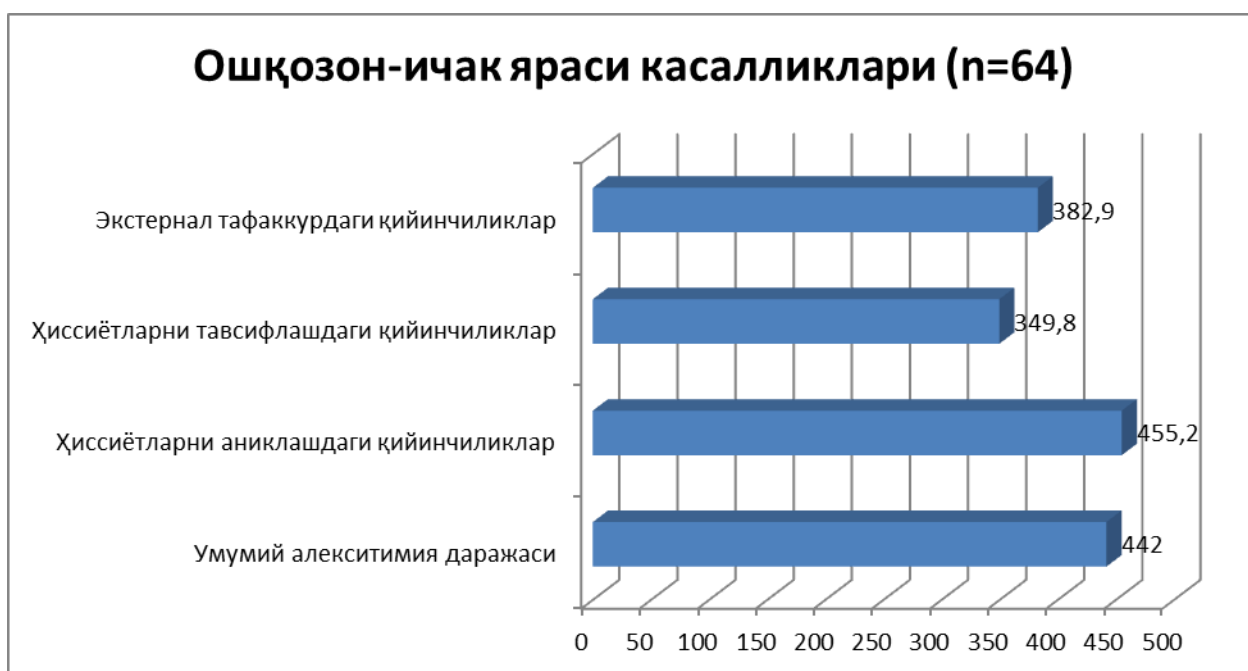
Қандли диабет касаллиги билан касалланган беморларимизда умумий алекситимия кўрсаткичи юқори бўлиб, ҳиссиётларни тавсифлашдаги қийинчиликлар кўрсаткичи анча юқори. Демак, қандли

диабет билан касалланган беморларимиз ўзида ҳис қилаётган ҳиссиётларини таърифлашга қийналадилар.



**Расм 3. Бронхиал астма касалликлари билан касалланган беморларни алекситимия кўрсаткичининг натижалари**

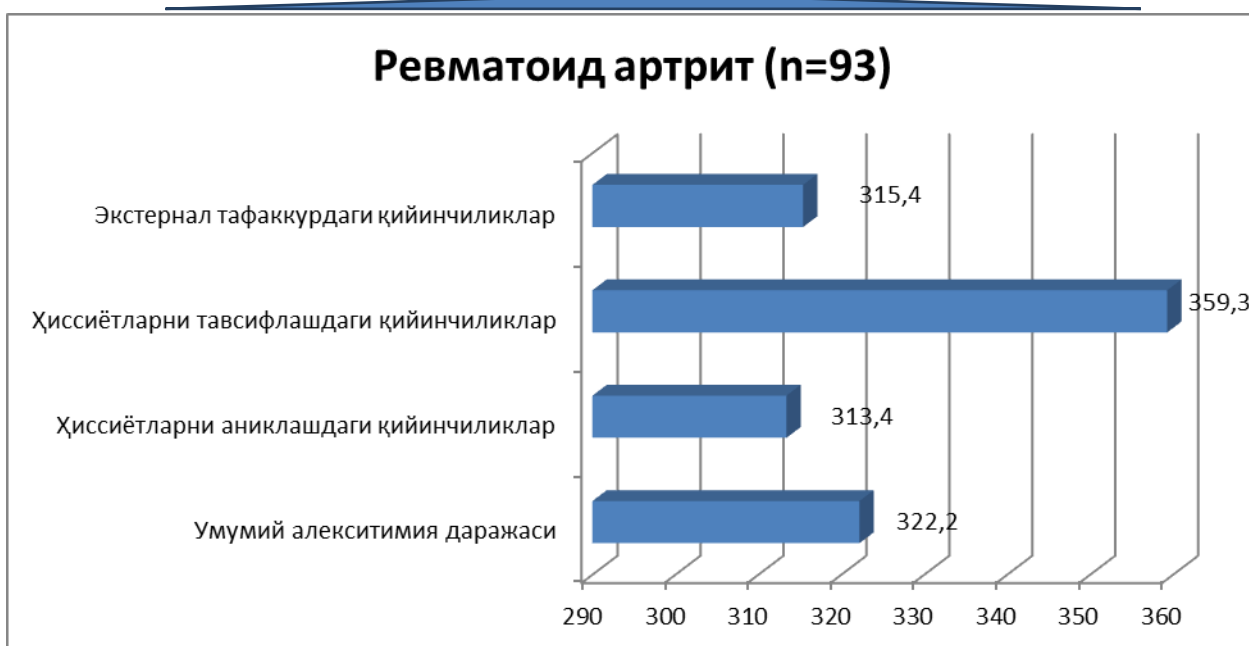
Бронхиал астма билан касалланган беморларимизда ҳиссиётларни аниқлашдаги қийинчиликлар кўрсаткичи юқори. Беморларимиз ўзида бўлаётган ҳиссиётларни аниқлашда қийинчиликка учрайди.



