ISNN:2181-1296



SHAROF RASHIDOV NOMIDAGI SAMARQAND DAVLAT UNIVERSITETI

САМАРКАНДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ШАРОФА РАШИДОВА

SAMARKAND STATE UNIVERSITY NAMED AFTER SHAROF RASHIDOV

ILMIY AXBOROTNOMA

НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК
SCIENTIFIC JOURNAL

GUMANITAR FANLAR SERIYASI

№ 2/2 (138)
2023

ISSN 2181-1296

ILMIY AXBOROTNOMA

НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК SCIENTIFIC JOURNAL

2023-yil, 2-son 2-seriya (138) GUMANITAR FANLAR SERIYASI

Tarix, Falsafa, Filologiya, Huquqshunoslik, Pedagogika, O‘qitish metodikasi, Psixologiya, Sotsiologiya, Siyosiy fanlar

Samarqand viloyat matbuot boshqarmasida ro‘yxatdan o‘tish tartibi 09-25.
Jurnal 1999-yildan chop qilina boshlagan va OAK ro‘yxatiga kiritilgan.

BOSH MUHARRIR **R. I. XALMURADOV, t.f.d., professor**
BOSH MUHARRIR O‘RINBOSARLARI: **H.A. XUSHVAQTOV, f-m.f.d., dotsent A. M. NASIMOV, t.f.d., professor**

TAHRIRIYAT KENGASHI:

S. S. G‘ULOMOV	- O‘zFA akademigi
M.Q. MUXIDDINOV	- fil.f.d., professor (SamDU)
SH.A.HASANOV	- fil.f.d., professor (SamDU)
S.A.KARIMOV	- fil.f.d., professor (SamDU)
N. Sh. SHODIEV	- ped.f.d., professor (SamDU)
M.X.LUTFULLAYEV	- ped.f.d., professor (SamDU)
HIROAKI HUZIIE	- Osaka universiteti professori (Yaponiya)
A.B.PARDAYEV	- fil.f.d., professor (SamDU)
SH.Y.ZIYODOV	- fil.f.d., dotsent (Imom Buxoriy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazi)
J.Y.YAXSHILIKOV	- f.f.d., professor (SamDU)
SH.SH.NEGMATOVA	- f.f.d., professor (SamDU)
N.U.ARABOV	- i.f.d., professor (SamDU)
B.E.ERGASHEV	- t. f. d., professor (SamDU)
B.S.G‘OYIBOV	- t.f.d., (SamDU)
D.Q.USMONOVA	- i.f.n., dotsent (SamDU)
F.SH.RASHIDOVA	- t.f.f.d., dotsent (SamDU)
O.S.YUSUPOVA	- f.f.n., dotsent (SamDU)
O.S.QODIROV	- p.f.n., dotsent (SamDU)
S.I.MUXIDDINOV	- t.f.f.d., (SamDU)

Obuna indeksi – yakka tartibdagi obunachilar uchun **- 5583,**
tashkilot, korxonalar uchun **- 5584**

