



**SHIFOKORLIK KASBIDA STRESS VA EMOTSIONAL KUYISH
HOLATLARI NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK
XUSUSIYATLARI**

Arifdjanova M A.

OOO Uzakfamedlayn psixolog

Annotatsiya

Hozirgi davrda yuksak qobiliyatli mutaxassislarni tayyorlashga nisbatan talab kun sayin ortib bormoqda, modomiki, shunday ekan alohida olingan iste'dodli shaxslardagina emas, balki barcha mehnatkashlarning ijodiy imkoniyatlarini iloji boricha ko'proq rivojlantirish zarurati yuzaga kelmoqda. Bunday sharoitda inson va uning intellektual salohiyatiga aloqador fanlarning roli ortib borishi har bir inson shaxsida mavjud yashiringan tarzdagi imkoniyatlardan foydalanish, ularni ruyobga chiqarish yo'l-yo'riqlarini nazariy jihatdan ishlab chiqish ehtiyoji namoyon bo'lmoqda.

Kalit so'zlar: mutaxassis, shifokor, stress, emotsional kuyish, psixologik muhit, qadriyat.

Аннотация

В современную эпоху потребность в подготовке высококвалифицированных специалистов растёт с каждым днём, поскольку необходимо максимально развивать творческий потенциал всех работников, а не только отдельных талантливых личностей. В этих условиях возрастающая роль наук о человеке и его интеллектуальном потенциале диктует необходимость теоретической разработки методических рекомендаций по использованию скрытого потенциала каждого человека и его реализации.

Ключевые слова: специалист, врач, стресс, эмоциональное выгорание, психологическая среда, ценность.



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

Abstract

In the current era, the demand for training highly skilled specialists is increasing day by day, since there is a need to develop the creative potential of all workers, not just individual talented individuals, as much as possible. In such conditions, the increasing role of sciences related to man and his intellectual potential demonstrates the need to theoretically develop guidelines for using the hidden potential of each person and realizing them.

Keywords: specialist, doctor, stress, emotional burnout, psychological environment, value.

Mustaqil O'zbekistonning kelajagi har tomonlama barkamol salohiyatli avlodni tarbiyalashga bog'liq. uni zamon talablari darajasiga ko'tarish asosiy maqsad qilib olindi.

Ana shunday dolzarb vazifani amalga oshirishda o'zbek xalqining milliy-ma'rifiy qadriyatlarini o'rganishi va undan barkamol avlodni tarbiyalash uchun foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Zero barkamol insonni shakllantirmasdan turib jamiyatni hozirgi davr talabi darajasida rivojlantirib bo'lmaydi

Hozirgi davrda milliy tiklanish mafkurasi shakllanayotgan jamiyatda ma'naviy-ahloqiy muhit sog'lomlashayotgan milliy qadriyatlar, inson huquqi, erki tiklanayotgan ijodiy kuch-quvvati namoyon bo'layotgan bir sharoitda barkamol inson deganda o'zida ijtimoiy, siyosiy ma'naviy-axloqiy xislatlar majmuini mujassamlashtirgan jamiyatda o'zligini va o'z qobiliyatini har tomonlama namoyon eta oladigan, ma'rifatli, diniy va dunyoviy bilimlarni mukammal egallagan aqlan yetuk, ahloqan pok, jismonan sog'lom hayot go'zalliklarini his eta oladigan erkin ijodkor shaxs tushuniladi .

Zamonaviy tibbiyot bugungi kunda ijtimoiy hayotimizda uchraydigan kasalliklarning aksariyat qismini asab sistemasi bilan bog'liqligini ta'kidlamoqda. Demakki: barcha psixofiziologik kasalliklar stress bilan bog'liq degan fikrni uyg'otadi. Shunday ekan stress holatiga tushishini oldini olish yoki stress holatiga tushgan vrach vaziyatdan chiqq olish ularda yuz berayotgan stressogenni bartaraf qilishga yordam berish, davlatimizga, xalqimizga jismonan va ruhan sog'lom barkamol avlod yetishtirib berish bugungi davrda eng dolzarb masalalardan biri



