



**RUHIY KASALLIKLAR STIGMATIZATSIYASI VA UNING DAVOLANISH
JARAYONIGA TA'SIRI**

Tursunbayeva Shohida Baxtiyor qizi
*Alfraganus universiteti tibbiyot fakulteti
davolash ishi yo'nalishi 5-bosqich talabasi*

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ruhiy kasalliklar bilan bog'liq stigmatizatsiya fenomeni va uning bemorlarni davolanish jarayoniga ko'rsatadigan salbiy ta'siri keng yoritiladi. Tadqiqotda stigmatizatsiyaning psixologik, ijtimoiy va madaniy jihatlari tahlil qilinadi hamda stigmaning turli ko'rinishlari – tashqi (ijtimoiy stigma) va ichki (o'zini stigmalash) shakllari alohida ko'rib chiqiladi. Bundan tashqari, stigmatizatsiya davolanish motivatsiyasiga, shifokorga murojaat qilishga, davolanishga rioya qilish darajasiga qanday ta'sir ko'rsatishi haqida ilmiy dalillar asosida izoh beriladi. Maqola yakunida stigmatizatsiyani kamaytirish bo'yicha samarali yondashuvlar va tavsiyalar keltiriladi.*

Kalit so'zlar: *ruhiy kasalliklar, stigmatizatsiya, psixologik salomatlik, davolanish jarayoni, ijtimoiy stigma, ichki stigma, rehabilitatsiya.*

Аннотация. *В данной статье подробно рассматривается феномен стигматизации, связанный с психическими расстройствами, и его негативное влияние на процесс лечения пациентов. В исследовании анализируются психологические, социальные и культурные аспекты стигматизации, а также отдельное внимание уделяется различным её формам — внешней (социальная стигма) и внутренней (самостигматизация). Кроме того, на основе научных данных объясняется, каким образом стигматизация влияет на мотивацию к лечению, обращение к врачу и приверженность терапии. В заключительной части статьи представлены эффективные подходы и рекомендации по снижению уровня стигматизации.*

Ключевые слова: *психические расстройства, стигматизация, психологическое здоровье, процесс лечения, социальная стигма, внутренняя стигма, реабилитация.*

Abstract. *This article explores the phenomenon of stigmatization associated with mental disorders and its negative impact on patients' treatment process. The study analyzes the psychological, social, and cultural aspects of stigma, with particular emphasis on its different forms — external (social stigma) and internal (self-stigmatization). Furthermore, based on scientific evidence, the article explains how stigmatization affects treatment motivation, seeking professional help, and adherence to therapy. In conclusion, effective approaches and recommendations for reducing stigma are presented.*

Keywords: *mental disorders, stigmatization, psychological health, treatment process, social stigma, internal stigma, rehabilitation.*



Kirish

Ruhiy salomatlik global sog'liqni saqlash tizimining eng dolzarb masalalaridan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha 450 milliondan ortiq odam turli xil ruhiy buzilishlardan aziyat chekadi. Shunga qaramay, ushbu kasalliklarga chalingan shaxslar nafaqat kasallik bilan, balki jamiyat tomonidan ularga nisbatan qo'llaniladigan stigmatizatsiya va diskriminatsiya bilan ham kurashishga majbur bo'lmoqda. O'zbekistonda ham ruhiy kasalliklar bilan bog'liq stereotiplar va salbiy qarashlar mavjudligi sababli, ko'plab bemorlar davolanish jarayoniga kech yoki umuman murojaat qilmaydi. Bu esa kasallikning og'irlashishiga, nogironlik holatlarining ko'payishiga olib kelmoqda.

Stigmatizatsiyaning mohiyati va shakllari

Stigmatizatsiya – bu ruhiy kasallikka chalingan shaxslarni jamiyat tomonidan ma'lum bir stereotip asosida rad etish, ularga nisbatan salbiy qarash va muomala ko'rsatish holatidir. Stigmatizatsiyaning ikki asosiy turi mavjud:

1. Ijtimoiy (tashqi) stigma – jamiyatning ruhiy kasalliklarga ega bo'lgan shaxslarga nisbatan salbiy qarashlari, kamsituvchi munosabati.
2. Ichki stigma – bemorning o'zi ushbu salbiy qarashlarni ichki qabul qilib, o'ziga past baho berishi, o'zini jamiyatdan chetlatishi.