MUNDARIJA / СОДЕРЖАНИЕ / CONTENTS

MUNDARIJA	
Atayeva G.R. *O‘smirlar mehnat faoliyatini oila va maktabda o‘zaro muvofiqlashtirishning psixologik samaradorligi……*	4-8
Yakubova M. *Nemis sayohatchisi xans-xermann fon shvaynitsning esdaliklaridan samarqand tarixiga oid ayrim lavhalar……*	9-14
Marufov E.U. *Talabalarning ingliz tili fonetik kompetensiyasini rivojlantirishdagi qiyinchiliklar……*	15-20
Aliyev O.O. *O‘zbekistonda axborot xavfsizligi siyosatining huquqiy asoslarini shakllanishi va rivojlanishi*	21-29
Mirzayev R.I., Ibodullayev S.R. *Korrupsiya va uning namoyon bo’lish shakllari……*	30-34
Rahimova G., Kiyamova S. *Umumta’lim maktablarida o‘quvchilarga Alisher Navoiy hayoti va ijodiini o‘rgatishda “Muammoli ta’lim” metodidan foydalanishning ahamiyati……*	35-42
Abdullayeva G.R. *Boshlang‘ich sinf tabiatshunoslik darslarini adekvat modellashtirish tizimini takomillashtirish*	43-47
Ochilova G.U. *Some cases of transmission of kinship terms in uzbek and english……*	48-52
Кадымова Д.Р., Рахмонкулова Ш.О. *Особенности реализация мотива сна в русской и зарубежной литературы (На примере произведений эпохи античности и средневековья, А.С. Пушкина «Евгения Онегина», И. А. «Обломова» Гончарова И «Преступления и наказания» Ф. М. Достоевского)……*	53-60
Radjabova D.N. *Rossiya sharqshunosligi ilmiy maktabi va o’rta osiyo tarixi masalalarining o’rganilishi……*	61-65
Мамасолиев И.Ф., Усманова Н.К. *Оригинальность баллад в.а. жуковского в русской словесности……*	66-71
Xayriyev I. *Aql, hissiyot va iroda integratsiyasi……*	72-76
Kenjayeva M.A. *Ona tili fanini o`qitishda tayanch kompetensiyalarni rivojlantirishda ta’lim exnologiyalardan foydalanish……*	77-81
Kuldashev M., Saidov U. *Jamoat xavfsizligini ta’minlashda yo‘l-transport hodisalarini oldini olishning o‘rni……*	82-86
Uzoqov M.F. *Attraktiv munosabatlarning o‘rni va pedagogik taxlili hamda uni hozirgi bosqichda maktabgacha ta’lim tizimida qo‘llash xususiyatlari……*	87-91
Xasanova M.N. *Elektron platforma vositasida muhandislik grafikasi fanini o‘qitishda talabalarning grafik ishlari sifatini rivojlantirishning pedogogik tavsifi……*	92-96
Аллаярова Н.Я. *Роль образовательных компетенций в развитии гендерно-равноправного мышления учащихся……*	97-101

Негматова Н.Н. *Принцип учета особенностей родного языка учащихся при обучении русскому языку в полиэтнической среде, методы и их классификация*……	102-106
Панжиева Н.Н. *Роль и значение развития навыков критического мышления у будущих учителей информатики* ……	107-116
Усманова Н.К., Сайфиддинова М. *«Мир детства» в философско-художественном и идейном воплощении в творчестве А.Платонова*……	117-122
Turniyazova R.B. *Emotional causation*……	123-128
F.F.Xatamov *Huquqning regulyativ funksiyasi va shaxs mas'ulligi*……	129-132
Xashimov Sh.J. *Milliy turizm va o'zbekistonning xalqaro imidji yuksalishining ijtimoiy-falsafiy masalalari*…….	133-137
Xushmurodova Sh.Sh. *Impact of bilingualism on third language acquisition and bilingual teaching*……	138-146
Mustafayeva M.SH. *Aleksitimiya fenomeni va uning namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari*……	147-151
Кадымова Д.Р., Ибрагимова Э.О. *Роль женщины и ее и судьба в произведении Л.Н.Толстого «анна каренина» и «госпожа бовари» .Флобера*……	152-158
Xoliqulov A.Y. *Ilk o'rta asrlar sug'dda bozorlar taraqqiyoti*……	159-163
Azizkulov A., To'g'izov N. *Boburiylar saltanatida ta'lim tizimi*……	164-168
Baysariyeva Ch.U. *Elektron ta'lim resurslari (etr) yordamida talabalar mustaqil ta'limini tashkil etish usullari, shakllari va vositalari*……	169-175
Amonturdiyeva Sh.R. *Diniy matnlarda mustaqil so'z turkumlarining ifodalanishi*……	176-179
Mustafayev Sh.N. *O'zbekiston oliy ta'lim tizimini modernizatsiyalashning artpedagogik asoslari*……	180-184
Rustamova Sh.Sh. *Investigating communicative competence as a vital of pedagogical category*……	185-189
Jumanov Sh. *Ijodiy-madaniy masalalar bo'yicha targ'ibotchi faoliyatining funksional pedagogik tahlili*.....	190-194
Tuxtayeva Sh.M. *Bo'lg'usi boshlang'ich sinf o'qituvchilariga matematika darslarida integratsiyalashgan ta'limni tashkillashtirish haqida*.....	195-200
Mualliflarga	

UDK:154.6 **DOI:** https://doi.org/10.59251/2181-1296.2023.v2.138.2.2212

ALEKSITIMIYA FENOMENI VA UNING NAMOYON BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

M.SH.Mustafayeva
Urganch davlat universiteti

Annotatsiya. Aleksitimiya – psixologik muvozanatning buzilishi yaqqol namoyon bo‘ladigan murakkab fenomendir. Mazkur maqolada aleksitimiya va uning kelib chiqish sabablari, o‘ziga xos psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Ilmiy -nazariy o‘rganilish tarixi xususida ma’lumotlar jamlangan va farazlar keltirilgan.

