

**BO‘LAJAK SHIFOKORLARDA REFLEKSIV MALAKALARNI
SHAKLLANTIRISH**

Toshmatova Moxizatxon Inomidin qizi
Andijon davlat tibbiyot instituti assistenti

Annotasiya: *Ushbu maqolada shifokorlar malakasi, ularda refleksiv malakalarni shakllantirish to‘g‘risida turli xil tavsiyalar va tajribalar to‘g‘risida so‘z yuritildi.*

Kalit so‘zlar: *Shifokorlar, ko‘nikma, refleksiv malakalarni shakllantirish, tajribalar va tavsiyalar.*

Bo‘lajak shifokorlarda refleksiv malakalarni shakllantirish uchun quyidagi tavsiyalarni ko‘rsatish mumkin:

- **Amaliy mashqlar:** Shifokorlar o‘zlarining refleksiv malakalarini rivojlantirish uchun amaliy mashqlar va tajribalar bilan ta‘minlash kerak. Masalan, aylanma, suqish, vaqtincha qo‘yilgan tizimlar orqali shifokorlarga o‘zlarini qanday muammoni hal qilishlari kerakligini o‘rganishlari mumkin.

- **Tahlil va baholash:** Shifokorlar o‘zlarining amaliyotlarini tahlil qilish va baholash yordamida refleksiv malakalarini rivojlantirishlari mumkin. Masalan, muayyan bir operatsiyani bajarishdan so‘ng shifokorni o‘z faoliyatini baholash va yangi yondashuvlar berish yordamida uning malakalarini rivojlantirish mumkin.

- **O‘z-o‘zini baholash:** Shifokorlarga o‘z-o‘zini baholash uchun imkoniyat berish juda muhimdir. Ular o‘zlarining amaliyotlarini o‘zlarini tahlil qilish orqali tekshirib chiqishlari, xatolarini aniqlashlari va ularni to‘g‘ri qilish uchun qadam harakat qilishlari lozim.

- **Yondashuv va dasturlar:** Shifokorlarga refleksiv malakalarini rivojlantirishda yondashuv va dasturlardan foydalanish muhimdir. O‘quv dasturlar, treninglar va mentorlik jarayonlari shifokorlarga yangi bilim va malakalarni o‘rgatishda yordam beradi.

- **Ma‘lumot almashish:** Shifokorlar o‘zlarining sohalarda yangiliklarni kuzatish, ma‘lumot almashish va yangi texnologiyalardan foydalanish orqali refleksiv malakalarini rivojlantirishlari mumkin. Ular o‘zlarining bilim darajasini oshirish uchun doimiy ravishda yangiliklarni kuzatib borishlari kerak. Bo‘lajak shifokorlarda refleksiv malakalarni shakllantirish uchun amaliy mashqlar, tahlil va baholash, o‘z-o‘zini baholash, yondashuv va dasturlar, va ma‘lumot almashish kabi usullardan foydalanish tavsiya etiladi. Bu usullar shifokorlarning o‘zlarini rivojlantirish va yangi bilim va malakalarni o‘rgatishda yordam beradi. Bo‘lajak shifokorlarda refleksiv ko‘nikmalarni rivojlantirish uchun quyidagi kompetensiyalar zarur:

Tanqidiy fikrlash: bo‘lajak shifokorlar o‘z harakatlari, qarorlari va e‘tiqodlarini tanqidiy tahlil qilish va mulohaza yurita olishlari kerak. Bu taxminlarni so‘roq qilish,

muqobil istiqbollarni ko'rib chiqish va ularning harakatlarining oqibatlarini baholashni o'z ichiga oladi.

O'z-o'zini anglash: O'z-o'zini anglashni rivojlantirish bo'lajak shifokorlar uchun o'zlarining kuchli tomonlari, zaif tomonlari, qadriyatlari va tarafkashliklarini tushinishlari uchun juda muhimdir. Bu o'z-o'zini aks ettirish ularga takomillashtirish sohasini aniqlashga yordam beradi va ularning kasbiy rivojlanishini oshiradi.

Muloqot ko'nikmalari: Samarali muloqot bo'lajak shifokorlarda refleksiv ko'nikmalarni rivojlantirishning kalitidir. Ular o'z fikrlari va his-tuyg'ularini aniq ifoda eta olishlari, boshqalarni faol tinglashlari va bemorlar, hamkasblar va boshqa sog'liqni saqlash xodimlari bilan mazmunli muloqot qilishlari kerak.

Axloqiy fikrlash: Bo'lajak shifokorlar sog'liqni saqlash sohasidagi murakkab axloqiy dilemmalarni hal qilish uchun kuchli axloqiy fikrlash ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak. Ular o'z qarorlarining axloqiy oqibatlarini ko'rib chiqishlari, professional standartlarni qo'llab-quvvatlashlari va bemorlarning manfaatlarini ko'zlab harakat qilishlari kerak.

Madaniy kompetensiya: Madaniy kompetensiya bo'lajak shifokorlar uchun turli xil bemorlar populyatsiyalariga sifatli yordam ko'rsatish uchun zarurdir. Ular madaniy farqlarni tushunish va hurmat qilishlari, turli kelib chiqishi bo'lgan bemorlar bilan samarali muloqot qilishlari va individual bemorlarning ehtiyojlarini qondirish uchun o'z yondashuvlarini moslashtirishlari kerak.

Hayot davomida ta'lim: Bo'lajak shifokorlar umrbod ta'lim olish va kasbiy rivojlanish majburiyatiga ega bo'lishlari kerak. Ular tibbiyot sohasidagi so'nggi yutuqlardan xabardor bo'lishlari, klinik ko'nikmalarini doimiy ravishda oshirishlari va doimiy ta'lim va o'qitish imkoniyatlarini izlashlari kerak. Ushbu kompetensiyalarni rivojlantirish orqali bo'lajak shifokorlar o'zlarining amaliyotlari haqida fikr yuritish, tajribalarini o'rganish va klinik ko'nikmalarini va bemorlarga yordam berishni doimiy ravishda yaxshilash qobiliyatini oshirishlari mumkin. Refleksiv ko'nikmalar kasbiy o'sishni, axloqiy amaliyotni va sifatli tibbiy xizmat ko'rsatishni rag'batlantirish uchun zarurdir.

Bo'lajak shifokorlarda aks ettirish ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha malakali tajriba tanqidiy fikrlash, o'z-o'zini tahlil qilish va kasbiy o'sishni rivojlantirishga qaratilgan turli usullar va yondashuvlarni o'z ichiga oladi. