



**SHAXSIYATNING ASTA-SEKIN YO‘QOLISHI: ALTSGEYMERDA  
‘MEN’ TUSHUNCHASI**

**Kaxramanova Baljan Kuchkar qizi**

E-mail: [baljankahramanova627@gmail.com](mailto:baljankahramanova627@gmail.com)

Ilmiy rahbar: **Jo‘rayeva Dildora Nasirdinovna**

***Annotatsiya:** ushbu maqola Altsgeymer kasalligining shaxsiyatga, xususan, bemorning o‘ziga bo‘lgan "men" tushunchasiga ta‘sirini chuqur tahlil qiladi. Kasallikning dastlabki bosqichlaridan tortib to oxirgi bosqichlarigacha xotira, emotsiya, xulq-atvor va shaxsiy identifikatsiyaning asta-sekin yo‘qolishi jarayonini o‘rganadi. Shuningdek, yaqinlarning bu jarayondagi roli, bemorning qadr-qimmatini saqlab qolishga qaratilgan terapiya usullari va umumiy xulosa bayon etiladi. Maqolada "men" tushunchasining falsafiy va psixologik asoslari ham yoritilgan.*

***Kalit so‘zlar:** ltsgeymer kasalligi, shaxsiyat yo‘qolishi, "men" tushunchasi, xotira buzilishi, demensiya, shaxsiy identifikatsiya.*

**KIRISH**

Altsgeymer kasalligi, demensiyaning eng keng tarqalgan shakli sifatida, nafaqat xotira va kognitiv funksiyalarni, balki insonning o‘ziga bo‘lgan "men" tushunchasini ham asta-sekin yo‘qotishiga olib keladigan murakkab nevrodegenerativ xastalikdir. Bu kasallik shaxsiyatning mohiyatiga ta‘sir qilib, o‘zini anglash, dunyo bilan munosabat va shaxsiy o‘ziga xoslikning asta-sekin parchalanishiga sabab bo‘ladi. Ushbu maqolada Altsgeymer kasalligining bemorning "men" tushunchasiga qanday ta‘sir qilishi, bu jarayonning turli bosqichlari va uning oqibatlari tahlil qilinadi. Shuningdek, bemorlar va ularning yaqinlari uchun qo‘llaniladigan yordamchi va terapevtik usullar ham yoritiladi.



## ASOSIY QISM

Altsgeymer kasalligi, dunyoda demensiyaning eng keng tarqalgan shakli sifatida, nafaqat xotira va kognitiv qobiliyatlarni, balki shaxsiyatning asosiy jihatlarini ham asta-sekin yo‘qotishiga olib keladigan progressiv nevrodegenerativ xastalikdir. Bu kasallikning boshlang‘ich bosqichlarida bemorlar xotira bilan bog‘liq muammolarni sezilar-da, kasallik rivojlanar ekan, ular o‘zlarini, o‘z dunyoqarashlarini va o‘zlarini boshqalar bilan munosabatlarini ifodalovchi "men" tushunchasini asta-sekin yo‘qotishadi. Bu yo‘qotish shunchaki xotira yo‘qotishdan ko‘ra chuqurroq va murakkabroqdir; u shaxsning o‘ziga bo‘lgan hissini, o‘ziga xos xususiyatlarini, qadriyatlarini va dunyo bilan bo‘lgan aloqasini o‘zgartiradi. Bemorlar o‘zlarini tushunmay qolishlari, o‘z xatti-harakatlarini tushunmay qolishlari yoki o‘zlarini begona odamlardek his qilishlari mumkin. Bu jarayon nafaqat bemor uchun, balki uning yaqinlari uchun ham katta azob-uqubatlarga sabab bo‘ladi [1].

"Men" tushunchasi, ya‘ni shaxsning o‘ziga bo‘lgan hissi, falsafa va psixologiyada uzoq vaqtdan beri muhokama qilinib kelingan murakkab mavzu. Falsafiy nuqtai nazardan, "men" o‘zini anglash, o‘z faoliyatini kuzatish va vaqt o‘tishi bilan o‘zining davomiyligini his qilish qobiliyati bilan bog‘liq. Jon Lokk kabi faylasuflar "men"ni xotira orqali aniqlaganlar, ya‘ni o‘zining o‘tmishdagi tajribalarini eslay oladigan va ularni o‘ziga bog‘lay oladigan shaxs o‘zini "men" deb his qiladi. Psixologiyada, "men" shaxsiy identifikatsiyaning markaziy qismi bo‘lib, u o‘zini boshqalardan ajrata olish, o‘z fikrlari, his-tuyg‘ulari va maqsadlariga ega ekanligini bilishni o‘z ichiga oladi. Bu tushuncha o‘zini hurmat qilish, o‘ziga ishonch va ijtimoiy munosabatlarda o‘z o‘rnini topish uchun asosdir.



Altsgeymer kasalligi esa aynan shu asosiy komponentlarga ta'sir qilib, "men" tushunchasining yemirilishiga olib keladi.

