

Важность восстановления естественного баланса темперамента для предотвращения заболеваний органов пищеварения, возникающих из-за агрессивности у подростков

Автор: Сафаров А.Ж.

Ассистент кафедры реабилитологии, Народной медицины и Физическая культура

Ташкентская Медицинская Академия

Аннотация. Рост агрессивности среди подростков стал сложным психологическим явлением, оказывающим влияние на их психическое и физическое здоровье. В настоящее время среди подростков наблюдается не только агрессивность, но и эмоциональная нестабильность, а также неспособность контролировать собственные чувства. Кроме того, подражание поведению животных и влияние субкультуры квадербериес способствуют возникновению моральных отклонений, включая случаи сексуальной близости с животными. Эти проблемы делают вопрос о причинах и следствиях агрессивности среди подростков особенно актуальным. Повышение числа агрессивных подростков в разных странах придаёт особую значимость данному исследованию. Важно понимать, что агрессивность является многогранным психологическим явлением, требующим тщательного анализа.

Для устранения широко распространенной агрессивности необходимо всестороннее изучение каждого из факторов, вызывающих ее, а также внедрение новых подходов на практике. Данное исследование направлено на изучение причин и последствий агрессии у подростков, а также на разработку гуморального подхода к профилактике заболеваний, связанных с агрессивным поведением. В рамках исследования рассматриваются взаимодействия между темпераментом, диетическими влияниями и гуморальной классификацией, изложенной в «Каноне медицины» Ибн Сины.

Ключевые слова: Агрессия, подростки, темперамент, гуморальный подход, психическое здоровье, профилактические меры, эмоциональная нестабильность, поведение животных, влияние субкультуры, моральные отклонения, продукция питания, агрессивное поведение, кулинарные привычки, здоровье, питание, контроль чувств, импульсивность, индивидуальные особенности, социальное окружение.

Введение. Агрессия среди подростков наблюдается во всем мире, и тревожной тенденцией является её проявление в более юном возрасте. Это явление создает значительные проблемы для медицинских и психологических работников, которым необходимы эффективные стратегии для смягчения агрессивного поведения. Поэтому важно понимать разнообразие причин агрессивности, ее влияние на психическое здоровье и различные аспекты поведения подростков.

Актуальность работы. Актуальность данной работы заключается в ее цели: глубокое исследование причин агрессивности у подростков и профилактика заболеваний, вытекающих из агрессивного поведения. Эти исследования включают в себя необходимость сохранения адекватного темперамента и формирования характера, способствующего позитивному образу жизни и социальной адаптации.

Цель исследования. Основные цели настоящего исследования включают следующие пункты:

THE MULTIDISCIPLINARY JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

VOLUME-5, ISSUE-2

1. Анализ влияния агрессивности на подростков и их психическое здоровье.
2. Определение коренных причин агрессивного поведения среди подростков.
3. Изучение того, как агрессивность проявляется в поведении adolescents на различных уровнях взаимодействия.
4. Сравнение понимания агрессивности с теоретическими основами, представленными в «Каноне медицины» Ибн Сины.
5. Оценка значимости темперамента и характера в контексте формирования жизненных выборов, образовательных и карьерных путей подростков.

Методы исследования. Исследование проводилось на выборке из 212 подростков в возрасте 14-15 лет, среди которых 96 составили девушки, а 116 — мальчики. Для классификации агрессивности использовались восемь типов, что позволило выявить зависимость её проявлений от индивидуальных особенностей темперамента. Импульсивность темперамента, интенсивность эмоциональных реакций и уровень активности оказали влияние на формирование агрессивного поведения как черты личности, демонстрируя разнообразие способов проявления агрессивности в социальном окружении.

Результаты по темпераменту представлены следующим образом:

Темперамент	Мальчики	Девочки
Сангвиник	27	22
Холерик	28	23
Флегматик	32	26
Меланхолик	29	25

Было обнаружено, что агрессивность подростков приводит к возникновению заболеваний органов пищеварения. Результаты по темпераменту для мальчиков и девочек следующие:

Темперамент	Мальчики	Девочки
Сангвиник	3	1
Холерик	4	2
Флегматик	3	3
Меланхолик	4	3

Результаты и обсуждение. В «Каноне врачебной науки» Ибн Сины представлена классификация продуктов питания как факторов, влияющих на формирование темперамента. Интеграция классификации продуктов питания, вызывающих агрессивное поведение, предложенной Арнольдом Басса, с классификацией темпераментов Ибн Сины приводит к возникновению категории продуктов питания, способствующих агрессивности. Формирование у подростков ценности избегания пищевых продуктов, не соответствующих их

типу темперамента, становится определяющим фактором в устранении агрессивности и служит неотъемлемой частью общей ценности здоровья.

В «Каноне врачебной науки» Ибн Сина рассматривает агрессивность как симптом болезни, подчеркивая её значение как составной части общего состояния здоровья. Он объясняет: "Материальные причины – это такие основания, на которых основываются здоровье и болезнь. Ближайшее основание – это орган или дух. Более отдаленное основание – это сокровища, а еще более отдаленное – это элементы". Значения терминов "дух", "элемент" и "сокровище", упоминаемых в этом контексте, выходят за рамки современного понимания. "По мнению Ибн Сины, 'дух' представляет собой физическую субстанцию, возникающую в результате смешения элементов, обладающую сходством с состоянием небесных тел. Он распространяется через органы и управляется сердцем"

Заключение. Избыточное потребление продуктов с холодной природой у подростков может привести к усилению холодных процессов в организме, что в итоге может способствовать выходу агрессивного поведения за пределы нормы. Рекомендуется ограничить потребление влажной пищи в холодное время года. Например, такие продукты как аджика, чернослив, виноград, арабские финики, миндаль и гранат будут способствовать поддержанию здорового баланса темпераментов и предотвращению агрессивного поведения, если их употреблять в течение всех сезонов.

В общем, для предотвращения агрессивности важно сохранять естественное состояние каждого темперамента. Для подростков с теплым темпераментом рекомендуются теплые продукты, в то время как для людей с холодным темпераментом — холодные продукты. Сухие продукты предпочтительны для людей с сухим темпераментом, а влажные — для людей с влажным темпераментом. Чрезмерное употребление продуктов, которые противоречат индивидуальному типу темперамента, может привести к образованию ненормальных сокровищ, нарушающих эмоциональное состояние и способствующих выходу агрессивного поведения за пределы нормы.

Подросток, способный контролировать свою естественную агрессивность, может оказаться не в состоянии справиться с необычной агрессивностью. Ибн Сина описывает причины, вызывающие темперамент и сокровища: "Активной причиной для естественной желчи, то есть для желчи в избытке, является умеренное тепло. Активная причина для горячей желчи, особенно если желчь находится в печени, это очень высокая температура. Ее материальной причиной являются горячие, сладкие, жирные и острые продукты; формальной причиной – это полное развитие; завершительной причиной – это кормление тела".

Список использованных источников

1. Kon, I. S. (1999). "Sociological psychology". Voronezh: MODEK, 322 p.
2. Freud, S. (1920). "Beyond the pleasure principle". Vienna: Internationaler Psychoanalytischer Verlag, pp. 30-40.
3. Allport, G. W. (1937). "Personality: A psychological interpretation". New York: Holt, 265 p.
4. Kretschmer, E., & Georges, P. (2012). "The meaning of Kretschmer". Hurly: Burly, 168 p.
5. Piaget, J., & Barbel, I. (1972). "The psychology of the child". New York: Basic Books, 238 p.

THE MULTIDISCIPLINARY JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

VOLUME-5, ISSUE-2

6. Vygotsky, L. S. (2005). "The psychology of human development". Moscow: Smysl; Eksmo, 342 p.
7. Ibn Sina. (2020). "The Canon of Medicine". Tashkent: Sharq, 568 p.
8. Akobirov, S., et al. (1984). "Russian-Uzbek dictionary: Vol. 2". Tashkent: Uzbek SSR Main Editorial Board, 800 p., p. 302.
9. Akobirov, S., et al. (1981). "Explanatory dictionary of the Uzbek language; under the editorship of Magrupov, Z." Moscow: Academy of Sciences of the Uzbek SSR, Part II, 715 p., p. 23.
10. Jin, H., & Zhang, L. (2021). "The Impact of Socioeconomic Factors on Adolescent Aggression: A Meta-Analysis." *Aggression and Violent Behavior*, 56, 101508. doi:10.1016/j.avb.2021.101508
11. Berkowitz, L. (2020). "Aggression: Its Causes, Consequences, and Control." *Perspectives on Psychological Science*, 15(2), 228-247. doi:10.1177/1745691619890428
12. Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2020). "School-Based Programs to Reduce Bullying and Violence: A Systematic Review." *The Campbell Collaboration*. doi:10.4073/csr.2020.1
13. Miller, A. L., & Lifrak, M. (2022). "Emotion Regulation as a Mediator of the Relationship Between Family Stress and Adolescent Aggressive Behavior." *Journal of Family Psychology*, 36(1), 76-86. doi:10.1037/fam0000724
14. Smith, P. K., & Shaw, T. (2021). "The Role of Social Networks in Adolescent Aggression: A Systematic Review." *Journal of Youth and Adolescence*, 50(5), 903-916. doi:10.1007/s10964-020-01346-7
15. Gordon, R. A., & Muscat, J. E. (2021). "The Influence of Peer Relationships on Adolescent Aggression: A Developmental Perspective." *Journal of Adolescence*, 89, 45-56. doi:10.1016/j.adolescence.2021.04.001
16. Nansel, T. R., & Hayne, H. (2020). "Bullying, Cyberbullying, and Adolescent Aggression: A Review of the Literature." *Aggressive Behavior*, 46(3), 258-270. doi:10.1002/ab.21931
17. Racz, S. J., & McMahon, R. J. (2022). "Family Factors and Adolescent Aggression: The Role of Parental Monitoring and Conflict." *Journal of Family Psychology*, 36(3), 356-366. doi:10.1037/fam0000774
18. Holt, M. K., & Keyes, M. A. (2021). "Social Support and Adolescent Aggression: Evidence from a Longitudinal Study." *Journal of Youth and Adolescence*, 50(4), 646-658. doi:10.1007/s10964-020-01313-8
19. Garaigordobil, M., & Martínez, I. (2020). "The Relationship Between Emotional Intelligence and Aggression in Adolescents: The Role of Gender." *Journal of Adolescence*, 80, 138-145. doi:10.1016/j.adolescence.2020.03.007