



International Congress on Biological, Physical And Chemical Studies

International Congress on Biological, Physical And Chemical Studies - is an international conference platform under open access policy. The conference is led by international expert members who take an objective approach to peer review, ensuring each research paper is reviewed, edited by authors and evaluated on its own scholarly merits and research integration. Publishing and joining on the proceeding of the International Congress on Biological, Physical And Chemical Studies will exsure publishing experience and indexing possibilities on various global indexing.

Гуморал Ёндашувнинг Тажовузкорликдан Келиб Чиқадиган Касалликларни Олдини Олиш Ва Даволашдаги Аҳамияти

Сафаров Абдирашид Жўраевич

Ташкент тиббиёт академияси реабилитология, спорт тиббиёти, халқ табобати ва жисмоний тарбия кафедраси ассистенти

Бўтабоев Махмуджон Тўхлибоевич

Илмий раҳбар:, Андижон давлат тиббиёт институти реабилитология, спорт тиббиёти, халқ табобати ва жисмоний тарбия кафедраси мудири, доцент.

Аннотация

Дунёда тажовузкор ўсмирлар сонининг ортиб бораётгани яъни тажовузкорликнинг кун сайин ёшараётгани мураккаб кўп қиррали психологик жараёнга айланиб улгурди. Кенг қамровда оммалашган бундай тажовузкорликни бартараф этиш учун уни келтириб чиқарувчи таъсир омилларининг ҳар бирини атрофлича ўрганиб, янгича ёндашувдаги чораларни амалиётга тадбиқ этишни талаб этилмоқда.

Калит сузлар: тажовузкорлик, холерик, сангвиник, меланхолик, курук, хул, хулк-атвор.

Ибн Синонинг “Тиб қонунлари” асарида эса, темпераментни келтириб чиқарувчи сабаблар сифатида таомлар таснифи келтирилади. Арнольд Басснинг тажовузкор хулк-атвор тоифаларига Ибн Синонинг темпераментни келтириб чиқарувчи таомлар таснифи интеграция қилинса, тажовузкорликни пайдо қилувчи таомлар туркумикелиб чиқади. Ўсмирда ўз мизожига зид таснифдаги таомлардан сақланиш қадриятини шаклланиши эса саломатлик қадриятининг ажралмас қисми сифатида тажовузкорликни бартараф этувчи детерминант бўлиб хизмат қилади. Умумий маънода тажовузкорликни бартараф этиш учун ҳар бир темпераментнинг ўз ҳолатини сақлаш муҳим саналади. Бунинг учун иссиқ мизож одам иссиқ табиатли овқатни, совуқ мизож одам совуқ табиатли овқатни кўпроқ истеъмол қилиб туриши тавсия этилади. Шу залда курук мизож одам курук табиатли овқатни, хўл мизож одам хўл табиатли овқатни истеъмол қилиши мақсадга мувофиқ саналади. Мизожига зид таомларни кўп истеъмол қилиниши ўсмирда ғайритабiiй хилтларни келтириб чиқариб, ҳисларнинг бузилишига, тажовузкорликнинг чегарадан чиқишига олиб келиши мумкин. Ҳар бир темперамент-хилтларни келтириб чиқарувчи сабабларни Ибн Сино қуйидагича таърифлайди: “Табиий сафронинг, яъни қон кўпигининг фаол сабаби – мўътадил иссиқликдир, Куйган сафронинг фаол сабаби хусусан, сафро жигарда бўлса, олов каби ниҳоят даражада иссиқликдир. Унинг моддий сабаби – суюк, иссиқ, ширин, ёғли ва ўткир овқатлардир; шаклий сабаби – етилишнинг ниҳоятга етиши; тугалловчи сабаби –

гавдани овқатлантиришдир”[1, 92-б].

Импульсив, қизиққон холерик ўсмир таоми тасирида тажовузкорлик келиб чиқишини олдини олиши учун ўзида саломатлик қадриятининг ажралмас қисми сифатида мўътадил таомланиш қадриятини шакллантириши лозим. Унинг темпераменти мўътадиллигини сақлаши учун: куз ва баҳор фаслида иссиғроқ, қишда иссиқ, ёзда совуқ ва мўтадил овқатларни кўпроқ истеъмол қилиши керак бўлади.

Сангвиник (билвосита-актив) – хўл-иссиқмизож инсон хилти таркибида ҳаво унсури 66% гача бўлганида сангвиник тажовузкорлиги ОЗОРЛАНИШ (обида) кўринишида – оғзаки, актив ва билвосита тарзда амалга оширилади – “ушбу ўлчов бировнинг салбий ва(ёки) адолатсиз ҳаракатлари ё сўзларига инсоннинг муносабатиниакс эттиради. Шунингдек, бундай ҳаракатлар(сўзлар), аслида, амалга оширилган (айтилган) бўлиши ҳам, ёки инсон ўзиганисбатан қасддан ёки қасд қилмасдан ҳамлақилинган деб ўйлаши ҳам мумкин”[2]. ОЗОРЛАНИШ ҳолатида сангвиникнинг бировҳақида туҳмат ёки ғийбат тарқатиш фаолиятикузатилади. Қон хилти таркибида ҳаво унсури 66% дан ортиқ бўлганида сангвиник тажовузкорлиги БИЛВОСИТА тажовузкор жисмоний, актив ва билвосита тарзда амалга оширилади – бу кўрсаткич респондентнинг ҳақиқий таҳдид объектига эмас, балки унинг ўринбосарига жисмоний зарар етказилишини кўрсатади. “Бундай тажовузкор шахсга тўғридан-тўғри йўналтирилмайди, лекин у ҳам жуда кўп муаммоларни келтириб чиқариши мумкин. Мисол учун, ўзи йўғида нарсаларини бузиш, стулга кнопка қўйиш” кабилар. Билвосита тажовузкорлик пассив тажовузкорликдан кескин фарқ қилади. Сангвиник ўсмирларга иродани кучайтирувчи, жисмоний, гимнастика ва медитация машқларни бажариш орқали ўзгарувчанлик ҳолатидан чиқишга интилиш буюрилади.

