

романе «Анна Каренина» конфликт индивида и социума предстает как многоплановая и трагическая коллизия. Толстой являет не гибкость социальных предписаний и притворство высшего круга, но заодно изучает внутреннюю противоречивость самой личности. Участь Анны Карениной становится олицетворением драматического столкновения искреннего влечения с бездушной общественной системой. Произведение сохраняет свою значимость, поскольку вопрос соотношения личной воли и общественных требований продолжает волновать людей и в нынешнее время. Более того, роман убеждает читателя в том, что подлинная свобода невозможна без нравственной ответственности, а общественные законы, лишённые человечности, способны привести к разрушению личности. Именно в этой сложной взаимосвязи личного и общественного раскрывается непреходящая художественная и философская ценность великого произведения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Толстой Л.Н. Анна Каренина. — М.: Эксмо, 2023.
2. Бочаров С.Г. О прозе Льва Толстого. — М.: Языки славянской культуры, 2001.
3. Розанов В.В. Литературные изгнанники России. — М.: Республика, 1995. (Разделы о Толстом)

Sh.Yusupova, ToshDO‘TAU doktoranti



TIBBIYOTDA SUGGESTIV NUTQIY TA’SIRNING QO‘LLANILISHI

<https://zenodo.org/records/19841641>

Annotatsiya. Ushbu maqolada suggestiv nutqiy ta’sirning tibbiyotda, xususan, psixoterapiyada bemorlarda tuzalishga ishonch uyg‘otish va so‘z kuchi yordamida davolash maqsadlarida qo‘llanilishi tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: suggestiya, suggestiv nutqiy ta’sir, tibbiyot, psixoterapiya, placebo effekt, nocebo effekt.

THE APPLICATION OF SUGGESTIVE SPEECH INFLUENCE IN MEDICINE

Abstract. This article analyzes the use of suggestive speech influence in medicine, particularly in psychotherapy, for the purpose of instilling confidence in recovery in patients and treating them through the power of words.

Keywords: suggestion, suggestive speech influence, medicine, psychotherapy, placebo effect, nocebo effect.

ПРИМЕНЕНИЕ СУГГЕСТИВНОГО РЕЧЕВОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В МЕДИЦИНЕ

Аннотация. В данной статье анализируется применение суггестивного речевого воздействия в медицине, в частности в психотерапии, с целью формирования у пациентов уверенности в выздоровлении и лечения с помощью силы слова.

Ключевые слова: суггестия, суггестивное речевое воздействие, медицина, психотерапия, эффект плацебо, эффект ноцебо.

Kirish

“Suggestiya” termini asli psixologiyaga tegishli bo‘lib, fanlar integratsiyalashuvi, nutqiy ta’sir va suggestiya hodisalarining ommalashuvi natijasida so‘nggi yillarda ushbu termin tilshunos olimlar tomonidan ham faol qo‘llanila boshlandi. Chunki ushbu murakkab psixologik hodisa inson nutqiy faoliyati bilan bog‘liq bo‘lib, suggestiyani amalga oshirishda eng asosiy vosita til hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili

“Suggestiya psixologiyada insonni tanqidiy yondashmasdan ishonish yoki muayyan harakatni bajarishga undash jarayoni. Suggestiya, odatda, verbal ko‘rinishda bo‘ladi va vizual yoki boshqa biror sezgi organi orqali ham yuzaga kelishi mumkin [1]. Ko‘rinadiki, suggestiya verbal xarakterga ega, ya’ni aksariyat hollarda suggestiv ta’sirning yuzaga chiqishida til asosiy o‘rinni egallaydi. Ekstralingvistik vositalar esa suggestiyaning amalga oshish ehtimolini kuchaytiradi, verbal vositalarga yordamchi sifatida qo‘llanadi. Boshqacha aytganda, “suggestiya deganda axborot tanqidiy mulohaza qilinmaydigan va “ishonch asosida” qabul qilinadigan ma’lumot berish usuli tushuniladi” [2].

Suggestiv nutqiy ta’sir quyidagi shaklda amalga oshiriladi: so‘zlovchi tinglovchidan uning biror harakatni amalga oshirishini, biror masalada qarashlarini o‘zgartirishini istaydi. Psixoterapevtik muolaja misolida olsak, shifokor bemorning biror salbiy odatidan voz kechishini, bu harakatni to‘xtatishini maqsad qiladi. Bemorning maqsadi ham aslida uyg‘un bo‘ladi, biroq bu harakatni irodali ravishda o‘zi to‘xtata olmaydi, shu sababdan shifokordan yordam so‘raydi. Psixoterapevt muolaja davomida bemorning ongostiga ta’sir o‘tkazadi va uni salbiy odatidan voz kechishga undaydi. Bu jarayon verbal vositalar yordamida amalga oshiriladi, ya’ni maxsus tanlangan fonetik, leksik, grammatik vositalardan iborat nutq yordamida bemorga ta’sir ko‘rsatiladi. Nutq bemorning ongostiga ta’sir ko‘rsatish orqali uning ongini dasturlash, bemorni ishontirish, qarorlarini o‘zgartirish vazifasini bajaradi. Shuningdek, bu jarayonda ekstralingvistik vositalar (shifokor ovoz toni, tempi, musiqa, xonadagi sukunat kabi) ham ahamiyatlidir. Muolaja ijobiy yakunlansa, bemor o‘zi voz kechmoqchi bo‘lgan salbiy odatdan xalos bo‘ladi. Suggestiv nutqiy ta’sir faqat tibbiyot yoki psixoterapiya bilan cheklanmaydi, psixologiyada, siyosatda, ta’limiy maqsadlarda ham suggestiya keng qo‘llaniladi.

