

TIBBIYOT XODIMLARIDA EMOTSIONAL HOLATNING O'ZIGA XOSLIGI

Olimjonova Ziyat Bobamurod qizi

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi o'qituvchisi

Meliqo'ziyev Abdug'affor Abdukarim o'g'li

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi talabasi

Annotasiya: Ushbu maqolada tibbiyot xodimlarida kechadigan emotsiyalar, emotsiyalarni tartibga solish va empatiya bilan bog'liq jarayonlar shuningdek, bemor bilan shifokor o'rtasidagi o'zaro salbiy emotisional bilan bog'liq muammolarni yaxshilashga qaratilgan

Kalit so'zlar : emotsiya, stess, depressiya, epidemiya, empatiya, nevrotik buzilishlar

Shifokorlar o'zlarining kasbiy hayotida ko'plab emotsional jihatdan qiyin vaziyatlarni boshdan kechirishadi. Tibbiyot xodimlarida emotsiyalarni tartibga solish, salomatlikni saqlash, farovonlikni ta'minlash, chidamlilikni rivojlantirish juda muhimdir. Salbiy emotsional holatlar shifokorlarning hamda bemorlarning umumiy holatiga zararli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Jumladan stress bilan bog'liq kasalliklar, charchash, depressiya, kabilar ancha keng tarqalgan. Hissiy jihatdan yuklangan ijtimoiy o'zaro ta'sirlar ushbu kasalliklarning dahshatli darajada kuchayishiga sababchi bo'ladi desak mubolag'a bo'lmaydi. O'z navbatida, shifokor farovonligining pasayishi uning faoliyat samaradorligining pasayishi, parvarish sifati, bemorning qoniqishi va davolanishga rioya qilish kabi bir qator klinik natijalar uchun salbiy oqibatlarga olib keladi. Shifokorlarning farovonligini va chidamliligini oshirish uchun hissiy jihatdan qiyin vaziyatlarni yengish uchun psixologlar yordami juda muhimdir. Tibbiyot xodimlarining psixoemotsional holati ancha uzoq davom etadigan jarayon (u bir necha oy davom etishi mumkin). Biroq, ish sharoitlarini o'zgartirilsa, bu holat bir yo'nalishda yoki boshqasida o'zgarishi mumkin. Kundalik ish tartibi – bu, tibbiyot xodimlaridan yuqori darajadagi safarbarlik va fidoyilikni talab qiladigan murakkab muhit sanaladi. Uzoq smenalar qo'shimcha qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi, chunki ish sharoitlari smenalar ketma-ketligidagi noto'g'ri grafik asosida olib borilsa, faoliyatning stressga moyilligini oshiradi. Masalan, epidemiyaga qarshi kurashayotgan shifokorlar va boshqa tibbiyot xodimlari ekstremal sharoitda faoliyat olib bordilar. Ular minglab va hatto millionlab odamlarning salomatligi va xavfsizligi uchun kurash olib boradigan mudofaaning oldingi chizig'ini ifodalaydilar. Kundalik ish tartibi sharoitida epidemiyaga qarshi kurash jarayonida shifokorlarning insoniylik, sabr-toqat, mehr-shafqat, tushunish, hamdardlik kabi shaxsiy fazilatlarini sinovdan o'tkaziladi.

Qoidaga ko'ra, bunday xodim juda tez tanqidiy qarorlar qabul qilishi kerak. Bularning barchasi turli xil psixoemotsional ortiqcha yuklarga olib keladi. Tibbiyot muassasalari xodimlari, ayniqsa, 2020-2021-yillarda katta stressga duchor bo'ldilar, bu ularni ruhiy salomatlik uchun salbiy oqibatlariga olib kelishi xavfi yuqori bo'ladi.

