OILA MUHITINING QANDLI DIABETLI BEMORLARNING EMOTSIONAL HOLATIGA PSIXOLOGIK TA’SIRI

Sadikova Umida Botirovna,
Ma’mun universiteti Psixologiya va sport kafedrasi,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)
usadikova74@gmail.com

Ushbu maqolada diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatiga oilaviy muhitning psixologik ta’siri o‘rganiladi. Diabet kabi surunkali kasallik bilan yashash nafaqat tibbiy davolanishni, balki kuchli hissiy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni ham talab qiladi. Oila bemorlarning hissiy barqarorligini, davolanishga rioya qilish uchun motivatsiyani va umumiy psixologik farovonlikni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Qo‘llab-quvvatlovchi, tushunarli va hissiy jihatdan iliq oilaviy munosabatlar xavotirni kamaytirishga, depressiya darajasini pasaytirishga va kasallikni boshqarishda o‘zini yaxshiroq nazorat qilishga yordam beradi. Aksincha, mojaroli, befarq yoki haddan tashqari nazorat qilinadigan oilaviy muhit hissiy stressni, ojizlik hissini va davolanishga rioya qilmaslikni kuchaytirishi mumkin. Tadqiqotda oilaviy psixologik qo‘llab-quvvatlash diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy salomatligi va hayot sifatini yaxshilashda muhim omil ekanligi ta’kidlangan. Shuning uchun, diabetni davolashga oilaviy yo‘naltirilgan psixologik aralashuvlarni integratsiya qilish ham hissiy moslashuvni, ham davolash natijalarini yaxshilashi mumkin.

Kalit so‘zlar: *diabet, oilaviy muhit, hissiy holat, psixologik qo‘llab-quvvatlash, hissiy farovonlik, xavotir, depressiya, oilaviy munosabatlar, surunkali kasalliklarga moslashish.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОЙ СРЕДЫ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПАЦИЕНТОВ С ДИАБЕТОМ

В данной статье рассматривается психологическое влияние семейной среды на эмоциональное состояние пациентов с диабетом. Жизнь с хроническим заболеванием, таким как диабет, требует не только медицинского лечения, но и сильной эмоциональной и социальной поддержки. Семья играет важную роль в формировании эмоциональной стабильности пациентов, мотивации к соблюдению режима лечения и общего психологического благополучия. Поддерживающие, понимающие и эмоционально тёплые семейные отношения помогают снизить тревожность, уменьшить депрессию и улучшить самоконтроль в управлении заболеванием. И наоборот, конфликтная, безразличная или чрезмерно контролирующая семейная среда может усиливать эмоциональный стресс, чувство беспомощности и несоблюдение режима лечения. Исследование подчёркивает, что психологическая поддержка со стороны семьи является важным фактором улучшения эмоционального здоровья и качества жизни пациентов с диабетом. Следовательно, интеграция ориентированных на семью психологических вмешательств в лечение диабета может улучшить как эмоциональную адаптацию, так и результаты лечения.

Ключевые слова: *диабет, семейная среда, эмоциональное состояние, психологическая поддержка, эмоциональное благополучие, тревога, депрессия, семейные отношения, адаптация к хроническому заболеванию.*

PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF THE FAMILY ENVIRONMENT ON THE EMOTIONAL STATE OF PATIENTS WITH DIABETES

This article examines the psychological impact of the family environment on the emotional state of patients with diabetes. Living with a chronic disease such as diabetes requires not only medical treatment, but also strong emotional and social support. The family plays an important role in shaping the emotional stability of patients, motivation to adhere to treatment, and overall psychological well-being. Supportive, understanding, and emotionally warm family relationships help reduce anxiety, reduce depression, and improve self-control in managing the disease. Conversely, a conflictive, indifferent, or overly controlling family environment can increase emotional stress, feelings of helplessness, and noncompliance with treatment. The study highlights that family psychological support is an important factor in improving the emotional health and quality of life of patients with diabetes. Therefore, integrating family-focused

psychological interventions into diabetes care may improve both emotional adjustment and treatment outcomes.