Kalit so‘zlar: aleksitimiya, ruhiyat, his-tuyg‘u, psixodiagnostika, psixosomatika, ilmiy farazlar, emotsiya, apatiya, havotir hissi.

Психологическая характеристика феномена алекситимия и ее проявления

Аннотация. Алекситимия - сложное явление, при котором проявляется психологическая неуравновешенность. В данной статье анализируется алекситимия и ее причины, специфические психологические особенности. Собраны сведения по истории научно-теоретических исследований и представлены гипотезы.

Ключевые слова: алекситимия, психика, эмоции, психодиагностика, психосоматика, научные гипотезы, апатия, тревога.

Sychological characteristics of the phenomenon of alexithymia and its manifestations

Abstract. Alexithymia is a complex phenomenon in which psychological imbalance manifests itself. This article analyzes alexithymia and its causes, specific psychological characteristics. Information on the history of scientific and theoretical research is collected and hypotheses are presented.

Key words: alexithymia, psyche, emotion, psychodiagnostics, psychosomatics, scientific hypotheses, emotion, apathy, anxiety.

Aleksitimiya yunonchaa - inkor, yo‘qlik, leksis –“so‘z” va thymus-his-tuyg‘u – ya’ni his-tuyg‘ularni so‘z bilan ifodalay olmaslikni bildiradi. O‘z his-tuyg‘ularini tushunishga qiynalish, anglamaslik bilan tavsiflanadi. Bunda inson o‘zgalar bilan muloqotda nafaqat so‘zlar balki imo-ishoralar, yuz ifodasi - umumiy qilib aytganda tana harakati orqali ham o‘z hissiyotlarini yetkazib bera olmaydi.

Ilmiy izlanishlar shuni ko‘rsatadiki, aleksitimiya – murakkab fenomendir. Turli davrlarda turli olimlar tomonidan ko‘p yillar davomida o‘rganilib kelinayotganiga qaramasdan bu psixologik hodisa xususida aniq va yakuniy ilmiy konsepsiya haligacha mavjud emas.

Aleksitimiyani o‘rganishning ikki asosiy yo‘nalishlari (klinik va psixologik) hozirga qadar konsepsiyaning o‘zi, shuningdek uning tabiati, shakllanish va rivojlanish mexanizmlarini talqin qilish haqida umumiy nazariyalarni beradi. Bu mavzuni tadqiq qilgan turli mualliflar tomonidan ilgari surilgan farazlar va nazariyalarga ko‘ra aleksitimiya psixosomatik kasalliklarga sabab bo‘luvchi xavf omillaridan biri hisoblanadi[1].

Tuyg‘ularni og‘zaki tasvirlashda boshdan kechirilgan qiyinchilik tufayli sezgilarning zaifligi, vaqtida namoyon bo‘lmaydigan hissiy rekasiyalar aleksitimiyaning ko‘rinishi bo‘lsa-da, bu umuman befarqlikni anglatmaydi. Aleksitimik deb hisoblangan insonning ruhiy holatida kuchli o‘zgarishlar sodir bo‘ladi, lekin mental faoliyatida emas.

His –tuyg‘ular hamisha ham tushunarli bo‘lmasligi natijasida inson his qilib turgan ichki tuyg‘ularini chiqarish yo‘lini anglamaydi va buning hisobiga hissiy kechinmalar majburan bostiriladi va tanada vegetativ- transformatik reaksiyalar orqali ichki organlarga ta’sir qiladi. Bu esa psixosomatik kasalliklarni keltirib chiqaradi[2].

Zamonaviy psixologik yondashuv bo‘yicha aleksitimiya namoyon bo‘lishining o‘ziga xos psixologik xususiyatlari quyidagilar:

- O‘z his-tuyg‘ulari va atrofdagilar his tuyg‘ularini anglash va uning verbalizatsiyasidagi qiyinchiliklar;
- His-tuyg‘ular va tana hissiyotlarini farqlashda qiyinchilik;

- Ramziy fikrlash qobiliyatining pastligi (hayol surish, orzu qilish);
- Fikrlashning aniq mexanik funksional bo‘lishi, nutq mazmuni faqat mantiq bilan bog‘liq bo‘lishi;
- hissiyotlarni og‘zaki ifodalashning past leksik darajasi;
- shaxslararo munosabatda muloqotni o‘rnata olmaslik;
- atrofidagi tashqi hodisalarga e’tiborni kuchli qaratish natijasida, doimiy havotir hissini sezish[3,4,5,6].

