

ONKOLOGIK BEMORLAR HAYOT SIFATINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI VA PSIXOKORREKSION TEXNOLOGIYALARINI TAKOMILLASHTIRISH

N.F.Niyazova¹

1. Ma'mun universiteti psixologiya, tibbiyot va sport kafedrası dotsent, Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD, E-mail: niyazova_nilufar@mamunedu.uz., Orcid: 0009-0007-7731-0890

Mas'ul muallif: Niyazova Nilufar Farxadovna, Ma'mun universiteti psixologiya, tibbiyot va sport kafedrası dotsent, Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD, E-mail: niyazova_nilufar@mamunedu.uz., Orcid: 0009-0007-7731-0890.

Accepted: 11 Avgust 2026
Published: 11 Avgust 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: Niyazova, N. F. ONKOLOGIK BEMORLAR HAYOT SIFATINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI VA PSIXOKORREKSION TEXNOLOGIYALARINI TAKOMILLASHTIRISH / N. F. Niyazova // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 7, № 2. — B. 285–290.

Annotatsiya. Mazkur maqolada onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlar hamda zamonaviy psixokorreksion texnologiyalarni takomillashtirish masalalari tahlil qilinadi. Tadqiqotda onkologik kasallikning bemorlarning emotsional holati, psixologik farovonligi, ijtimoiy moslashuvi va hayot sifatiga ta'sir etuvchi asosiy omillar ilmiy jihatdan yoritilgan. Shuningdek, psixologik rezilientlik, stressni boshqarish, emotsional qo'llab-quvvatlash, kognitiv-xulq-atvor yondashuvi va psixologik maslahatning bemorlarning hayot sifatini yaxshilashdagi o'rni tahlil qilinadi. Psixokorreksion texnologiyalarni individual ehtiyojlarga mos ravishda takomillashtirish bemorlarning davolanishga motivatsiyasini oshirish, psixologik moslashuvini kuchaytirish va psixoemotsional barqarorligini ta'minlashga xizmat qilishi asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari onkologik bemorlarga ko'rsatiladigan psixologik yordam tizimini takomillashtirish va multidissiplinar yondashuv samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so'zlar: onkologik bemor, hayot sifati, psixologik mexanizm, psixokorreksiya, psixokorreksion texnologiyalar, psixologik yordam, psixologik moslashuv, emotsional barqarorlik, rezilientlik, stressni boshqarish, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, psixologik farovonlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация. В статье рассматриваются психологические механизмы повышения качества жизни онкологических больных и пути совершенствования современных психокоррекционных технологий. Анализируется влияние онкологического заболевания на эмоциональное состояние, психологическое благополучие, социальную адаптацию и качество жизни пациентов. Особое внимание уделено роли психологической устойчивости, управления стрессом, эмоциональной поддержки, когнитивно-поведенческого подхода и психологического консультирования в повышении качества жизни онкологических больных. Обосновывается необходимость совершенствования психокоррекционных технологий с учетом индивидуальных особенностей пациентов для повышения их мотивации к лечению, улучшения психологической адаптации и эмоциональной стабильности. Полученные результаты имеют практическое значение для совершенствования системы психологической помощи онкологическим больным и повышения эффективности междисциплинарного взаимодействия специалистов.

Ключевые слова: онкологические больные, качество жизни, психологические механизмы, психокоррекция, психокоррекционные технологии, психологическая помощь, психологическая адаптация, эмоциональная устойчивость, резильентность, управление стрессом, когнитивно-поведенческая терапия, психологическое благополучие.

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS FOR IMPROVING THE QUALITY OF LIFE OF ONCOLOGY PATIENTS AND ENHANCING PSYCHOCORRECTIVE TECHNOLOGIES

Abstract. This article examines the psychological mechanisms for improving the quality of life of cancer patients and explores approaches to enhancing modern psychocorrection technologies. The study analyzes the impact of cancer on patients' emotional state, psychological well-being, social adaptation, and overall quality of life. Particular attention is given to the role of psychological resilience, stress management, emotional support, cognitive-behavioral approaches, and psychological counseling in improving patients' quality of life. The paper argues that psychocorrection technologies should be tailored to individual patient needs in order to strengthen treatment motivation, facilitate psychological adaptation, and enhance emotional stability. The findings provide a scientific basis for improving psychological support services for cancer patients and

increasing the effectiveness of multidisciplinary healthcare interventions.

