ONKOLOGIK BEMORLARDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARI, STRESSGA BARDOSHLILIK VA IJTIMOIY QO‘LLAB-QUVVATLASHNING PSIXOEMOTSIONAL FAROVONLIKKA TA’SIRI

N.F.Niyazova[1]

1. Ma’mun universiteti Psixologiya va sport kafedrasi dotsenti v.b., PhD

Mas'ul muallif: Niyazova Nilufar Farxadovna, Ma’mun universiteti Psixologiya va sport kafedrasi dotsenti v.b., PhD.

e-mail: niyazova_nilufar@mamunedu.uz

Received: 06 Noyabr 2026
Accepted: 11 Noyabr 2026
Published: 16 Noyabr 2026

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

Iqtibos uchun: Niyazova, N. F. ONKOLOGIK BEMORLARDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARI, STRESSGA BARDOSHLILIK VA IJTIMOIY QO‘LLAB-QUVVATLASHNING PSIXOEMOTSIONAL FAROVONLIKKA TA’SIRI / N. F. Niyazova // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 11, № 2. — B. 17–21.

Annotatsiya. Mazkur maqolada onkologik bemorlarda psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning psixoemotsional farovonlikka ta’siri ijtimoiy-psixologik va individual-psixologik yondashuvlar asosida tahlil qilingan. Onkologik kasallik tashxisi inson hayotida kuchli ruhiy zo‘riqish, xavotir, qo‘rquv, kelajakka nisbatan noaniqlik va emotsional beqarorlikni yuzaga keltirishi mumkin. Bunday sharoitda shaxsning psixologik himoya mexanizmlari, stressli vaziyatlarga moslashish imkoniyatlari hamda yaqin ijtimoiy muhitdan oladigan yordami muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada psixologik himoyaning inkor etish, ratsionalizatsiya, repressiya va boshqa shakllari, stressga bardoshlilikning tarkibiy xususiyatlari, oilaviy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash omillari o‘zaro bog‘liqlikda yoritilgan. Shuningdek, onkologik bemorlarning psixoemotsional holatini baholashda foydalanish mumkin bo‘lgan psixodiagnostik metodikalar va tadqiqot mezonlari tizimlashtirilgan. Tadqiqotning nazariy xulosalari onkologik bemorlarga ko‘rsatiladigan psixologik yordamni takomillashtirish, individual moslashuv resurslarini faollashtirish va hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan kompleks psixologik yondashuvlarning ahamiyatini asoslaydi.

Kalit so'zlar: onkologik bemorlar, psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, psixoemotsional farovonlik, psixologik moslashuv, xavotir, depressiv holat, emotsional barqarorlik, psixologik resurslar.

ВЛИЯНИЕ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ, СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ

Аннотация. В статье анализируется влияние механизмов психологической защиты, стрессоустойчивости и социальной поддержки на психоэмоциональное благополучие онкологических пациентов с позиций социально-психологического и индивидуально-психологического подходов. Диагностика онкологического заболевания может вызывать сильное психологическое напряжение, тревогу, страх, неопределённость относительно будущего и эмоциональную нестабильность. В таких условиях особое значение приобретают механизмы психологической защиты личности, возможности адаптации к стрессовым ситуациям и поддержка со стороны ближайшего социального окружения. В статье рассматриваются взаимосвязи различных форм психологической защиты, включая отрицание, рационализацию, вытеснение и другие механизмы, компонентов стрессоустойчивости, а также факторов семейной и социальной поддержки. Кроме того, систематизированы психодиагностические методики и исследовательские критерии, которые могут использоваться для оценки психоэмоционального состояния онкологических пациентов. Теоретические выводы исследования обосновывают значимость комплексных психологических подходов, направленных на совершенствование психологической помощи онкологическим пациентам, активизацию индивидуальных ресурсов адаптации и повышение качества их жизни.

Ключевые слова: онкологические пациенты, механизмы психологической защиты, стрессоустойчивость, социальная поддержка, психоэмоциональное благополучие, психологическая адаптация, тревожность, депрессивное состояние, эмоциональная устойчивость, психологические ресурсы.

THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS, STRESS RESILIENCE, AND SOCIAL SUPPORT ON THE PSYCHOEMOTIONAL WELL-BEING OF CANCER PATIENTS

Abstract. This article examines the influence of psychological defense mechanisms, stress resilience, and social support on the psychoemotional well-being of cancer patients from social-psychological and individual-psychological perspectives. A cancer diagnosis may cause considerable psychological distress, anxiety, fear, uncertainty about the future, and emotional instability. Under such circumstances, individuals' psychological defense mechanisms, their ability to adapt to stressful situations, and the support received from their immediate social environment become particularly important. The article explores the interrelationships between different forms of psychological defense, including denial,

rationalization, repression, and other mechanisms, the components of stress resilience, and family and social support factors. Furthermore, psychodiagnostic instruments and research criteria that can be used to assess the psychoemotional condition of cancer patients are systematized. The theoretical findings substantiate the importance of comprehensive psychological approaches aimed at improving psychological care for cancer patients, activating individual adaptive resources, and enhancing their quality of life.

Keywords: cancer patients, psychological defense mechanisms, stress resilience, social support, psychoemotional well-being, psychological adaptation, anxiety, depressive symptoms, emotional stability, psychological resources.

Kirish. Bugungi kunda onkologik kasalliklar nafaqat tibbiy-biologik, balki insonning psixologik, ijtimoiy va emotsional hayotiga ham jiddiy ta’sir ko‘rsatuvchi murakkab muammolardan biri hisoblanadi. Onkologik kasallik tashxisi qo‘yilishi insonning odatiy hayot tarzini o‘zgartirishi, kelajak rejalari va hayotiy qadriyatlarini qayta ko‘rib chiqishiga sabab bo‘lishi mumkin. Ayniqsa, kasallikning davomiyligi, davolanish jarayonining murakkabligi, jismoniy holatdagi o‘zgarishlar va kasallik oqibatlariga nisbatan mavjud noaniqlik bemorlarda turli darajadagi psixoemotsional zo‘riqishlarni yuzaga keltiradi.

Onkologik kasallik bilan yashash jarayonida bemorning psixologik holati uning kundalik faoliyati, oilaviy munosabatlari, ijtimoiy faolligi va hayot sifatiga bevosita daxldor bo‘lgan omillardan biridir. Bunda kasallikning o‘zi bilan bir qatorda, bemorning tashxisni qanday qabul qilishi, yuzaga kelgan vaziyatni qanday baholashi, stressli holatlarga qanday munosabat bildirishi va mavjud psixologik resurslardan qay darajada foydalanishi ham muhim ahamiyatga ega. Shu sababli onkologik bemorlarni psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash masalasi zamonaviy tibbiy psixologiya va psixo-onkologiyaning muhim tadqiqot yo‘nalishlaridan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda.

Mazkur muammoning markazida uchta muhim psixologik omil – psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash turadi. Psixologik himoya mexanizmlari shaxsning kuchli emotsional zo‘riqish sharoitida ruhiy muvozanatini saqlashga xizmat qiluvchi psixologik jarayonlar hisoblanadi. Ular ayrim vaziyatlarda qo‘rquv va xavotirning keskinligini kamaytirishi mumkin. Biroq himoya mexanizmlarining haddan tashqari ustunligi kasallik bilan bog‘liq muammolarni anglash, davolanish jarayonida faol ishtirok etish va mavjud vaziyatga moslashishni qiyinlashtirishi ham mumkin.