**Расм 4. Ошқозон-ичак яра касалликлари билан касалланган беморларни алекситимия кўрсаткичининг натижалари**

Ошқозон-ичак яра касаллиги билан касалланган беморларимизда ҳиссиётларни аниқлашдаги қийинчиликларнинг кўрсаткичи юқори. Беморларимиз ўзида бўлаётган ҳиссиётларни аниқлашларида қийинчиликка учрайди.

Ревматоидли артрит касаллиги билан касалланган беморларимизда ҳиссиётларни тавсифлашдаги қийинчиликлар кўрсаткичи анча юқори. Демак, ревматоидли артрит билан касалланган беморларимиз ўзида ҳис қилаётган ҳиссиётларини таърифлашга қийналадилар.



**Расм 5. Ревматоидли артрит касалликлари билан касалланган беморларни алекситимия кўрсаткичининг натижалари**

**Хулоса.** Кўпгина беморлар ҳис-туйғуларни аниқлашда қийинчилик, ҳис-туйғуларни бошқаларга тасвирлашда қийинчилик ва ташқи йўналтирилган фикрлашда қийинчилик сезадилар. Кўрсаткич қанчалик юқори бўлса, пастки шкалада алекситимия белгилари шунчалик аниқ бўлади. Психосоматик касалликлари билан оғриган беморларда умумий алекситимия шкаласи бўйича ишончли тафовутларни мавжудлиги аниқланди. Умумий алекситимия даражаси энг юқори натижа ошқозон-ичак касалликлари, қандли диабет касалликларида, энг паст натижада эса назорат гуруҳи эканлиги ўрганилди.

Алекситимиянинг юқори даражаси билан одамлар ўзларининг ҳис-туйғуларини, айниқса, салбий ҳис-туйғуларини тартибга солиш, шунингдек, ўзларининг ҳис-туйғуларини бошқаларга кўрсатишга қийналганликлари маълум бўлди. Улар учун ҳиссий жиҳатдан муҳим воқеаларни муҳокама қилишда заифроқ юз ифодалари, чекланган позицияси билан ажралиб туради. Улар жисмоний аломатларни тасвирлашда қийналадилар ва кўпинча ҳар қандай можаро ёки стрессли ҳодисага ҳиссий реакциялар ўрнига улар тана шикоятларини маълум қиладилар. Тадқиқотлар, шунингдек, юқори даражадаги алекситимиянинг мавжудлиги умумий ижодкорлик даражасининг пасайишини кўрсатади. Тадқиқот натижалари алекситимия даражаси юқори бўлган одамларга фикрлашнинг конкрет, амалий услуби, ташвишланишдан кўра стрессли вазиятларда ҳаракат қилиш тенденцияси, ўзининг ва бошқаларнинг ҳиссий ҳолатларини тушунишда қийинчиликлар бўлиши каби хусусиятлар мавжудлигини кўрсатди.

#### Адабиётлар:

1. Волхов В.С., Виноградов В.Ф. Психосоматические взаимоотношения и их клиническое значение у больных нейроциркуляторной дистонией по кардиальному типу. // Сов. мед. 2009. II. С. 9-14.
2. Ганелина И.Б. Ишемическая болезнь сердца и индивидуальные особенности организма. Л., 2015.
3. Малая Л.Т., Волков В.И. Ишемическая болезнь сердца у молодых. Киев: Здоров'я, 2017.
4. Методика для исследования типов отношения к болезни. Методические рекомендации института им. В.М. Бехтерева. Л., 2020.
5. Чурина С.К. Особенности патогенеза ишемической болезни сердца у женщин молодого и среднего возраста. Л., 2015.
6. Оганов Р.Г., Ольбинская Л.И., Смулевич А.Б. и др. Тревога и расстройства депрессивного спектра в общей медицинской практике. Результаты программы КОМПАС // Кардиология. – 2004. – № 1. – С. 48-54.