Aleksitimik shaxslarda yuqoridagi belgilarning barchasi yoki ba’zi birlari ham namoyon bo‘lishi mumkin.

Ushbu hodisa bo‘yicha ilmiy yondashuvlar, farazlar, munozaralar asnosida aleksitemiyaning kelib chiqishi bilan bog‘liq ko‘plab hal qilinmagan savollar mavjud: bu birlamchi yoki ikkilamchi holatmi? Genetik jihatdan yoki ijtimoiy jihatdan asoslanganmi? Aleksitimiyaning biz yashab turgan jamiyatdagi ijtimoiy, etnik, madaniy xususiyatlariga bog‘liqligi bormi? Aleksitimiya barqaror holatmi yoki ma'lum bir hayotiy vaziyatda o‘zini namoyon qilishi mumkin bo‘lgan vaqtinchalik hodisami? Va eng muhim savollardan biri aleksitimik xususiyatlar deya e’tirof qilinayotgan ruhiy buzilishlar psixosomatik kasallikmi, yoki psixosamtik kasalliklar asoratimi? [7, 5, 6, 8, 9, 10]

Aleksitimiya fenomenini ilmiy tadqiq qilish natijasida bir nechta ilmiy farazlar ilgari surilgan. Shunday yondashuvlardan biri defitsit modelidir. Bu model qarashlari bo‘yicha aleksitimiyani genetik deb hisoblaydi. Ya’ni shartli (birlamchi aleksitimiya) aleksitimiyaning shakllanishida irsiy omillar yetakchi rol o‘ynaydi: miya rivojlanishidagi buzilishlar yoki o‘ziga xos patalogiylar.[11,12] Defitsit modelida birlamchi aleksitimiyani mualliflar ta’sirlanish va tasavvur qilish, hissiyotlarni ifodalash va tasvirlash uchun zaruriy funksiyalarning yetishmasligi bilan bog‘lashadi.[11,12.13]

Rad etish modeli namoyondalari esa aleksitimiyani orttirilgan degan xulosani beradi. Ya’ni ikkilamchi aleksitimiya psixologik himoyaning inkor turi, xarakterli affektning global tormozlanish holati deya tushuntiriladi[14,15].

Defitsitlik modeli doirasida olib borilgan tadqiqotlar neyrofiziologik gipotezaning paydo bo‘lishiga olib keldi [4-6]. O‘tkazilgan eksperimental tajribalar natijasida ularning buzilgan o‘zaro ta'siri tufayli chap yarim sharning hissiyotlarni tan olmasligi va bu o‘ng miya yarim sharda turli buzilishlarga sabab bo‘lishi aniqlandi.[14]

Neyroanatomik-neyrofiziologik buzilishlar nazariyasi aleksitimiyani chap va o‘ng yarim sharlar o‘rtasidagi o‘zaro ta'sirning buzilishi oqibatida kelib chiqadigan “miyaning bo‘linishi sindromi” deb hisoblaydi. Shu bilan birga, chap yarim shar o‘ngda paydo bo‘lgan hissiy tajribalarni qabul qilmaydi. Bu boradagi ilmiy izlanishlarga ushbu nazariyani tasdiqlovchi eksperimental tadqiqotlarni klinik tahlil qilgan K.D. Hoppe, J.E. Bogen alohida ta’kidlash mumkin. Shuningdek, V.N.Belkina, V.M. Provotorov, A.V.Budnevskiy kabi psixolog olimlar ham o‘z ilmiy ishlarida bu nazariyani keltirib o‘tishgan. Biroq, bu nazariyaning ham gipotezasi aniq yakuniy qabul qilinmagan.

Aleksitimiya - bu aniqlikni talab qiladigan maxsus psixologik holat va u aniq yo‘naltirilgan tashhisni ya’ni psixodiagnostikani talab qiladi. Hozirgi vaqtda Shelling-Sifneos shkalasi, Kristal va hammualiflari so‘rovnomalari xorijiy davlatlarda keng qo‘llanilib kelinmoqda. Ayniqsa G. Teylor va hammualliflari tomonidan yaratilgan Toronto aleksitimik shkalasi – diagnostik tahlilda eng ko‘p ishlatiladigan so‘rovnoma hisoblanadi. Toronto aleksitimik shkalasi V.M. Bexterev nomidagi Psixonevrologik instituti olimlari va Sankt-Peterburg Tibbiyot Akademiyasi ilmiy xodimlarining hamkorligida tarjima qilib moslashtirilgan va validlik bo‘yicha tekshiruvdan o‘tkazilgan.

