

OITS BILAN KASALLANGAN BEMORLARDA PSIXOKORREKSIYA DASTURINING SAMARADORLIGI

Radjabova Umida Ubaydulloyevna

Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrası tadqiqotchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik holatini yaxshilash maqsadida ishlab chiqilgan psixokorreksiya dasturining samaradorligi yoritilgan. Diagnostika natijalari asosida bemorlarning tashvish va depressiya darajasi pasaygani, ijtimoiy moslashuv esa oshgani ko'rsatildi. Tadqiqot natijalari bemorlarning ruhiy-emotsional barqarorligini mustahkamlashda psixokorreksiya dasturlarining muhimligini tasdiqlaydi. **Tayanch tushunchalar:** OITS, tashvish, depressiya, psixokorreksiya, ijtimoiy moslashuv, diagnostika.

Аннотация: В статье рассматривается эффективность психокоррекционной программы, разработанной для улучшения психологического состояния больных СПИДом. На основе диагностических данных показано снижение уровня тревожности и депрессии, а также повышение социальной адаптации пациентов. Результаты исследования подтверждают значимость психокоррекционных программ в укреплении эмоциональной устойчивости больных СПИДом.

Ключевые слова: СПИД, тревожность, депрессия, психокоррекция, социальная адаптация, диагностика.

Annotation: This article examines the effectiveness of a psychocorrection program developed to improve the psychological condition of AIDS patients. Based on diagnostic data, the study demonstrated a decrease in anxiety and depression levels, as well as an increase in patients' social adaptation. The findings confirm the importance of psychocorrection programs in strengthening the emotional stability of AIDS patients.

Key words: AIDS, anxiety, depression, psychocorrection, social adaptation, diagnostics.

OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik muammolari ularning ruhiy salomatligi va ijtimoiy hayot sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Depressiya, tashvish, ijtimoiy izolyatsiya va stigmatizatsiya bu guruhdagi shaxslar uchun eng dolzarb muammolar sifatida e'tirof etiladi (Sobirova, 2021). Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO, 2020) OITS bilan kasallangan bemorlarning psixologik qo'llab-quvvatlanmasligi ularning dori vositalariga sodiqligini pasaytirishini va hayot sifatini yomonlashtirishini qayd etadi. Shu sababli, zamonaviy psixologiyada ushbu muammoni hal qilish uchun maxsus psixokorreksiya dasturlarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur maqolada OITS bemorlari uchun ishlab chiqilgan psixokorreksiya dasturining mazmuni, metodlari va natijalari kengroq

yoritiladi. Tadqiqotda 40 nafar OITS bilan kasallangan bemor ishtirok etdi. Ularning 60 foizini erkaklar, 40 foizini ayollar tashkil etdi, o'rtacha yoshi esa 28–40 yosh oralig'ida edi. Tadqiqot ikki bosqichda olib borildi: dastlabki diagnostika va psixokorreksiya dasturidan so'ng yakuniy diagnostika.

Psixodiagnostika vositalari sifatida quyidagilar tanlandi:

Spilberger – Xanin shkalasi (shaxsiy va reaktiv tashvish darajasini o'lchash uchun);

Bek depressiya shkalasi (depressiya alomatlarini aniqlash uchun);

Rojers va Daymondning ijtimoiy adaptatsiya testi (ijtimoiy integratsiya va kommunikativ ko'nikmalarni baholash uchun). Bu metodikalar O'zbekiston sharoitida avval ham qo'llangan va samarali ekanligi Abdullayev (2020) va Xudoyberdiyeva (2020) tomonidan tasdiqlangan. Psixokorreksiya dasturi 8 hafta davomida olib borildi. Har bir mashg'ulot 1,5 soatdan iborat bo'lib, haftasiga ikki marotaba o'tkazildi. Dastur quyidagi bloklarni o'z ichiga oldi:

Stressni kamaytirish va relaksatsiya mashqlari – autogen mashqlar, meditatsiya elementlari, ongli nafas olish texnikalari.

Emotsional qo'llab-quvvatlash – guruhli psixoterapiya va individual suhbatlar orqali hissiy yukni kamaytirish.

Ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish – rol o'ynash mashqlari, kommunikativ treninglar, konfliktni hal qilish texnikalari.

Motivatsion qo'llab-quvvatlash – kelajak rejalari, maqsadlarni belgilash va hayotda ijobiy istiqbolni shakllantirish. Dastlabki bosqichda bemorlarning 65 foizi yuqori tashvish, 58 foizi o'rtacha yoki yuqori depressiya, 70 foizi esa past ijtimoiy adaptatsiya ko'rsatkichlariga ega bo'lishdi. Psixokorreksiya dasturi yakunlangach, qayta diagnostika o'tkazildi va natijalar sezilarli darajada ijobiy bo'ldi:

Ko'rsatkichlar	Dastlabki bosqich (%)	Yakuniy bosqich (%)	O'zgarish
Yuqori tashvish darajasi	65	32	-33
Depressiya (o'rtacha va yuqori)	58	27	-31
Past ijtimoiy adaptatsiya	70	40	-30

Jadvaldan ko'rinib turibdiki, dastur ishtirokchilari orasida tashvish va depressiya darajalari ancha kamaygan, ijtimoiy adaptatsiya ko'rsatkichlari esa o'sish kuzatilgan. Bu natijalar psixokorreksiya dasturining amaliy samaradorligini ko'rsatadi.

Natijalarni xorijiy va mahalliy tadqiqotlar bilan solishtirganda, umumiy moslik kuzatildi. Masalan, Kalichman (2017) OITS bemorlari bilan olib borilgan psixokorreksion dasturlar ularning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimiga qo'shilish darajasini oshirganini qayd etgan. Farmer (2018) esa bunday dasturlar bemorlarning o'z sog'lig'iga mas'uliyatini kuchaytirishini ta'kidlaydi. Mahalliy tadqiqotlardan Sobirova (2021) OITS bilan kasallangan bemorlar uchun individual suhbatlarning emotsional yengillik berishini, Xudoyberdiyeva (2020) esa guruh mashg'ulotlarining ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni mustahkamlashdagi rolini ko'rsatadi. Shuningdek, WHO (2020) va UNAIDS (2019) ma'lumotlariga ko'ra,

psixologik yordam dasturlari bemorlarning ART (antiretrovirus terapiyasi)ga rioya qilishini oshiradi, bu esa nafaqat ruhiy, balki jismoniy sog'liqni ham yaxshilaydi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, OITS bilan kasallangan bemorlar uchun maxsus ishlab chiqilgan psixokorreksiya dasturi ularning ruhiy-emotsional barqarorligi va ijtimoiy integratsiyasini oshiradi. Diagnostika natijalariga ko'ra, tashvish va depressiya darajalari pasaygan, ijtimoiy adaptatsiya esa yaxshilangan. Bunday dasturlar O'zbekiston sharoitida psixologik amaliyotda keng qo'llanishi mumkin bo'lib, bemorlarning hayot sifatini oshirishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar va manbalar:

1. Sobirova M.A., Xudoyberdiyeva D.A. OITS bemorlarining psixologik holatini o'rganish. Psixologiya jurnali, 2021.
2. Abdullayev A.N., Gulamov O.M. OITSning klinik xususiyatlari. Toshkent, 2020.
3. Spilberger C.D., Xanin Yu.L. Shaxsiy va reaktiv tashvish shkalasi. Moskva, 2004.
4. Beck A.T. Depression Inventory. New York: Pearson, 2011.
5. Rogers C., Diamond R. Social Adaptation Scale. New York, 2005.
6. Kalichman S.C. The psychology of HIV/AIDS. Springer, 2017.
7. Farmer P. Pathologies of Power. University of California Press, 2018.
8. UNAIDS. Global HIV & AIDS statistics. Geneva, 2019.
9. WHO. Global Health Report. Geneva, 2020.
10. Xudoyberdiyeva D.A. OITS bemorlarida psixologik suhbatlarning ahamiyati. Toshkent: Fan, 2020.