

KASBIY SALOMATLIK INSON RUHIY SALOMATLIGINING OMILI

**Sotvoldiyev Islomjon Furqatjon o'g'li**

*Farg'ona davlat universiteti Psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

**Annotatsiya:** *Kasbiy salomatlik psixologiyasi (KSP) psixologiyaning fanlararo sohasi bo'lib, u xodimlarning salomatligi va xavfsizligi bilan bog'liq. KSP kasbiy stress omillarining jismoniy va ruhiy salomatlikka ta'siri, ixtiyoriy ishsizlikning jismoniy va ruhiy salomatlikka ta'siri, ish va oila muvozanati, ish joyidagi zo'ravonlik va noto'g'ri munosabatning boshqa shakllari, baxtsiz hodisalarga ta'sir qiluvchi ish joyidagi psixos-ijtimoiy omillar kabi bir qator asosiy mavzularni ko'rib chiqadi.*

**Kalit so'zlar:** *kasb, salomatlik, ijtimoiy-psixologik holat, ishchilar sinfi, stress, boshqaruv organlari, tengsizlik, ijtimoiy adolatsizlik, infrastruktura, depressiya.*

**ЗДОРОВЬЕ ТРУДА – ФАКТОР ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА**

**Сотволдиев Ислонжон Фуркатжон ўғли**

*Ферганский государственный университет преподаватель кафедры  
психологии*

**Аннотация:** *Психология гигиены труда (ОНР) — это междисциплинарная область психологии, которая занимается здоровьем и безопасностью сотрудников. Влияние профессиональных стрессоров на физическое и психическое здоровье, влияние добровольной безработицы на физическое и психическое здоровье, баланс между работой и семьей, насилие на рабочем месте и другие формы плохого обращения, несчастные случаи на рабочем месте, затрагивающие ряд ключевых тем, таких как психосоциальные факторы.*

**Ключевые слова:** *род занятий, здоровье, социально-психологическое состояние, рабочий класс, стресс, органы управления, неравенство, социальная несправедливость, инфраструктура, депрессия.*

**OCCUPATIONAL HEALTH IS A FACTOR OF HUMAN MENTAL HEALTH**

**Sotvoldiyev Islomjon Furkatjon ugli**

*Fergana State University teacher of the Department of Psychology*

**Annotation:** *Occupational health psychology (OHP) is an interdisciplinary field of psychology that deals with the health and safety of employees. The effects of occupational stressors on physical and mental health, the effects of voluntary unemployment on physical and mental health, work-family balance, workplace violence and other forms of mistreatment, workplace accidents affecting addresses a number of key topics such as psychosocial factors.*

**Key words:** *occupation, health, socio-psychological condition, working class, stress, governing bodies, inequality, social injustice, infrastructure, depression.*

KSP kasbiy stress omillarining jismoniy va ruhiy salomatlikka ta'siri, ixtiyoriy ishsizlikning jismoniy va ruhiy salomatlikka ta'siri, ish va oila muvozanati, ish joyidagi zo'ravonlik va noto'g'ri munosabatning boshqa shakllari, baxtsiz hodisalarga ta'sir qiluvchi ish joyidagi psixo-ijtimoiy omillar kabi bir qator asosiy mavzularni ko'rib chiqadi, xavf va xavfsizlik, hamda ishchilar salomatligini yaxshilash va/yoki himoya qilishga qaratilgan tadbirlar. KSP amaliy psixologiya doirasida ikki xil fanlardan, ya'ni sog'liqni saqlash psixologiyasi va ishlab chiqarish va tashkiliy psixologiyadan paydo bo'lgan bo'lsa-da, uzoq vaqt davomida psixologiya instituti, shu jumladan sanoat/tashkiliy psixologiya rahbarlari kamdan-kam hollarda kasbiy stress va xodimlarning sog'lig'i bilan shug'ullanib, zarurat tug'dirdi. KSPning paydo bo'lishi. KSP, shuningdek, kasbiy tibbiyot, sotsiologiya, sanoat muhandisligi va iqtisod, shuningdek, profilaktika tibbiyoti va sog'liqni saqlash kabi boshqa fanlar bo'yicha ham ma'lumotga ega. Shunday qilib, KSP ish joyidagi psixo-ijtimoiy omillarning ishchilar va ularning oilalari salomatligini rivojlantirish, saqlash va mustahkamlash bilan bog'liqligi bilan shug'ullanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti va Xalqaro mehnat tashkilotining hisob-kitoblariga ko'ra, uzoq ish vaqtiga ta'sir qilish 2016 yilda 745 000 ishchining ishemik yurak kasalligi va insultdan o'limiga olib keladi, bu esa kasbiy stress tufayli yuzaga keladi.

Sanoat inqilobi Karl Marks kabi mutafakkirlarni o'zining begonalashtirish nazariyasi bilan mehnatning tabiati va uning ishchilarga ta'siri bilan shug'ullanishga undadi. Teylorning (1911) Ilmiy boshqaruv tamoyillari, shuningdek, Mayoning 1920-yillarning oxiri va 1930-yillarning boshlarida Hawthorne Western Electric zavodida ishchilar ustida olib borgan tadqiqotlari psixologiya mavzusiga ishchilarning mehnat ta'sirini kiritishga yordam berdi. Taxminan Teylorizm paydo bo'lgan paytda, Xartness ishchi va mashinaning o'zaro ta'sirini va uning ishchi psixologiyasiga ta'sirini qayta ko'rib chiqdi. 1948 yilda Michigan Universitetida Ijtimoiy Tadqiqotlar Institutining (ISR) tashkil etilishi ISRning kasbiy stress va xodimlarning sog'lig'i bo'yicha tadqiqotlari tufayli muhim edi.

1950-yillarda nashr etilgan va 1970-yillarga qadar davom etgan tadqiqotlar KSPning paydo bo'lishiga yordam berdi. Misol uchun, Buyuk Britaniyada Trist va Bamforth (1951) ingliz ko'mir qazib olish operatsiyalarida tashkiliy o'zgarishlar bilan birga konchilar avtonomiyasining qisqarishi ruhiy holatga salbiy ta'sir ko'rsatishini aniqladi. Artur Kornxauzerning 1960-yillarning boshlarida Michigandagi avtomobil ishchilarining ruhiy salomatligi haqidagi ishi ham soha rivojiga yordam berdi. 1971 yilda Gardell tomonidan o'tkazilgan tadqiqot Shvetsiya pulpa va qog'oz fabrikasi ishchilari va muhandislarida mehnatni tashkil etishning ruhiy salomatlikka ta'sirini o'rganib chiqdi. Ishsizlikning ruhiy salomatlikka ta'siri bo'yicha tadqiqot Sheffild universitetining Mehnat psixologiyasi institutida o'tkazildi. 1970 yilda Kasl va Kobb ishsizlikning AQShdagi fabrika ishchilarining qon bosimiga ta'sirini hujjatlashtirdilar.

Bir qator shaxslar "mehnat salomatligi psixologiyasi" yoki "mehnat salomatligi psixologi" atamalarining yaratilishi bilan bog'liq. Ularga Feldman (1985), Everli (1986) va Raymond, Vud va Patrik (1990) kiradi. 1988 yilda AQShda stress bilan bog'liq ishchilarga tovon to'lash da'volari sonining keskin o'sishiga javoban, Milliy Mehnat Xavfsizlik va Salomatlik Instituti (NIOSH) "stress bilan bog'liq psixologik kasalliklarni kasbiy salomatlik uchun etakchi xavf sifatida tan oldi" (p. 201). Ishdagi stressning bir qator muammolarga ta'sirining ortishi bilan NIOSH ularning stress bilan bog'liq dasturlari sezilarli darajada oshib borayotganini aniqladi. 1990 yilda Raymond va boshqalar. keng o'qiladigan amerikalik psixologda doktorlik darajasidagi psixologlar uchun sog'liqni saqlash psixologiyasini jamoat salomatligi bilan integratsiyalashgan holda fanlararo KSP ta'lim olish vaqti keldi, chunki sog'lom ish joylarini yaratish psixologiyaning maqsadi bo'lishi kerakligini ta'kidladi.

1987-yilda tashkil etilgan Work & Stress jurnali tez rivojlanayotgan intizomdagi birinchi va eng uzoq vaqtdan beri tashkil etilgan jurnal bo'lib, mehnat salomatligi psixologiyasidir. Uch yil o'tgach, Amerika Psixologik Assotsiatsiyasi (APA) va NIOSH birgalikda Vashingtonda, KSPga bag'ishlangan birinchi xalqaro konferentsiya bo'lgan Ish, Stress va Salomatlik konferentsiyasini tashkil qildi. O'shandan beri konferentsiya ikki yilda bir marta o'tkaziladi. 1996 yilda APA tomonidan "Mehnat salomatligi psixologiyasi" jurnalining birinchi soni nashr etildi. O'sha yili Mehnatni muhofaza qilish bo'yicha xalqaro komissiya asosan KSPga e'tibor qaratadigan Mehnatni tashkil etish va psixo-ijtimoiy omillar (ICOH-WOPS) ilmiy qo'mitasini tuzdi. 1999 yilda Shvetsiyaning Lund shahrida bo'lib o'tgan mehnat salomatligi psixologiyasi bo'yicha birinchi Evropa seminarida Evropa mehnat salomatligi psixologiyasi akademiyasi (EA-KSP) tashkil etildi. Ushbu seminar EA-KSPning birinchi konferentsiyasi, EA-KSP tomonidan tashkil etiladigan va KSP tadqiqotlari va amaliyotiga bag'ishlangan ikki yilda bir marta davom etayotgan konferentsiyalarning birinchisi hisoblanadi.

2000 yilda Mehnatni muhofaza qilish psixologiyasi bo'yicha norasmiy Xalqaro muvofiqlashtiruvchi guruh (ICGKSP) KSP bilan bog'liq tadqiqotlar, ta'lim va amaliyotni osonlashtirish, shuningdek, xalqaro konferentsiyalarni rejalashtirishni muvofiqlashtirish maqsadida tashkil etilgan. Shuningdek, 2000 yilda Work & Stress jurnali EA-KSP bilan bog'landi. 2005 yilda Qo'shma Shtatlarda Kasbiy salomatlik Psixologiyasi Jamiyati (SKSP) tashkil etilgan. 2008 yilda SKSP APA va NIOSH bilan hamkorlikda Ish, Stress va Salomatlik konferentsiyalariga homiylik qildi. Bundan tashqari, EA-KSP va SKSP ikki yilda bir marta o'tkaziladigan konferentsiyalar jadvallarini muvofiqlashtira boshladilar, shunda tashkilotlar konferentsiyalari muqobil yillarda o'tkaziladi, bu esa rejalashtirishdagi ziddiyatlarni minimallashtiradi. 2017 yilda SKSP va Springer KSP bilan bog'liq "Occupational Health Science" jurnalini nashr eta boshladi.

KSP tadqiqotining asosiy maqsadlari mehnat sharoitlari ishchilarning sog'lig'iga qanday ta'sir qilishini tushunish, bu bilimlardan xodimlarning sog'lig'ini himoya qilish va yaxshilash uchun tadbirlarni ishlab chiqishda foydalanish va bunday aralashuvlar

samaradorligini baholashdir. KSPda qo'llaniladigan tadqiqot usullari psixologiyaning boshqa sohalarida qo'llaniladigan usullarga o'xshaydi.

O'z-o'zidan hisobot berish so'rovi metodologiyasi KSP tadqiqotlarida eng ko'p qo'llaniladigan yondashuvdir. Ko'pincha kesma dizaynlar qo'llaniladi; vaziyatni nazorat qilish dizaynlari kamroq qo'llaniladi. Uzunlamasına dizaynlar, shu jumladan istiqbolli kohort tadqiqotlari va tajriba namunalarini o'rganish vaqt o'tishi bilan munosabatlarni tekshirishi mumkin. Sog'liqni saqlashni rag'batlantiruvchi ish joyidagi aralashuvlarni baholashga bag'ishlangan KSP bilan bog'liq tadqiqotlar kvazi-eksperimental dizaynlarga, (kamroq) eksperimental yondashuvlarga va (kamdan-kam hollarda) tabiiy tajribalarga tayangan.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:**

1. Schonfeld, I.S., & Chang, C.-H. (2017). Occupational health psychology: Work, stress, and health. New York, NY: Springer Publishing Company.
2. Houdmont, J., & Leka, S. (2010). An introduction to occupational health psychology. In S. Leka & J. Houdmont (Eds.). Occupational health psychology (pp. 1–30). John Wiley: Hoboken, NJ.
3. Centers for Disease Control and Prevention. Occupational Health Psychology (KSP).
4. Everly, G.S., Jr. (1986). An introduction to occupational health psychology. In P.A. Keller & L.G. Ritt (Eds.), Innovations in clinical practice: A source book (Vol. 5, pp. 331–338). Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.
5. "Field of KSP. What is occupational health psychology". Society for Occupational Health Psychology. 2016-03-04. Archived from the original on March 4, 2016.
6. Tetrick, L.E., & Quick, J.C. (2011). Overview of occupational health psychology: Public health in occupational settings. In J.C. Quick & L.E. Tetrick (Eds.), Handbook of occupational health psychology (2nd ed., pp. 3–20). Washington DC: American Psychological Association.
7. Pega, Frank; Nafradi, Balint; Momen, Natalie; Ujita, Yuka; Streicher, Kai; Prüss-Üstün, Annette; Technical Advisory Group (2021). "Global, regional, and national burdens of ischemic heart disease and stroke attributable to exposure to long working hours for 194 countries, 2000–2016: A systematic analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury". Environment International. 154:.
8. Marx, K. (1967/1845). The German ideology. In L.D. Easton & K.H.L. Guddat (Eds. and Trans.), Writings of the young Marx on philosophy and society. Garden City, NY: Doubleday.
9. Taylor, F.W. (1911). The principles of scientific management. Norwood, MA: The Plimpton Press.

10. Christie, A., & Barling, J. (2011). A short history of occupational health psychology: A biographical approach. In C. Cooper & A. Antoniou (Eds.), *New directions in organizational psychology and behavioural medicine* (pp. 7-24). Washington, DC: Gower Publishing.

11. Mayo, E. (1933) *The human problems of an industrial civilization*. New York: MacMillan.