



ALLOPETSIIYA KASALLIGIDA IJTIMOIIY STIGMA
SHAKLLANISH MEXANIZMLARI

Ilmiy rahbar: **Djalilova Sojida Hamrayevna**

Tibbiy psixolog (PhD)

Egamberganova Sevinch Faxriddin qizi

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti

„Ijtimoiy psixologiya“ yo‘nalishi 1-kurs magistri

Annotatsiya: Ushbu maqolada allopetsiyaga chalingan bemorlarda ijtimoiy stigma muammosi va uning psixologik oqibatlarini nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Tashqi ko‘rinishdagi o‘zgarishlar, xususan soch to‘kilishi, insonning ijtimoiy hayotdagi o‘zini idrok etishiga, o‘zini qadrlashiga va psixologik barqarorligiga sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Maqolada ijtimoiy stigma tushunchasi, uning mexanizmlari va psixologik moslashuvdagi roliga oid zamonaviy ilmiy qarashlar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: allopetsiya, stigma, o‘zini qadrlash, psixologik travma, ijtimoiy moslashuv, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash

So‘nggi yillarda psixodermatologiya yo‘nalishida allopetsiyaning ruhiy holat bilan o‘zaro bog‘liqligi keng o‘rganilmoqda [1]. Allopetsiya bilan og‘rigan shaxslar ko‘pincha tashqi ko‘rinishdagi o‘zgarishlar sababli o‘ziga ishonchni yo‘qotadi, ijtimoiy muhitda o‘zini noqulay his qiladi va bu holat depressiv reaksiyalarni kuchaytiradi [2]. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, jamiyatdagi go‘zallik standartlari va tashqi ko‘rinish haqidagi stereotiplar ushbu bemorlarning ijtimoiy moslashuviga to‘siq bo‘ladi [3]. Allopetsiyaga chalingan bemorlar uchun bu holat nafaqat jismoniy o‘zgarish, balki ijtimoiy identifikatsiya inqirozidir. Ayniqsa, ayollar orasida soch to‘kilishi go‘zallik va feminitet bilan bog‘liq bo‘lgani sababli kuchli ruhiy bosim keltirib chiqaradi. Goffman o‘zining „Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity“

asarida stigma tushunchasini jamiyatda “normal” deb qabul qilingan ko‘rinishdan farq qiluvchi shaxsga nisbatan paydo bo‘ladigan salbiy ijtimoiy baho sifatida ta’riflaydi. Keyingi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, stigma shaxsning o‘zini qadrlashiga, ijtimoiy moslashuviga va ruhiy barqarorligiga chuqur ta’sir ko‘rsatadi.

Ijtimoiy stigma va uning allopetsiyaga chalingan bemorlarga psixologik ta’siri-bu jamiyat tomonidan ma’lum bir farqlanuvchi belgiga ega shaxslarga nisbatan shakllanadigan salbiy ijtimoiy munosabat yoki baholashdir [4]. Stigma tushunchasi ilk bor E. Goffman tomonidan ijtimoiy psixologiya doirasida o‘rganilib, u “shaxsning jamiyatda qabul qilingan normalardan chetga chiqishi” sifatida talqin etilgan. Shu nuqtai nazardan, allopetsiyaga chalingan insonlarda ham jamiyatning ularni “kasallik belgisi” yoki “estetik kamchilik” sifatida qabul qilishi ko‘p uchraydi [5]. Bunday stereotipik qarashlar ularning psixologik holatiga bevosita salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Tashqi ko‘rinishdagi o‘zgarishlar insonning o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytirib, ijtimoiy faolligini cheklaydi. Shaxsda paydo bo‘ladigan uyat hissi, xavotir, ijtimoiy qo‘rquv va o‘zini chetga olish kabi psixologik reaksiyalar ijtimoiy moslashuv jarayonini sekinlashtiradi [6]. Ayniqsa, tashqi ko‘rinishga yuqori e’tibor beriladigan kasblarda yoki yoshlar orasida stigma kuchliroq seziladi. Bu holat bemorning jamiyat bilan o‘zaro munosabatida psixologik to‘siqlarni yuzaga keltiradi. Ba’zi mualliflar stigma natijasida o‘zini past baholash, introversiya, ijtimoiy izolyatsiya, va hatto depressiv holatlar kuchayishini ta’kidlaganlar [7]. Bunday shaxslar ko‘pincha o‘z tashqi ko‘rinishidan uyalishadi, jamoat joylarida o‘zini noqulay his qilishadi va boshqalar tomonidan rad etilishidan qo‘rqishadi. Natijada, ular jamiyatdan uzoqlashib, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash manbalaridan mahrum bo‘lishadi.