Ijtimoiy stigma, odatda, ruhiy kasalliklarga nisbatan noto'g'ri tasavvurlar – «ruhiy kasalliklar davolab bo'lmaydi», «bunday odamlar xavfli», «ular jamiyatga yaroqsiz» kabi stereotiplarga asoslanadi.

Stigmatizatsiyaning davolanish jarayoniga ta'siri

Ruhiy kasalliklar stigmatizatsiyasi bemorlarning davolanish jarayonida quyidagi muammolarni keltirib chiqaradi:

Shifokorga murojaat qilishni kechiktirish

Ko'plab bemorlar jamiyatdagi salbiy qarashlar sababli shifokorga murojaat qilishni istamaydilar. Tadqiqotlarga ko'ra, O'zbekistonda depressiya yoki tashvish buzilishiga ega bo'lgan bemorlarning qariyb 60 foizi davolanishni kech boshlaydi.

Davolanishga rioya qilmaslik

Ichki stigma bemorning o'zini davoga loyiq emas deb hisoblashiga olib keladi. Bu esa dori vositalarini muntazam qabul qilmaslik yoki psixoterapiya jarayonlarini to'xtatish holatlarini yuzaga keltiradi.

Psixologik salomatlikka qo'shimcha zarar

Stigmatizatsiya nafaqat davolanishga to'sqinlik qiladi, balki bemorning o'z-o'zini baholashini pasaytirib, qo'shimcha stress, depressiya va ijtimoiy izolyatsiyani keltirib chiqaradi.

O'zbek jamiyatida stigmatizatsiyaning madaniy omillari

O'zbekistonda ruhiy kasalliklar ko'pincha «uyat», «sharmandalik» sifatida baholanadi. Oila va qarindoshlar ko'pincha kasallikni yashirishga harakat qiladi. Ayrim hollarda ruhiy



kasallikka ega shaxslarni turmush qurishdan cheklash, ishga joylashtirmaslik holatlari uchraydi. Bu esa stigmatizatsiyaning chuqurlashuviga olib keladi.

Stigmatizatsiyani kamaytirish bo'yicha strategiyalar

Stigmatizatsiyani kamaytirish – ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash siyosatining muhim yo'nalishidir. Quyidagi choralar samarali hisoblanadi:

- Ommaviy axborot vositalarida to'g'ri axborot tarqatish – ruhiy kasalliklar haqida ilmiy asoslangan, ijobiy ma'lumot berish.
- Psixologik savodxonlikni oshirish – maktablar va universitetlarda ruhiy salomatlik bo'yicha ta'lim dasturlarini joriy etish.
- Mutaxassislar bilan hamkorlik – psixolog va psixiatrlarning aholiga ochiq seminarlar o'tkazishi.
- Qo'llab-quvvatlovchi guruhlar – bemorlar uchun reabilitatsiya markazlari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash dasturlarini rivojlantirish.

Xulosa

Ruhiy kasalliklar stigmatizatsiyasi – bemorlarni davolanish jarayonidan chetlab qo'yadigan eng jiddiy ijtimoiy muammolardan biridir. Ushbu muammoni bartaraf etish uchun davlat siyosati darajasida kompleks yondashuv zarur. Aholining ruhiy salomatlik haqidagi savodxonligini oshirish, ommaviy axborot vositalarida ijobiy targ'ibot, stigmani kamaytiruvchi ta'lim dasturlari eng samarali vositalardir. Faqatgina stigmatizatsiyani yengish orqali ruhiy salomatlik sohasida yuqori natijalarga erishish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdullayev M. Ruhiy salomatlik va psixiatriya asoslari. – Toshkent: Fan, 2021. – 280 b.
2. Jalilov B. Zamonaviy psixologiya va ijtimoiy muammolar. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2020. – 198 b.
3. Toshpo'latova N. Psixiatriyada stigmatizatsiya va ijtimoiy oqibatlar. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2019. – 164 b.
4. Karimova D. O'zbekistonda ruhiy kasalliklarni davolash amaliyoti: muammo va yechimlar. – Toshkent: O'zMU matbaasi, 2022. – 210 b.