

**ALLOPETSİYADA ICHKI STIGMANING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI***Imiy rahbar: Maratov Timur G'ayratovich**Psixolog f.f.d.(PhD)**Egamberganova Sevinch Faxriddin qizi**Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti magistranti***Annotatsiya**

Allopetsiyaga chalingan shaxslarda ichki stigma (internal stigma)ning psixologik xususiyatlari tahlil qilinadi. Ichki stigma shaxsning jamiyatda shakllangan salbiy stereotiplarni o'ziga nisbatan qabul qilishi natijasida yuzaga kelib, o'zini past baholash, uyat va aybdorlik hissining kuchayishi, ijtimoiy chekinish hamda salbiy identifikatsiya bilan namoyon bo'ladi. Tadqiqot doirasida ichki stigmaning psixoemotsional holatga, xususan depressiya, xavotirlik va surunkali stress rivojlanishiga ta'siri yoritib beriladi. Shuningdek, ichki stigmaning davolanish motivatsiyasi va kosmetologik muolajalarga munosabatga ta'siri asoslab beriladi. Tezida allopetsiyani davolashda psixologik qo'llab-quvvatlash va kompleks yondashuvning ahamiyati ta'kidlanadi.

**Kalit so'zlar:** allopetsiya, ichki stigma, psixologik omillar, o'zini past baholash, psixoemotsional holat, depressiya, xavotirlik, ijtimoiy chekinish, davolanish motivatsiyasi, kompleks yondashuv.

Allopetsiya nafaqat dermatologik, balki muhim psixologik muammo sifatida ham namoyon bo'ladi. Ushbu kasallik bilan bog'liq ichki stigma (internal stigma) shaxsning jamiyatda mavjud bo'lgan salbiy stereotip va qarashlarni o'ziga nisbatan qabul qilishi orqali shakllanadi. Ichki stigma allopetsiyaga chalingan shaxslarda o'zini past baholash, uyat va aybdorlik hissining kuchayishi, shuningdek, salbiy o'z-o'zini identifikatsiya qilish bilan tavsiflanadi. Ichki stigma ta'sirida bemorlarda ijtimoiy faollikning pasayishi, muloqotdan chekinish va ijtimoiy izolyatsiyaga moyillik kuzatiladi[1]. Bu holat psixoemotsional buzilishlar, jumladan depressiv holatlar, xavotirlik va surunkali stress rivojlanishiga zamin yaratadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, allopetsiyada psixologik distress darajasi ko'pincha kasallikning klinik og'irligidan ko'ra, bemorning kasallikka nisbatan subyektiv munosabati bilan bog'liq bo'ladi[2]. Ichki stigma mavjudligi davolanish motivatsiyasining pasayishiga, kosmetologik va tibbiy muolajalarga nisbatan ishonchsizlikka olib kelishi mumkin. Ayniqsa, ayollarda sochning ijtimoiy va estetik ahamiyati yuqori bo'lgani sababli ichki stigma yanada kuchliroq namoyon bo'ladi. Shu bois allopetsiyani davolashda psixologik qo'llab-quvvatlash va psixoedukatsiyani kompleks yondashuv asosida olib borish muhim ahamiyat kasb etadi[3].

Sochning estetik va ijtimoiy ahamiyati yuqori bo'lganligi sababli, allopetsiya ko'pincha shaxsda ichki stigma shakllanishiga olib keladi[4]. Ichki stigma jamiyatda mavjud bo'lgan salbiy stereotiplarning shaxs tomonidan ichkilashtirilishi natijasida yuzaga kelib, o'zini past baholash va salbiy o'z-o'zini qabul qilish bilan ifodalanadi. Ichki stigma allopetsiyaga chalingan shaxslarda psixoemotsional beqarorlikni kuchaytiradi. Bunday holatda bemorlarda uyat va aybdorlik hissi, tashqi ko'rinishga nisbatan doimiy xavotir, shuningdek, boshqalar tomonidan rad etilishdan qo'rquv kuzatiladi. Natijada ijtimoiy faollikning pasayishi, muloqotdan chekinish va ijtimoiy izolyatsiya holatlari yuzaga keladi[5]. Ushbu jarayonlar depressiv holatlar va xavotirli buzilishlar rivojlanishi uchun qulay psixologik zamin yaratadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, allopetsiyada psixologik distress darajasi ko'pincha kasallikning klinik og'irligidan ko'ra, shaxsning kasallikka nisbatan subyektiv munosabati bilan bog'liq bo'ladi. Ichki stigma mavjud bo'lgan bemorlarda davolanish jarayoniga nisbatan ishonchsizlik, kosmetologik va tibbiy muolajalarga motivatsiyaning pasayishi kuzatiladi. Bu esa davolash samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa ayollarda sochning ayollik va ijtimoiy joziba ramzi sifatida qabul qilinishi ichki stigmaning kuchliroq namoyon bo'lishiga olib keladi. Shu sababli allopetsiyani davolash jarayonida faqat tibbiy yoki kosmetologik yondashuv bilan cheklanmasdan, psixologik qo'llab-quvvatlash, psixoedukatsiya va shaxsning ijobiy o'zini qabul qilishini rivojlantirishga qaratilgan kompleks yondashuvni qo'llash muhim hisoblanadi.

