

Boʻla va Zamoni

Научно-популярный журнал детской и возрастной консультации

1
2021

Формирование
личности
ребенка в игре

Баҳор –
болалар табассумида

Bola va Zamon

1 / 2021

Таҳрир кенгаши аъзолари

Ш.Ҳ. Шерматов, А.М. Хаджибеков,
А. Тошқулов, А.В. Шин

Таҳрир ҳайъати аъзолари

Шокирова Зухра Илёсовна
(бош муҳаррир),
Яхьяева Муҳаё Шурниязовна
(бош муҳаррир ўринбосари),
Алимова Васида Саттаровна
(тиббийёт фанлари номзоди),
Абдурасулова Кумринисо Раимкуловна
(юридик фанлар доктори),
Ғазиев Эргаш Ғазиевич
(психология фанлари доктори),
Мусурманова Айниса Мусурмановна
(педагогика фанлари доктори),
Исмаилов Баходыр Исламович
(юридик фанлар доктори),
Исмаилов Исомиддин
(юридик фанлар доктори),
Исроилова Нодира Ачилбаевна
(фалсафа фанлари номзоди),
Муминова Лола Рахимовна
(педагогика фанлари доктори),
Сафав Нуриддин Салихович
(психология фанлари доктори),
Хрульнова Гелена Вячеславовна
(психология фанлари номзоди),
Шарипова Дилъра Джуманиязовна
(педагогика фанлари доктори),
Шарипова Мадина Каримовна
(тиббийёт фанлари доктори),
Қодиров Ботир Рахмонқулович
(психология фанлари доктори)

Журналнинг чоп этилиши учун масъул ходимлар:

Виктор Саттаров (масъул котиб),
Елена Калинина, Наргиза Қаҳарова
(мусаҳҳиҳлар), Шерзод Алимов
(фотограф).

Журнал ўзР ВМ хузуридаги Олий аттестация комиссияси
Президиумининг 2006 йил 26 октябридаги 128/4-сонли
қарори билан **юридик фанлар** бўйича, 2007 йил 29 мар-
тидаги 133/4-сонли қарори билан **педагогика ва психоло-
логия фанлари** бўйича илмий даража талабгорлари чоп
этиши лозим бўлган журналлар рўйхатида киритилган.

Табъсчислар: Республика болалар ижтимоий мос-
лашуви маркази, «Sen Yoʻlgiʻz Emassan» республика
болалар жамоатчилиги жамғармаси.

Нашр Ўзбекистон матбуот ва ахборот агентлигида
рўйхатдан ўтган Рўйхатдан ўтганлик тўғрисидаги
пувхона рақами 0168; 2007 йил 11 январ.
ISSN 2181-5496

Таҳририят манзили: 100100, Ўзбекистон Республикаси,
Тошкент шаҳри, Абдулла Қаҳҳор кўчаси, 34-уй.
Телефонлар:
+998-71-281-59-30; 281-50-18; 281-49-54 (факс)
Эл. почта: bola-zamon@uamail.uz
Веб-саҳифа: www.rcsad.uz
Ижтимоий тармоқдаги саҳифа:
www.facebook.com/bolavazamon

Обуна индекси: 1127. Журнал 1 йилда 4 марта чиқади.
Журнал босишга рухсат этилди: 22.04.2021
Чиқарилган санаси: 30.04.2021. Бюджет: №109/С.
Адади: 100 нуска. Баҳоси: «Келишилган нарҳда».
Журнал ECO TEXTILE PRODUCT МЧЖ босмахонасида
чоп этилди. Босмахона манзили: Тошкент ш., ТАҚД,
11 км, 10-уй.

Муаллифнинг фикри ҳар доим ҳам таҳририят фикрига
тўғри келмайдими. Таҳририят мақолаларнинг услубий
хатоларини тўғрилаш ва қисқартириш ҳуқуқини ўзида
сақлаб қолади. Таҳририятга юборилган мақолалар эгаси-
га қайтарилмайдими ва тақриз ёзилмайдими.

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением автора.
Редакция оставляет за собой право на стилистическую
правку и сокращение статей. Присланные в редакцию
рукописи не возвращаются и не рецензируются.

ТАДБИР / МЕРОПРИЯТИЕ

- Жизнь с РАС – не приговор 2
- Баҳор – болалар табассумида 4

БОЛА ВА ҚОНУН / РЕБЕНОК И ЗАКОН

- Международные стандарты и зарубежная практика
обеспечения прав воспитанников
интернатных учреждений 6

ҚОНУН ИЖРОСИ ЙЎЛИДА / ВО ИСПОЛНЕНИЕ ЗАКОНА

- Ота-она қарамоғисиз қолган болалар фаровонлиги –
ижтимоий сиёсатнинг устувор йўналиши сифатида 9
- Кредит-модуль тизими – бўлғуси мутахассислар
тайёрлашда самарали восита сифатида 12

МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ / ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

- Рақобатбардош кадрлар тайёрлаш – бугуннинг мавзуси 15
- Болаларга иқтисодий билим беришнинг
асосий вазифалари 18
- Умумлаштириш – амалий натижа кафолати сифатида 20
- Развитие у дошкольников духовно-эстетического,
ценностно-смыслового восприятия памятников
архитектуры Узбекистана 22
- Мактабгача таълим муассасаларида олиб бориладиган
тиббий-психологик-педагогик фаолият мазмуни 24
- Развитие профессиональной компетенции воспитателя
в обеспечении социально-эмоционального благополучия
ребенка в дошкольных образовательных организациях 26
- Мактабгача ёшдаги болаларда математик
қобилиятларнинг ривожланиши 29

ПСИХОЛОГИЯ ВА ТИББИЁТ / ПСИХОЛОГИЯ И МЕДИЦИНА

- Формирование личности ребенка в игре 32
- Бола нутқини чиройли ривожлантириш –
ноадабий сўзлар таназзулидир 34
- Чапақайлик: физиологик ҳодисами ёки хусусият?! 36
- Ўспирин қизларда ҳуқуқий маданиятни
шакллантиришнинг ижтимоий-психологик жиҳатлари 39
- Алекситимия – психосоматик қасалликлар омили сифатида 42
- Тиббий соҳа ходимлари касбий идентификациясида
бола тарбиясига психологик тавсиф 44
- Особенности восприятия зрительных иллюзий
учениками 1-го, 5-го и 9-го классов
общеобразовательной школы 46
- Болаларда гиперфоолик ва диққат танқислиги синдроми –
мактабда паст ўзлаштириш омили сифатида 50

ПЕДАГОГИКА ВА ТАЪЛИМ / ПЕДАГОГИКА И ОБРАЗОВАНИЕ

- Эҳтиёжга монанд фаолият – самарадорлик асоси 52
- Меҳнат мигрантлари оилаларини ижтимоий
қўллаб-қувватлаш масалалари 54
- Ёшларнинг компьютер ўйинларига тобелигини
психологик жиҳатлари 57
- Оилада фарзанднинг маънавий-ахлоқий тарбия муҳитини
шакллантиришда Шарқ мутафаккирлари ғоялари 60
- Дудуқландувчи болаларнинг ота-оналари билан
ишлашдаги интерфаол усуллар 62
- Как правильно управлять капризами и нарушениями
поведения детей 64
- Кўришида нуқсонли бўлган битирувчи ёшларни
ишга жойлашиши масалалари 66
- Оилавий муносабатлар ва ижтимоийлашув жараёни 68

Алекситимия – психосоматик касалликлар омили сифатида

Таянч сўзлар: алекситимия, психосоматика, рефлексия, ҳиссиёт, эмоция, кўзгатувчанлик, зўриқиш, гипергамхўрлик, аффект, шахслараро муносабат.

Аннотация / Abstract

UZ. Мақолада алекситимия билан касалланган беморларда шахсий ҳис-туйғуларини тушуниш, аниқлаш ва кўрсатишда қийинчиликларга дуч келиб, ҳис-туйғулар ва тана сезгилари орасидаги фарқни аниқлаштиришда қийинчиликлар, ички ҳиссиётларга зиён келтирган ҳолда ташқи воқеа-ҳодисаларга катта эътибор қаратиш, тафаккурнинг механик кўриниши, ҳаёл сура олмаслик каби ўзига хос хусусиятлар ажратиб кўрсатилган.

RU. Статья посвящена пациентам с алекситимией, которые испытывают трудности с пониманием, идентификацией и отображением личных переживаний, подчеркиваются трудности с различением эмоций и телесных ощущений, сосредоточение внимания на внешних событиях в ущерб внутренним эмоциям, механический облик мышления, неспособность вообразить определенные черты.

EN. The paper addresses patients with alexithymia who have trouble knowing, remembering and displaying personal interactions, highlights problems in differentiating between feelings and body sensations, concentrating on external events to the detriment of internal emotions, mechanical thought, inability to picture those characteristics.

Психосоматиканинг ривожланиши ва оқимига сезиларли таъсир кўрсатувчи психологик омиллар орасида бемор шахсининг алекситимия тавсифномаси етарли даражада ўрганилмаган. Ундан ташқари, психосоматика билан касалланган беморлар орасида алекситимия ёрқин намоён бўлиб, алексимитик шахсларнинг суръати ўсаётганлиги аниқланмоқда [1, 4].

Алекситимиянинг асосий белгилари – шахсий ҳис-туйғуларини тушуниш, аниқлаш ва кўрсатишда қийинчиликларга дуч келиб, ҳис-туйғулар ва тана сезгилари орасидаги фарқни аниқлаштиришда қийинчиликлар, ички ҳиссиётларга зиён келтирган ҳолда

ташқи воқеа-ҳодисаларга катта эътибор қаратиш, тафаккурнинг механик кўриниши («pensee operative» ёки «диспетчернинг тафаккури»), ҳаёл сура олмасликда намоён бўлиб, аниқ тушунчалардан фойдаланишга интилади [3]. Аниқланишича, алекситимия аффектив, когнитив ва шахслараро босқичда намоён бўлиб, мулоқотда қийинчиликлар мавжудлигининг кўрсаткичи бўлиб хизмат қилиши мумкин [2]. Ҳис-туйғуларни етарли даражада англамаслик, эмоционал кўзгалишнинг соматик таркибий қисмларда тўпланиши, натижада эса ипохондрик ва психосоматик бузилишларнинг ривожланишига олиб келади [2, 3].

«Алекситимия» атамаси (а – мавжуд эмаслиги; 1exis – сўз; thymos

Юлдуз НАРМЕТОВА

Тошкент тиббиёт академияси
Психология бўйича фалсафа доктори
(PhD)

– ҳиссиёт) П. Сифнеос томонидан киритилган бўлиб, унинг фикрича психосоматик касалликлар билан боғлиқ бўлган етакчи руҳий касалликни белгилаш – шахсининг ўз ҳис-туйғулари ва ҳиссиётларини идрок этиш қобилияти чекланганлиги, етарли даражада оғзаки баён қилиниши ва экспресив узатилишининг етишмаслиги билан тавсифланади. Унинг таснифи бўйича алекситимия билан касалланган беморларга:

- тинимсиз равишда ўзларида аниқланган касалликни жисмоний кечинмаларини тасвирлаш;
- ички ҳиссиётларини эса, одатда, асабийлашиш, зериқиш, бўшлиқ, чарчоқ, кўзгатувчанлик, зўриқиш ва ҳ.к.лар билан таърифлаш хос. Уларнинг аффектлари ноадекват, ҳиссиётларининг вербализациялашуви мураккабдир. «Алекситимиклар»нинг фантазияси (ҳаёли) ривожланмаганлик билан фарқланиб, импульсивлик тенденцияси ва шахслараро муносабатларнинг сустлиги билан фарқланади. Уларда шундай турмуш тарзи устунлик қилади. Улар билан ўтадиган суҳбат маъносизлик ва зериқиш ҳисси билан йўғрилган [2].

Шундай қилиб, алекситимия билан касалланган беморларга хос бир қанча хусусиятлар ажратиб кўрсатилади: беморлар орасида «алекситимиклар» 64% гача бўлган кўрсаткични кўрсатадилар, шунинг учун сабабли оқибатли натижалар ҳақида гапиришга асос йўқ. Алекситимия бу – хавфли омиллардан бири ҳисобланади. Яна бир муҳим ва ечилмаган масала бор, алекситимия барқарор мустаҳкам шахсий тавсифномаси ёки маълум бир вазиятда исталган одамда вужудга келиши мумкин бўлган ҳолат

[1]. Шунга мувофиқ турли беморларда (нафақат психосоматик касалликларда) ҳам иккиламчи алекситимия деб номланади. Ушбу ҳодисанинг табиатини изоҳлашда турли ёндашувлар мавжуд. Психологлар учун қизиқиш уйғотадиган айримларига қисқа тўхталиб ўтамиз.

Бошқа тадқиқотчилар алекситимияни тараққиётнинг дефектини намоён бўлиши сифатида кўриб чиқишади. Унда балки носпецифик бузилиш кўринишида бўлиб, хиссиётлар ва эмоцияларнинг давомийлигида «тимсолдан аввалги психик услуб» сифатида тавсифланади. Бундай психикани невротик олди босқичига тааллуқли дейишимиз мумкин. Шунинг учун «алекситимиклар» психологик ҳимоянинг етук бўлмаган механизмларидан фойдаланадилар: инкор этиш, проектив идентификация. Ривожланишдаги дефектнинг сабаби «бола-она» муносабатларининг эрта босқичларидаги бузилишлари «Мен» образини шаклланишига салбий таъсир кўрсатган бўлиши мумкин. Ундан ташқари, агар онада невротик олди патология бўлса, у гиперғамхўрлик ёки тарбияда болани латент (яширин) рад этиб, болада мустақил ўз-ўзини регуляцияга, ўз-ўзини ҳимоя қилишга, зўриқишни бошқариш стратегияларни ўргатмайди [1].

Мавжуд гипотезага кўра, эмоцияларни англашни чеклаш ва аффектни когнитив ишлаб чиқиш оқибатида эмоционал ҳаяжоннинг соматик компоненти ва унинг кучайишига эътиборни кучайишига олиб келади (Барски ва Клерман, Шварц). Булар алекситимик шахснинг гипохондрикал ва соматик касалликларни ривожланиши

тенденциясини тушунтиради. Стресс вазиятларга физиологик реакциялар кучайиши мумкин, кўп ҳолатларда уларнинг оқибати психосоматик касалликлар вужудга келади.

Алекситимия синдроми ва унинг психосоматик бузилишларнинг шаклланишида ўрнини изоҳлашда иккита модель ажратиб кўрсатилади. «Инкор» этиш модели, аффектларнинг глобал тормозлашувини тақозо этади. Унда алекситимия синдроми ортга қайтариш эҳтимоли

гидир. Алекситимик хусусиятларнинг сабаблари ҳам номаълум: уларни туғма омиллар келтириб чиқарганми (масалан, биокимёвий етишмовчилик) ёки оилавий ва маданий таъсирлар остида ҳаётда ортирилган тараққиётдаги ортида қолишларми? Дастлабки маълумотлар генетик омиллар манфатида гувоҳлик беради. Бироқ, бизнингча, иккита ҳаёт давомида таъсир этувчи омилларни тўлалигича инкор қила олмаймиз. Улардан бири – оиладаги тарбия, унда эмоциялар жилов-

Алекситимияни бошқа психологик реакциялар билан, психик жароҳат, руҳий тушкунлик ҳолати, шизофрения ва шунчаки когнитив ривожланишдан ортида қолиш (ёки маданий омиллар) ҳолатлари билан адаштириш мумкин.

мавжудлигини инкор этмаймиз. Бироқ кўплаб беморларда алекситимия белгиларнинг намоён бўлиши узоқ муддатли интенсив терапия натижасида ҳам ортида қайтмаган. Улар эмоцияларга ва ҳаёлпарастликка намоён этишга қодир эмас. Уларга нисбатан адекват ҳолатда «етишмовчилик модели» тасаввур этилиб, унга мувофиқ, тормозланиш эмас, балки айрим психик функцияларнинг мавжуд эмаслиги, унинг оқибатида инстинктив эҳтиёжларни рамзий маънода пасайиши (қайтмас) ва ҳаёл сура олмасликдир. Сифнеос ҳам шу нуқтаи-назарни қўллаб-қувватлайди [5].

Охиригача ҳал қилинмаган масала – бу алекситимиянинг вазиятга боғлиқ ҳолат ёки мустақам шахсий тавсифнома эканли-

ланади, уларни намоён қилган бола эса жазоланади. Иккинчи омил – стресс ҳолатларда самарали фаолиятга ҳалал бергани учун салбий эмоцияларни бостириш сифатида тавсифланиши мумкин. Ушбу тенденция марказлашиб, охири-оқибат инсон нафақат салбий, балки ҳар қандай эмоционал ҳолатини яшириш ва ичга ютишни одат қилиб олади.

Алекситимияни бошқа (кўп ҳолатларда вақтинчалик) психологик реакциялар билан, психик жароҳат, руҳий тушкунлик ҳолати, шизофрения ва шунчаки когнитив ривожланишдан ортида қолиш (ёки маданий омиллар) ҳолатлари билан адаштириш мумкин. Шунинг учун асл алекситимияни ташҳислаш муаммоси ҳамон долзарблигича қолмоқда.

Адабиётлар:

1. Аверин Г.А. Экспериментальное исследование внутриличностного конфликта у больных бронхиальной астмой // Личность в современных исследованиях. Вып. 2. – Рязань, 1997. 80-82-б.
2. Айвазян Т.А., Зайцев В.П., Таравкова И.А. Психологические предикторы участия больных гипертонической болезнью в немедикаментозной терапии // Кардиология. 1995. Т. 35. № 1. 42-44-б.
3. Былкина Н.Д. Алекситимия (аналитический обзор зарубежных исследований) // Вестник Московского ун-та. Сер. 14. Психология. 1995. № 1. 43-53-б.
4. Былкина Н.Д. Развитие зарубежных психосоматических теорий (аналитический обзор) // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 2. 149-160-б.
5. Урванцев Л.П. Психологические аспекты работы с больными: внутренняя картина болезни // Новости медицины и фармации. Ярославль. 1994. № 2. 40-41-б.