Keywords: *diabetes, family environment, emotional state, psychological support, emotional well-being, anxiety, depression, family relationships, adjustment to chronic illness.*

Kirish. Diabet butun dunyoda eng keng tarqalgan surunkali kasalliklardan biri bo‘lib, bemorlar uchun nafaqat tibbiy, balki jiddiy psixologik qiyinchilik hamdir. Qon glyukoza darajasini doimiy ravishda kuzatib borish, qat’iy parhez nazorati, muntazam dori-darmonlarni qabul qilish va turmush tarzini o‘zgartirish shaxslarga og‘ir hissiy yuk yuklaydi. Natijada, diabet bilan og‘rigan bemorlar ko‘pincha xavotir, hissiy beqarorlik, stress va depressiv alomatlarni boshdan kechiradilar, bu ularning hayot sifatiga va davolanishga rioya qilishlariga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, oilaviy muhit bemorlarning hissiy holatiga ta’sir qiluvchi muhim psixososyal omilga aylanadi. Oila hissiy qo‘llab-quvvatlash, tushunish, motivatsiya va psixologik xavfsizlikning asosiy manbai bo‘lib xizmat qiladi. Hamdardlik, dalda va hamkorlik bilan tavsiflangan ijobiy oilaviy muhit bemorlarga kasalliklarini boshqarishda hissiy barqarorlik va ishonchni rivojlantirishga yordam beradi. Aksincha, nizolar, qo‘llab-quvvatlashning yo‘qligi, tushunmovchilik yoki haddan tashqari bosim kabi salbiy oilaviy munosabatlar hissiy stressni kuchaytirishi va kasalliklarni samarali boshqarishga xalaqit berishi mumkin.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlar diabet kabi surunkali kasalliklarga biopsixososyal yondashuvning ahamiyatini tobora ko‘proq ta’kidlamoqda. Ushbu yondashuv sog‘liqni saqlash natijalarini aniqlashda hissiy va ijtimoiy omillar biologik jihatlar kabi muhimligini tan oladi. Oilaviy muhitning diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatiga psixologik ta’sirini o‘rganish shaxslararo munosabatlar kasallikka hissiy moslashishni qanday shakllantirishini chuqurroq tushunishga imkon beradi. Shuning uchun, ushbu tadqiqot diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatini tartibga solishda oilaviy muhitning psixologik rolini tahlil qilishga va ularning hissiy farovonligi va umumiy hayot sifatini yaxshilashda oilaviy psixologik yordamning ahamiyatini ta’kidlashga qaratilgan.

Tadqiqot obyekti va qo‘llaniladigan metodlar. Ushbu tadqiqotning obyekti diabet tashxisi qo‘yilgan bemorlarning hissiy holati va oilaviy muhitning ularning hissiy farovonligiga psixologik ta’siridir. Tadqiqot oilaviy munosabatlarning turli xususiyatlari, masalan, hissiy qo‘llab-quvvatlash, muloqot uslubi, tushunish, hamkorlik va nizolar darajasi bemorlarning hissiy barqarorligi, xavotiri va kasalliklariga umumiy psixologik moslashuviga qanday ta’sir qilishini aniqlashga qaratilgan. Bemorlarning davolanishga rioya qilish motivatsiyasini va surunkali kasallik bilan yashash bilan bog‘liq kundalik psixologik qiyinchiliklarni yengish qobiliyatini shakllantirishda oila a’zolarining roliga alohida e’tibor qaratiladi.

Tadqiqot ishtirokchilari orasida turli yoshdagi va kasallik davomiyligidagi, oilaviy muhitda yashovchi diabet bilan og‘rigan bemorlar bor. Bu tadqiqotga real hayotdagi ijtimoiy va shaxslararo kontekstlarda hissiy reaksiyalarni tahlil qilish va hissiy tartibga solishda oilaviy o‘zaro ta’sir modellarining ahamiyatini ochib berish imkonini beradi. Oila nafaqat ijtimoiy birlik, balki bemorning hissiy muvozanati va xavfsizlik tuyg‘usiga bevosita ta’sir qiluvchi psixologik makon sifatida ham qaraladi.