Altsgeymer kasalligining dastlabki bosqichlarida eng ko'zga tashlanadigan alomatlardan biri xotira yo'qotishdir, ayniqsa, yaqinda sodir bo'lgan voqealar va ma'lumotlarni eslab qolish qiyinlashadi. Ammo, bu yo'qotish faqat faktlarni eslash bilan cheklanmaydi. Bemor o'zining yaqinlarini, o'zining kundalik odatlarini, o'zining tajribalarini unutishni boshlaydi. Masalan, yaqinda o'tkazilgan muhim voqea haqida eslay olmaslik, o'z farzandlarining ismlarini unutish yoki o'zining sevimli mashg'ulotlaridan zavq olmaslik kabi holatlar yuzaga keladi. Bu xotira yo'qolishi o'zining o'tmishiy "men"i bilan bo'lgan aloqasini uzib, shaxsiy rivojlanish va o'zini anglash uchun zarur bo'lgan izchillikni buzadi. Bemor o'zini "men kim edim" degan savolga javob topolmay qoladi, chunki uning xotirasi uning kimligini shakllantirgan tajribalarni o'chirib tashlaydi. Bu esa o'ziga bo'lgan ishonchni susaytiradi va asta-sekin o'ziga bo'lgan aloqani zaiflashtiradi.

Altsgeymer kasalligida kognitiv buzilishlar bilan bir qatorda ko'pincha emotsional va xulq-atvor o'zgarishlari ham kuzatiladi. Bemorlar ko'pincha xavotirga tushish, tushkunlikka berilish, jahldorlik, parishonlik yoki befarqlik kabi his-tuyg'ularni boshdan kechiradilar. Bunday o'zgarishlar ularning o'zlarini idrok etishlariga katta ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'zining avvalgi xushchaqchaqligi yoki sabr-toqati yo'q olganini payqagan bemor o'zini yomon his qilishi mumkin. Agar bemor o'zini doimo xafa yoki jahldor deb his qilsa, bu uning "men" tushunchasini salbiy tomonga o'zgartirishi mumkin [2]. U o'zini "yomon odam" yoki "yoqimsiz odam" deb his qila boshlashi mumkin, bu esa o'zini hurmat qilishni yanada kamaytiradi. Ba'zan, bemorlar o'zlarining ichki holatlarini tushunmay, tashqi



omillarga (masalan, boshqalarga) sababni izlashlari mumkin, bu esa ijtimoiy munosabatlarda kelishmovchiliklarga va yanada ko‘proq tushkunlikka olib keladi. Bu o‘zgarishlar shaxsning o‘zini boshqarish qobiliyatini ham susaytiradi. Altsgeymer kasalligi rivojlanar ekan, shaxsiy identifikatsiyaning turli qatlamlari yemiriladi. Bu qatlamlar o‘z ichiga oladi: o‘zining professional identifikatsiyasi (masalan, "men shifokorman"), oilaviy identifikatsiyasi (masalan, "men otanonaman"), ijtimoiy identifikatsiyasi (masalan, "men do‘stman") va shaxsiy qadriyatlar va e‘tiqodlar. Bemor o‘zining kasbini eslay olmaganda yoki o‘z oila a‘zolarini tanimay qolganda, uning bu identifikatsion qatlamlari yemiriladi. Bu shaxsning o‘zini dunyoda qayerda joylashganini va uning hayotdagi roli nima ekanligini tushunishiga qiyinchilik tug‘diradi. Agar bemor o‘zining avvalgi qadriyatlarini yoki axloqiy tamoyillarini unutib qo‘ysa, bu uning "men" tushunchasining asosini ham qadrsizlantirishi mumkin. Bu yemirilish jarayoni shaxsning o‘zini bir butun va izchil shaxs sifatida ko‘rish qobiliyatini yo‘qotishiga olib keladi. Uning kimligini aniqlash uchun zarur bo‘lgan ichki "kompas" ishdan chiqadi.

Kasallikning og‘ir bosqichlarida bemorlar ko‘pincha o‘zlarini o‘zlari ham tanimaydigan holatga tushadilar. Ular o‘zlarining atrofidagi dunyoni, o‘zlarining xonalarini, hatto o‘z aksini ham tanimay qolishlari mumkin. Bu holat, "prosopagnoziya" (yuzlarni tanimaslik) va "aniomiy afaziya" (so‘zlarni eslay olmaslik) kabi belgilar bilan birga, bemorning realikka aloqadorligini sezilarli darajada kamaytiradi. Ular o‘zlarini qandaydir tushda yurganlardek his qilishlari mumkin, bu yerda narsalar mantiqsiz va tushunarsiz ko‘rinadi. O‘zlarini begona his qilish, o‘z tanasini ham tanimaslik holatlari "shaxsiy depersonalizatsiya" deb



