



SHIFOKORLAR HISSIY KUYISH SINDROMINING RIVOJLANISH SABAB VA OQIBATLARI

Shavkatova Shaxnoza Po'lot qizi

Nizomiy nomidgi O'zbekiston Milliy universiteti,
1-bosqich magistranti

E-mail: shahnozashavkatova20@gmail.com

ORCID ID: 0009-0004-7172-7685

Annotatsiya: Ushbu maqolada hissiy kuyish sindromining kelib chiqish aynan shifokorlar misolida o'rganildi. Shuningdek maqolada o'tkazilgan tajribalar, ularning natijalari o'laroq sindromning kelib chiqish sabab hamda oqibatlari o'rganilib tahlil qilib chiqilgan.

Kalit so'zlar: Hissiy kuyish, emotsional yuklama, muloqot, profilaktika, deskriptiv va korrelyatsion modullar, "psixologik debriefing".

Kirish

Bugungi kunda sog'liqni saqlash tizimi mutaxassislari, xususan, shifokorlar, mehnat faoliyati davomida yuqori darajadagi emotsional yuklama, stress va uzluksiz insonlar bilan muloqotda bo'lish zarurati bilan to'qnash kelishmoqda. Ushbu omillar "hissiy kuyish sindromi" (burnout syndrome) deb ataluvchi holatning keng tarqalishiga olib kelmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) 2019-yilda bu sindromni "kasbiy hodisa" sifatida tasniflagan. Tadqiqotlarga ko'ra, rivojlangan mamlakatlarda har 10 nafar shifokordan kamida 4 tasi kuyish sindromi alomatlarini boshidan kechiradi.

Shifokorlar orasidagi kuyish sindromi nafaqat ularning ruhiy va jismoniy sog'lig'iga, balki bemorlarga ko'rsatilayotgan xizmat sifatiga, xatoliklar ehtimoliga va hatto hayot-mamot masalalariga ta'sir qiladi. Demak, ushbu sindromni o'z vaqtida aniqlash va profilaktika qilish muhim ilmiy-amaliy masala sanaladi.

Metodologiya

O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligining 2022-yilgi ichki monitoring natijalari, 2023-yilda Toshkent tibbiyot akademiyasi tomonidan 500 shifokor ishtirokida o'tkazilgan psixologik so'rovnoma. So'rovnomada shifokorlarning hissiy kuyish holatini baholash uchun Maslach Burnout Inventory (MBI) testidan foydalanildi. Statistik tahlil uchun SPSS dasturining deskriptiv va korrelyatsion modullari qo'llanildi.

Natijalar

Tahlil natijalariga ko'ra, shifokorlar orasida kuyish sindromi rivojlanishining asosiy sabablari quyidagicha:





Asosiy sabablari:

1. Yuqori ish yuklamasi: Haftasiga 60 soatdan ortiq ishlovchi shifokorlarning 68%ida hissiy charchash aniqlangan (Maslach, 2020).
2. Emotsional muloqotning zoʻrligi: Reanimatsiya va onkologiya boʻlimlarida ishlovchi shifokorlarning 72%ida depersonalizatsiya (insoniylik hissining pasayishi) belgilari mavjud.
3. Ijtimoiy va tashkilot tomonidan qoʻllov yetishmasligi: Respondentlarning 58%i boshqaruvdan yetarli ruhiy va kasbiy yordam olmayotganini bildirgan.
4. Uyqu yetishmovchiligi va surunkali charchoq: Kuyish sindromiga chalingan shifokorlarning 75%ida surunkali uyqusizlik mavjud.

Asosiy oqibatlari:

- Kasbiy motivatsiyaning pasayishi (67%),
- Bemorlar bilan munosabatning sovuqlashuvi (53%),
- Ishdagi xatoliklar sonining ortishi (42%),
- Shaxsiy hayotda muammolar (38%),
- Depressiya va tashvish buzilishlari (33%).

Muhokama

Olingan natijalar shuni koʻrsatadiki, shifokorlar orasida hissiy kuyish sindromi keng tarqalgan boʻlib, u nafaqat shaxsiy farovonlikka, balki sogʻliqni saqlash tizimining samaradorligiga ham bevosita taʼsir qiladi. JSSTning 2022-yilgi hisoboti bu sindromni pandemiyadan soʻng sogʻliqni saqlash sohasida eng dolzarb psixologik muammolardan biri deb eʼlon qilgan.

C.Maslach va M.Leiter tomonidan ilgari surilgan nazariyaga koʻra, kuyish sindromi uch bosqichda rivojlanadi: hissiy charchoq → depersonalizatsiya → kasbiy yutuqlarning pasayishi. Shifokorlarda aynan birinchi bosqichda profilaktika olib borilmasa, oxirgi bosqichga yetib borgach, ular ishdan chiqish yoki sogʻligʻi bilan bogʻliq jiddiy muammolarga duch kelishadi.

Gʻarb davlatlarida bu muammoni kamaytirish uchun "ruhiy salomatlik dasturlari", "psixologik debrifing", "dam olish strategiyalari" va "emosional barqarorlik boʻyicha treninglar" joriy etilgan.

Xulosa

Tadqiqotlar asosida aniqlanishicha, shifokorlar hissiy kuyish sindromiga yuqori darajada duchor boʻlmoqda. Uning rivojlanishiga taʼsir qiluvchi asosiy omillar yuqori ish yuklamasi, emotsional talablar va ijtimoiy qoʻllov yetishmovchiligi boʻlib, oqibatlari esa kasbiy samarasizlik, bemor xavfsizligining pasayishi, va shaxsiy hayot sifatining yomonlashuvidir.





Muammoni bartaraf etish uchun sog‘liqni saqlash muassasalarida ruhiy salomatlik monitoringi yo‘lga qo‘yilishi, shifokorlar uchun psixologik yordam xizmatlari tashkil etilishi va individual stressga qarshi kurash strategiyalari ishlab chiqilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout: A multidimensional perspective. Taylor & Francis.
2. World Health Organization (2019–2023). Burn-out as an occupational phenomenon. www.who.int
3. Schaufeli, W. B., & Enzmann, D. (1998). The Burnout Companion to Study and Practice. CRC Press.
4. Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands–Resources model. *Journal of Managerial Psychology*.
5. O‘zbekiston Sog‘liqni Saqlash Vazirligi, 2022-yilgi monitoring hisobotlari.
6. TTA 2023-yilgi “Shifokorlar salomatligi” tadqiqoti natijalari.