Mualliflarning fikriga ko‘ra, aleksitimiya konsepsiyasining mohiyatini aks ettiruvchi asosiy yo‘nalishlar aniqlangan va 41 ta bayonot ishlab chiqilgan bo‘lib, ularning yordami bilan subyekt Likert shkalasi yordamida o‘zini tavsiflashi mumkin («butunlay rozi emasman» dan «to‘liq roziman») ”), javoblarda bir tomonlama kelishuvdan qochish uchun elementlarning yarmida ijobiy kod, qolgan yarmida esa salbiy kod berilgan.

Anketa 542 nafar talabaga tarqatildi. So‘rovnoma savollarini (moddalarini) va omillarni tahlil qilishdan so‘ng, yakuniy shkala uchun 26 ta ob'ekt tanlab olindi, ularning shkala bo‘yicha yuqori element-natija va yoki modda-omil korrelyatsiyasi, shuningdek, ijtimoiy maqbullik bilan past

korrelyatsiyasi asosida yakuniy shkala 1 hafta, 5 hafta va 3 oylik muddatlarda yuqori test-qayta sinov ishonchliligiga ega ekanligi isbotlandi. Asosiy omillarni ajratib olish va aylanish bilan shkalaning omilli tahlili aleksitimiya kontseptsiyasining tuzilishiga mos keladigan omil tuzilishiga olib keldi. Keyingi tadqiqotlar TAS omil strukturasi barqaror va mustahkam ekanligini ko‘rsatdi. TASning tizimli asosliligi ushbu shkalaning shaxsiyat va psixopatologik kasalliklarni o‘rganishning bir qator boshqa usullari bilan bog‘liqligini o‘rgangan tadqiqotlarda tasdiqlangan, bu uning konvergent va divergent haqiqiyligini tasdiqlash imkonini berdi. [1,6]

TAS-26 ning qoniqarli psixometrik xususiyatlariga qaramay, uning mualliflari keyinchalik bir qator kamchiliklarni aniqladilar, masalan, tasavvur qilish qobiliyatining pasayishi bo‘yicha moddalar umumiy ball bilan bog‘liq emas va " ijtimoiy talabchanlik ta’siri" validlik bo‘yicha o‘zini oqlamadi. Keyinchalik, mualliflar ushbu elementlarni yo‘q qildilar, bir nechta yangilarini qo‘shdilar va shu bilan yangi shkala - TAS-20 ni yaratdilar.

Rus tilida TAS-26 Bekhterev nomidagi Psixiatriya ilmiy –tadqiqot institutida moslashtirilgan.

Tadqiqot muhitida aleksitimiyaga bo‘lgan qiziqish ortib borayotganligi va TAS-20 dan foydalangan holda ushbu mavzu bo‘yicha xorijiy ishlar soni ortib borayotganligi sababli, Moskva Psixiatriya ilmiy-tadqiqot instituti qandli diabet bilan og‘rigan bemorlar kontingenti bo‘yicha metodologiyani moslashtirdi va qayta standartlashtirdi. Anketa muallifi tomonidan tasdiqlangan rus tilidagi versiyaga qo‘shimcha ravishda, bemorlar Gissen psixosomatik shikoyatlar so‘rovnomasini va Kettellning 16 omilli shaxsiyat so‘rovini to‘ldirishdi. O‘tkazilgan tadqiqot TAS-20-R ning diskriminatsion va konvergent haqiqiyligini ko‘rsatdi.

TAS-20 ning rus tilidagi versiyasini tekshirish natijasida shkala bo‘yicha umumiy ball "tajribaga ochiqlik" shkalasi qiymati, hissiy barqarorlik omili va tajribani bilish darajasi bilan, bevosita stress omili bilan salbiy bog‘liqligi aniqlandi, qoidalardan barqaror xulosalar olish mumkinligi kuzatildi . TAS-20 hukmronlik, pessimizm, ijtimoiy talabchanlik, hushyorlik va perfektsionizm bilan bog‘liq emas edi. [6]

Shunday qilib, TAS-20 klinik ahamiyatga ega, bu aleksitimiya kabi hodisaning og‘irligini miqdoriy ko‘rsatishdan iborat bo‘lib, u o‘z navbatida ma'lum bir simptom kompleksini tashkil etuvchi shaxs xususiyatlaridan allaqachon ma'lum bo‘lgan konstruktsiyalarga asoslanadi. Demakki, bu shkala orqali aleksitimiya tashxisini qo‘yish mumkin.