Tadqiqot maqsadlariga erishish uchun psixologik tadqiqot usullari to‘plami qo‘llanildi. Asosiy usul bemorlarning hissiy holatini va ularning oilaviy muhitni idrok etishini baholash uchun mo‘ljallangan tuzilgan anketalarga asoslangan psixologik so‘rovnoma edi. Ushbu anketalarda hissiy barqarorlik, xavotir darajasi, depressiv alomatlarning mavjudligi va oilaviy munosabatlardan sub’ektiv qoniqish kabi ko‘rsatkichlar baholandi. Bundan tashqari, bemorlarning oila a’zolari bilan o‘zaro munosabatlaridagi hissiy reaksiyalari va xulq-atvor naqshlarini tahlil qilish uchun kuzatuv usullari qo‘llanildi. Ushbu yondashuv hissiy qaramlik, chekinish yoki oilaviy munosabatlarga nisbatan sezgirlikning oshishi kabi nozik psixologik ko‘rinishlarni aniqlash imkonini berdi.

Suhbat usuli ham yarim tuzilgan shaklda qo‘llanildi, bu bemorlarga o‘z his-tuyg‘ularini, tajribalarini va oilaviy yordamga bo‘lgan shaxsiy munosabatlarini erkin ifoda etish imkonini berdi. Ushbu sifatli usul tadqiqotni chuqur psixologik tushunchalar bilan boyitdi va bemorlarning oilaviy munosabatlarga bo‘lgan hissiy ma’nosini yaxshiroq tushunishga yordam berdi.

Ma’lumotlarni qayta ishlash uchun oilaviy muhit sifati va bemorlarning hissiy holati o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun qiyosiy va analitik usullar qo‘llanildi. Turli usullardan olingan natijalar integratsiyalashgan tarzda talqin qilindi, bu esa topilmalarning ishonchliligi va psixologik asosliligini ta’minladi. Ushbu metodologik yondashuv diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatiga oilaviy muhitning psixologik ta’sirini har tomonlama baholash imkonini berdi.

Adabiyotlar tahlili. Jahon ilmiy adabiyotlarida surunkali kasalliklarga chalingan bemorlarning, xususan, diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holati biopsixososyal model doirasida keng ko‘rib

chiqiladi. Engel G.L.[1] sog‘liq va kasallik biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir natijasi ekanligini ta’kidladi. Ushbu konsepsiya surunkali kasalliklarga chalingan bemorlarning psixologik moslashuvida oila va ijtimoiy muhitning roliga qaratilgan keyingi tadqiqotlar uchun asos yaratdi.

Anderson B.J. va boshqalar[2] oila a’zolarining hissiy qo‘llab-quvvatlashi diabet bilan og‘rigan bemorlarda stress va depressiv alomatlarni sezilarli darajada kamaytirishini ko‘rsatdilar. Ularning tadqiqotlari oilaning ijobiy ishtiroki bemorlarning o‘zini o‘zi parvarish qilish va davolanishga rioya qilish motivatsiyasini oshirishini tasdiqladi. Xuddi shunday, Fisher L. va boshqalar[3] qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy munosabatlar glikemik nazoratni yaxshiroq boshqarishga va hissiy stress darajasini pasaytirishga hissa qo‘shishini aniqladilar.

Whittemore R. va Dixon J. ga ko‘ra, oilaviy muhit bemorlarning kurashish strategiyalarini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi[4]. Uyg‘un oilaviy muhit hissiy bardoshlilikni kuchaytiradi, nizolar va tushunmovchilik esa xavotir va hissiy beqarorlikni oshiradi. Bu topilmalar oila surunkali kasalliklarni boshqarishda asosiy psixologik resurs ekanligi haqidagi fikrni qo‘llab-quvvatlaydi.

Baek R.N. va boshqalar[5] oilaviy hamjihatlik va ochiq muloqot diabet bilan og‘rigan bemorlarda depressiya xavfini kamaytirishini ta’kidladilar. Ularning tadqiqoti oilaviy munosabatlarda hissiy iliqlik va hamdardlikning himoya psixologik omillar sifatidagi ahamiyatini ta’kidlaydi. Bundan tashqari, Mayberry L.S. va Osborn C.Y.[6] oila a’zolarining haddan tashqari nazorati yoki tanqidi bemorlarning hissiy farovonligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini ta’kidladilar. Haddan tashqari himoya ojizlik, qaramlik va hissiy taranglikni keltirib chiqarishi mumkin, bu esa o‘z navbatida davolanishga rioya qilishni kamaytiradi.