E.P.Ilyin o'zining " Emotsiya va tuyg'ular" asarida ta'kidlaganidek, odamlar o'z faoliyatini amalga oshirishda turli xil emotsional holatlarni, jumladan stressni (emotsional taranglik), zerikishni (bir xildagi holat), jirkanishni (aqliy to'yinganlik) boshdan kechirishlari mumkin. Ushbu seriyada alohida rolni "emotsional charchash" fenomeni egallashi mumkin. Tibbiyot inson faoliyatining salbiy psixoemotsional holatlari ustunlik qiladigan sohasidir. Bemorlar tibbiyot xodimlaridan hamdardlik va g'amxo'rlikni kutishadi. Bularning barchasi empatiya kabi fazilatning namoyon bo'lishini talab qiladi. Shu sababli, tibbiyotga, boshqa ijtimoiy kasblar kabi, yuqori darajadagi empatiyaga ega bo'lganlar kirishi kerak, deb ishoniladi. Umuman olganda, tibbiyot xodimi bemorlarning ahvolini yaxshiroq his qilishga yordam beradigan psixoemotsional holatga ega bo'lishi kerak. Shu bilan birga, shifokorlar yoqimsiz taassurotlarni osongina yengish qobiliyati bilan ajralib turishi kerak. Shu bilan birga, har kuni odamlarning dardiga duch kelayotgan tibbiyot xodimi bemorlardan psixologik himoya deb atalmish to'siq o'rnatishga majbur bo'layotganini ham e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi. U kamroq empatik bo'lishi kerak, aks holda u emotsional charchash bilan tahdid qilinib, nevrotik buzilishlarga olib keladi.

Olimlar har bir omil uchun charchashga olib keladigan psixoemotsional holat darajasini baholashga muvaffaq bo'lishdi. Tadqiqot shuningdek, charchash bosqichlari va darajalarini aniqladi. Shifokorlar va hamshiralar o'rtasidagi charchash sindromi og'irligining rivojlanishidagi farq shundaki, shifokor kasbida eng yuqori darajada charchagan odamlarning ko'proq foizi borligini aniqlash mumkin edi. Tibbiyot xodimlari, ayniqsa jarrohlik va reanimatsiya sohasida ishlaydiganlar, odatda, o'z ishlari davomida ko'proq psixoemotsional stressni boshdan kechiradilar. Tibbiyot xodimlarining psixoemotsional holatiga ta'sir qiluvchi bir nechta asosiy stress omillarini ko'rib chiqildi. Ular umidsiz bemorlarni boshqarish, jismoniy charchoq, yurak-o'pka reanimatsiyasi, bemorning o'limi, bemorning qarindoshlari bilan suhbat, bilimlarni doimiy ravishda yaxshilash zarurati va boshqalarni o'z ichiga oladi. Bularning barchasi mehnat faoliyati sifati va samaradorligiga salbiy ta'sir qiladi. Ko'pgina olimlar stressli omillar bilan samarali kurashishga imkon beradigan shaxsiy fazilatlar muhim rol o'ynashi haqida ta'kidlab o'tganlar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Сергиенко Е. А., Ветрова И. И. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо «Эмоциональный интеллект»: Руководство - Москва: Издательство «Институт психологии РАН», 2010. - С. 176.

2. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте Москва: Институт психологии РАН, 2004. С. 29-36.

3. Якубова, Г. А., & Олимжонова, З. Б. Қ. (2022). МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРНИНГ ПСИХОФИЗИОЛОГИК РИВОЖЛАНИШИ. *Central Asian Academic Journal of Scientific Research*, 2(5), 681-689.

4.Olimjonova, Z. B. Q. (2022). МАКТАБГАЧА ТА’ЛИМ YOSHIDAGI BOLALAR EMOTSIONAL SOHASI PSIXOFIZIOLOGIYASINING ASOSIY XUSUSIYATLARI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(5), 311-315.

5. Akramovich, A. A. (2023). KASALLIKLARNI DAVOLASHDA PSIXOLOGIK YONDASHUVCNING AHAMIYATI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 17(5), 33-35.

6.Olimjonova Ziyat Bobomurod qizi , Yo‘ldoshev Iskandar Abdivali o‘g‘li, Majidova Sevara Rasuljon qizi. (2023). ONKOLOGIK KASALLIK BILAN KASALLANGAN BEMORLARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO‘RSATISH. *IQRO JURNALI*, 2(1), 85–88.