



ERKAKLAR BEPUSHTLIGI PSIXOLOGIYASI

Narmetova Yulduz Karimovna

Toshkent davlat tibbiyot universiteti dotsent,
psixologiya fanlar doktori

Quyliyev Toshtemir Bayramali o'g'li

Toshkent davlat tibbiyot universiteti talabasi
<https://doi.org/10.5281/zenodo.17797515>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 25-noyabr 2025 yil
Ma'qullandi: 28-noyabr 2025 yil
Nashr qilindi: 30-noyabr 2025 yil

KEY WORDS

erkaklar bepushtligi, psixologik ta'sir, depressiya, xavotir, erkaklik identiteti, jinsiy funksiyalar, ijtimoiy stress, psixologik qo'llab-quvvatlash, hayot sifati juftlik muammolari

ABSTRACT

Erkaklar bepushtligi odatda faqat tibbiy masala sifatida ko'rilsa-da, uning psixologik tomonlari ham muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, erkak omili bilan bog'liq bepushtlik holatlarida depressiya, xavotir, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi va erkaklik identitetining shikastlanishi kabi psixologik muammolar uchraydi. Shu bilan birga, bepushtlik erkaklarning jinsiy faoliyatiga, er-xotin munosabatlariga, jamiyatdagi roli va o'zini qadrdiqimmati bilan bog'liq stress omillariga ta'sir qiladi. Davolash jarayonida psixologik qo'llab-quvvatlash yetishmasligi esa bu jarayonni murakkablashtirishi mumkin. Shu maqola erkak bepushtligi bilan birga kelayotgan psixologik stress, erkaklik identiteti, jinsiy va ijtimoiy munosabatlar, hamda psixologik rehabilitatsiya ehtiyojlari mavzularini o'rganadi.

Erkak bepushtligi zamonaviy jamiyatda dolzarb muammolardan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, bepushtlik juftliklarning 15 foizigacha ta'sir qiladi, ularning yarmida sabab erkak omiliga bog'liq. Ko'pincha bepushtlik masalasi tibbiy nuqtai nazardan o'rganiladi, ammo bu holat erkaklarning ruhiy salomatligiga, ijtimoiy mavqeiga, oilaviy barqarorligiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik jihatdan bepusht erkaklar o'zlarini "muvaffaqiyatsiz", "kamchilikka ega" deb his qilishadi. Bu esa ularning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi, depressiv holatlarga, qo'rquv, xavotir va jamiyatdan ajralish holatlariga sabab bo'ladi. Bunday erkaklar ko'pincha o'z muammosini yashirishga harakat qiladi, bu esa ruhiy bosimni yanada kuchaytiradi.

Erkak bepushtligining psixologik sabablari va hissiy oqibatlari.

S. Sahoo va hamkasblari (2025) o'tkazgan tadqiqotlarga ko'ra, erkak bepushtligining 30-40 foiz holatlarida ruhiy omillar ham ishtirok etadi. Uzoq muddatli stress, xavotir, past o'zbaholash, oilaviy mojarolar va ijtimoiy bosimlar erkaklarning reproduktiv sog'lig'iga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Wischmann (2013) o'z tadqiqotida erkak bepushtligining psixologik portretini "erkaklik inqirozi" sifatida ta'riflagan. Bunda erkaklar o'zini "haqiqiy ota" bo'lish imkonidan mahrum deb

his qiladi, bu esa ularning erkaklik identitetini zaiflashtiradi. Shu sababli, ular ichki agressiya, g'amginlik, o'ziga nisbatan nafrat kabi holatlarni boshdan kechiradi.

Bunday erkaklarda ko'pincha **depressiya, uyqusizlik, ish faoliyatining pasayishi va jinsiy faoliyatdagi buzilishlar** kuzatiladi. Bu holat o'z navbatida bepushtlik muammosini yanada chuqurlashtiradi.

Oilaviy va ijtimoiy munosabatlardagi o'zgarishlar

Erkak bepushtligi oilaviy hayotda sezilarli stress manbai hisoblanadi. Tavousi va boshqalar (2022) ta'kidlaganidek, bepushtlik erkak va ayol o'rtasidagi muloqotda sovuqlik, ayblov, tushkunlikni kuchaytiradi. Ayniqsa, jamiyatda farzandni oilaning "davomi" sifatida ko'rish an'anasi mavjud bo'lgan hududlarda bu bosim yanada kuchli bo'ladi.

Kiani (2024) tomonidan olib borilgan tizimli tahlilga ko'ra, erkak bepushtligining ijtimoiy oqibatlarini quyidagilar:

- o'zini jamiyatdan ajratish;
- do'stlar va qarindoshlar bilan munosabatlarning yomonlashuvi;
- ijtimoiy stigma (ya'ni "bola tug'ilmasa ayb erkakda" degan fikr);
- ruhiy tushkunlik va o'zini aybdor his qilish.