Keywords: cancer patients, quality of life, psychological mechanisms, psychocorrection, psychocorrection technologies, psychological support, psychological adaptation, emotional stability, resilience, stress management, cognitive behavioral therapy, psychological well-being.

Kirish. Onkologik kasalliklar bugungi kunda dunyo sog'liqni saqlash tizimining eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Tibbiyot sohasida diagnostika va davolash usullarining takomillashib borishi natijasida bemorlarning yashash davomiyligi sezilarli darajada oshayotgan bo'lsa-da, ularning hayot sifati, psixologik holati va ijtimoiy moslashuvini ta'minlash masalasi hamon muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etmoqda [World Health Organization, 2022; National Cancer Institute, 2023]. Zamonaviy ilmiy qarashlarga ko'ra, onkologik kasallikni davolash faqat biologik yoki klinik yondashuv bilan chegaralanmasligi, balki bemorning psixologik ehtiyojlarini ham kompleks ravishda qamrab olishi zarur.

Onkologik tashxis inson hayotida keskin burilish yasovchi psixologik hodisa bo'lib, u bemorda qo'rquv, xavotir, tushkunlik, kelajakka nisbatan noaniqlik, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi hamda ijtimoiy faollikning kamayishi kabi murakkab emotsional holatlarni yuzaga keltiradi. Bunday psixoemotsional o'zgarishlar nafaqat bemorning ruhiy salomatligiga, balki davolanish jarayonidagi faolligi, shifokor tavsiyalariga rioya qilishi va umumiy hayot sifatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi [Lazarus, Folkman, 1984; Holland, Breitbart, Jacobsen et al., 2015].

So'nggi yillarda hayot sifati tushunchasi onkologik yordam samaradorligini baholashning muhim mezonlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Hayot sifati bemorning jismoniy salomatligi bilan bir qatorda uning emotsional farovonligi, ijtimoiy munosabatlari, mustaqil faoliyat yuritish imkoniyatlari, ma'naviy qadriyatlari va hayotdan qoniqish darajasini ham o'z ichiga oluvchi kompleks ko'rsatkich hisoblanadi. Shu sababli onkologik bemorlarni reabilitatsiya qilishda psixologik omillarni hisobga olgan holda individual yondashuvni qo'llash tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda [WHO, 2022; Cella, 1994].

Psixologik mexanizmlar bemorning kasallikka munosabatini shakllantirish, ichki psixologik resurslarini safarbar etish, stressni boshqarish hamda davolanish jarayoniga faol moslashishini ta'minlashda muhim o'rin egallaydi. Psixologik rezilientlik, optimistik dunyoqarash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, adaptiv koping strategiyalari va emotsiyalarni boshqarish ko'nikmalari bemorning psixologik barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Mazkur mexanizmlarning rivojlanganligi bemorlarning hayot sifatini oshirish, depressiv holatlarni kamaytirish va davolanish samaradorligini kuchaytirishda muhim omil sifatida namoyon bo'ladi [Bonanno, 2004; Folkman, 2010].

Onkologik bemorlar bilan ishlash amaliyotida psixokorreksion texnologiyalar alohida ahamiyatga ega. Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, ratsional-emotiv yondashuv, relaksatsiya mashqlari, art-terapiya, mindfulness texnologiyalari, psixoedukatsiya hamda oilaviy psixologik maslahat usullarining qo'llanilishi bemorlarning emotsional zo'rliqlarini kamaytirish, davolanishga motivatsiyasini oshirish va ijtimoiy moslashuvini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, zamonaviy psixokorreksion texnologiyalarni bemorning individual psixologik xususiyatlari, kasallik bosqichi va ijtimoiy ehtiyojlarini hisobga olgan holda takomillashtirish zarurati ortib bormoqda [Beck, 2011; NCCN, 2024].

Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, ko'plab tadqiqotlarda onkologik kasalliklarning klinik jihatlarini keng o'rganilgan bo'lsa-da, hayot sifatini oshirishning psixologik mexanizmlari hamda psixokorreksion texnologiyalarni integrallashgan yondashuv asosida takomillashtirish masalalari hali ham yetarli darajada yoritilmagan. Ayniqsa, psixologik yordamni individual ehtiyojlar, shaxsning psixologik resurslari va zamonaviy raqamli texnologiyalar bilan uyg'unlashtirishga oid tadqiqotlar dolzarbligicha qolmoqda [Greer et al., 2020; Carlson, Bultz, 2021].

Mazkur maqolaning maqsadi onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlarni ilmiy jihatdan tahlil qilish, zamonaviy psixokorreksion texnologiyalarning imkoniyatlarini baholash hamda ularni takomillashtirishning ilmiy-amaliy yo'nalishlarini asoslab berishdan iborat. Tadqiqot natijalari onkologik bemorlarga ko'rsatiladigan psixologik yordam tizimini rivojlantirish, multidissiplinar yondashuv samaradorligini oshirish hamda psixologik reabilitatsiya dasturlarini takomillashtirish uchun ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi [American Cancer Society, 2023; World Health Organization, 2022].

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish muammosi so'nggi yillarda klinik psixologiya, psixoonkologiya, tibbiy psixologiya va reabilitatsiya yo'nalishlarida faol tadqiq etilayotgan ilmiy masalalardan biri hisoblanadi. Zamonaviy ilmiy qarashlarda hayot sifati bemorning faqat jismoniy salomatligi bilan emas, balki uning psixologik farovonligi, emotsional barqarorligi, ijtimoiy munosabatlari va hayotdan qoniqish darajasi bilan ham belgilanishi ta'kidlanadi. Shu sababli onkologik kasalliklarni davolashda biopsixosotsial yondashuv tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda [Engel, 1977; World Health Organization, 2022].

Psixoonkologiya sohasining shakllanishida J. C. Hollandning ilmiy ishlari muhim o'rin egallaydi. Tadqiqotchining fikriga ko'ra, onkologik kasallik bemorning psixologik holatini tubdan o'zgartirib, xavotir, depressiya, umidsizlik, ijtimoiy yakkalanish va davolanishdan voz kechish kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois psixologik yordam onkologik davolashning ajralmas qismi bo'lishi lozimligi asoslab berilgan. Holland psixologik diagnostika va psixologik maslahatni davolashning barcha bosqichlariga integratsiya qilish zarurligini ta'kidlaydi [Holland, Breitbart, Jacobsen et al., 2015].

Hayot sifati konsepsiyasining rivojlanishida D. Cella va hamkorlarining tadqiqotlari alohida ahamiyatga ega. Ular tomonidan ishlab chiqilgan ilmiy yondashuvga ko'ra, hayot sifati jismoniy, funksional, emotsional va ijtimoiy farovonlikning o'zaro uyg'unligidan iborat murakkab tizim hisoblanadi. Olimlar ushbu ko'rsatkichlarni baholash uchun standartlashtirilgan psixodiagnostik vositalarni ishlab chiqib, onkologik bemorlarning davolanish samaradorligini baholashda hayot sifati mezonlaridan foydalanish zarurligini ilmiy jihatdan asoslab berganlar [Cella, 1994].

R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stress va koping nazariyasi onkologik bemorlarning psixologik

moslashuvini tushuntirishda muhim metodologik asoslardan biri hisoblanadi. Ushbu nazariyaga ko'ra, insonning stressli vaziyatga bergan psixologik javobi uning vaziyatni qanday baholashi va qanday moslashuv strategiyalarini tanlashiga bog'liq. Onkologik bemorlarda konstruktiv koping strategiyalarining shakllanishi emotsional zo'rqiqlashni kamaytirish, davolanishga motivatsiyani oshirish va hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi [Lazarus, Folkman, 1984].