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

bo‘lib qolmoqda. Jamiyat rivojlanib boravergani sari bu muammoning ahamiyati yanada ortib boraveradi. Chunki shaxs davri shakllanishida juda katta ahamiyatga ega bo‘lgan davr hisoblanadi. Shunday ekan mustaqil hayotga, o‘zining kasbiy kar’erasini shakllantirishda o‘z-o‘ziga ishonch hissini yo‘qligi, o‘z-o‘zini noadekvat baholashi, uni guruh tomonidan tan olinmasligi, shaxslararo munosabatlar, ularda bilimlarni o‘zlashtirish jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklar, xavotirlanish va qo‘rquv holatlari stress holatiga sabab bo‘lishini kuzatishimiz mumkin. U yoki bu jamiyat, xalq, millatning istiqboli ko‘p jihatdan shu munosabatlarning holatiga bog‘liq. Buning uchun esa vrach shaxsini har tomonlama sog‘lom, ma’naviyati mustahkam bo‘lishiga erishish lozim. Vrachlik faolyatida stressogen holatini namoyon bo‘lishining ob’ektiv va sub’ektiv omillari va shart-sharoitlarning psixologik xususiyatlari juda o‘zgacha namoyon bo‘ladi. Chunki Asrimizning boshida keng tarqalgan “barcha kasalliklar asabdan” – degan ibora bugungi kunga kelib o‘zgardi va “barcha kasalliklar stressdan” degan ko‘rinishni oldi. Bugungi kunda depressiya, xavotirlanish, bosh og‘rig‘i kabi imkoniyatlar tez-tez uchrab, oddiy bir holatga aylanib qoldi. Balki har qanday vaziyatlarda salbiy emotsiyalardan ehtiyot bo‘lish va stressdan qochish kerakdir. Yelkamizga javobgarlik olishimiz, kamroq xavotirlanish, o‘z oldimizga jiddiy maqsadlarni qo‘ymasligimiz kerakdir. Axir bularning hammasi stressga olib kelishi mumkin bo‘lgan noaniqlik, xavf-xatar bilan bog‘liq izlanishdir.

Chet el mualliflari asosan ijtimoiy, psixik va fiziologik stress shakllarini ajratadilar. Ularning fikricha, ijtimoiy stress asosida, shaxsning ijtimoiy-iqtisodiy yashash sharoiti yotadi. Ijtimoiy ziddiyatlar doimiy o‘ziga ishonmaslik va keskinlikni yuzaga chiqaradi.

Inflyatsiya, ishsizlik, stresslarning ijtimoiy omillari hisoblanadi. Shuning natijasida, psixolog mutaxassislariga murojaat qiluvchilar soni ko‘paymoka.

Insonning kundalik faoliyatidagi keskinlik psixik stressni vujudga keltiradi va bu psixologlar zimmasiga yanada ulkan vazifalarni yuklaydi.

Oxirgi 30 yil ichida stress masalasi ko‘pgina ijtimoiy, ham tabiiy fanlar yo‘nalishida juda muhim muammolardan biri hisoblanmoqda. Har yili ko‘pgina dunyo mamlakatlarida stressga bag‘ishlangan bir necha adabiyotlar chop etilmoqda. Stress xolati turli salbiy munosabatlar natijasida emotsional yoki psixik travma natijasida



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th November, 2025

stress holati vujudga kelishi mumkin. Yana shunday stress holatlari mavjudki, ular inson uchun noqulay sharoitda vujudga keladi. Masalan o'ta charchash, sensor izolyatsiya kabi sharoitlarda. Chet el psixologlari U.Kenon, G.Sele, I.P.Pavlov. N.S.Chetvernikova, Ye.K.Seppa, G.V.Arhangelskiy va boshqalarning tekshiruvlari orqali organizmning moslanish jarayonlarini nazariy va tabiiy biologik jihatdan to'liq o'rganilib chiqilgan.

Shifokorlik kasbida stress, emotsional kuyish holatining yuzaga kelishi ko'pchilik hollarda xavotirlanish va depressiyaning tez-tez namoyon bo'lishiga bog'liq. Shaxslararo munosabatlarda esa o'z navbatida salbiy xususiyatlar ya'ni yuqori darajadagi ruhiy zo'riqish, o'z-o'zini baholashning noadekvatligi (o'zini haddan tashqari past baholash) odamovilik kabilarni keltirib chiqaradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Арутуинов А.В. Изучение синдрома эмоционального выгорания у врачей и методы его профилактики : автореф. дис. ... канд. мед. наук / Арутуинов А.В. ; [Ин-т повышениуа квалификatsии ФМБА России]. – М., 2004. – 27 с. 22.
2. Башкуева Е.Үи. Удовлетворенност врачебного персонала многопрофилной болницы как фактор повышениуа качества и безопасности медицинской деуательности // Общество: социологиуа, психологиуа, педагогика. 2019. № 12(68). С. 30—34.
3. Makhmudova D.A. Psychological characteristics of professional training in the correctional effect on victims of human trafficking //Вестник интегративной психологии. – Бухара – Үарославл: МАПН. 2023. № 28. – С.181-184. (19.00.00. №2). ISBN 978-5-9527-02-16-5.