Shu sababli, psixologlar oilaviy terapiyani tavsiya etishadi. Juftliklar o'rtasidagi samimiy muloqot va tushunish darajasi davolanish jarayonining muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi.

Erkaklik identiteti va jamiyat bosimi

Erkaklik identiteti — bu erkakning o'zini jamiyatda "erkak" sifatida his etish darajasi. Ko'p madaniyatlarda erkaklik kuch, avlod qoldirish, himoya va moddiy ta'minot bilan bog'liq. Bepushtlik esa bu stereotipni buzadi. Wu va hamkasblari (2022) o'tkazgan tadqiqotda bepusht erkaklar o'zlarini "yarim odam" sifatida his qilishi, bu esa o'z-o'zini qadrlashning keskin pasayishiga olib kelishi aniqlangan.

Ijtimoiy bosim, atrofdagilarning kinoyali so'zlari yoki shubhali nigohlari erkaklarda ruhiy jarohatlarni kuchaytiradi. Shu sababli, psixologik reabilitatsiya jarayonida erkaklik identitetini tiklash, ijtimoiy stigma bilan kurashish, va shaxsiy qadriyatni qayta shakllantirish muhim o'rin tutadi.

Psixologik yordam va reabilitatsiya

Bepusht erkaklarga psixologik yordam ko'rsatish — davolash jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Sahoo (2025) va Tavousi (2022) ma'lumotlariga ko'ra, ruhiy qo'llab-quvvatlash bepusht erkaklarda depressiyani kamaytiradi, davolanish motivatsiyasini oshiradi va ijtimoiy moslashuvni yaxshilaydi.

Psixologik yordam shakllari:

1. **Individual psixoterapiya** – erkakning o'zini qabul qilishi va stressni yengishiga yordam beradi.
2. **Juftlik terapiyasi** – er-xotin o'rtasidagi tushunmovchiliklarni bartaraf etadi.
3. **Guruhli terapiya** – o'xshash muammoga duch kelgan erkaklar o'rtasida tajriba almashish imkonini beradi.
4. **Kognitiv-behavioral terapiya (KBT)** – salbiy fikrlarni tahlil qilib, ularni ijobiy modelga o'zgartirish orqali ruhiy tiklanishni ta'minlaydi.

Bundan tashqari, ijtimoiy kampaniyalar va sog'lom axborot siyosati orqali jamiyatda bepushtlikka nisbatan salbiy qarashlarni kamaytirish ham zarur.

Xulosa qilib aytganda, erkaklar bepushtligi — bu tibbiy kasallikdan tashqari, chuqur psixologik va ijtimoiy muammo hamdir. Bunday holat erkaklarda depressiya, xavotir, erkaklik identitetining zaiflashuvi, hayot sifati va oila barqarorligining pasayishiga olib keladi.

Shuning uchun bepushtlikni davolashda integratsiyalashgan yondashuv — ya'ni **tibbiy va psixologik yordamni birlashtirish** eng samarali usul hisoblanadi. Erkaklarga psixoterapevtik qo'llab-quvvatlash ko'rsatish, jamiyatda bu mavzuni ochiq muhokama qilish, stigma va bosimni kamaytirish ularning ruhiy salomatligini tiklashga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Sahoo, S. va boshq. (2025). The Psychological Impact of Male Infertility: A Narrative Review. PMC.
2. Kiani, Z. va boshq. (2024). The Quality of Life of Men Experiencing Infertility: A Systematic Review. BMC Public Health.
3. Tavousi, S.A. va boshq. (2022). Psychological Assessment in Infertility: A Systematic Review. Frontiers in Psychology.
4. Wischmann, T. (2013). (Male) Infertility: What Does It Mean to Men? Reproductive BioMedicine Online.
5. Wu, W. va boshq. (2022). Psychological, Social, and Sexual Challenges Affecting Men Receiving Male Infertility Treatment. ResearchGate.
6. Narmetova, Y. (2024). COMPARATIVE ANALYSIS OF THE PSYCHOLOGICAL STATE AND SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PATIENTS WITH PSYCHOSOMATIC DISEASES. Current approaches and new research in modern sciences, 3(3), 83-87.
7. Нарметова, Ю. (2015). Психосоматик беморларда эмоционал холат бузилишлари ва уларга психологик ёрдам курсатишнинг узига хослиги. УзМУ хабарлари.
8. Нарметова, Ю. (2014). Депрессия-психосоматик касалликларнинг предиктори сифатида. Scienceweb academic papers collection.
9. Нарметова, Ю. (2015). Изучение социально-психологических подходов к проблемам здоровья и болезни. In От истоков к современности (pp. 304-306).
10. Нарметова, Ю. К. (2017). Актуальные проблемы организации психологической службы в клинических учреждениях. Человеческий фактор: Социальный психолог, (1), 119-123.
11. Нарметова, Ю. (2015). Методологические и методические проблемы организации психологической службы в медицинских учреждениях.