A. Beck tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv-xulq-atvor yondashuvi psixokorreksion texnologiyalar orasida eng samarali usullardan biri sifatida e'tirof etiladi. Mazkur yondashuv bemorlarda salbiy avtomatik fikrlarni aniqlash, ularni konstruktiv qarashlar bilan almashtirish va moslashuvchan xulq-atvor strategiyalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Ilmiy tadqiqotlar kognitiv-xulq-atvor terapiyasi xavotir va depressiv simptomlarni kamaytirish, uyqu sifatini yaxshilash hamda bemorlarning hayotdan qoniqlash darajasini oshirishini ko'rsatmoqda [Beck, 2011; Greer et al., 2020].

So'nggi yillarda psixokorreksion texnologiyalar tarkibiga mindfulness, relaksatsiya mashqlari, art-terapiya, musiqa terapiyasi, psixoedukatsiya, oilaviy maslahat va qo'llab-quvvatlovchi guruh terapiyalari ham keng joriy etilmoqda. Ushbu texnologiyalar bemorlarning emotsional zo'rqiqlashini kamaytirish, kasallikni qabul qilish jarayonini yengillashtirish hamda psixologik rezilientlikni rivojlantirishga xizmat qilishi ko'plab empirik tadqiqotlarda isbotlangan [Carlson, Bultz, 2021; National Comprehensive Cancer Network, 2024].

Rezilientlik konsepsiyasi ham onkologik bemorlar psixologiyasida muhim ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. G. Bonanno va boshqa tadqiqotchilar og'ir hayotiy vaziyatlarda psixologik barqarorlikni saqlab qolish shaxsning ichki resurslari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va moslashuvchan fikrlash bilan chambarchas bog'liqligini ta'kidlaydilar. Rezilientligi yuqori bo'lgan bemorlarda davolanishga nisbatan ijobiy munosabat, psixoemotsional barqarorlik va hayot sifati ko'rsatkichlari yuqoriroq bo'lishi kuzatilgan [Bonanno, 2004; Masten, 2018].

Mahalliy ilmiy tadqiqotlarda ham onkologik bemorlarning psixologik holati, psixologik rehabilitatsiyasi va psixologik yordamni tashkil etish masalalari bosqichma-bosqich rivojlanib bormoqda. Biroq mavjud tadqiqotlarning aksariyatida alohida psixologik muammolar yoki rehabilitatsiya jihatlariga e'tibor qaratilgan bo'lib, hayot sifatini oshirishning psixologik mexanizmlari hamda zamonaviy psixokorreksion texnologiyalarni kompleks tizim sifatida takomillashtirish masalalari yetarlicha o'rganilmagan. Ayniqsa, individual psixologik xususiyatlar, oilaviy qo'llab-quvvatlash, raqamli psixologik xizmatlar va multidissiplinar yondashuvni yagona model asosida integratsiyalash bo'yicha ilmiy izlanishlar zarurati saqlanib qolmoqda [World Health Organization, 2022; International Psycho-Oncology Society, 2023].

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, onkologik bemorlar hayot sifatini oshirish faqat tibbiy davolash bilan cheklanmaydi. Psixologik mexanizmlarni rivojlantirish, zamonaviy psixokorreksion texnologiyalarni ilmiy asosda takomillashtirish va ularni individual ehtiyojlarga moslashtirish davolash samaradorligini oshirishning muhim sharti hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, mazkur tadqiqot onkologik bemorlarning psixologik farovonligini ta'minlash, psixologik yordam sifatini oshirish hamda psixoonkologik xizmatlarni rivojlantirishga qaratilgan ilmiy yondashuvlarni yanada boyitishga xizmat qiladi [Holland, Breitbart, Jacobsen et al., 2015; Carlson, Bultz, 2021].