Sog‘liqni saqlash psixologiyasi nuqtayi nazaridan, Rolland J.S.[7] surunkali kasallik nafaqat shaxsga, balki butun oila tizimiga ta’sir qilishini ta’kidladi. Shuning uchun psixologik aralashuvlar oilaga yo‘naltirilgan bo‘lishi va shaxslararo muloqot va hissiy tushunishni yaxshilashga qaratilgan bo‘lishi kerak.

O‘zbek psixologik va tibbiy adabiyotlarida surunkali kasalliklarning psixososyal jihatlariga tobora ko‘proq e’tibor qaratilmoqda. Sodiqova M.B.[8] va Karimov A.R.[9] kabi tadqiqotchilar diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy beqarorlik, xavotir va depressiya keng tarqalganligini va oilaviy qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog‘liqligini ta’kidladilar.

O‘zbek tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, o‘zaro mas’uliyat, g‘amxo‘rlik va hurmat kabi an’anaviy oilaviy qadriyatlar bemorlar uchun kuchli psixologik resurslarga aylanishi mumkin. Shu bilan birga, oilaviy nizolar, diabet haqida xabardorlikning yo‘qligi va hissiy befarqlik bemorlarning hissiy holatini yomonlashtirishi va kasalliklarni boshqarishni murakkablashtirishi mumkin.

Huquqiy va dasturiy nuqtayi nazardan, O‘zbekiston Respublikasi fuqarolarning sog‘liqni saqlash va psixologik farovonligini yaxshilashga qaratilgan bir qator muhim normativ hujjatlarni qabul qildi. O‘zbekiston Respublikasining “Fuqarolar sog‘lig‘ini himoya qilish to‘g‘risida”gi qonunida bemorlarni har tomonlama tibbiy va psixologik qo‘llab-quvvatlash muhimligi ta’kidlangan. Prezident farmonlari va sog‘liqni saqlashni rivojlantirish bo‘yicha davlat dasturlari ham psixologik xizmatlarni tibbiy amaliyotga, jumladan, surunkali kasalliklarni davolashga integratsiya qilish zarurligini ta’kidlaydi[10].

Masalan, 2022–2026-yillarda O‘zbekiston Respublikasi sog‘liqni saqlash tizimini rivojlantirish to‘g‘risidagi Prezident farmonida ruhiy salomatlik xizmatlarini kuchaytirish va psixologik yordamni kengaytirishga alohida e’tibor qaratilgan[11].

Shunday qilib, ham xalqaro, ham o‘zbek adabiyotlari oilaviy muhit qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatini shakllantirishda hal qiluvchi psixologik omil ekanligini tasdiqlaydi. Qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy munosabatlar xavotirni kamaytiradi, depressiyaning oldini oladi va hissiy barqarorlikni yaxshilaydi, salbiy oilaviy dinamika esa hissiy stressni kuchaytiradi va kasalliklarni samarali boshqarishga to‘sqinlik qiladi. Shuning uchun diabetni davolashga oilaviy psixologik yondashuvlarni integratsiyalash ilmiy va amaliy jihatdan asosli hisoblanadi.

Munozara. Ushbu tadqiqot natijalari diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatini shakllantirishda oilaviy muhit hal qiluvchi psixologik rol o‘ynashini tasdiqlaydi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, bemorlarning hissiy barqarorligi, xavotir darajasi va umumiy psixologik farovonligi oilaviy munosabatlar sifati bilan chambarchas bog‘liq. Qo‘llab-quvvatlovchi, hissiy jihatdan iliq va tushunarli oilaviy muhit ijobiy hissiy moslashuvning rivojlanishiga hissa qo‘shadi, salbiy oilaviy munosabatlar esa hissiy taranglik va psixologik zaiflikni kuchaytiradi.

Eng muhim natijalardan biri shundaki, o‘z oilalarini hissiy qo‘llab-quvvatlash manbai sifatida qabul qiladigan bemorlarda xavotir va depressiv moyilliklarning past darajasi kuzatiladi. Bu natija surunkali kasalliklar jarayonida psixologik va ijtimoiy omillar o‘rtasidagi o‘zaro ta’sirga urg‘u beradigan biopsixososyal yondashuvga mos keladi. Oilaviy hamdardlik, dalda berish va kundalik parvarish qilish

tartiblarida faol ishtirok etish bemorlarning xavfsizlik va o‘ziga ishonch hissini kuchaytiradi, bu ularga diabetning hissiy muammolarini samaraliroq hal qilish imkonini beradi.

