

## KEKSA YOSHDAGI BEMORLAR BILAN SUHBATLASHISH XUSUSIYATLARI

*Hamraqulova Aziza Juraqulovna,  
Hayriyeva Nigora Zoxirovna,  
Najmiddinova Nazira Pardaboyevna  
Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi  
texnikumi o'qituvchilari*

**Anatatsiya:** Ushbu maqolada keksa yoshdagi bemorlar bilan muloqot jarayonidagi holatlar, ya'ni keksa yoshdagilar va keksa bemorlarning kasalliklaridan kelib chiqib muloqot qilish, chiroyli muomala madaniyatini qo'llash orqali ularni depress holatlaridan olib chiqish va sog'ayib ketishi uchun o'ziga bo'lgan ishonchini tiklashga qaratilgan.

**Kalit so'zlar:** Keksalar odamlar demensiyasi, psixologik xususiyatlar, ob'ektiv yondashuv, keksa yoshdagilar psixikasi, stereotiplar.

Jamiyatda keksaygan insonlar soni ortib borgan sari uzoq muddatli parvarish bilan shug'ullanadiganlar soni ham ortib borish bilan birga qariyalar bilan muloqot qilish imkoniyatlari ham oshib bormoqda. Ko'plab insonlar keksalar bilan muloqotni unutadilar. Oqibatda keksalar ranjib ham qolishadi.

Keksalar bilan yumshoq suhbatlashishga imkon beradigan nutq uslubining o'ziga hos xususiyatlari mavjuddir.

Yoshi ulg'aygan sari, yuqori chastotali tovushlarni eshitish hamda tez gapiradigan tovushlarni ham eshitish qiyinlashadi. Shuning uchun, ularga sekin va aniq ovozda qo'pol va dag'al bo'lmagan ovozda so'zlashish lozim bo'ladi. Birdaniga baland ovozda gapirish keksa yoshdagi insonlarga nisbatan hurmatsizlik hisoblanadi. Har bir so'zlayotgan nutqimizni o'ylab va fikrlab gapirishi lozim. Keksalar yoshdagi insonlar bilan muloqot jarayonida ularni gapirayotgan fikrini tugallamagunicha so'z qo'shmaslik, fikrini bosh chayqatib ma'qullab turish, ularni fikrini to'g'riligi haqida o'ziga bildirib turish kerak bo'ladi. Keksalar yoshdagi bemorlarni hikoyasi tugamagunicha, ularni tinglash orqali sizni qiziqtirayotganini bildirish lozim. So'ng, gaplashib bo'lgach, savollar berish orqali suhbatni kengaytirish maqsadga muvofiqdir.

Bundan tashqari, agar siz qishloqda bo'lsangiz, standart tilda gapirish o'rniga, ba'zi lahjalar aralashgan holda gapirish sizga tanish bo'lishi mumkin.

Gapirishdan tashqari, agar siz yuz ifodalarinigizga e'tibor bersangiz va ular bilan qanday munosabatda bo'lsangiz, muloqot yanada yumshoq bo'ladi. Bir-birlari bilan suhbatdan zavq olish uchun, ularga boshqa odamga keskinlik tuyg'usini beradigan qattiq ifoda bilan emas, balki yorqin tabassum bilan muomala qilish muhim bo'ladi.

Bundan tashqari, nima haqida gapirayotganingizni eshitishni osonlashtirish uchun, orqadan emas, yon tomondan yoki old tomondan gapirish yaxshiroqdir.

Qolaversa, keksa yoshdagi bemor tushkunlikka tushganda yoki qayg'uga tushganda, uning orqasiga tegish, ya'ni silash yoki qo'llarini ushlab turish kabi og'zaki bo'lmagan muloqotdan foydalanish ham muhimdir. Imo-ishora bilan muloqot qilish ko'pincha suhbat paytida keksa odamlarning munosabatini o'zgartiradi.

Har safar qariyalar bilan suhbatlashganda, yangi mavzular va hikoyalar tayyorlash shart emas. Aslida, keksa odamlar bilan tez-tez gaplashadigan ko'p odamlar buni boshdan kechirishadi, lekin keksa odamlar ko'pincha hayot tajribasida sinalgan voqeyliklarni ibrat va nasihat tariqasida aytib o'tailar. Ularning har bir gaplari oltinga tengdir. Ularni diqqat bilan tinglashdan boshqa chorasi yo'q, shuning uchun ular ilgari ham xuddi shu narsani gapirganini ko'rsatish o'rniga, diqqat bilan tinglayotganligingizni hamda birinchi marta eshitayotgandek ko'rsatiishingiz kerak bo'ladi. Eshitishdan charchamaslik uchun, avvalgisidan boshqacha savol berish yaxshiroqdir.

Kundalik hayotimizda keksalar bilan ko'proq aloqada bo'lamiz, shu sababli bemorning holati haqida gap ketganda ehtiyot bo'lib, vaziyatdan kelib chiqib gapirish, shundan so'ng ularni tinglash, suhbatni yumshoq qilish uchun esa tinch va baland ovozda gapirish lozim bo'ladi. Bundan tashqari, bir narsani takror-takror aytsa ham, inkor qilmasdan tinglash muhimdir.