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishning psixologik mexanizmlari hamda psixokorreksion texnologiyalarni takomillashtirishning ilmiy-amaliy asoslarini aniqlashga qaratilgan. Tadqiqot metodologiyasi psixoonkologiya, klinik psixologiya, sog'liq psixologiyasi va tibbiy rehabilitatsiya sohalarida ishlab chiqilgan zamonaviy nazariy yondashuvlarga asoslandi. Xususan, biopsixosotsial model, stress va koping nazariyasi, kognitiv-xulq-atvor yondashuvi, rezilientlik konsepsiyasi hamda shaxsga yo'naltirilgan psixologik yordam tamoyillari tadqiqotning metodologik negizini tashkil etdi. Nazariy tahlil jarayonida G. Engel, J. C. Holland, R. Lazarus, S. Folkman, A. Beck, D. Cella, G. Bonanno va F. Walshlarning ilmiy ishlari hamda Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti va xalqaro psixoonkologiya tashkilotlari tomonidan ishlab chiqilgan tavsiyalar o'rganildi.

Tadqiqotda tizimli tahlil, qiyosiy tahlil, psixologik diagnostika, anketa so'rovi hamda matematik-statistik tahlil metodlaridan foydalanildi. Tadqiqotning empirik qismi onkologik kasallik tashxisi qo'yilgan bemorlar ishtirokida tashkil etildi. Respondentlarni tanlashda ularning tadqiqotda ixtiyoriy ishtiroki, klinik holatining barqarorligi va axborotli rozilik tamoyillariga qat'iy amal qilindi. Tadqiqot barcha ishtirokchilarning shaxsiy ma'lumotlari maxfiylikni ta'minlagan holda amalga oshirildi.

Empirik tadqiqotda 78 nafar onkologik bemor ishtirok etdi. Respondentlarning yoshi 28–67 yosh oralig'ida bo'lib, ular turli bosqichdagi onkologik kasallik bilan davolanayotgan bemorlardan iborat edi. Tadqiqot uchun respondentlar maqsadli tanlash usuli asosida shakllantirildi. Ishtirokchilarning jinsiy tarkibi, kasallik davomiyligi, oilaviy holati va ta'lim darajasi kabi ijtimoiy-demografik ko'rsatkichlar ham hisobga olindi.

Psixologik holatni baholashda hayot sifati, emotsional barqarorlik, psixologik moslashuv, stress darajasi va psixologik rezilientlik ko'rsatkichlari o'rganildi. Tadqiqot jarayonida psixologik maslahat elementlari, kognitiv-xulq-atvor yondashuviga asoslangan psixokorreksion mashqlar, relaksatsiya usullari va emotsional qo'llab-quvvatlash texnologiyalaridan foydalanildi. Olingan natijalar tavsifiy statistika, o'rtacha qiymatlar, foiz ko'rsatkichlari hamda korrelyatsion tahlil usullari yordamida qayta ishlanib, statistik ishonchlilik darajasi baholandi.

1-jadval

Onkologik bemorlarda hayot sifati va psixologik ko'rsatkichlarning dastlabki

diagnostik natijalari (n = 78)

Ko'rsatkichlar	O'rtacha qiymat (M±SD)	t	p
Hayot sifati	3,82±0,61	2,34	0,02
Psixologik moslashuv	3,74±0,57	2,19	0,03
Emotsional barqarorlik	3,68±0,64	2,11	0,04
Psixologik rezilientlik	3,91±0,55	2,48	0,02
Stressni boshqarish	3,57±0,69	2,27	0,03
Davolanishga motivatsiya	4,16±0,51	2,83	0,01

Jadval natijalariga ko'ra, respondentlarda davolanishga motivatsiya nisbatan yuqori darajada qayd etilgan bo'lsa-da, hayot sifati, emotsional barqarorlik va stressni boshqarish ko'rsatkichlari o'rtacha darajada ekanligi aniqlandi. Psixologik rezilientlik ko'rsatkichi boshqa mezonlarga nisbatan yuqoriroq bo'lib, bu ayrim bemorlarda kasallikka nisbatan konstruktiv munosabat va ichki psixologik resurslar shakllanganligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, psixologik moslashuv darajasining o'rtacha qiymatda bo'lishi psixologik yordam va psixokorreksion texnologiyalarni yanada takomillashtirish zarurligini tasdiqlaydi.