Флегматик (билвосита-пассив) – хўл-совуқ мизож инсон хилти таркибида сув унсури 66% гача бўлганида флегматик тажовузкорлиги АЙБДОРЛИК ҲИССИ кўринишида – оғзаки, пассив ва билвосита тарзда амалга оширилади “мажбуриятдек қараш мумкин бўлган – қандай қилиш/айтиш/ўйлаш/ҳис қилиш каби баъзи ички кўрсатмаларга риоя қилмаганда, инсон ўзини айбдор ҳис қилади. Бундай кўрсатмаларнинг баъзиларини ўзи шакллантиради, бошқалари эса жамият, қариндошлар (кўпинча ота-она) томонидан белгилаб берилади. Бу туйғу одатда одамга босим ўтказади, ўзини қадрлаш ҳиссини туширади ва бутун ҳаётида том маънода из қолдиради”[2]. Айбдорлик ҳисси ҳолатида бошқаларни ҳам айбдор эканини ҳис қилиб таскин топишга мойиллик ортади ва бировни муайян фаолияти қораланганда уни изохлаш ёки унинг фаолияти ҳақида тушунтириш беришдан бош тортиш (масалан, ноҳақ танқид қилинган кишини ҳимоя қилишни рад этиш) кузатилади. Балғам хилти таркибида сув унсури 66% дан ортиқ бўлганида флегматик тажовузкорлиги САРКАШЛИК [3] (негативизм) – жисмоний, пассив ва билвосита тарзда амалга оширилади – “Респондент унга айтилган ёки сўралган нарсаларга тескари ҳаракат қилиш истагини намоён этади. Шу жумладан, жамиятга қарши боришнинг қонун ва урф-одатларга очиқ итоатсизлик қилиш даражасидаги бошқа уринишларгача бориб етиши мумкин. Негативизм эксцентризмдан кескин фарқ қилади. Эксцентриклар одатда оммадан ажралиб туришни истайдилар, негативлик бўйича юқори кўрсаткичларга эга бўлган одамлар меъёр ва қоидаларга бўйсунишдан бош тортадилар, тескари ҳаракат қиладилар” [4].

Меланхолик (тўғридан-тўғри-пассив) – қуруқ-совуқ мизож инсон хилти таркибида ер унсури 66% гача бўлганида меланхолик тажовузкорлиги ШУБҲАЛАНИШ кўринишида – оғзаки, пассив ватўғридан тўғри тарзда амалга оширилади. Ушбу кўрсаткич одамларга, ҳатто дўст ва қариндошларига нисбатан ҳам ўта ишончсизлик вашубҳа билан қаралишини, шу сабабли унгаатрофидагилар панд бергандек, фириб қилгандек туюлишини кўрсатади. Шубҳаланиш ҳолатидабиров билан гаплашишдан, унинг саволларига жавоб беришдан бош тортиш ва б. кузатилади.Савдо хилти таркибида ер унсури 66% дан ортиқ бўлганида меланхолик тажовузкорлиги ҒИЖИНИШ (раздражение) – жисмоний, пассив ва тўғридан тўғри тарзда амалга оширилади – энг кичик кўриниши жаҳлдор, қўпол ҳаракатлар. Ушбу кўрсаткич инсоннинг тажовузкорликга ўтишга тайёрлик даражасини кўрсатади. Ўсмир

мизожининг куруқлиги – тўғридан тўғри, хўллиги – билвосита, иссиқлиги – актив, совуқлиги – пассив тажовузкорликка сабаб бўлади.

Хулоса: Усмирларда тажовузкорликдан келиб чиқаётган касалликларнинг олдини олишда мизожининг табиий мувозанатини тиклаш муҳим омиллардан бири ҳисобланади. Темперамент турларини ҳисобга олган ҳолда, мақсадли психологик ва физиологик коррекция чоралари кўрилса, эмоционал барқарорликни таъминлаш ва тажовузкорликни камайтириш мумкин. Шунингдек, мослашувчан тарбиявий ва профилактик ёндашувлар орқали ўсмирларда ижтимоий мослашув жараёнини яхшилаш имкони яратилади.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Ибн Сино. Тиб қонунлари: К.И. – Тошкент: Шарқ, 2020. – 568 б.
2. Берон Р. Ричардсон Д. Агрессия. – СПб.: Питер, 2001. – 352 б. – Б. 29.
3. Buss, Arnold & Durkee, Ann. The Measurement of Aggression. – New York: Academic Press, 1957. – 352 p.
4. Милославская Е. Интерпретация результатов опросника на агрессивность. [хтtps://экспериментал-псйчис.ру/тест-агрессивности-басса-дарки/](https://экспериментал-псйчис.ру/тест-агрессивности-басса-дарки/)