Keksa yoshdagi bemorlar bilan muloqotni bemorning holatiga ko'ra 5 ta maslahatni ko'rib chiqamiz:

- 1-maslahat: past ovoz bilan aniq gapiring!
- 2-maslahat: Yaxshi tinglovchiga aylaning!
- 3-maslahat: Salbiy hikoyalari ko'p bo'lgan odamlardan biznes bilan shug'ullanishni so'rang!
- 4-maslahat: Keksa odamlar demensiyasi bilan muomala qilganda, boshqa odamning dunyosiga boring!
- 5-maslahat: og'zaki bo'lmagan muloqotdan foydalaning! Keksalar alohida emas.

Keksa yoshdagi bemorlar to'g'ri eshitishlari uchun baland ovozda gapirish o'rniga, "past" ovoz bilan "aniq" va tushunarli qilib gapirish lozim bo'ladi. Ma'lumotlarni ortiqcha yuklamaslik va ularning yaxshi tushunishlarini osonlashtirish uchun alohida so'zlar bilan gapirish tavsiya etilmaydi. Ya'ni, yon yoki orqa tomondan emas, iloji boricha old tomondan gapirish muhimdir. Agar bemor yotoqda yoki nogironlar aravachasida bo'lsa, uning holatidan kelib chiqib, holatingizni pasaytirib, unga qarab suxbatlashish tavsiya etiladi. Bu esa keksa yoshdagi bemorning eshitishi va tushunishini osonlashtiradi.

Keksa odamlar bilan gaplashganda, ular tez -tez bir hikoyani takrorlaydilar. Buning sababi, yoshi ulg'aygan sari qisqa muddatli xotirani unutish osonroq. Keksa yoshdagi bemorlar bilan muloqotni osonlashtirish uchun birinchi navbatda "yaxshi tinglovchi" bo'lish kerak bo'ladi. Bemorning hikoyasini chin dildan "tinglash" - bu parvarish qiluvchining muloqot qilishidagi asosiy pozitsiyasidir.

Keksa yoshdagi bemorlar bilan gaplashib, bemor bilan ishonch munosabatlarini o'rnatish uchun, asta-sekin gaplashishga vaqt ajratishga to'g'ri keladi. Keksa yoshdagi bemorlarni muvaffaqiyatli tinglashning kalitlaridan biri – boshqa narsaga chalg'imasdan, o'zingizni xotirjam his qilishdir.

Bemorlarga yordam berayotganingizni his qilish - bu hayot sifatini yaxshilash uchun zarur bo'lgan hissiyotdir.

Keksa odamlarda demensiya - bu kasallik, unda aql, xotira va fikrlashning tushkunlik jarayoni boshlanadi. Buzilish miyaning hujayrali halokati bilan oqlanadi. Keksalik demensiyasi bo'lsa, qarindoshlar kekxa odamning dastlabki unutuvchanligini sezmaydilar va bemorning g'ayrioddiy xatti-harakatlari bo'lgan taqdirdagina signal berishadi. Keksalik demensiyasi u haqiqatdan butunlay farq qiladi, bunday holda, ushbu bemor bilan muloqot jarayonida u bilan oldin ham gaplashganingiz haqidagi dalillarni ko'rsatmaslik va yoki rad qilmaslik lozim, balki xuddi boshqa odamning olamiga borayotgandek muloqot qilishga harakat qilish kerak bo'ladi. Demansi bo'lgan bemorlar doimo o'zlarini yo'qotib qo'yadigan tashvish, tartibsizlik, g'azab va sabrsizlik bilan kurashadilar. Shu sababli, demensiyasi bo'lgan qariyalar bilan muloqot jarayonida ular bilan yaqin bog'lanishga harakat qilish lozim.

Keksa va kekxa yoshdagi psixikaning xususiyatlarini bilish, kekshalikdan kelib chiqadigan ruhiy o'zgarishlar mexanizmini tushunish, tibbiy xodimlarning kekxa yoshdagi bemorlarga yondashuvining asosini tashkil qiladi. Geriatrik yordam ko'rsatish ba'zida somatik patologiya emas, balki kekxa yoki kekxa odamning kasal bo'lib qolishiga sabab bo'ladigan salbiy ijtimoiy omillar (ishdagi va kundalik hayotdagi stereotiplarning o'zgarishi, oiladagi nizolar va boshqalar)ni o'rganish asosiy o'rin tutadi. Shuning uchun, ayniqsa, katta yoshdagi bemorlarning ruhiy holatiga e'tibor qaratish lozim. Har qanday stressli vaziyat ularda bir qator o'zgarishlarni keltirib chiqarishi mumkin, bu esa yashirin patologik jarayonlarning kuchayishiga va og'ir sharoitlarning rivojlanishiga olib keladi. Ko'plab kekxa va kekxa yoshdagi bemorlarni birinchi navbatda yolg'izligini oldini qilish kerak. Yaxshi maslahat, turmush tarzini o'zgartirishga yordam berish va yaqinlar bilan munosabatlarni normallashtirish ko'pincha sog'likni yaxshilashning asosiy omillaridan biridir.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash lozimki, tibbiy xodim va qarovchi insonning kekxa yoshdagilar va kekxa yoshdagi bemorlar bilan muloqot jarayonida ularni ruhiy holatiga, kayfiyatiga, kasallangan kasalligi turiga qarab muomala madaniyatini o'rnatish joizdir.

### Adabiyotlar

1. Kekxa Odamlarning Kasalliklari 22 BOB, Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013-yil.
2. O'zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
3. Mamavaliyev N. S, Djaxangirov I. A., Atlas po manipulyatsionnoy texnike i uxodu za bolnimi, T., 1997 год