1-jadval.

Qandli diabetli bemorlarning emotsional holatiga oila muhitining psixologik ta’siri

Oila muhiti omillari	Psixologik ta’sir xususiyati	Bemor emotsional holatiga ta’siri
Emotsional qo‘llab-quvvatlash	Mehr, tushunish va ruhiy dalda berish orqali psixologik xavfsizlikni ta’minlaydi	Xavotir kamayadi, emotsional barqarorlik oshadi
Ijobiy muloqot	Ochiq va samimiy suhbat orqali ichki hissiyotlarni ifodalashga yordam beradi	Stress kamayadi, ruhiy yengillik paydo bo‘ladi
Haddan ortiq nazorat	Mustaqillikni cheklab, psixologik bosimni kuchaytiradi	Asabiylik, norozilik va tushkunlik holati kuchayadi
Oila ichidagi nizolar	Salbiy emotsional fonni yuzaga keltiradi	Xavotir va emotsional zo‘riqish oshadi
Empatiya va tushunish	Bemorning ruhiy holatini anglash va qabul qilishni ta’minlaydi	O‘ziga ishonch va emotsional muvozanat mustahkamlanadi
Bemorni rag‘batlantirish	Motivatsiyani oshiradi va ijobiy munosabatni shakllantiradi	Umid va ijobiy kayfiyat kuchayadi
E’tiborsizlik	Yolg‘izlik hissini kuchaytiradi	Depressiv holatlar paydo bo‘lishi mumkin

Jadvalda qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatiga oilaviy muhitning psixologik muhiti kuchli ta’sir ko‘rsatishi ko‘rsatilgan. Hissiy qo‘llab-quvvatlash, hamdardlik, ijobiy muloqot va rag‘batlantirish kabi omillar himoya psixologik ta’sirga ega bo‘lib, hissiy barqarorlikka va xavotir va stress darajasini pasaytirishga hissa qo‘shadi. Bu elementlar bemorlarga tushunilgan, qadrlangan va psixologik jihatdan xavfsiz his qilishlariga yordam beradi, bu ularning hissiy chidamliligi va kasallik bilan kurashish uchun motivatsiyasini kuchaytiradi.

Shu bilan birga, jadvalda oiladagi salbiy omillar, jumladan, haddan tashqari nazorat, oilaviy nizolar va hissiy beparvolik bemorlarning hissiy farovonligiga halokatli ta’sir ko‘rsatishi ko‘rsatilgan. Bunday holatlar hissiy zo‘riqish, asabiylashish va depressiv holatlar xavfini oshiradi. Ular bemorlarning avtonomiya tuyg‘usini susaytiradi va ojizlik va norozilik hissiyotlariga olib kelishi mumkin.

Jadvaldan muhim bir kuzatuv shundaki, oilaning ishtiroki muvozanatli bo‘lishi kerak. Qo‘llab-quvvatlash va rag‘batlantirish hissiy barqarorlikni ta’minlasa-da, haddan tashqari qattiq nazorat yoki bosim hissiy noqulaylikni oshirish orqali teskari ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bu nafaqat oilaning ishtiroki, balki uning psixologik sifati ham uning samaradorligini belgilaydi, degan fikrni ta’kidlaydi. Umuman olganda, jadvalda oilaviy muhit diabet bilan og‘rigan bemorlarda hissiy holatlarning asosiy psixologik regulyatori vazifasini bajarishi tasdiqlanadi. Ijobiy, hamdardlik va qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy muhit hissiy moslashishni osonlashtiradi va psixologik farovonlikni yaxshilaydi, salbiy yoki ziddiyatli muhit esa hissiy stressni kuchaytiradi va hissiy muvozanatga xalaqit beradi. Ushbu topilmalar diabetni davolash va reabilitatsiya dasturlariga oilaga yo‘naltirilgan psixologik yondashuvlarni kiritish zarurligini ta’kidlaydi.