Bizning tanamiz hatto o‘zimizdan yashirgan hamma narsani aks ettiradi. Ammo ertami-kechmi, to‘plangan muammolar o‘zlarini his qilishadi, ba'zi kasalliklar shaklida namoyon bo‘ladi. "Miya yig‘laydi, ko‘z yoshlar esa yurak, jigar, oshqozonda ..." - deb yozgan mashhur rus olimi, shifokor va psixolog Aleksandr Luriya. Gipertenziya, oshqozon yarasi, ishemik va boshqa ko‘plab narsalar shu tarzda rivojlanadi. Zigmund Freyd shunday deb yozgan edi: "Agar biz biron bir muammoni eshikdan haydab yuborsak, u holda bu alomat sifatida derazadan ko‘tariladi". Psixosomatika repressiya deb nomlangan psixologik himoya mexanizmiga asoslanadi, ya'ni biz muammolar haqida o‘ylamaslikka, muammolarni chetga surib qo‘ymaslikka, ularni tahlil qilmaslikka va ular bilan yuzma-yuz uchrashmaslikka harakat qilamiz. Shu tarzda ko‘chirilgan muammolar paydo bo‘lgan darajadan, ya'ni ijtimoiy (shaxslararo munosabatlar) yoki psixologik (amalga oshirilmagan istak va intilishlar, bostirilgan his-tuyg‘ular, ichki qarama-qarshiliklar) dan jismoniy tana darajasiga ko‘tariladi.

Psixosomatik buzilishlar (yunoncha psixikadan - jon va soma - tana) - paydo bo‘lishi va rivojlanishi eng ko‘p asab-psixik omillar bilan bog‘liq bo‘lgan ichki organlar va tizimlar faoliyatining buzilishi, o‘tkir yoki surunkali psixologik travma tajribasi, shaxsning hissiy reaktsiyasining o‘ziga xos xususiyatlari. Insonning farovonligi, uning ruhiy, birinchi navbatda hissiy holati bilan yaqin aloqasi g‘oyasi zamonaviy tibbiyot va tibbiy psixologiyada eng muhimlaridan biri hisoblanadi. Psixosomatik regulyatsiyadagi o‘zgarishlar psixosomatik kasalliklar yoki psixosomatozning paydo bo‘lishi asosida yotadi.

Aleksitimiya psixosomatik kasalliklar uchun shaxsiy xavf omili hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda "aleksitimiyani davolash", "aleksitimik xususiyatning namoyon bo‘lishi", "aleksitimiya

bilan kasallangan" kabi iboralar tadqiqotchilar, olimlar tomonidan tez-tez qo‘llanilmoqda. Ammo, shunga qaramasdan ta’kidlash joizki, aleksitimiya bu aqliy buzilish emas va kasalliklarning tibbiy tasnifiga kiritilmagan.

A.K. Akimenkoning so‘zlariga ko‘ra, aleksitimiya bilan og‘rigan odamlar uzoqlashish, o‘zini mantiqqa asoslangan holda tuta bilish va qochishdan iborat strategiyalaridan foydalanadilar, bu aleksitimik shaxsning muammoli odam bilan bevosita muloqotdan voz kechishini ya’ni tushunishga qiynalgan insondan, vaziyatlardan qoshishga bo‘lgan intilishini anglatadi.[2]

S.A. Bogomaz va A.L. Filonenko aleksitimik shaxslarda ruhiy havotir hissi mavjudligini va sezgirlik hissi aynan havotir asosida shakllanishini alohida ta’kidlab o‘tganlar.