Tahlillar va natijalar

Suggestiv nutqiy ta’sir tibbiyotda samarali qo‘llaniladi. N.Fusko rahbarligida tadqiqotchilar tajriba o‘tkazganlar. Ular periferal venani katerterlashdan oldin bemorlarni uch guruhga ajratganlar. Shifokorlar tomonidan birinchi guruh bemorlarga ijobiy, ikkinchi guruh bemorlarga salbiy mazmunga ega lingvistik birliklar orqali tibbiy muolajaning qanday o‘tishi haqida ko‘rsatma berilgan. Uchinchi guruh uchun esa neytral so‘zlardan foydalanganlar.

Tajriba natijalariga ko'ra muolajadan oldin ijobiy mazmunli gipnotik muloqot o'tkazilgan bemorlar kamroq og'riqni his qilganlarini bildirganlar. Salbiy konnotatsiyaga ega bo'lgan lisoniy vositalarni tinglagan bemorlar esa ko'proq og'riq va noqulaylik his qilganlar. Mualliflar shunday xulosaga kelganlar: "Muloqot qobiliyati tibbiy g'amxo'rlikning asosiy elementi sanaladi. Biroq, ko'pincha, tibbiyot xodimlari bemorlarni salbiy konnotatsiyaga ega so'zlar bilan kutiladigan og'riq haqida ogohlantiradilar (masalan, "og'riqli", "chaqib oladigan" kabi). Bunday munosabat bemorlarga yordam beradi, degan qarash mavjud. Aslida esa salbiy hissiyotlarga bog'liq til vositalaridan foydalanish og'riq va komfort persepsiyasini boshqaradi. Bemorni muolaja og'riqli bo'ladi, deb ogohlantirish ko'proq og'riq va hayajonga sabab bo'ladi hamda nocebo effekti (bemorning davolanishga bo'lgan salbiy kutishlari)ni keltirib chiqaradi. Aksincha, ijobiy so'zlarni qo'llash bemor komfortini ta'minlashga yordam beradi" [3]. Tibbiyotda *placebo effect* va *nocebo effect* tushunchalari keng qo'llaniladi. *Placebo effect* – bemorning tuzalishiga bo'lgan ishonchi, umidlari, yaxshi niyatlari asosida ahvoli yaxshilanishiga erishishni anglatadi, *nocebo effect* esa buning aksidir. Aynan so'z yordamida bemorlarda placebo effectni yarata olish suggestiv ta'sir natijalaridan biri hisoblanadi.

J.Bollinger va boshqalar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda gipnotik suggestiyalarning tamakiga qaramlikni tashlashdagi foydasi o'rganilgan va yuqori ta'sirchanlikka ega shaxslarda bu usul yordam berishi mumkinligi aniqlangan [4]. Kognitiv nuqtayi nazardan, gipnotik suggestiya "yuqoridan pastga tartibga solishning o'ziga xos shakli" sifatida tavsiflangan bo'lib, u vazifani bajarishga xalaqit beradigan chalg'ituvchilarning kuchini kamaytirishi mumkin. Bu o'z-o'zidan yaxshiroq kognitiv nazoratni keltirib chiqarmaydi; balki kognitiv nazoratga bo'lgan ehtiyojni bartaraf qilishi mumkin [4]. Shu sababli psixoterapiyada tamaki, ichkilik, narkotik moddalarga qaramlik aynan suggestiyalar yordamida davolanadi. Psixoterapiya gipnoz, ishontirish bilan davolash usuli [5] sanaladi va psixoterapiyada bemorlar so'zning sehrli kuchi orqali shifo topadilar. Psixoterapiya [psixo... va terapiya] – ruhiy kasal bemorlarni davolash maqsadida so'z, xushmuomalalik bilan hamda qulay sharoit yaratish orqali ular ongiga psixik ta'sir etish. Umumiy va xususiy (yoki maxsus) psixoterapiya farqlanadi. Umumiy psixoterapiya bu shifokorning bemor bilan muloqotlari jarayoni, bunda turli ruhiy ta'sirotlar bemor shaxsiga, uning tuzalishiga ishonch hosil qilish, uni tinchlantirishga tibbiy xodimlarning (vrachlar) noto'g'ri harakatlari tufayli paydo bo'ladigan holatlarning oldini olishga qaratiladi. Bu barcha davolash choralari ichida yordamchi tadbir hisoblanadi. Xususiy psixoterapiyaning tushuntirish, suhbat o'tkazish, ishontirish (bedorlik va gipnoz holatlarida), o'z-o'zini ishontirish (autogen mashq) va boshqa xillari bor. Psixoterapiyada asosiy qurol so'z hisoblanadi. So'z qudrati, uning shifobaxsh ta'siri qadim zamonlardan ma'lum. I.P.Pavlov so'zning oliy nerv faoliyatida qudratli qo'zg'atuvchi ekanini ilmiy jihatdan asoslab berdi. Gipnoz vaqtida psixoterapevtning so'zi bosh miya po'stloq qismining ma'lum bir yerida kuchli qo'zg'alish o'chog'ini vujudga keltiradi va tormozlanish holatiga olib keladi. Bemor bilan shifokor o'rtasida olib boriladigan tushuntirish suhbat psixoterapiyaning yetakchi usuli bo'lib, u to'g'ri olib borilganda har qanday bemor ham tinchlanadi, ham dardi yengillashadi. Ishontirish usuli eng keng tarqalgan. Muhimi, bemorni ishontirish, suhbat oqilona va mulohaza bilan olib borilishi lozim.

