https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 30.01.2026

Худжанова Муаттар Абсаломовна
Самарқанд Зармед университети физиология, патофизиология, гигиена кафедраси доценти.
Абдуллаев Абдурашид Расулбердиевич
Самарқанд Зармед университети, даволаш иши факултети 203-гурух талабаси

ЮРАК - ҚОН ТОМИР РЕАКТИВЛИГИНИНГ ТЕМПЕРАМЕНТГА БОҒЛИҚЛИГИ

Аннотация: Инсон организмининг психофизиологик ҳолати турли ички ва ташқи омиллар таъсирида ўзгариб туради. Шу жараёнда асаб тизими, эндокрин тизими ва юрак-қон томир тизими ўзаро боғлиқ ҳолда ишлайди. Инсоннинг темпераменти эса унинг фаолияти динамикаси, эмоционал реакциялар кучини ва стрессга жавоб реакциясини белгилайдиган индивидуал хусусият ҳисобланади.

Аннотация: Психофизиологическое состояние организма человека изменяется под воздействием различных внутренних и внешних факторов. В этом процессе нервная, эндокринная и сердечно-сосудистая системы работают во взаимосвязи. Темперамент человека – это индивидуальная особенность, определяющая динамику его активности, силу эмоциональных реакций и способность противостоять стрессу.

Abstract: The psycho-physiological state of the human body changes under the influence of various internal and external factors. In this process, the nervous system, endocrine system, and cardiovascular system work in an interconnected manner. A person's temperament is an individual characteristic that determines the dynamics of his activity, the strength of emotional reactions, and the response to stress.

Калит сўзлар: темперамент, юрак-қон томир тизими, реактивлик, физиологик реакция, стресс, психофизиология.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 30.01.2026

И.П. Павлов (1951) таълимотига кўра, темперамент — бу олий нерв фаолиятининг қуввати, мувозанати ва ҳаракатчанлиги билан белгиланадиган психофизиологик хусусиятдир. Ҳ.Айзенко эса (1967) темпераментни шахснинг биологик асосланган тузилиши сифатида изоҳлаб, унинг экстраверсия ва нейротизм кўрсаткичлари физиологик реакцияларида муҳим рол ўйнайди, деб таъкидлаган.

Юрак-қон томир тизими реактивлиги (ЮҚТР) — организмнинг стресс ёки эмоционал таъсирларга нисбатан физиологик жавоб реакциясини ифодаловчи кўрсаткичдир. Бу реактивлик даражаси қон босими, юрак уриши частотаси, пульс интервалли ва вегетатив тизим фаолияти билан баҳоланади.

Психофизиологик тадқиқотлар натижаларидан маълум бўлишича, темперамент турлари ва юрак-қон томир тизими реактивлиги кўрсаткичлари ўртасида муайян корреляциялар мавжуд. Matthews ва ҳаммуаллифлар (1990) тадқиқотларида юрак-қон томир реактивлиги шахснинг “невротизм” ва “экстраверсия” даражасига боғлиқлиги аниқланган. Strelau (1998) ўз асарида темпераментнинг фаоллик, эмоционал реактивлик ва барқарорлик каби параметрлари физиологик жавоб тезлигига таъсир қилишини таъкидлаган.

Шунингдек, Zohar ва ҳаммуаллифлар (2011) “Journal of Psychophysiology”да чоп этган мақоласида темперамент типлари стресс ҳолатида симпатик фаоллик даражасини белгилайди, деб қайд этади. Friedman (2007) томонидан ишлаб чиқилган “автоном флексибиллик модели”га кўра, эмоционал бошқарув қобилияти паст бўлган шахсларда юрак фаолиятида симпатик устунлик юзага келиб, стрессга нисбатан реактивлик ортиб боради.

Тадқиқот мақсади ва вазифалари

Мақсад: Темперамент турлари билан юрак-қон томир тизими реактивлиги ўртасидаги боғлиқликни аниқлаш.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 30.01.2026

Вазифалар:

- Сўров иштирокчиларининг темперамент типини психометрик тестлар ёрдамида аниқлаш;
- ЮҚТР кўрсаткичларини дам олиш, фаол иш ва стресс ҳолатларида ўлчаш;
- Темперамент турлари бўйича физиологик реакциялардаги фарқларни таҳлил қилиш;
- Олинган натижаларни илмий адабиётлар билан таққослаш.

Материаллар ва методлар

Тадқиқотда 18–35 ёшдаги 60 нафар соғлом кунгилли талабалар (30 нафар қизлар ва 30 нафар йигитлар) қатнашди. Уларнинг темпераменти Eysenck Personality Questionnaire (EPQ) ва Strelau'нинг FCB-TI тестлари орқали баҳоланди.