Shu bilan birga, tadqiqot shuni ko‘rsatadiki, oila ichidagi haddan tashqari nazorat, tanqid yoki hissiy masofa bemorlarning hissiy muvozanatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Haddan tashqari himoya xatti-harakatlari bemorlarning avtonomiyasini bexosdan kamaytirishi va ojizlik hissini kuchaytirishi mumkin, hissiy beparvolik esa yolg‘izlik, umidsizlik va hissiy beqarorlikka olib kelishi mumkin. Bu topilmalar nafaqat oilaning ishtiroki, balki uning sifati va psixologik ohangi ham hissiy farovonlik uchun juda muhimligini ko‘rsatadi.

Muhokama oiladagi muloqot shakllarining rolini ham ta’kidlaydi. Ochiq, hurmatli va qo‘llab-quvvatlovchi muloqot hissiy ifodani osonlashtiradi va ichki taranglikni kamaytiradi. Oila a’zolari tomonidan tushunilgan va qabul qilingan deb hisoblangan bemorlar davolanishga rioya qilish uchun ko‘proq hissiy chidamlilik va motivatsiyani namoyon etishga moyil bo‘ladilar. Aksincha, tez-tez uchraydigan nizolar va tushunmovchiliklar psixologik stressni kuchaytirishi va kasalliklarni boshqarishga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin bo‘lgan stressli hissiy muhitni yaratadi.

Yana bir muhim jihat - bu oilaviy munosabatlarning madaniy konteksti. O‘zbekiston kabi kuchli oilaviy aloqalarga ega jamiyatlarda oila ko‘pincha asosiy hissiy va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini ifodalaydi. Ushbu madaniy xususiyat diabet bilan og‘rigan bemorlar uchun kuchli psixologik resurs bo‘lib xizmat qilishi mumkin. Biroq, agar oila a’zolari kasallik haqida yetarli bilimga ega bo‘lmasalar yoki nazorat qiluvchi va hukm qiluvchi munosabatlarni qabul qilsalar, bu hissiy bosim manbai bo‘lishi mumkin. Shuning

uchun, oila a’zolarining qo‘llab-quvvatlashi konstruktiv va hissiy jihatdan sog‘lom bo‘lib qolishini ta’minlash uchun oila a’zolari uchun psixologik ta’lim juda muhimdir.

Ushbu tadqiqot natijalari avvalgi xalqaro va milliy tadqiqotlarni qo‘llab-quvvatlaydi, bu oilaga asoslangan psixologik aralashuvlar diabetga hissiy moslashishni sezilarli darajada yaxshilay olishini ko‘rsatadi. Oila a’zolarini o‘z ichiga olgan psixologik maslahat oilaviy tizimda hissiy stressni kamaytirishga, o‘zaro tushunishni kuchaytirishga va muloqot ko‘nikmalarini yaxshilashga yordam berishi mumkin. Bunday aralashuvlar nafaqat hissiy farovonlikka, balki davolanishga yaxshiroq rioya qilish va umumiy hayot sifatiga ham hissa qo‘shadi.

Bundan tashqari, munozarada psixologik xizmatlarni diabetni davolash dasturlariga integratsiya qilish muhimligi ta’kidlangan. Tibbiy davolanishning o‘zi bemorlar duch keladigan hissiy muammolarni to‘liq hal qila olmaydi. Oilaga yo‘naltirilgan psixologik yordamni o‘z ichiga olgan yaxlit yondashuv diabetni yanada keng qamrovli va samarali boshqarishni ta’minlaydi. Bu ruhiy salomatlikni jismoniy salomatlikning ajralmas qismi sifatida tan oladigan zamonaviy sog‘liqni saqlash strategiyalariga mos keladi.

Natijalar va ularning tahlili. Tadqiqot natijalari oilaviy muhit sifati va diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holati o‘rtasida kuchli va mazmunli bog‘liqlikni ko‘rsatadi. Oilaviy muhitini qo‘llab-quvvatlovchi, tushunarli va hissiy jihatdan iliq deb ta’riflagan bemorlar sezilarli darajada yuqori hissiy barqarorlikni va xavotir va hissiy zo‘riqish darajasining pastligini ko‘rsatdilar. Ular kasalliklarini boshqarishda o‘zlarini ishonchliroq, xotirjam va psixologik jihatdan xavfsiz his qilishlarini aytishdi. Bu shuni ko‘rsatadiki, oila a’zolarining hissiy qo‘llab-quvvatlashi psixologik stressdan himoya qiluvchi omil bo‘lib xizmat qiladi.

Aksincha, oilalarida mojarolar, hissiy masofa yoki haddan tashqari nazoratni boshdan kechirgan bemorlarda yuqori darajadagi xavotir, asabiylashish va hissiy beqarorlik kuzatildi. Bu bemorlar ko‘pincha ojizlik, norozilik va hissiy charchoq hissini namoyon qilishdi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, salbiy oilaviy muhit hissiy stressni kuchaytiradi va bemorlarning diabet bilan yashashning psixologik talablariga samarali javob berish qobiliyatini pasaytiradi.

Yana bir muhim topilma shundaki, oilada ochiq va ijobiy muloqot bevosita hissiy farovonlikni yaxshilash bilan bog‘liq. Oila a’zolariga o‘z tashvishlari, qo‘rquvlari va hissiy ehtiyojlarini erkin ifoda etishni his qilgan bemorlar muvozanatliroq hissiy holatni namoyish etdilar. Ular ko‘proq hissiy bardoshlilik va davolanishga va kelajakdagi sog‘liq natijalariga nisbatan optimistik munosabatni namoyish etdilar. Bu muloqot sifati oilaviy muhit hissiy tartibga solishga ta’sir qiluvchi asosiy psixologik mexanizm ekanligini tasdiqlaydi.

Tadqiqot shuningdek, oilalarini haddan tashqari nazorat qilmasdan, ularni parvarish qilishda faol ishtirok etayotgan deb hisoblagan bemorlarda hissiy stress darajasi pastroq ekanligini ko‘rsatdi. Hamkorlik va rag‘batlantirish bilan tavsiflangan muvozanatli ishtirok bemorlarda avtonomiya va o‘ziga ishonch hissini kuchaytirdi. Boshqa tomondan, haddan tashqari nazorat yoki tanqid hissiy qulaylikni kamaytirdi va qaramlik va umidsizlik hissini kuchaytirdi. Bu shuni ko‘rsatadiki, oilaviy qo‘llab-quvvatlashning samaradorligi nafaqat uning mavjudligiga, balki uning psixologik jihatdan mosligiga ham bog‘liq.

Tahliliy nuqtayi nazardan, natijalar diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holati oila tizimidagi psixologik va ijtimoiy omillarning murakkab o‘zaro ta’siri natijasida shakllanishini ko‘rsatadi. Hissiy qo‘llab-quvvatlash, empatiya va hurmat hissiy barqarorlikni ta’minlaydi, nizolar, tushunmovchiliklar va hissiy bosim esa psixologik zaiflikka olib keladi. Ushbu naqshlar biopsixososyal modelning taxminlarini tasdiqlaydi, unga ko‘ra hissiy farovonlikka shaxslararo munosabatlar va ijtimoiy kontekst ta’sir qiladi.

Topilmalar, shuningdek, oilaviy ta’sirni shakllantirishda madaniy qadriyatlarning rolini ta’kidlaydi. G‘amxo‘rlik va mas’uliyatning an’anaviy qadriyatlari empatiya va tushunish orqali ifodalangan oilalarda bemorlar kuchliroq hissiy moslashuvni ko‘rsatdilar. Biroq, bu qadriyatlar nazorat va qat’iy nazorat orqali ifodalanganida, ular salbiy hissiy ta’sir ko‘rsatdi. Bu shuni ko‘rsatadiki, madaniy normalar psixologik aralashuvlarga moslashuvchan va psixologik jihatdan sezgir tarzda integratsiya qilinishi kerak.

Bir so‘z bilan aytganda, olingan natijalar oilaviy muhit diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy faoliyatida hal qiluvchi omil ekanligini isbotlaydi. Qo‘llab-quvvatlovchi va hissiy jihatdan muvozanatli oilaviy muhit hissiy barqarorlikni ta’minlaydi, xavotirni kamaytiradi va kasallikka psixologik moslashishni kuchaytiradi. Aksincha, oiladagi salbiy muhit hissiy stressni kuchaytiradi va hissiy chidamlilikni zaiflashtiradi. Ushbu natijalar bemorlarning hissiy salomatligini va umumiy hayot sifatini yaxshilash uchun diabetni davolashga oilaviy psixologik yordamni kiritish zarurligini ta’kidlaydi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, tadqiqot shuni ko‘rsatadiki, oilaviy muhit diabet bilan og‘rigan bemorlarning hissiy holatini aniqlashda muhim psixologik rol o‘ynaydi. Qo‘llab-quvvatlovchi, tushunarli va hissiy jihatdan ijobiy oilaviy muhit hissiy barqarorlikka sezilarli darajada hissa qo‘shadi, xavotirni kamaytiradi va depressiv moyilliklarning rivojlanishiga to‘sqinlik qiladi. Bunday muhit bemorlarning o‘ziga

bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi va kasallikning surunkali tabiatiga psixologik jihatdan moslashish qobiliyatini oshiradi. Aksincha, nizolar, hissiy masofa, tushunmovchilik va haddan tashqari nazorat kabi salbiy oilaviy omillar hissiy taranglikni oshiradi va bemorlarning hissiy chidamliligini zaiflashtiradi. Bu holatlar bemorlar uchun stressga dosh berishni qiyinlashtiradi va ularning motivatsiyasi va davolanishga rioya qilishlariga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Tadqiqot natijalari diabetni boshqarishni nafaqat tibbiy jarayon sifatida, balki psixologik va ijtimoiy jarayon sifatida ham ko‘rib chiqish muhimligini ta’kidlaydi. Oilaviy psixologik yordamni sog‘liqni saqlash amaliyotiga integratsiya qilish bemorlarning hissiy farovonligini va umumiy hayot sifatini yaxshilash uchun juda muhimdir. Oila a’zolari uchun psixo-ta’lim dasturlari va oilaviy maslahatlarni kiritish uzoq muddatli psixologik moslashuv va kasalliklarni samarali boshqarishni rag‘batlantiradigan sog‘lomroq hissiy muhit yaratishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Engel G. L. The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. Science. 1977. Vol. 196, No. 4286. P. 129–136.

2. Anderson B. J., Vangsness L., Connell A., Butler D., Goebel-Fabbri A., Laffel L. Family conflict, adherence, and glycemic control in youth with short duration Type 1 diabetes. Diabetes Care. 2002. Vol. 25, No. 12. P. 2205–2210.

3. Fisher L., Gonzalez J. S., Polonsky W. H. The confusing tale of depression and distress in patients with diabetes: A call for greater clarity and precision. Diabetologia. 2012. Vol. 55, No. 5. P. 1236–1242.

4. Whittemore R., Dixon J. Chronic illness: The process of integration. Journal of Clinical Nursing. 2008. Vol. 17, No. 13. P. 1777–1787.

5. Baek R. N., Tanenbaum M. L., Gonzalez J. S. Diabetes burden and diabetes distress: The buffering effect of social support. Annals of Behavioral Medicine. 2014. Vol. 48, No. 2. P. 145–155.

6. Mayberry L. S., Osborn C. Y. Family support, medication adherence, and glycemic control among adults with Type 2 diabetes. Diabetes Care. 2012. Vol. 35, No. 6. P. 1239–1245.

7. Rolland J. S. Families, illness, and disability: An integrative treatment model. New York: Basic Books, 1994. 336 p.

8. Sodiqova M. B. Qandli diabet bilan og‘rigan bemorlarning emotsional holatiga psixologik omillarning ta’siri. O‘zbekiston Psixologiya Jurnali. 2019. № 2. B. 45–50.

9. Karimov A. R. Surunkali kasalliklarda shaxs-emotsional moslashuvning psixologik jihatlari. Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. 120 b.

10. O‘zbekiston Respublikasining 1996-yil 29-avgustdagi 265-I-son “Fuqarolar sog‘lig‘ini saqlash to‘g‘risida”gi Qonuni.

11. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 15-martdagi PF–106-sonli “O‘zbekiston Respublikasida sog‘liqni saqlash tizimini 2022–2026-yillarda rivojlantirish strategiyasi to‘g‘risida”gi Farmoni.