

## TIBBIYOT XODIMLARINING PROFESSIONAL FAOLIYATIDA EMOTSIONAL BARQARORLIKNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK ROLI

**Aytjanov Qasym Karimbayevich**

**Qoraqalpoq tibbiyot instituti o‘quv ishlari bo‘yicha dekan, mustaqil tadqiqotchi**  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.19975376>

**Annotatsiya:** Ushbu maqola tibbiyot xodimlarining kasbiy faoliyatida emotsional barqarorlikning ijtimoiy-psixologik ahamiyatini yoritishga bag‘ishlangan. Maqolada emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik va psixologik chidamlilik tushunchalarining o‘zaro bog‘liqligi, ularning tibbiyot xodimlarining kasbiy samaradorligiga ta‘siri tahlil qilinadi.

**Kalit so‘zlar:** shifokor, emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik, empatiya, hissiy yong‘in, kasbiy faoliyat, psixologik xususiyatlar, bemor bilan muloqot, kasbiy samaradorlik, burnout sindromi

Zamonaviy tibbiyot sohasi yuqori darajadagi professionallik bilan bir qatorda, tibbiyot xodimlaridan katta psixologik va emotsional chidamlilikni talab qiladi. Shifokorlar va hamshiralar har kuni og‘ir kasalliklar, o‘lim holatlari, bemorlarning azob-uqubatlari, mas‘uliyatli qarorlar va ko‘pincha cheklangan vaqt sharoitida ishlashga majbur. Bunday sharoitda emotsional barqarorlik nafaqat shaxsiy farovonlik, balki kasbiy faoliyat samaradorligi va bemorlar xavfsizligining muhim omili sifatida namoyon bo‘ladi.

Tibbiyot xodimlarining emotsional barqarorligi muammosi so‘nggi yillarda, ayniqsa COVID-19 pandemiyasi davrida, jahon ilmiy hamjamiyatining diqqat markaziga aylangan. Pandemiya sharoitida tibbiyot xodimlari juda katta psixologik yuklamaga duch kelgan, bu esa ularning ruhiy salomatligiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatgan. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, emotsional barqarorlik darajasi yuqori bo‘lgan tibbiyot xodimlari pandemiya kabi favqulodda vaziyatlarda ham o‘z kasbiy vazifalarini samarali bajarishda davom etgan

Shifokorlik kasbi insoniyat tarixidagi eng qadimiy va eng mas‘uliyatli kasblardan biridir. Qadimgi Yunoniston tabibi Gippokrat ta‘kidlaganidek: “Shifokor nafaqat davolaydi, balki o‘rgatadi va tarbiyalaydi”. Zamonaviy tibbiyotning rivojlanishi, yangi texnologiyalar va davolash usullarining joriy etilishi bilan birga, shifokor shaxsiga qo‘yiladigan talablar ham ortib bormoqda. Bugungi kunda shifokor nafaqat o‘z sohasining bilimdoni, balki bemor bilan samarali muloqot qila oladigan, uning psixologik holatini tushuna oladigan, stressli vaziyatlarda tez va to‘g‘ri qaror qabul qila oladigan mutaxassis bo‘lishi kerak.

Shifokor kasbiy faoliyatining muvaffaqiyati uning psixologik xususiyatlari, shaxsiy sifatlari va kasbiy kompetensiyalarining uyg‘unligiga bog‘liq. Ushbu tezisdan shifokor kasbiga qo‘yiladigan eng muhim individual psixologik talablar – emotsional barqarorlik, empatiya va stressga chidamlilik – batafsil tahlil qilinadi.

Bemorlar bilan muloqot qiluvchi tibbiyot xodimlari uchun muvozanatli hissiy holatni saqlash masalasi juda dolzarbdir. Ular har kuni og‘ir kasal yoki o‘lim to‘shagida yotgan bemorning azob-uqubatlariga qanday e‘tiborli bo‘lish va shu bilan birga qo‘llab-quvvatlash uchun kuch-quvvatni qanday saqlab qolish haqidagi muammoni hal qilishlariga to‘g‘ri keladi.

Emotsional barqarorlik — bu shaxsning turli stress omillari ta‘sirida o‘zining emotsional holatini boshqarish, vaziyatga mos ravishda his-tuyg‘ularini ifodalash va qisqa vaqt ichida psixologik muvozanatni tiklash qobiliyatidir. Psixologik chidamlilik (rezilientlik) esa stressli

vaziyatlarga moslashish va ulardan keyin tezda normal holatga qaytish qobiliyati sifatida ta’riflanadi .

Tadqiqotlar shuni ko’rsatadiki, rezilientlik va emotsional barqarorlik o‘zaro chambarchas bog‘liq — ular stressni kamaytirish va professional charchoqning oldini olishda himoya mexanizmi sifatida ishlaydi. Bir qator empirik tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, emotsional barqarorlik darajasi yuqori bo‘lgan shaxslarda idrok etilgan stress darajasi sezilarli darajada past bo‘ladi ( $r = -0.465$ ,  $p < 0.001$ )

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma’lumotlariga ko‘ra, shifokorlarning 40-60 foizi faoliyati davomida “hissiy yong‘in” sindromining turli belgilarini namoyish etadi. AQShda o‘tkazilgan tadqiqot (2023) shuni ko‘rsatdiki, shifokorlarning 45 foizi o‘zlarini emotsional jihatdan charchagan deb hisoblaydi. Rossiya Federatsiyasida o‘tkazilgan tadqiqot (2024) natijalariga ko‘ra, shifokorlarning 38 foizi emotsional barqarorlik darajasi pastligi sababli kasbiy xatolarga yo‘l qo‘ygan.

Shifokorlik kasbi psixologik jihatdan eng murakkab kasblardan biri hisoblanadi. Shifokor kasbiy faoliyatining muvaffaqiyati uning psixologik xususiyatlari, shaxsiy sifatleri va kasbiy kompetensiyalarining uyg‘unligiga bog‘liq. Emotsional barqarorlik – shifokorning eng muhim psixologik sifatlaridan biri bo‘lib, uning pastligi “hissiy yong‘in” sindromining tez rivojlanishiga va kasbiy xatolarning ko‘payishiga olib keladi.

Tibbiyot xodimlarining professional faoliyatida emotsional barqarorlik muhim ijtimoiy-psixologik ahamiyatga ega. U nafaqat individual psixologik farovonlikni ta’minlaydi, balki kasbiy faoliyat samaradorligi, jamoadagi munosabatlar sifati va bemorlarga ko‘rsatilayotgan xizmat sifatiga ham bevosita ta’sir qiladi.

Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, emotsional barqarorlik va psixologik chidamlilik — bu o‘zgaruvchan xususiyatlar bo‘lib, ular maxsus dasturlar va treninglar orqali rivojlantirilishi mumkin. Shuning uchun sog‘liqni saqlash tizimida tibbiyot xodimlarining emotsional barqarorligini qo‘llab-quvvatlash va rivojlantirishga qaratilgan tizimli chora-tadbirlarni joriy etish zarur.

### **Adabiyotlar, References, Литературы:**

1. World Health Organization. Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases. – Geneva: WHO, 2019.
2. Maslach C., Jackson S.E., Leiter M.P. Maslach Burnout Inventory Manual. – 4th ed. – Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 2018.
3. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. – СПб.: Питер, 2018. – 944 с.