Stigmatizatsiya — ayrim holatga duch kelgan odamlarning to‘liq ijtimoiy qabul qilinishidan chetlashtirilish holatini ifodalovchi hodisadir.



Ushbu hodisa bemorning o'z tashabbusi bilan (ichki stigma) yoki ularni o'rab turgan muhit tomonidan (tashqi stigma) yuzaga kelishi mumkin [11].

Bemor o'z holatidan kelib chiqqan og'ir yukni asosida stigmatizatsiya ruhiy kasalliklarning rivojlanishiga olib kelishi va hayot sifatini sezilarli darajada yomonlashtirishi mumkindir[12].Dermatologik kasalliklar keng tarqalgan va terining ko'rinadigan o'zgarishlari sabab stigmatizatsiya kuchayishiga hamda uning ko'plab bemorlar hayotiga salbiy ta'siri tufayli Germaniyaning Federal sog'liqni saqlash vazirligi (BMG) "In meiner Haut" ("Mening terimda") nomli loyihani terisida ko'rinadigan o'zgarishlari bo'lgan insonlarni destigmatizatsiya qilish maqsadida boshlab bergan [13,14].

Psixologik nuqtai nazardan, stigma insonning "men-konsepsiyasi"ni buzadi, bu esa o'z navbatida o'zini qadrlash va ijtimoiy ishonchning pasayishiga olib keladi. Shu sababli, allopetsiyaga chalingan shaxslar bilan ishlashda psixologik reabilitatsiya, ijtimoiy moslashtirish dasturlari va psixoterapevtik qo'llab-quvvatlov muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday yondashuv nafaqat bemorning ruhiy holatini tiklash, balki jamiyatdagi stereotiplarni kamaytirishga ham xizmat qiladi.

Psixologik oqibatlar

Allopetsiyaga chalingan bemorlarda kuzatiladigan asosiy psixologik oqibatlar quyidagilar:

- O'ziga ishonchning pasayishi va tananing salbiy idroki [8].
- Depressiv holatlar va xavotir buzilishlari [9].
- Ijtimoiy chekinish, odamlar bilan muloqotdan qochish;
- Identifikatsiya inqirozi — shaxsning o'zini kim sifatida qabul qilishdagi ichki ziddiyatlar.

Psixologik moslashuvni ta'minlashda psixoterapiya, psixoedukatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va oila a'zolarining ruhiy yordami muhim rol o'ynaydi [10].

Ijtimoiy stigma shakllanishi





Ushbu ilmiy ishlar shuni ko'rsatadiki, alopetsiya bilan bog'liq stigmatizatsiya faqat tibbiy emas, balki jiddiy psixologik va ijtimoiy omil hisoblanadi — u o'z-o'zini baholashga, hayot sifatiga, tashvish va depressiya darajasiga ta'sir ko'rsatadi.

Kuzatuvlarda shunday bir tendensiya bor: psixologik zarar ko'proq soch to'kilishining og'irligiga emas (obyektiv ko'rsatkichga), balki kasallikni qanday qabul qilish va o'zini stigmalangan his qilish darajasiga bog'liq. Masalan, Christou va ham mualliflarining tadqiqotida bu alohida ta'kidlangan [15].

Stigma ikki shaklda namoyon bo'lishi mumkin:

- tashqi stigma (ijtimoiy rad etish, noqulaylik, boshqalarning munosabati),
- ichki stigma (uyat, o'zini ayblash, o'zini past baholash).

Har ikkisi ham bemor holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Kacar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda bu jihatlar aniq ko'rsatilgan [16].