ataladi. Bu holatda bemor o'zini go'yo kuzatuvchi sifatida ko'radi, o'zining fikrlari, hissiyotlari va harakatlariga aloqador emasdek his qiladi. Bu "men"ning mutlaqo parchalanishi va yo'qolishining yaqqol ko'rinishidir. Altsgeymer kasalligiga chalingan bemorlarning yaqinlari uchun bu jarayon juda og'riqlidir. Ular o'z sevimli insonlarining asta-sekin o'zlaridan uzoqlashib, o'zlariga begona bo'lib qolayotganini ko'rishadi. Shunga qaramay, yaqinlar ko'pincha bemorning qolgan "men"ini saqlab qolishga harakat qiladilar. Bunga o'z ichiga oladi: bemorning sevimli mashg'ulotlari bilan shug'ullanishiga yordam berish, ularning xotiralarini rag'batlantiradigan rasmlar, musiqa yoki hikoyalar bilan o'rtoqlashish, ularning hissiyotlariga tushunish va sabr bilan munosabatda bo'lish. Bemorning o'zini xavfsiz va sevimli his qilishi, hatto xotirasi zaiflashgan bo'lsa ham, uning qolgan "men"iga yordam berishi mumkin. Ba'zan, yaqinlar bemor bilan suhbatlashganda, uning o'zini tanishi va o'zini qanday his qilishini tushunishga harakat qilib, uning hozirgi "men"ini qabul qilishga tayyor bo'lishadi. Bu jarayon, asosan, bemorning qadr-qimmatini saqlab qolishga qaratilgan bo'ladi. Altsgeymer kasalligid a shaxsiyatning yo'qolishini to'liq to'xtatib bo'lmasa-da, turli terapiya va yordam usullari bemorning qolgan "men"ini saqlab qolishga va hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi. Kognitiv stimulyatsiya terapiyasi (KST) bemorlarni fikrlashga, xotiralarni eslashga va ijtimoiy munosabatlarni rag'batlantirishga yordam beradi. San'at va musiqa terapiyalari emotsional ifodani qo'llab-quvvatlaydi va bemorlarga o'zlarini ifoda etishlariga yordam beradi, hatto ular so'zlarni topa olmasalar ham [3]. "Realitniya orientatsiya" (RO) texnikalari bemorlarga vaqt, joy va shaxslar haqida ma'lumot berib, ularni real dunyoga bog'lashga yordam beradi. Eng muhimi, bemorlarga mehr-shafqatli, tushunchali va



hurmatli munosabatda bo'lish. Bemorning o'zini qadrlangan va tushunilgan his qilishi, uning "men" tushunchasining qolgan parchalarini saqlab qolishda katta rol o'ynaydi. Yaqinlarining sabri va muhabbati bu jarayonda juda muhimdir.

Altsgeymer kasalligi "men" tushunchasining asta-sekin yemirilishi va yo'qolishi bilan kechuvchi fojiali jarayondir. Xotira, emotsiya, xulq-atvor va shaxsiy identifikatsiyaning turli jihatlariga ta'sir ko'rsatib, kasallik shaxsni o'zidan ajratadi. Biroq, bu yo'qotish jarayonida ham, bemorning qadr-qimmatini saqlanib qoladi. Ular hali ham his-tuyg'ularni his qila oladilar, ba'zan o'zlarini tanish odamlarga bo'lgan munosabatlarida sevgi va mehr ko'rsata oladilar. Eng muhimi, ularning insonga xos bo'lgan qadr-qimmatini hech qachon yo'qolmaydi. Yaqinlarining tushunchasi, sabri va muhabbati bemorning qolgan "men"ini qo'llab-quvvatlaydi va ularga insoniy munosabatda bo'lishning ahamiyatini ta'kidlaydi. Altsgeymerda "men"ning yo'qolishi chuqur qayg'uli bo'lsa-da, biz insonning qadr-qimmatini va sevgi kuchini hech qachon unutmasligimiz kerak. Ushbu kasallik bilan kurashayotgan insonlarga nisbatan hamdardlik va hurmat bilan yondashish eng muhimdir.

### **XULOSA**

Altsgeymer kasalligi insonning "men" tushunchasini asta-sekin yo'qotishiga olib keladigan og'riqli jarayon bo'lib, u xotira, identifikatsiya va o'zini anglashning turli jihatlariga ta'sir qiladi. Bu kasallik bemorni o'zidan ajratsa-da, uning insonga xos bo'lgan qadr-qimmatini va sevish qobiliyatini saqlanib qoladi. Yaqinlarining mehr-shafqati, tushunchasi va qo'llaniladigan terapevtik usullar bemorning qolgan "men"ini qo'llab-quvvatlashda va uning hayot sifatini



yaqshilashda muhim rol o‘ynaydi. Eng muhimi, Altsgeymer bilan kasallangan har bir insonning qadr-qimmatini va insonga xosligini hurmat qilishdir.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Соколова, Е. (2025). Клиническая психология утраты Я. ЛитРес.
2. Митус, О. Д., & Гильванова, К. М. (2021). Психологическое сопровождение людей с деменцией при болезни Альцгеймера. In Scientific achievements of the third millennium (pp. 89-96).
3. Мещерякова, Е. М. (2025). Психология личности: идентичность и временная перспектива.