Stressga bardoshlilik esa insonning murakkab hayotiy vaziyatlarda emotsional barqarorligini saqlashi, vaziyatni to‘g‘ri baholashi va moslashuvchan xatti-harakatlarni shakllantira olish qobiliyatini ifodalaydi. Onkologik bemorlarda ushbu xususiyat kasallik bilan bog‘liq psixologik bosimni yengish, davolanish jarayonidagi qiyinchiliklarga moslashish va hayotiy faollikni imkon qadar saqlab qolishda muhim psixologik resurs bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash esa bemorning oila a’zolari, qarindoshlari, do‘stlari, tibbiyot xodimlari va boshqa ijtimoiy guruhlardan oladigan emotsional, axborotiy va amaliy yordamini qamrab oladi. Bunday yordam bemorda yolg‘izlik hissining kamayishi, o‘zini xavfsiz his qilish, ijtimoiy aloqalarni saqlash va kasallik bilan bog‘liq qiyinchiliklarni yengib o‘tish imkoniyatlarini kengaytirishi mumkin.

O‘zbekiston Respublikasida ham onkologik kasalliklarning oldini olish, ularni erta aniqlash, davolash sifatini oshirish va bemorlarga ko‘rsatiladigan tibbiy xizmatlarni takomillashtirish davlat siyosatining muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyevning 2026-yil 11-iyundagi onkologik va gematologik yordamni takomillashtirish, palliativ xizmatlar tizimini rivojlantirishga oid taqdimotida bemorlarga ko‘rsatiladigan yordamni xalqaro standartlar asosida rivojlantirish masalalariga alohida e’tibor qaratilgan.

Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2026-yil 24-iyundagi PQ-238-son qarorida onkologik kasalliklarning profilaktikasi, erta aniqlanishi va davolash tizimini takomillashtirish masalalari belgilangan. Mazkur yo‘nalishdagi islohotlar onkologik bemorlarga kompleks yondashuvni rivojlantirish, jumladan, ularning psixologik ehtiyojlarini ham e’tiborga olish zaruratini kuchaytiradi.

Shu nuqtayi nazardan, onkologik bemorlarning psixoemotsional farovonligini ta’minlashda psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning o‘zaro munosabatlarini o‘rganish ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Ushbu maqolaning asosiy maqsadi mazkur uch omilning psixoemotsional farovonlik bilan bog‘liq jihatlarini nazariy jihatdan tahlil qilish hamda ularni o‘rganishning psixodiagnostik va metodologik asoslarini ishlab chiqishdan iborat.

Adabiyotlar tahlili

Onkologik bemorlarning psixologik holatini o‘rganish masalasi jahon psixologiya fanida bir nechta nazariy yo‘nalishlar asosida shakllangan. Xususan, psixoanalitik yondashuv, stress va koping nazariyasi, psixologik rezilyentlik konsepsiyasi hamda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash nazariyalari mazkur muammoning ilmiy asoslarini tashkil etadi.

Psixologik himoya mexanizmlarining nazariy asoslari. Psixologik himoya mexanizmlari tushunchasi dastlab Z. Freydning psixoanalitik qarashlarida shakllangan bo‘lib, keyinchalik A. Freyd tomonidan tizimli ravishda rivojlantirilgan. A. Freydning fikricha, psixologik himoya mexanizmlari shaxsning ichki ziddiyatlar va tashqi tahdidlar ta’sirida yuzaga keladigan xavotirni kamaytirishga qaratilgan ongsiz psixologik jarayonlardir.

Onkologik kasallik sharoitida inkor etish, ratsionalizatsiya, repressiya, proyeksiya va boshqa himoya mexanizmlari turli shakllarda namoyon bo‘lishi mumkin. Masalan, inkor etish mexanizmi orqali bemor kasallik tashxisini qabul qilishda qiyinchilikka duch kelishi, ratsionalizatsiya yordamida esa yuzaga kelgan vaziyatga mantiqiy izoh topishga harakat qilishi mumkin. Bunda himoya mexanizmlarining namoyon bo‘lishi har bir bemorning individual xususiyatlari, hayotiy tajribasi va emotsional holatiga bog‘liq.

R. Plutchik, H. Kellerman va H. R. Conte tomonidan ishlab chiqilgan psixologik himoya mexanizmlarining nazariy

modeli ushbu jarayonlarni tizimli o‘rganish imkonini beradi. Ularning yondashuvi himoya mexanizmlarini shaxsning emotsional muvozanatini saqlashga xizmat qiluvchi muhim psixologik vositalar sifatida izohlashga asoslanadi.

