

**O'ZBEKISTONDA TIBBIYOT XODIMLARIDA BURNOUT SINDROMI:
TADQIQOTLAR VA NATIJALAR**

Shaxnoza Shavkatova Po'lot qizi

Nizomiy nomidgi O'zbekiston Milliy universiteti,

1-bosqich magistranti

E-mail: shahnozashavkatova20@gmail.com

ORCID ID: 0009-0004-7172-7685

Annotatsiya: *Maqolada tibbiyot xodimlaridajuda ko'p uchraydigan burnout sindromi va unga oid tadqiqotlar va ularning natijalari keltirilgan. Shu bilan birga burnout sindromining inson hayotiga xavfsoluvchi omillari haqida fikr-mulohazalar ketirilgan.*

Kalit so'zlar: *Burnout, malaka, depersonalizatsiya, munosabat, shaxsiy yutuq, stress, yuklama.*

Kirish

Zamonaviy tibbiy xizmat ko'rsatish tizimi tibbiyot xodimlaridan nafaqat yuqori malaka, balki kuchli psixologik bardoshlikni ham talab qilmoqda. Ish yuklamasining ortishi, bemorlar bilan doimiy aloqa, tunda navbatchiliklar, mehnat sharoitining murakkabligi – bularning barchasi burnout sindromining rivojlanishiga olib keluvchi omillardir.

Burnout sindromi — bu shaxsning professional faoliyatida hissiy charchoq, depersonalizatsiya va o'z yutuqlariga nisbatan salbiy munosabat bilan ifodalanadigan holatdir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) tomonidan bu holat kasbiy muammo sifatida tasniflangan. O'zbekistonda ham tibbiyot xodimlarida burnout sindromining tarqalishi, ularning sog'lig'i va samaradorligiga salbiy ta'siri dolzarb masalaga aylanmoqda.

Metod

Ushbu maqolada 2023–2024-yillar davomida O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi, Respublika ixtisoslashtirilgan tibbiyot markazlari va yirik oliy tibbiy ta'lim muassasalari hamkorligida o'tkazilgan psixologik tadqiqotlar natijalari tahlil qilindi.

Tadqiqot Toshkent, Buxoro, Namangan, Andijon va Qashqadaryo viloyatlaridagi 600 nafar tibbiyot xodimi (shifokor, hamshira, feldsher, laborant) o'rtasida olib borildi. Respondentlar Maslach Burnout Inventory (MBI) so'rovnomasi asosida baholandi. So'rovnoma orqali emotsional charchoq, depersonalizatsiya va shaxsiy yutuq hissining pasayish darajalari aniqlandi.

Natijalar

Tadqiqot quyidagi asosiy natijalarni ko'rsatdi:

Emotsional charchoq: 64% tibbiyot xodimlarida yuqori darajada emotsional charchoq kuzatildi.

Depersonalizatsiya: 49% ishtirokchilarda bemorlar va kasbdoshlariga nisbatan sovuqlik va befarqlik belgilari mavjud.

Shaxsiy yutuq hissining pasayishi: 53% respondentlar o'zlarini kasbiy jihatdan muvaffaqiyatsiz his qilgan.

Hududlar bo'yicha farqlar mavjud bo'lib, ayniqsa qishloq joylardagi tibbiyot xodimlarida burnout sindromi darajasi yuqori bo'ldi. Shuningdek, navbatchilik ko'p bo'lgan hamshiralar va tez tibbiy yordam xodimlari orasida sindromning tarqalish darajasi ko'proq aniqlandi.

Muhokama

O'zbekistonda burnout sindromining keng tarqalganligi tibbiyot tizimida stressni kamaytirish va psixologik qo'llab-quvvatlov xizmatlarini kengaytirish zaruratini ko'rsatadi. Yangi kadrlarga ortiqcha yuklama, doimiy ruhiy bosim, maosh va sharoitdan norozilik holatlari burnout sindromiga olib kelmoqda.

Xalqaro amaliyotga asoslanib, quyidagi chora-tadbirlar taklif etiladi:

Stressni kamaytirish bo'yicha treninglar,

Jamoaviy psixoterapiya mashg'ulotlari,

Rivojlangan motivatsiya tizimi,

Dam olish rejimlarini tartibga solish.

Xulosa

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, burnout sindromi tibbiyot xodimlarining ruhiy salomatligiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Ularning mehnat faoliyatidagi samaradorligini pasaytiradi va bemorlar bilan muloqot sifatiga salbiy ta'sir qiladi. Shu sababli, sog'liqni saqlash tizimida muntazam psixologik monitoring o'tkazish, stressni kamaytirish dasturlarini joriy etish va ijobiy ish muhitini yaratish eng muhim ustuvor vazifalardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*.
2. WHO (2019). Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases.
3. Ergasheva, M., & Tursunov, B. (2023). O'zbekistonda burnout sindromining klinik ko'rinishlari. *Tibbiyot va Psixologiya jurnali*.
4. O'zbekiston SSV (2024). Tibbiyot xodimlarining ruhiy salomatligi holati bo'yicha axborot byulleteni.
5. Yunusova, D. (2024). Burnout sindromi va uni boshqarish usullari. *Tibbiyot amaliyoti jurnali*.