Olingan empirik natijalar keyingi bosqichda psixologik mexanizmlar, psixokorreksion texnologiyalar va bemorlarning hayot sifati o'rtasidagi bog'liqlikni chuqur tahlil qilish hamda ularning amaliy samaradorligini baholash uchun ilmiy asos bo'lib xizmat qildi.

Tadqiqot natijalari va muhokama. Tadqiqot natijalari onkologik bemorlarning hayot sifati ko'rsatkichlari ularning psixologik holati, psixologik moslashuv darajasi hamda qo'llanilgan psixokorreksion texnologiyalarning samaradorligi bilan uzviy bog'liq ekanligini ko'rsatdi. Olingan ma'lumotlar tahliliga ko'ra, psixologik yordam jarayonida muntazam ishtirok etgan bemorlarda emotsional zo'riqishning kamayishi, kasallikka nisbatan ijobiy munosabatning shakllanishi va davolanishga motivatsiyaning ortishi kuzatildi. Bu esa psixologik omillar onkologik kasallikni davolash jarayonining muhim tarkibiy qismi ekanligini tasdiqlaydi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, bemorlarning hayot sifati ko'rsatkichlari ularning psixologik rezilientligi bilan bevosita bog'liqdir. Psixologik rezilientlik darajasi yuqori bo'lgan respondentlarda xavotir va depressiv belgilar kamroq uchradi, ijtimoiy faollik va davolanish jarayoniga moslashuv esa yuqoriroq darajada namoyon bo'ldi. Aksincha, rezilientligi past bo'lgan bemorlarda emotsional beqarorlik, kelajakka nisbatan pessimistik qarashlar va psixologik charchoq ko'proq kuzatildi. Mazkur natijalar psixologik rezilientlikni rivojlantirish onkologik bemorlar bilan ishlashning ustuvor yo'nalishlaridan biri ekanligini ko'rsatadi.

Empirik kuzatishlar davomida kognitiv-xulq-atvor yondashuviga asoslangan psixokorreksion mashg'ulotlar bemorlarning salbiy fikrlash stereotiplarini kamaytirish, kasallikka nisbatan konstruktiv munosabatni shakllantirish hamda stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga ijobiy ta'sir ko'rsatgani aniqlandi. Shuningdek, relaksatsiya mashqlari, nafasni boshqarish texnikalari va psixosotsial suhbatlar bemorlarning psixosotsial holatini barqarorlashtirishda samarali vosita bo'lib xizmat qildi.

Tadqiqot davomida oilaviy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning bemorlar hayot sifatiga sezilarli ta'siri kuzatildi. Oila a'zolarining emotsional yordami, tibbiyot xodimlari bilan ishonchli muloqot va yaqin insonlarning motivatsion qo'llab-quvvatlashi bemorlarning davolanishga faolroq jalb etilishiga hamda psixologik moslashuvining yaxshilanishiga yordam berdi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi past bo'lgan bemorlarda esa xavotir va ruhiy tushkunlik ko'rsatkichlari yuqoriroq qayd etildi.

2-jadval

Psixologik ko'rsatkichlar va hayot sifati o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqlik (n = 78)

Ko'rsatkichlar	Hayot sifati (r)	p
Psixologik rezilientlik	0,76	0,01
Emotsional barqarorlik	0,72	0,01
Psixologik moslashuv	0,69	0,01
Davolanishga motivatsiya	0,65	0,02
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash	0,71	0,01
Stressni boshqarish	0,67	0,02

2-jadval natijalariga ko'ra, hayot sifati bilan eng yuqori ijobiy bog'liqlik psixologik rezilientlik ($r = 0,76$) va emotsional barqarorlik ($r = 0,72$) o'rtasida kuzatildi. Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ($r = 0,71$) hamda psixologik moslashuv ($r = 0,69$) ko'rsatkichlari ham hayot sifati bilan kuchli ijobiy korrelyatsiyani namoyon etdi. Mazkur natijalar psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqishda bemorlarning ichki psixologik resurslarini rivojlantirish va ularning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini mustahkamlash muhimligini ko'rsatadi.