Aleksitimik insonlar paydo bo‘ladigan hayotiy qiyin vaziyatlarga javob berishda ko‘pincha qo‘rquv va tashvish ifodasi orqali javob berishi kuzatilgan. Bu ushbu emotsional holatlarning fiksatsiyasiga va kelajak haqida salbiy noto‘g‘ri qarashlarga olib kelishi mumkin.[10]

Aleksitimiyaning amaliy ahamiyati, birinchi navbatda, bemorda aleksitimik xususiyatlarning mavjudligi - somatik va fiziologik terapevtik ittifoqni yaratishni sezilarli darajada murakkablashtirishi va salbiy prognostik qiymatning sabablaridan biri ekanligini tan olish bilan belgilanadi. So‘nggi yillarda ushbu masalaga qiziqishning ortib borishi bilan birga, bu fenomenni o‘rganishning obyektiv usullari asoslarining yetarli emasligi, farazlarning ilmiy qonuniyatlar bilan boyitilmagani ham nazariy va amaliy tadqiqotlarning qanchalik dolzarb va kerakli ekanligini ko‘rsatib bermoqda.

Og‘ir aleksitimiya bilan og‘rigan shaxslarning kognitiv sohasi yetarli darajada shakllanmagan tasavvur, mavhum-mantiqiy fikrlashdan ko‘ra vizual-samarali fikrlashning ustunligi, tafakkurda ramziylik va tasniflash funksiyalarining zaifligi bilan tavsiflanadi. Ushbu bemorlarning shaxsiy profili ibtidoiy hayot yo‘nalishi va infantilizm bilan tavsiflanadi. Bu fazilatlarning uyg‘unligi haddan tashqari pragmatizmga (Pragmatizm (qad. yunoncha pragma, genitiv pragmanos - “ish, harakat”) haqiqat va semantik ahamiyat mezoni sifatida amaliyotga asoslangan falsafiy harakatdir.), o‘z hayotiga yaxlit qarashning mumkin emasligiga, unga ijodiy munosabatning yetishmasligiga, shuningdek, shaxslararo munosabatlardagi qiyinchiliklar va ziddiyatlarga olib keladi. Ikkinchidan esa, past hissiy tabaqalanish fonida, bir qator vaziyatlarda ular qisqa muddatli, ammo xatti-harakatlarda juda aniq, affektiv buzilishlarni osonlik bilan boshdan kechirishlari bilan og‘irlashadi, ularning sabablari bemorlar tomonidan anglash qiyin kechadi.

Ayrim tadqiqotchilarning ta’kidlashlaricha, og‘ir aleksitimiya bilan og‘rigan bemorlar o‘zlarining jismoniy his-tuyg‘ularini bajonidil va batafsil tasvirlab berishadi, lekin ular aytayotgan simptomatik ta’riflar ko‘pincha topilgan kasallik bilan bog‘liq bo‘lmaydi. Shu bilan birga, ular o‘zlarining ichki his-tuyg‘ularini, asosan, asabiylashish, zerikish, bo‘shlik, charchash, hayajon, zo‘riqish va hokazolar bilan tavsiflaydilar. Shaxslararo munosabatlarning susayishi bilan deyarli har doim impulsiv xatti-harakatlarga moyillikni kuzatish mumkin. Tasvirlab berishning yetishmasligi bilan bog‘liq bo‘lgan o‘zini o‘zi anglashning cheklangan imkoniyatlari, bunday odamlarning xulq-atvorining maxsus kommunikativ uslubini shakllantiradi, bu esa ular bilan psixoterapevtik ish olib borishda muhim to‘siq bo‘ladi.

Ilmiy izlanishlar tahliliga ko‘ra xulosa qiladigan bo‘lsak, aleksitimiya o‘z hissiy tajribalarini to‘g‘ri tasvirlash va boshqa odamning his-tuyg‘ularini tushunish qiyinligi yoki to‘liq qobiliyatsizligi, his-tuyg‘ular va tana sezgilari o‘rtasidagi farqni aniqlashda qiyinchiliklar, tashqi hodisalarga bog‘liqlik bilan tavsiflangan shaxsning psixologik xususiyati sifatida tushuniladi. Bu esa o‘z navbatida bu hodisani chuqur ilmiy o‘rganishni, tadqiq qilishni talab qiladi.

Bugungi kunda aleksitimiya hodisasini olimlar turlicha o‘rganishmoqda va hodisaning tabiati, rivojlanish mexanizmlari haqida turlicha ilmiy farazlar ilgari surilmoqda. Tushunchalar o‘xshash bo‘lsada, aniq talqin uchun ilmiy asoslangan tadqiqotlar yetarli emas. Ammo shunisi aniqki, bu fenomen –ruhiyatda patalogik hodisa va u o‘z yechimini talab qiladi. Shu bois ham bu hodisani ilmiy o‘rganish, tadqiq qilish, diagnostikasi, korreksiya va terapiyasi uchun ko‘plab nazariy bilimlar ava amaliy ko‘nikmalar jamlanmasini shakllantirish bugungi kun psixologiyasi oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir.