Imiy tadqiqotlar ma'lumotlariga ko'ra, allopetsiyaga chalingan bemorlarning psixoemotsional holatida sezilarli o'zgarishlar kuzatiladi. Turli klinik va psixologik kuzatuvlarda allopetsiyali shaxslarning 40–60 % ida o'zini past baholash va tashqi ko'rinishdan qoniqmaslik holatlari aniqlangan[6]. Ichki stigma darajasi yuqori bo'lgan bemorlarda bu ko'rsatkich yanada ortishi qayd etilgan. Psixologik holatni baholashga qaratilgan tadqiqotlar natijalariga ko'ra, allopetsiyaga chalingan shaxslarning taxminan 30–50 % ida depressiv alomatlar, 35–45 % ida esa xavotirlik (anksiozlik) belgilari uchraydi. Ushbu psixoemotsional buzilishlarning rivojlanishida ichki stigma muhim prognostik omil sifatida namoyon bo'ladi. Ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlarini o'rganish natijalari shuni ko'rsatadiki, bemorlarning 50 % ga yaqin qismi jamoat joylarida o'zini noqulay his qiladi va ijtimoiy faollikni cheklashga moyillik bildiradi[7]. Ayniqsa ayollar orasida ijtimoiy chekinish va tashqi ko'rinishga bog'liq xavotir darajasi erkaklarga nisbatan 1,5–2 baravar yuqori ekanligi qayd etilgan. Shuningdek, tadqiqotlarda ichki stigma mavjud bo'lgan bemorlarning 25–40 % ida davolanish motivatsiyasining pasayishi, kosmetologik va tibbiy muolajalarni muntazam davom ettirmaslik holatlari aniqlangan. Bu esa allopetsiyani davolash samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi[8].

Xulosa qilib shuni aytishim mumkinki, allopetsiya faqat dermatologik muammo bo'lib qolmay, balki shaxsning psixologik holati va ijtimoiy moslashuviga chuqur

ta'sir ko'rsatuvchi kompleks holatdir. Ushbu kasallik jarayonida ichki stigma shakllanishi o'zini past baholash, uyat va aybdorlik hissining kuchayishi, ijtimoiy chekinish hamda psixoemotsional buzilishlar rivojlanishiga olib keladi. Statistik ma'lumotlar ichki stigma mavjud bo'lgan bemorlarda depressiya va xavotirlik darajasi yuqori ekanligini, shuningdek, davolanish motivatsiyasining pasayishini tasdiqlaydi. Shu bois allopetsiyani davolash jarayonida tibbiy va kosmetologik muolajalar bilan bir qatorda psixologik qo'llab-quvvatlash, psixoedukatsiya va shaxsning ijobiy o'zini qabul qilishini shakllantirishga qaratilgan kompleks yondashuvni qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. Cash T.F., Pruzinsky T. Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice. New York: Guilford Press, 2002.
2. Hunt N., McHale S. The psychological impact of alopecia. *BMJ*, 2005, Vol. 331, pp. 951–953.
3. Williamson D., Gonzalez M., Finlay A.Y. The effect of hair loss on quality of life. *British Journal of Dermatology*, 2001, Vol. 145, pp. 89–92.
4. Goffman E. *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1963.
5. Tucker P. Psychological impact of alopecia areata. *Dermatologic Clinics*, 2013, Vol. 31(1), pp. 117–125.
6. Gupta M.A., Gupta A.K. Psychiatric and psychological co-morbidity in patients with dermatologic disorders. *American Journal of Clinical Dermatology*, 2003, Vol. 4(12), pp. 833–842.
7. Erikson E.H. *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton & Company, 1968.
8. World Health Organization. *Mental health and chronic physical conditions*. WHO Press, Geneva, 2017.