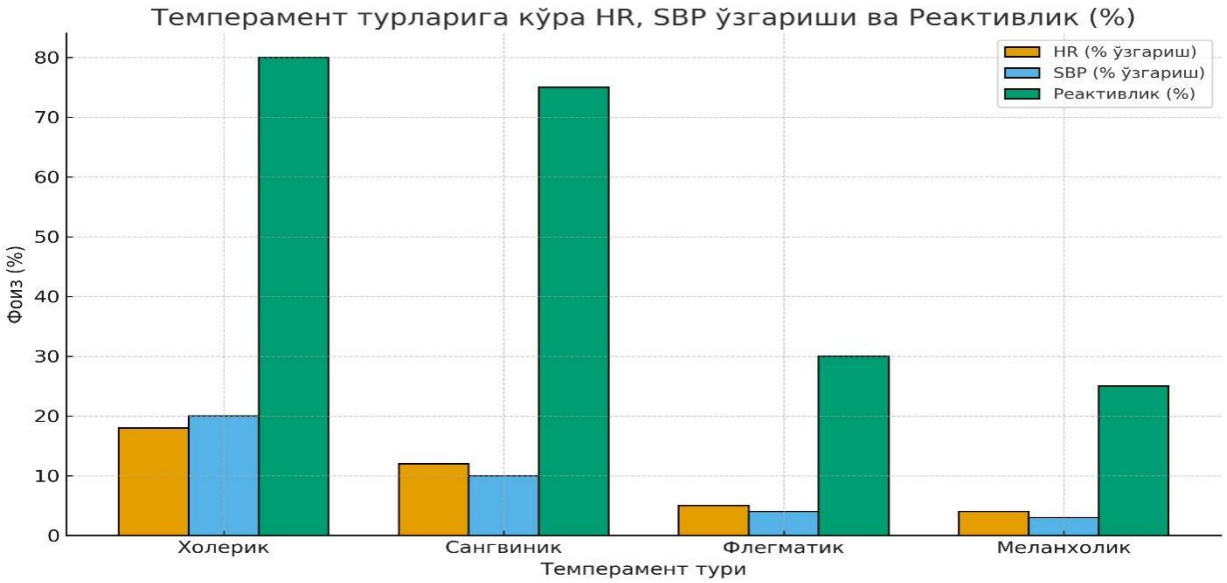
ЮҚТР кўрсаткичлари — юрак уриши частотаси (HR), систолик ва диастолик қон босими (SBP, DBP) — dam olish (T1), faol иш (T2), ва стресс (T3) босқичларида ўлчанди.

Маълумотлар Microsoft Excel ва SPSS дастурлари ёрдамида статистик қайта ишланди (t-тест, Pearson корреляцияси).

Тадқиқот натижаларига кўра:

- Холерик типда HR ва SBP кўрсаткичлари стресс даврида ўртача 15–20% га ошиб борди ($p<0.05$).
- Сангвиникларда HR кўтарилиши тез, аммо қисқа муддатли бўлди.
- Флегматик ва меланхолик типларда HR ва BP кўрсаткичлари барқарор бўлиб, стресс таъсири суст кузатилди.
- Темперамент реактивлик кўрсаткичлари билан корреляция даражаси $r = 0.46$ ($p<0.05$) бўлиб, ўртача боғлиқлик мавжудлиги аниқланди.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 30.01.2026



Олинган натижалар таҳлили

Натижалардан кўриниб турибдики, юқори фаоллик ва эмоционал тезкорлик билан тавсифланувчи темперамент типларида симпатик фаоллик кучли намоён бўлади. Бу ҳолат Pavlov ва Strelau назариялари билан мувофиқ келади. Темперамент типлари физиологик стресс жавобини бошқаришда воситачи рол ўйнайди.

Шунингдек, Matthews (1990) ва Friedman (2007) тадқиқотларида ҳам шунга ўхшаш ҳолат кузатилган — яъни, экстраверсия юқори бўлган шахсларда стресс даврида қон босими ошиши тез, аммо тезда нормаллашади, нейротизм юқори бўлганларда эса узоқ вақт барқарорсизлик сақланади.

Хулоса ва тавсиялар

- Темперамент инсоннинг юрак-қон томир реактивлигига таъсир этувчи муҳим индивидуал омилдир.
- Холерик ва сангвиник шахсларда реактивлик юқори, флегматик ва меланхоликларда — паст.
- Темперамент хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда стрессни бошқариш, юрак-қон томир касалликлари профилактикаси бўйича индивидуал ёндашувлар ишлаб чиқиш тавсия этилади.

https://wordlyknowledge.uz/index.php/gpble
Qabul qilingan sana: 07.12.2025
Nashr etilgan sana: 30.01.2026

• Кейинги тадқиқотларда EEG ва HRV каби физиологик параметрларни қўллаш орқали аниқроқ нейрофизиологик хулосалар чиқариш мақсадга мувофиқ.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Pavlov, I. P. (1951). Conditioned Reflexes and Psychiatry. Moscow: Foreign Languages Publishing House.

2. Eysenck, H. J. (1967). The Biological Basis of Personality. Springfield: Thomas Publishing.

3. Strelau, J. (1998). Temperament: A Psychological Perspective. New York: Plenum Press.

4. Matthews, K. A., et al. (1990). “Personality factors and cardiovascular reactivity: a review.” Psychological Bulletin, 108(3), 351–372.

5. Zohar, A. H., et al. (2011). “Temperament and cardiovascular responses to stress.” Journal of Psychophysiology, 25(2), 85–93.

6. Friedman, B. H. (2007). “An autonomic flexibility–neurovisceral integration model of anxiety and cardiac vagal tone.” Biological Psychology, 74(2), 185–199.

7. Strelau, J. & Angleitner, A. (1991). Explorations in Temperament: International Perspectives on Theory and Measurement. Hem.