Adabiyotlar

1. Батаршев А. В. Диагностика пограничных психических расстройств личности. М.: ИИП, 2004. - С. 98-99.
2. Акименко А.К. Взаимосвязь алекситимии, копинг-стратегий и стиля саморегуляции личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Психология. Философия. Педагогика. 2016. Т. 16. Вып. 3. С. 311-316. DOI:10.18500/1819-7671-2016-16-3-311-316.
3. Брель Е.Ю. Проблема изучения алекситимии в психологических исследованиях // Вестник КемГУ. - 2012. № 3 (51). - С. 173-176.
4. Былкина Н. Д. Алекситимия (Аналитический обзор зарубежных исследований) / Н. Д. Былкина // Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология. – 1995. – № 1. – С. 43–53.
5. Гаранян Н.Г. Концепция алекситимии / Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова // Социальная и клиническая психиатрия. – 2003. – Т. 13, вып. 1. – С. 128–145.
6. Грекова Т. И. Алекситимия в структуре личности больных ишемической болезнью сердца / Т. И. Грекова, В. М. Провоторов, А. Я. Кравченко, А. В. Будневский // Клиническая медицина. – 1997. – № 11. – С. 32–34.
7. Ересько Д. Б. и др. Алекситимия и методы её определения при пограничных психосоматических расстройствах. СПб.: НИПНИ им. Бехтерева, 2005. С. 3-4.
8. Искусных А.Ю. Алекситимия. Причины и риски возникновения расстройства. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки». https://cyberleninka.ru.
9. Коростелева И. С. Проблема алекситимии в контексте поведенческих концепций психосоматических расстройств / И. С. Коростелева, В. С. Ротенберг // Телесность человека: междисциплинарные исследования / под ред. В. В. Николаевой, П. Д. Тишенко. – М. : Изд. Филос. о-ва, 1991. – С. 136–144.
10. Ковачев О.В. Психодинамический коллапс алекситимии // Прикладная юридическая психология. 2010. № 1. С. 119—124.
11. Урванцев Л. П. Алекситимия как фактор психосоматических заболеваний / Л. П. Урванцев. – Ярославль : Ярослав. гос. ун-т, 2000. – 160 с.
12. De Gucht V. Alexithymia and somatisation: quantitative review of the literature / V. De Gucht, W. Heiser // Journal of psychosomatic research. – 2003. – Vol. 54 (5). – P. 425–434.
13. Lumley M. A. How are alexithymia and physical illness linked? A review and critique of pathways / M. A. Lumley, L. Stettner, F. Wehmer // Journal of psychosomatic research. – 1996. – Vol. 41 (6). – P. 505–518.
14. Taylor G. J. Recent developments in alexithymia theory and research. Canadian journal of psychiatry / G. J. Taylor // Revue canadienne de psychiatrie. – 2000. – Vol. 45 (2). – P. 134–142.
15. Sifneos P. E. The prevalennse of alxihtymiechracterisics in psychosomatic patients / P. E. Sifneos // Psychother. Psychosom. – 1973. – № 22. – P. 255–262.
16. Sifnoes P. E. Psychotherapies for psychosomatic and alexithymic patients / P. E. Sifnoes // Psychother. Psychosom. – 1983. – № 40: 1-4. – P. 66–73.
17. Taylor G. J. Recent developments in alexithymia theory and research. Canadian journal of psychiatry / G. J. Taylor // Revue canadienne de psychiatrie. – 2000. – Vol. 45 (2). – P. 134–142.
18. Nemiah, J. C. Alexithymia: a view of the psychosomatic process / J. C. Nemiah, H. Freyberger, P. E. Sifneos // Modern Trends in Psychosomatic Medicine / ed. by Oscar W. Hill. – London ; Boston: Butterworths, 1976. – Vol. 3. – P. 430–439.
19. Nemiah J. C. Affect and fantasy in patients with psychosomatic disorders / J. C. Nemiah, P. E. Sifneos // Modern Trends in Psychosomatic Medicine / ed. by Oscar W. Hill. – London : Butterworths, 1976. – Vol. 2. – P. 441–457.