7. Смулевич А.Б.. Тревога в общемедицинской практике. М.,2000.– 160 с.
8. Вейн А.М. с соавт. Неврология для врачей общей практики//Эйдос Медиа,2001.–504 с.
9. Морозова О.Г. Коррекция вегетативных и тревожных нарушений в практике врача-интерниста // Новости медицины и фармации, вып. 215. – 2007
10. Смулевич А. Б. Тревога при соматических и психических заболеваниях. М., 2003. 9. Вейн А. М., Вознесенская Т. Г. и др. Депрессия в неврологической практике. М., 1998.
11. Доброхотова Т. А. Нейропсихиатрия. М., 2006.
12. Нуллер Ю. Л. Алекситимия и деперсонализация.
13. Мазо Г.Э., Шманева Т.М. Метаболический синдром у пациентов с тревожным расстройством: актуальное состояние проблемы (обзор литературы)// Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. Бехтерева №4 2009.
14. Успенский Ю.П., Балукова Е.В.. Тревога расстройства у больных с метаболическим синдромом: клиническое значение и пути их коррекции // Журнал «Трудный пациент», Архив, №12-2006.



	<b>способностей в студенческом коллективе</b>	
	<b>Social psychological characteristics of demonstration of leadership ability in the student team</b>	
9	<b>Norqobilova Surayyo Gulom qizi</b>	<b>45</b>
	<b>Giperaktiv o‘smirlarning o‘z-o‘zini anglash va emotsional intellektining ijtimoiy-psixologik jihatlar</b>	
	<b>Социально-психологические аспекты самосознания и эмоционального интеллекта гиперактивных подростков</b>	
	<b>Social-psychological aspects of self-awareness and emotional intelligence of hyperactive adolescents</b>	
10	<b>Nusratova Mexriniso Baxshilloyevna</b>	<b>51</b>
	<b>Shaxsdagi altruistik xulq motivlarining gender farqlari</b>	
	<b>Гендерные различия в мотивах альтруистического поведения личности</b>	
	<b>Gender differences in motives of altruistic behaviour of personality</b>	
11	<b>Hарметова Юлдуз Каримовна</b>	<b>55</b>
	<b>Психосоматик касалликлари билан оғриган беморларда алекситимиянинг намоён бўлиши</b>	
	<b>Проявление алекситимии у больных психосоматическими заболеваниями</b>	
	<b>Manifestation of alexithymia in patients with psychosomatic diseases</b>	
12	<b>Razakov Farxod Kuvandikovich</b>	<b>61</b>
	<b>O‘rta maktablarda o‘qitish sifatini oshirish, talabalar iste’dodini aniqlashda psixodiagnostikaning ahamiyati</b>	
	<b>Значение психодиагностики в повышении качества обучения в средних школах и выявлении одарённости учащихся</b>	
	<b>The importance of psychodiagnostics in improving the quality of secondary school education and identifying gifted students</b>	
13	<b>Salikhov Timur Mansurovich</b>	<b>68</b>
	<b>Boshlang‘ich sinf o‘quvchilari orasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirishning psixologik aspektlari</b>	
	<b>Психологические аспекты формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов</b>	
	<b>Psychological aspects of forming a healthy lifestyle in primary school students</b>	
14	<b>Sattarova Gulnora Ikromovna</b>	<b>73</b>
	<b>Jismoniy rivojlanishda nuqsoni bo‘lgan o‘smirlar hissiy-irodaviy shakllanishining o‘ziga xosligi</b>	
	<b>Специфика эмоционально-волевого формирования подростков с отклонениями в физическом развитии</b>	
	<b>The specifics of the emotional-volitional formation of adolescents with disabilities in physical development</b>	
15	<b>Shamsiddinov Botirjon Nuriddinovich</b>	<b>80</b>
	<b>Yoshlarni individual-tipologik xususiyatlarida himoya mexanizmlari namoyon bo‘lishining ijtimoiy-psixologik jihatlar</b>	
	<b>Социально-психологические аспекты проявления механизмов защиты молодёжи в индивидуально-типологических особенностях</b>	
	<b>Social-psychological aspects of the existence of protective mechanisms in the individual-typological characteristics of youth</b>	
16	<b>Sharipov Alisher Nuriddinovich</b>	<b>85</b>
	<b>O‘smirlarda irodaviy sifatlarni shakllantirishdagi muhim omillar</b>	
	<b>Важные факторы формирования волевых качеств у подростков</b>	
	<b>Important factors in the formation of volitional qualities in adolescents</b>	
17	<b>Safarov Dilmurod Xalimovich</b>	<b>90</b>
	<b>Umumta’lim maktablari direktorlarining nizoli vaziyatlardagi holatini o‘rganish</b>	
	<b>Изучение положения директоров общеобразовательных школ в спорных ситуациях</b>	
	<b>Study of the situation of principals of universal education schools in dispute</b>	