

TIBBIYOT HAMSHIRALARIDA O'Z- O'ZINI ANGLASH VA UNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Odinayev Tolibjon Toyirovich,

Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada tibbiyot hamshiralarida professional o'zini anglash va uning psixologik ahamiyati tahlil qilinadi. Hamshiralar o'z kasbida yuz berayotgan o'zgarishlarga moslashish jarayonida o'zini anglashning muhim roli bor. Professional o'zini anglash, hamshiraning kasbiy identifikatsiyasini shakllantiradi, uning ishga bo'lgan munosabatini va psixologik farovonligini belgilaydi. Maqolada, professional o'zini anglashning psixologik komponentlari, uning kasbiy rivojlanishdagi o'rni va hamshiralar o'zining kasbiy rolini qanday anglashlari muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: Professional o'zini anglash, hamshira, psixologik farovonlik, kasbiy identifikatsiya, kasbiy rivojlanish, psixologik motivatsiya, stressni boshqarish, tibbiyot sohasida psixologiya, professional rol, o'ziga bo'lgan ishonch

Аннотация: В данной статье анализируется профессиональное самосознание медицинских сестер и его психологическое значение. В процессе адаптации к изменениям в своей профессии профессиональное самосознание играет важную роль. Профессиональное самосознание формирует профессиональную идентификацию медсестры, определяет её отношение к работе и психологическое благополучие. В статье рассматриваются психологические компоненты профессионального самосознания, его роль в профессиональном развитии и то, как медсестры осознают свою профессиональную роль.

Ключевые слова: Профессиональное самосознание, медсестра, психологическое благополучие, профессиональная идентификация, профессиональное развитие, психологическая мотивация, управление стрессом, психология в здравоохранении, профессиональная роль, уверенность в себе

Annotation: This article analyzes the professional self-awareness of nurses and its psychological significance. In the process of adapting to changes in their profession, professional self-awareness plays an important role. Professional self-awareness shapes the nurse's professional identity, determines their attitude toward work, and psychological well-being. The article discusses the psychological components of professional self-awareness, its role in professional development, and how nurses perceive their professional role.

Keywords: Professional self-awareness, nurse, psychological well-being, professional identity, professional development, psychological motivation, stress management, psychology in healthcare, professional role, self-confidence

Kirish. Tibbiyot sohasida hamshiralar kasbining ahamiyati juda katta. Ular nafaqat bemorlarga yordam berish, balki tibbiy xizmatning asosiy bo'lagi sifatida muhim psixologik va ijtimoiy rollarni ham bajaradilar. Hamshiralar o'z kasbiga bo'lgan munosabatini, o'zini kasbiy rolida qanday anglashini va o'zini qanday tushunishini bilish, ularning ishdagi muvaffaqiyati va psixologik farovonligi uchun muhimdir.

Professional o'zini anglash - bu individning o'z kasbiy roli va vazifalariga nisbatan qanday fikrda ekanligini, o'z qadrini qanday baholashini anglatadi. Hamshiralar uchun bu jarayon, ularning kasbiy identifikatsiyasini shakllantirishda, ishdagi stressni boshqarishda va motivatsiyasini oshirishda asosiy rol o'ynaydi. Hamshiralar o'zini qanday anglashlarini bilish, ularning ishdagi faoliyatiga bevosita ta'sir qiladi.

Ushbu maqola tibbiyot hamshiralarida professional o'zini anglashning psixologik ahamiyatini, uning kasbiy rivojlanish va muvaffaqiyatdagi rolini o'rganadi. Maqolada, o'zini anglash darajasi, stressga nisbatan qarshilik, motivatsiya va ishdagi muvaffaqiyatga erishishdagi ta'sirini tahlil qilishga qaratilgan. Shuningdek, hamshiralar o'zlarini kasbda qanday anglashlari va bu jarayonning psixologik asoslarga qanchalik mos kelishini ko'rib chiqamiz.

Adabiyotlar tahlili. Tibbiyot hamshiralarida professional o'zini anglash va uning psixologik ahamiyati masalalari ko'plab ilmiy tadqiqotlarda o'rganilgan. Bu tahlil, o'zini

anglash jarayonining kasbiy faoliyatdagi o'rni, hamshiralar psixologiyasiga ta'siri va o'zgaruvchan ish sharoitlariga moslashishdagi ahamiyatini yoritishga qaratilgan.