Stressga bardoshlilik va koping strategiyalari. Stressga bardoshlilik masalasi R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stressni kognitiv baholash va yengib o‘tish nazariyasi bilan chambarchas bog‘liq. Ushbu nazariyaga ko‘ra, stressli vaziyatning inson ruhiyatiga ta’siri faqat vaziyatning obyektiv murakkabligi bilan emas, balki shaxsning uni qanday idrok etishi va o‘z imkoniyatlarini qanday baholashi bilan ham belgilanadi.

Mualliflar koping strategiyalarini muammoga yo‘naltirilgan va emotsiyaga yo‘naltirilgan yondashuvlar sifatida izohlaydilar. Muammoga yo‘naltirilgan koping vaziyatni boshqarish, zarur axborotni izlash va muammoni hal etishga qaratilgan bo‘lsa, emotsiyaga yo‘naltirilgan koping xavotir, qo‘rquv va boshqa salbiy kechinmalarni tartibga solishga xizmat qiladi.

Onkologik bemorlarda ushbu strategiyalar turlicha namoyon bo‘lishi mumkin. Masalan, bemorning davolanish jarayoni haqida ma’lumot izlashi, shifokor bilan faol muloqot qilishi va davolanish rejasiga amal qilishi muammoga yo‘naltirilgan kopingga misol bo‘ladi. O‘z his-tuyg‘ularini yaqinlari bilan muhokama qilish, psixologik yordam olish va emotsional zo‘riqishni kamaytirishga qaratilgan mashg‘ulotlarda ishtirok etish esa emotsiyaga yo‘naltirilgan moslashuv shakllariga kiradi.

Carver, Scheier va Weintraub tomonidan ishlab chiqilgan COPE yondashuvi shaxsning stressli vaziyatlarda qo‘llaydigan turli xatti-harakat va kognitiv strategiyalarini o‘rganishda muhim metodologik asos hisoblanadi.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning psixologik ahamiyati. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash shaxsning murakkab hayotiy vaziyatlarda psixologik resurslarini faollashtiruvchi muhim omillardan biridir. S. Cohen va T. Wills tomonidan ishlab chiqilgan stressni buferlash modeli ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning stressli vaziyatlarning salbiy oqibatlarini yumshatishdagi ahamiyatini tushuntiradi.

Mazkur yondashuvga muvofiq, ijtimoiy yordam insonning stressni idrok etishi va unga munosabat bildirish jarayoniga ta’sir ko‘rsatadi. Onkologik bemorlar uchun oilaviy mehr, yaqinlarning tushunishi, tibbiyot xodimlarining e’tibori va ijtimoiy munosabatlarning saqlanishi muhim psixologik tayanch bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

R. Bottaro, G. Craparo va P. Faraci tomonidan 2023-yilda chop etilgan tizimli tahlilda onkologik bemorlarda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va koping strategiyalari o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik o‘rganilgan. Mualliflar tahlilga kiritilgan 52 ta tadqiqot asosida ijtimoiy yordam va stressni yengib o‘tish strategiyalari o‘rtasida ikki tomonlama munosabat mavjudligini ta’kidlaganlar. Bu esa ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni bemor moslashuvining muhim tarkibiy qismi sifatida o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi.

Zamonaviy tadqiqotlarda psixoemotsional farovonlik masalasi. So‘nggi yillardagi ilmiy izlanishlarda onkologik bemorlarning psixologik resurslari, stressga moslashuvi va hayot sifatiga ta’sir qiluvchi omillar kompleks tarzda o‘rganilmoqda. Jumladan, 2025-yilda e’lon qilingan tizimli sharhda 95 ta tadqiqot va 21 683 nafar ishtirokchiga oid ma’lumotlar tahlil qilinib, psixologik resurslar, shaxsiy baholash va moslashuvchan xulq-atvorning ruhiy farovonlik bilan aloqasi yoritilgan.

Shuningdek, 2023-yilda C. A. Paley va hammualliflar tomonidan o‘tkazilgan tizimli sharhda onkologik bemorlardagi psixologik zo‘riqishni kamaytirishga qaratilgan dori vositalaridan tashqari aralashuvlar tahlil qilingan. Tadqiqotga 59 ta ilmiy ish va 17 628 nafar ishtirokchi oid ma’lumotlar kiritilgan. Ushbu izlanish psixologik yordamni onkologik davolash jarayonining qo‘shimcha emas, balki muhim qo‘llab-quvvatlovchi yo‘nalishi sifatida ko‘rib chiqish zarurligini ko‘rsatadi.

Yuqoridagi ilmiy yondashuvlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, onkologik bemorlarning psixoemotsional farovonligini faqat bitta psixologik omil orqali tushuntirish yetarli emas. Psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash o‘zaro aloqador tizim sifatida namoyon bo‘ladi. Shu bois ularni yagona tadqiqot modelida o‘rganish bemorlarning psixologik moslashuv xususiyatlarini chuqurroq anglash imkonini beradi.

Tadqiqot metodologiyasi

Mazkur mavzuni empirik jihatdan o‘rganishda kompleks psixodiagnostik yondashuvdan foydalanish maqsadga muvofiq. Chunki onkologik bemorlarning psixoemotsional holati, psixologik himoya mexanizmlari va stressga bardoshlilik darajasi bir-biri bilan bog‘liq bo‘lgan, biroq mazmunan farqlanuvchi psixologik konstruktlar hisoblanadi.

Tadqiqotning metodologik asosini R. Lazarus va S. Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stressni kognitiv baholash va koping nazariyasi, Z. va A. Freydning psixologik himoya mexanizmlariga oid qarashlari, shuningdek, S. Cohen va T. Willsning ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning stressni yumshatish modeliga oid yondashuvlari tashkil etadi.

Tadqiqotning maqsadi – onkologik bemorlarda psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning psixoemotsional farovonlik bilan o‘zaro bog‘liqligini aniqlash hamda mazkur omillarning psixologik moslashuv jarayonidagi o‘rnini ilmiy jihatdan asoslash.

Tadqiqot obyekti – onkologik kasallik tashxisi qo‘yilgan bemorlarning psixoemotsional holati va psixologik moslashuv jarayoni.

Tadqiqot predmeti – psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va psixoemotsional farovonlik o‘rtasidagi psixologik munosabatlar.

Tadqiqot vazifalari:

Onkologik bemorlarda psixologik himoya mexanizmlarining namoyon bo‘lish xususiyatlarini nazariy jihatdan o‘rganish.

Stressga bardoshlilik va koping strategiyalarining psixologik moslashuvdagi ahamiyatini aniqlash.

Oilaviy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning psixoemotsional farovonlik bilan bog‘liqligini tahlil qilish.

Psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi munosabatlarni aniqlash.

Onkologik bemorlar uchun psixologik yordamni takomillashtirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotda qo‘llash tavsiya etiladigan metodikalar:

R. Plutchik, H. Kellerman va H. R. Conte – Life Style Index (LSI) psixologik himoya mexanizmlarini aniqlash metodikasi.

C. D. Spielberger va Y. L. Hanin – xavotirlanish darajasini aniqlash metodikasi.

C. S. Carver – Brief COPE koping strategiyalarini baholash so‘rovnomasi.

G. D. Zimet va hammualliflar – Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni baholash shkalasi.

A. T. Beck – Beck Depression Inventory (BDI-II) depressiv simptomlarni baholash metodikasi.

EORTC QLQ-C30 – onkologik bemorlarning hayot sifatini baholash so‘rovnomasi.

Ushbu metodikalarni tanlashda ularning tegishli tilga moslashtirilgan va validatsiyadan o‘tgan variantlaridan foydalanish, mualliflik huquqi hamda foydalanish shartlariga rioya qilish talab etiladi.

Tadqiqotning asosiy o‘zgaruvchilari va ularni baholash mezonlari

Quyidagi jadvalda tadqiqotning asosiy yo‘nalishlari, ularning psixologik mazmuni hamda baholash uchun tavsiya etiladigan mezonlar tizimlashtirilgan.

1-jadval.

Onkologik bemorlarda psixoemotsional farovonlikka ta’sir etuvchi psixologik omillar va ularni baholash mezonlari

Asosiy omillar	Psixologik mazmuni	Baholash mezonlari
Psixologik himoya mexanizmlari	Shaxsning ichki xavotir va emotsional zo‘riqishdan himoyalanish usullari	Inkor etish, repressiya, proyeksiya, ratsionalizatsiya, kompensatsiya
Stressga bardoshlilik	Stressli vaziyatlarda ruhiy barqarorlikni saqlash va moslashish qobiliyati	Emotsional barqarorlik, stressni boshqarish, vaziyatni baholash, moslashuvchanlik
Koping strategiyalari	Qiyin hayotiy vaziyatlarni yengib o‘tishga qaratilgan kognitiv va xulqiy harakatlar	Muammoga yo‘naltirilgan, emotsiyaga yo‘naltirilgan va qochish strategiyalari
Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash	Oila, yaqinlar va ijtimoiy muhitdan olinadigan yordam	Emotsional, axborotiy va amaliy yordam
Psixoemotsional farovonlik	Shaxsning emotsional holati va psixologik qoniqish darajasi	Xavotir, depressiv simptomlar, emotsional barqarorlik, hayot sifatining psixologik komponentlari

Manba: muallif tomonidan nazariy yondashuvlar va tanlangan psixodiagnostik konstruktlar asosida ishlab chiqilgan.

Tadqiqotning empirik bosqichida onkologik bemorlarning yoshi, jinsi, ma’lumot darajasi, kasallik bosqichi, tashxis qo‘yilganidan buyon o‘tgan vaqt va davolanish turi kabi ijtimoiy-demografik hamda klinik ko‘rsatkichlarni ham hisobga olish lozim. Ushbu ma’lumotlar psixologik omillar va psixoemotsional farovonlik o‘rtasidagi munosabatlarni to‘g‘ri talqin qilishga yordam beradi.

Statistik tahlil jarayonida Pearson yoki Spearman korrelyatsiya koeffitsiyentlari, guruhlararo farqlarni aniqlash uchun tegishli parametrik yoki noparametrik mezonlar, zarur shartlar bajarilganda esa ko‘p omilli regressiya tahlilidan foydalanish mumkin. Bu usullar psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning psixoemotsional farovonlik bilan bog‘liqligini aniqlash imkonini beradi.

Tadqiqotni tashkil etishda tibbiy muassasaning tegishli ruxsati, ishtirokchilarning ongli roziligi, tibbiy ma’lumotlarning maxfiyligi va bemorlarning psixologik holatiga zarar yetkazmaslik tamoyillariga qat’iy rioya qilish zarur. Ishtirokchilarning ruhiy holati keskin yomonlashgan holatlarda psixologik baholash jarayoni to‘xtatilib, tegishli mutaxassisga murojaat qilish imkoniyati ta’minlanishi kerak.

Xulosa

Onkologik bemorlarning psixoemotsional farovonligini ta’minlash murakkab va ko‘p omilli psixologik jarayon bo‘lib, u shaxsning individual xususiyatlari, psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik darajasi hamda ijtimoiy muhitdan oladigan qo‘llab-quvvatlashi bilan uzviy bog‘liqdir. O‘tkazilgan nazariy tahlil mazkur omillarning har biri bemorning kasallikka munosabati, emotsional holati va psixologik moslashuv jarayonida muayyan vazifani bajarishini ko‘rsatadi.

Birinchidan, psixologik himoya mexanizmlari onkologik kasallik bilan bog‘liq xavotir, qo‘rquv va ruhiy zo‘riqishlarni kamaytirishda muhim psixologik vosita hisoblanadi. Biroq himoya mexanizmlarining haddan tashqari ustunligi bemorning mavjud vaziyatni real baholashiga va psixologik yordamdan samarali foydalanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. Shu sababli bemorlarda moslashuvchan psixologik himoya shakllarini rivojlantirish va noadaptiv reaksiyalarni o‘z vaqtida aniqlash muhimdir.

Ikkinchidan, stressga bardoshlilik onkologik bemorlarning murakkab hayotiy vaziyatlarga moslashishi, emotsional muvozanatini saqlashi va kasallik bilan bog‘liq qiyinchiliklarni yengib o‘tishida muhim ahamiyat kasb etadi. Bunda muammoga yo‘naltirilgan koping, emotsional o‘zini boshqarish, ijobiy qayta baholash va psixologik yordamga murojaat qilish kabi strategiyalarni shakllantirish alohida o‘rin tutadi.

Uchinchidan, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash bemorning psixologik resurslarini faollashtiruvchi muhim tashqi omil hisoblanadi. Oila a’zolarining mehr-muhabbati, yaqinlarning tushunishi, tibbiyot xodimlarining e’tiborli munosabati va ijtimoiy aloqalarning saqlanishi bemorda yolg‘izlik va ijtimoiy ajralish hissining kamayishiga yordam berishi mumkin.

Tadqiqotning nazariy umumlashtirishlari asosida quyidagi amaliy tavsiyalarni ilgari surish mumkin:

Onkologik bemorlarga tibbiy yordam ko‘rsatish jarayonida ularning psixoemotsional holatini muntazam psixologik baholash tizimini takomillashtirish.

Bemorlarning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda stressni boshqarish va moslashuv ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish.

Bemorlarning oilaviy muhitini psixologik qo‘llab-quvvatlash, yaqin qarindoshlar bilan samarali muloqotni shakllantirish va oilaviy psixologik yordam imkoniyatlarini kengaytirish.

Onkologik bemorlar bilan ishlaydigan tibbiyot xodimlarining psixologik muloqot, empatiya va emotsional qo‘llab-quvvatlash kompetensiyalarini rivojlantirish.

Onkologik bemorlar uchun individual va guruhiy psixologik yordam dasturlarini joriy etish, ularda relaksatsiya, emotsional o‘zini boshqarish va moslashuv strategiyalaridan foydalanish.

Umuman olganda, onkologik bemorlarning psixoemotsional farovonligini yaxshilash faqat kasallik bilan bog‘liq salbiy kechinmalarni kamaytirish bilan cheklanmasligi, balki ularning shaxsiy imkoniyatlarini faollashtirish, ijtimoiy munosabatlarini mustahkamlash va hayotga nisbatan ijobiy munosabatini qo‘llab-quvvatlashga ham yo‘naltirilishi lozim. Shu jihatdan psixologik himoya mexanizmlari, stressga bardoshlilik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni o‘zaro bog‘liqlikda o‘rganish zamonaviy psixo-onkologiyaning istiqbolli tadqiqot yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

[1] Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defence. – London: Hogarth Press, 1937.

[2] Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984.

[3] Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 56, No. 2. – P. 267–283. https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267

[4] Cohen S., Wills T. A. Stress, social support, and the buffering hypothesis // Psychological Bulletin. – 1985. – Vol. 98, No. 2. – P. 310–357. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

[5] Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. A structural theory of ego defenses and emotions // Emotions in Personality and Psychopathology. – New York: Plenum Press, 1979.

[6] Zimet G. D., Dahlem N. W., Zimet S. G., Farley G. K. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support // Journal of Personality Assessment. – 1988. – Vol. 52, No. 1. – P. 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

[7] Spielberger C. D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). – Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1983.

[8] Aaronson N. K., Ahmedzai S., Bergman B. et al. The European Organization for Research and Treatment of Cancer QLQ-C30: A quality-of-life instrument for use in international clinical trials in oncology // Journal of the National Cancer Institute. – 1993. – Vol. 85, No. 5. – P. 365–376. https://doi.org/10.1093/jnci/85.5.365

[9] Bottaro R., Craparo G., Faraci P. What is the direction of the association between social support and coping in cancer patients? A systematic review // Journal of Health Psychology. – 2023. – Vol. 28, No. 6. – P. 524–540. https://doi.org/10.1177/13591053221131180