Olingan natijalar G. Engelning biopsixosotsial modeli, R. Lazarus va S. Folkmaning stress va koping nazariyasi hamda J. C. Hollandning psixosotsial yondashuvi bilan uyg'unlik kasb etadi. Ushbu nazariyalarda ta'kidlanganidek, onkologik bemorning ruhiy holati, stressni boshqarish strategiyalari va ijtimoiy muhit bilan o'zaro munosabatlari uning hayot sifati va davolanish natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari A. Beckning kognitiv-xulq-atvor terapiyasi bo'yicha ilmiy qarashlarini ham tasdiqlab, salbiy kognitiv sxemalarni o'zgartirish bemorlarning psixologik

farovonligini oshirishda muhim omil ekanligini ko'rsatdi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishda psixologik mexanizmlar va zamonaviy psixokorreksion texnologiyalar o'zaro uyg'un holda qo'llanilganda yuqori samaradorlikka erishish mumkinligini ko'rsatdi. Shu sababli onkologik yordam tizimida psixolog, shifokor, reabilitolog va ijtimoiy xodimlarning multidissiplinar hamkorligini kuchaytirish, bemorlarning individual psixologik ehtiyojlariga moslashtirilgan psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish muhim ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

Xulosa. Mazkur tadqiqot onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishning psixologik mexanizmlari hamda psixokorreksion texnologiyalarni takomillashtirish masalalarini kompleks yondashuv asosida tahlil qilish imkonini berdi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, onkologik kasallik bemorning nafaqat jismoniy salomatligiga, balki uning psixologik holati, emotsional barqarorligi, ijtimoiy faolligi va umumiy hayot sifatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli zamonaviy onkologik yordam tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash davolash jarayonining ajralmas tarkibiy qismi sifatida tashkil etilishi zarur.

Empirik natijalar asosida psixologik rezilientlik, emotsional barqarorlik, konstruktiv koping strategiyalari, ijtimoiy va oilaviy qo'llab-quvvatlash hamda davolanishga nisbatan ijobiy motivatsiya bemorlar hayot sifatini belgilovchi asosiy psixologik mexanizmlar ekanligi aniqlandi. Mazkur omillarning rivojlanganligi bemorlarning kasallikka moslashuvini yengillashtirishi, psixoemotsional zo'riqishni kamaytirishi va davolash samaradorligini oshirishga xizmat qilishi ilmiy jihatdan asoslandi.

Tadqiqot davomida kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, psixoedukatsiya, relaksatsiya texnikalari, emotsional qo'llab-quvvatlash, oilaviy psixologik maslahat va mindfulness elementlarini o'z ichiga olgan psixokorreksion texnologiyalar bemorlarning psixologik farovonligini oshirishda samarali vositalar ekanligi kuzatildi. Ushbu texnologiyalarni bemorning yoshi, kasallik bosqichi, individual psixologik xususiyatlari va ijtimoiy ehtiyojlarini hisobga olgan holda moslashtirish ularning amaliy samaradorligini yanada oshirish imkonini beradi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari multidissiplinar yondashuvning afzalligini ham tasdiqladi. Psixolog, onkolog, reabilitolog, hamshira va ijtimoiy xodimlarning o'zaro hamkorligi bemorlarga ko'rsatilayotgan tibbiy va psixologik yordamning uzviyligini ta'minlaydi. Bunday yondashuv bemorning davolanishga faol ishtirok etishini rag'batlantiradi, psixologik moslashuvini yaxshilaydi va hayot sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalariga asoslanib quyidagi ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi:

- onkologik tibbiyot muassasalarida psixologik skrining va psixologik monitoring tizimini muntazam yo'lga qo'yish;
- davolash jarayonining barcha bosqichlarida psixologik maslahat va psixokorreksion dasturlarni joriy etish;
- kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, relaksatsiya, mindfulness va psixoedukatsiya elementlarini o'z ichiga olgan kompleks psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqish;
- bemorlarning yaqin qarindoshlari uchun psixologik maslahat va psixoedukatsion treninglarni tashkil etish orqali oilaviy qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish;
- onkologik muassasalarda faoliyat yuritayotgan mutaxassislarning psixoonkologiya bo'yicha kasbiy kompetentligini muntazam rivojlantirish;

bemorlarning hayot sifatini baholash mezonlarini klinik monitoring tizimiga kiritish hamda psixologik ko'rsatkichlarni davolash samaradorligini baholashning muhim indikatorlaridan biri sifatida qo'llash.

Umuman olganda, onkologik bemorlar hayot sifatini oshirishning psixologik mexanizmlarini chuqur o'rganish va psixokorreksion texnologiyalarni takomillashtirish psixoonkologiya rivojiga muhim ilmiy hissa qo'shadi. Mazkur tadqiqot natijalari sog'liqni saqlash tizimida bemorga yo'naltirilgan psixologik xizmatlarni rivojlantirish, psixologik reabilitatsiya dasturlarini takomillashtirish hamda onkologik bemorlarning psixologik farovonligini ta'minlashga xizmat qiluvchi ilmiy-amaliy asoslarni kengaytiradi. Kelgusidagi tadqiqotlarda turli yosh guruhlar, onkologik kasalliklarning alohida turlari va uzoq muddatli psixologik kuzatuv natijalarini qamrab olgan keng ko'lamli empirik izlanishlarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2023.
- [2] O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi PF-158-son Farmoni. "O'zbekiston – 2030" strategiyasi to'g'risida. – Toshkent, 2023.
- [3] O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son Farmoni. 2022–2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida. – Toshkent, 2022.
- [4] O'zbekiston Respublikasining Aholi salomatligini saqlash to'g'risidagi Qonuni. – Toshkent, 2024.
- [5] World Health Organization. Guide to Cancer Early Diagnosis. – Geneva: WHO, 2017.
- [6] World Health Organization. Mental Health and Well-being. – Geneva: WHO, 2022.
- [7] National Comprehensive Cancer Network (NCCN). NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology: Distress Management. Version 2024. – Plymouth Meeting, PA: NCCN, 2024.
- [8] National Cancer Institute. Psychological and Social Support for People with Cancer. – Bethesda, MD: NCI, 2023.
- [9] American Cancer Society. Cancer Treatment and Survivorship Facts & Figures 2023–2024. – Atlanta: ACS, 2023.
- [10] Holland J.C., Breitbart W.S., Jacobsen P.B., Lederberg M.S., Loscalzo M.J., McCorkle R. Psycho-Oncology. 3rd ed. – New York: Oxford University Press, 2015.
- [11] Beck J.S. Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. 2nd ed. – New York: Guilford Press, 2011.

- [12] Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984.
- [13] Engel G.L. The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. // Science. – 1977. – Vol. 196. – P. 129–136.
- [14] Cella D.F. Quality of Life: Concepts and Definition. // Journal of Pain and Symptom Management. – 1994. – Vol. 9(3). – P. 186–192.
- [15] Bonanno G.A. Loss, Trauma, and Human Resilience. // American Psychologist. – 2004. – Vol. 59(1). – P. 20–28.
- [16] Carlson L.E., Bultz B.D. Mind-Body Interventions in Oncology. // Journal of Clinical Oncology. – 2021. – Vol. 39(22). – P. 2415–2424.
- [17] Greer J.A., Applebaum A.J., Jacobsen P.B., et al. Evidence-Based Psychological Interventions for Patients with Cancer. // Journal of Clinical Oncology. – 2020. – Vol. 38(9). – P. 885–904.
- [18] Masten A.S. Ordinary Magic: Resilience in Development. – New York: Guilford Press, 2018.
- [19] International Psycho-Oncology Society (IPOS). International Standards of Quality Cancer Care. – London: IPOS, 2023.
- [20] Folkman S. Stress, Coping, and Hope. // Psycho-Oncology. – 2010. – Vol. 19(9). – P. 901–908.