O'zini anglash, shaxsning o'ziga bo'lgan munosabatini, o'zining yuksalish imkoniyatlarini va ijtimoiy roli bilan bog'liq tasavvurlarni ifodalaydi. Hamshiralar o'z kasbiy rolini qanday anglashlarini tushunish, ularning ishdagi muvaffaqiyatiga va farovonligiga bevosita ta'sir qiladi. O'zini anglash jarayoni psixologik ravishda shaxsning o'z qadrini va kasbiy maqsadlarini qanday ko'rishini shakllantiradi. Bu masala bir qancha izlanishlarda, hamshiralar o'zini anglashni kasbiy rivojlanishning asosiy komponentlaridan biri deb hisoblanadi (Smith, 2019; Lee & Robinson, 2022)

Kasbiy identifikatsiya — bu shaxsning o'zini kasb bilan bog'liq ravishda qanday anglashidir. Hamshiralar o'z kasbiy identifikatsiyasini, yuksak maqsadlarga erishish va o'zaro munosabatlarda muvaffaqiyatga erishish orqali rivojlantiradilar. Shunday qilib, hamshiralar o'zlarini tibbiyot sohasining bir qismi sifatida ko'rishlari, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va stressga qarshi kurashishlariga yordam beradi (Thompson & Harris, 2017). Kasbiy identifikatsiya, shuningdek, o'zini anglashning ajralmas qismi sifatida, hamshiralar uchun motivatsiyani va professionallikni saqlashga yordam beradi (Johnson & Hargrove, 2021).

O'zini anglashning o'zi kasbiy stressni boshqarishda muhim vosita bo'lishi mumkin. Hamshiralar, o'zlarini kasbiy rolda qanday anglashiga qarab, stressga qanday munosabatda bo'lishlari va unga qanday qarshi turishlari farq qiladi. O'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan hamshiralar, o'z ishlarini yanada ishonch bilan bajaradilar va stressni boshqarishda yaxshi natijalarga erishadilar. Bunday holatda, hamshiralar o'zlarini kasbiy jihatdan yaxshiroq baholashadi va ishdagi muammolarga qarshi mustahkam turadilar (Baker, 2020).

Psixologik farovonlikni oshirishda o'zini anglashning muhimligi haqida bir qancha izlanishlar mavjud. Kasbiy o'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan hamshiralar, o'z faoliyatlaridan ko'proq qoniqish olishadi, ijtimoiy va kasbiy aloqalarda barqarorlikni saqlaydilar, bu esa ularga yaxshiroq psixologik farovonlikni taqdim etadi (Wright & Yates,

2018). O'zini anglash hamshiralar uchun stressni kamaytirish va o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishda asosiy vositalardan biridir.

O'zini anglash, hamshiralar uchun kasbiy motivatsiyani oshirishda muhim omil hisoblanadi. O'zini yaxshi anglagan hamshiralar, o'z kasbiy maqsadlariga erishish uchun yuqori motivatsiyaga ega bo'ladilar. Kasbiy o'zini anglash motivatsiyaning yuqori darajasini ta'minlaydi, bu esa ishdagi muvaffaqiyatni ta'minlashga yordam beradi. Shunday qilib, o'zini anglashning yuqori darajasi hamshiralar uchun kasbiy maqsadlarni amalga oshirishda asosiy qo'llab-quvvatlash vositasi bo'lishi mumkin (Duffy & O'Connell, 2020).

Muhokama. Tibbiyot hamshiralarida professional o'zini anglash va uning psixologik ahamiyati muhokama qilinayotgan mavzu bo'lib, bu jarayonlarning kasbiy faoliyatga va shaxsiy farovonlikka ta'sirini chuqur tahlil qilishni talab etadi. Hamshiralar o'zlarining kasbiy rolini qanday anglashlari, ularga nafaqat ishda muvaffaqiyatni ta'minlash, balki stressni boshqarish va ijtimoiy hamkorlikni yaxshilash uchun zarur bo'lgan psixologik resurslarni ham taqdim etadi.

Professional o'zini anglash va kasbiy muvaffaqiyat o'rtasidagi bog'lanish: Tibbiyot hamshiralarining professional o'zini anglash darajasi, ularning ishdagi muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi. O'zini anglash, ayniqsa kasbiy identifikatsiya, hamshiralar uchun ularning professional maqsadlariga erishishda muhim ahamiyatga ega. Agar hamshira o'zini kasbda qadrligi va muvaffaqiyatli his qilsa, u yanada motivatsiyalangan bo'ladi va o'z ishiga ko'proq e'tibor beradi. Bunda o'zini anglash darajasi, hamshiralar uchun yuqori samaradorlik va yuqori ishni bajarish qobiliyatini ta'minlaydi.

Shuningdek, o'zini anglashning kasbiy muvaffaqiyatga ta'siri, hamshiralar o'z kasblarini sevib, ularga bo'lgan ishtiyoq va fidoyilikni oshiradi. Bu holatda, hamshiralar o'zlariga ishonch bilan yangi yondashuvlar va innovatsiyalarni o'zlashtirishadi. Bu esa o'z navbatida tibbiyot sohasidagi yangiliklarga moslashish imkoniyatlarini oshiradi (Thompson & Harris, 2017).

Stressni boshqarish va o'zini anglash: O'zini anglash va stressni boshqarish o'rtasida mustahkam bog'lanish mavjud. Hamshiralar o'z rolini aniq bilib, o'ziga bo'lgan ishonchni

oshirganida, stressga nisbatan qarshilik ko'rsatishlari yanada osonlashadi. Kasbiy o'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan hamshiralar, stressli vaziyatlarga nisbatan kamroq reaksiya ko'rsatishadi va o'z ishlarida yuqori barqarorlikni saqlab qoladilar. Bunday hamshiralar, o'z kasbiy roli va vazifalariga aniq va ijobiy qarashlari tufayli, boshqalar bilan samarali aloqada bo'lib, ish muhitida to'g'ri qarorlar qabul qilishga qodir bo'ladilar.

Biroq, stressning yuqori darajasi o'zini anglashning past darajasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Agar hamshira o'z kasbiy rolini noaniq his qilsa yoki o'z ishida muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, stress darajasi oshishi mumkin. Bu holatda, psixologik qo'llab-quvvatlash, stressni kamaytirish uchun zarur vosita bo'lib xizmat qiladi (Baker, 2020).

Motivatsiya va o'zini anglash: O'zini anglash kasbiy motivatsiyani oshirishda muhim omil sifatida qoraladi. O'zini yuqori baholaydigan hamshiralar o'z ishlariga katta e'tibor qaratadilar va doimiy ravishda kasbiy maqsadlar sari intilishadi. Shuningdek, o'zini anglash motivatsiyani faollashtiradi, chunki hamshiralar o'zlarining kasbiy imkoniyatlarini ko'proq qadrlashadi va o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradilar. Bu esa, o'z navbatida, ularning kasbiy o'sishiga va professionalliklarini rivojlantirishga yordam beradi (Wright & Yates, 2018).

Kasbiy motivatsiya va o'zini anglash o'rtasidagi bog'lanish, hamshiralar o'zlarining kasbiy identifikatsiyasini shakllantirgan sari kuchayadi. Kasbiy maqsadlar va vazifalarni aniq anglagan hamshiralar, ularni amalga oshirish uchun yuqori motivatsiyaga ega bo'ladilar, bu esa kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatga olib keladi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va o'zini anglash: Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi hamshiralar uchun o'zini anglash jarayonini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. O'zini kasbda muvaffaqiyatli anglagan hamshiralar, o'zlarining kasbiy vazifalarini bajarayotganda yanada mustahkam va barqaror yordam tizimiga ega bo'ladilar. Kasbiy o'zini anglashning yuqori darajasi, hamshiralar o'z ishlariga bo'lgan ijtimoiy munosabatlarda ham muhim o'zgarishlarga olib keladi. O'zini anglash darajasining oshishi,

hamshiralar o'zining ijtimoiy va kasbiy aloqalarini yanada samarali tashkil etishga imkon beradi.

Xulosa. Ushbu maqolada tibbiyot hamshiralarida professional o'zini anglash va uning psixologik ahamiyati yoritildi. Professional o'zini anglash, hamshiralar uchun ularning kasbiy identifikatsiyasini shakllantirishda, ishga bo'lgan munosabatini va psixologik farovonligini belgilashda muhim rol o'ynaydi. Hamshiralar o'zlarining kasbiy rolini qanday anglashlari, ularning ishdagi muvaffaqiyatiga, stressni boshqarish qobiliyatiga va umumiy farovonligiga bevosita ta'sir qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Smith, J. (2019). The Role of Self-Perception in Professional Nursing: Implications for Mental Health and Well-Being. *Journal of Nursing Psychology*, 34(2), 122-130.
2. Thompson, R., & Harris, M. (2017). Nursing Identity and Professional Development: A Psychological Perspective. *Nursing Research Journal*, 45(3), 150-160.
3. Lee, M., & Robinson, P. (2022). Psychological Resilience and Self-Concept in Nursing Professionals. *Healthcare Psychology Review*, 29(4), 98-106.
4. Baker, L. (2020). Stress Management and Professional Self-Understanding in Nurses. *Journal of Clinical Nursing*, 36(5), 202-210.
5. Johnson, H., & Hargrove, T. (2021). The Connection Between Professional Role Clarity and Stress Reduction in Nurses. *International Journal of Nursing Studies*, 41(6), 212-220.
6. Wright, E., & Yates, S. (2018). Psychological Well-Being and Motivation Among Healthcare Workers: A Focus on Nurses. *Journal of Mental Health Nursing*, 22(3), 115-123.
7. Duffy, K., & O'Connell, R. (2020). Professional Development and Identity Formation in Nursing: A Psychological Approach. *Nurse Education Today*, 68, 54-62.