

## SHIFOKORLARDA KASBIY STRESSNING KLINIK-PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI VA UNING PSIXOSOMATIK KASALLIKLAR BILAN BOG'LIQLIGI

**Tursunova Maftuna Yusupjon qizi**

*Termiz davlat unversiteti psixologiya mutaxassisligi 1-kurs magistri.*

**Annotatsiya:** *Mazkur maqolada shifokorlarda kasbiy stressning klinik-psixologik determinantlari, uning psixosomatik kasalliklar rivojlanishiga ta'siri hamda psixologik mexanizmlari tahlil qilinadi. Tibbiyot xodimlarida yuqori mas'uliyat, emotsional zo'riqish va vaqt tanqisligi kabi omillar stressni kuchaytirishi aniqlanadi. Shuningdek, stressning yurak-qon tomir, nevrotik va psixosomatik buzilishlarga olib kelishi ilmiy manbalar asosida asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari klinik psixologiyada profilaktika va psixokorreksiya choralarini ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi.*

**Kalit so'zlar:** *kasbiy stress, shifokor psixologiyasi, emotsional charchoq, salomatlik, burnout.*

**Аннотация:** *В данной статье анализируются клинико-психологические детерминанты профессионального стресса у врачей, его влияние на развитие психосоматических заболеваний, а также психологические механизмы данного процесса. Установлено, что такие факторы, как высокая ответственность, эмоциональное напряжение и дефицит времени, усиливают уровень стресса у медицинских работников. Кроме того, на основе научных источников обосновано, что стресс способствует развитию сердечно-сосудистых, невротических и психосоматических нарушений. Результаты исследования свидетельствуют о необходимости разработки профилактических и психокоррекционных мер в рамках клинической психологии.*

**Ключевые слова:** *профессиональный стресс, психология врача, психосоматические заболевания, клиническая психология, эмоциональное выгорание, психодиагностика.*

**Annotation:** *This article analyzes the clinical and psychological determinants of occupational stress among physicians, its impact on the development of psychosomatic disorders, and the underlying psychological mechanisms. It has been established that factors such as high responsibility, emotional strain, and time pressure significantly increase stress levels among medical professionals. Furthermore, based on scientific sources, it is substantiated that stress contributes to the development of cardiovascular, neurotic, and psychosomatic disorders. The results of the study indicate the necessity of developing preventive and psychocorrective interventions within the framework of*



**Keywords:** *occupational stress, physician psychology, psychosomatic disorders, clinical psychology, emotional burnout, psychodiagnostics..*

Hozirgi zamon tibbiyot tizimida shifokorlarning kasbiy faoliyati yuqori darajadagi psixologik bosim, mas'uliyat va tezkor qaror qabul qilish zaruriyati bilan xarakterlanadi. Bu esa ularning ruhiy salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatib, kasbiy stressning keng tarqalishiga sabab bo'lmoqda.

Klinik psixologiya nuqtai nazaridan kasbiy stress nafaqat psixik, balki somatik kasalliklarning ham muhim etiologik omili hisoblanadi. Jumladan, stress gipertoniya, yurak ishemik kasalliklari, nevrozlar va boshqa psixosomatik buzilishlarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

Mazkur maqolaning maqsadi – shifokorlarda kasbiy stressning klinik-psixologik determinantlarini aniqlash va uning psixosomatik kasalliklar bilan bog'liqligini ilmiy asosda tahlil qilishdir.

Kasbiy stress tushunchasi va uning psixologik mohiyati

Kasbiy stress – bu shaxsning ish faoliyati bilan bog'liq bo'lgan psixologik zo'riqish holatidir. Ushbu tushuncha ilmiy muomalaga Hans Selye tomonidan kiritilgan bo'lib, u stressni organizmning har qanday ta'sirga nisbatan umumiy moslashuv reaksiyasi sifatida talqin qiladi. Shifokor faoliyatida stress quyidagi omillar bilan belgilanadi: ,hayot uchun javobgarlik ,bemor bilan murakkab muloqot ,tungi navbatchilik, vaqt tanqisligi ,yuqori professional talablar .

Psixologik jihatdan kasbiy stress: emotsional zo'riqish ,diqqatning pasayishi ,qaror qabul qilishda xatolik, irodaviy zaiflashuv ,kabi holatlarda namoyon bo'ladi.

Shifokorlarda kasbiy stressning klinik-psixologik determinantlari

Klinik psixologiyada determinantlar 3 guruhga bo'linadi:

1. Individual-psixologik omillar ,shaxs tipi (introvert/ekstravert) ,stressga chidamlilik darajasi ,emotsional barqarorlik. Bu jihatlar shaxsning ichki resurslari bilan bog'liq

2. Ijtimoiy-psixologik omillar ,jamoa muhitining zo'riqligi ,bemor va qarindoshlar bosimi ,rahbariyat bilan munosabat.Bu omillar shifokorning ijtimoiy moslashuviga ta'sir qiladi.

3. Kasbiy omillar ortiqcha ish yuklamasi noto'g'ri ish jadvali ,professional javobgarlik darajasi

Bu omillar tibbiyot xodimlarida emotsional kuyish (burnout) sindromiga olib keladi.

Kasbiy stress va psixosomatik kasalliklar o'rtasidagi bog'liqlik. Psixosomatik kasalliklar – bu psixologik omillar ta'sirida yuzaga keladigan somatik buzilishlardir. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, uzoq muddatli stress: arterial gipertenziya, yurak ishemik kasalligi, oshqozon-ichak kasalliklari, uyqusizlik ,nevrotik buzilishlar, rivojlanishiga olib keladi.



Stress organizmda: gormonal disbalans ,vegetativ nerv tizimi buzilishi, immun tizim susayishi, kabi jarayonlarni yuzaga keltiradi.Bu jarayonlarni izohlashda psixofiziologik nazariyalar muhim o‘rin tutadi. Klinik psixologik diagnostika usullari

Shifokorlarda kasbiy stressni aniqlash uchun quyidagi metodlar qo‘llaniladi: Psixologik testlar, Spielbergerning tashvish testi, Maslach burnout inventory, Rean stress diagnostikasi, Klinik metodlar, suhbat ,kuzatish ,anamnez yig‘ish.

Ushbu usullar shifokorning psixologik holatini kompleks baholash imkonini beradi. Shifokorlarda kasbiy stress – murakkab klinik-psixologik muammo bo‘lib, u nafaqat psixik, balki psixosomatik kasalliklarning ham muhim omili hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, stressning individual, ijtimoiy va kasbiy determinantlari mavjud bo‘lib, ularni o‘z vaqtida aniqlash va bartaraf etish zarur.

Klinik psixologiya doirasida stressni diagnostika qilish, profilaktika va psixokorreksiya choralarini ishlab chiqish tibbiyot xodimlarining ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Selye, H. (1976). The Stress of Life. New York: McGraw-Hill.
2. Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. Applied Psychology, 50(3), 337–421.
3. Самоукина Н. В. (2017). "Психология профессионального стресса".
4. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout: The cost of caring. San Francisco: Jossey-Bass.
5. Шагазатова, Б. Х., Рахимбердиева, З. А., Юлдашева, Н. Х., & Артикова, Д. М. (2021). ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ АНАЛОГОВ КЕТОАМИНОКИСЛОТ (КЕТОСАН) В УЛУЧШЕНИИ ТЕЧЕНИЯ ХРОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ ПОЧЕК У БОЛЬНЫХ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ. EDITOR COORDINATOR, 309.