Tushuntirish va ishontirish, odatda, birgalikda olib boriladi. Bunda shifokor bilan bemor o'rtasida o'rnatilgan munosabat muhim o'rin tutadi. Shifokorning bemorga va bemorning o'z-o'ziga ta'sir ko'rsatishi psixoterapiyaning muhim usullaridan hisoblanadi. Bedorlik holatida ta'sir etishdan maqsad u yoki bu kasallikni bartaraf etishgina emas, balki bemorni bu holatdan tuzalib ketishiga ishontirish va bunda o'z organizmining kuchiga ishonchini mustahkamlashdan iborat[6]. Psixoterapiya “qalb va ruhni davolash” degan ma'noni anglatadi. Tibbiyot paydo bo'lgandan beri psixoterapiya usulidan keng foydalanilgan. Psixoterapiya usuli asli Sharqda tarqalgan bo'lib, bemorlarni davolashda u eng samarali hisoblangan. Abu Ali ibn Sino, Abu Bakr ar-Roziy, Ismoil Jurjoni, al-Kavrakiy Xazoraspiy kabi buyuk allomalar o'zlarining davolash usullarida giyohlardan tashqari, psixoterapiya usullarini ham qo'llashgan. Asab va ruhiy kasalliklar bilan yotib qolgan bemorlar ularning tashrifi hamda ishlatgan so'zlaridan tuzalib, oyoqqa turib ketganlar. So'z buyuk kuchdir. Psixoterapiyaning asosiy maqsadi ham so'zni topib ishlata bilishda. So'zni bemorni davoshda ishlata olish ham bir san'at. So'z tibbiy psixologning asosiy quroli bo'lib, undan o'ta ehtiyotkorlik bilan foydalanish kerak[7].

Xulosa

Shunday qilib, psixoterapiyada bemorlarda shifo topishga ishonchni mustahkamlash, ularni so'z yordamida davolash muhim sanaladi. Psixoterapevtik muolajalarda ruhiy buzilishlar (vahima, sarosima kabi) va psixik qaramlik (chekish, ichish, giyohvand moddalar iste'mol qilish, qimorbozlik, videoo'yinlarga qaramlik)ni davolashda suggestiyani asosiy vosita sifatida qo'llaydilar.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. <https://www.britannica.com/science/suggestion>
2. Авдеенко И. Структура и суггестивные свойства вербальных составляющих рекламного текста: Автореф. дисс. ...канд. филол.наук. – Барнаул, 2001. – 23 с.
3. Fusco N., et al. Hypnosis and communication reduce pain and anxiety in peripheral intravenous cannulation: Effect of Language and Confusion on Pain During Peripheral Intravenous Catheterization (KTHYPE), a multicentre randomised trial//British Journal of Anaesthesia, 2020, 124 (3). – P.292-298.
4. Bollinger J., et al. Effect of hypnotic suggestion on cognition and craving in smokers//Addictive Behaviors Reports. Volume 11. June 20, 100220//<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853219300574>.
5. Usmanxodjayev A., Abilov O., Turaxanova M. Tibbiy atamalar lug'ati. – Toshkent, 2022. – B.279.
6. Тиббиёт энциклопедияси / Туз.: З.Солихўжаев [ва бошқ.]. – Тошкент: 2016.
7. Ibodullayev Z. Tibbiyot psixologiyasi. – Toshkent, 2019.