Xulosa. So'nggi yillarda psixodermatologik tadqiqotlar alopetsiya va ruhiy holat o'rtasidagi chuqur o'zaro bog'liqlikni yaqqol ko'rsatmoqda. Alopetisiya nafaqat jismoniy o'zgarish, balki shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasi, o'ziga bo'lgan munosabati va jamiyatdagi mavqeiga ta'sir etuvchi psixologik omildir. Tashqi ko'rinishning o'zgarishi ko'plab bemorlarda o'ziga ishonchning pasayishiga, ijtimoiy noqulaylikka, depressiv va tashvishli holatlarning kuchayishiga olib keladi. Jamiyatdagi go'zallik standartlari, estetik me'yorlar va tashqi ko'rinish haqidagi stereotiplar alopetisiyaga chalingan shaxslarning ijtimoiy moslashuvini sezilarli darajada cheklaydi.

O'tkazilgan tadqiqotlar psixologik zarar darajasi ko'proq soch to'kilishining obyektiv og'irligiga emas, balki bemorning kasallikni qanday qabul qilishi va o'zini stigmalangan deb his qilish darajasiga bog'liqligini tasdiqlaydi. Natijada, alopetsiya ko'pincha depressiv reaksiyalar, tashvish





buzilishlari, ijtimoiy chekinish, o'ziga past baho va identifikatsiya inqiroziga sabab bo'l

Shu bois, allopetsiya bilan og'rigan shaxslar bilan ishlashda psixologik reabilitatsiya, psixoterapevtik yordam, psixoedukatsiya, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini kuchaytirish muhim hisoblanadi. Bunday yondashuv nafaqat bemorning ruhiy holatini yaxshilaydi, balki jamiyatdagi stigmatik stereotiplarni kamaytirishga, ijtimoiy inklyuziyani rivojlantirishga xizmat qiladi..

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Hunt N., McHale S. "The psychological impact of alopecia." BMJ, 2005.
2. Rossi A. et al. "Alopecia areata and quality of life." Clinics in Dermatology, 2017.
3. Cash T.F. "The psychology of physical appearance." Body Image Journal, 2011.
4. Goffman E. "Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity." Prentice-Hall, 1963.
5. Papadopoulos L. et al. "Psychodermatology: The psychological impact of skin disorders." Cambridge University Press, 2010.
6. Kent G., Al-Abadie M. "Psychological effects of alopecia areata." Journal of Psychosomatic Research, 1996.
7. Tucker P. "Self-esteem and coping strategies in hair loss." British Journal of Dermatology, 2009.
8. Walker S., Ginsburg I.H. "Social stigma and appearance." Journal of Social Psychology, 2012.
9. Thomas J., Schwartz R.A. "Alopecia areata: causes and consequences." Clinical Reviews in Allergy & Immunology, 2018.
10. Papadopoulos L. "Integrative approaches in psychodermatology." Journal of Health Psychology, 2020.



11. www.researchgate.net/publication/345939134_Stigmatization_caused_by_hair_loss_-_a_systematic_literature_review
12. Harth W. Psychosomatik der Kopfhaut. Hautarzt 2017; 68(6): 445–8
13. Tizek L, Schielein MC, Seifert F et al. Skin diseases are more common than we think: screening results of an unreferrred population at the Munich Oktober fest. J Eur Acad Dermatol Venereol 2019; 33(7):1421–8
14. Augustin M, Sommer R, Topp J et al. Umsetzung der WHO Psoriasis-Resolution in die Öffentlichkeit: Ein bundesweites Pro-gramm gegen Stigmatisierung bei chronisch sichtbaren Hauter-krankungen. Available from https://www.egms.de/static/de/meetings/dkv_f2018/18dkvf411.shtml (Last accessed May 7, 2019)
15. Evangelos Christou, Nikolina Lalagianni, Sheila M McSweeney, Chantal Cotter, Chuin Ying Ung, Jessica Walburn, Paul McCrone, Mark A Turner, John A McGrath, John Weinman, Christos Tziotzios, Psychosocial burden and the impact of illness perceptions and stigma on quality of life, anxiety and depression in alopecia areata: results from the Alopecia + Me study, British Journal of Dermatology, Volume 193, Issue 3, September 2025, Pages 458–467, <https://doi.org/10.1093/bjd/ljaf189>
16. Kacar SD, Soyucok E, Bagcioglu E, Ozuguz P, Coskun KS, Asik AH, Mayda H. The Perceived Stigma in Patients with Alopecia and Mental Disorder: A Comparative Study. Int J Trichology. 2016 Jul-Sep;8(3):135-40. doi: 10.4103/0974-7753.189005. PMID: 27625566; PMCID: PMC5007920.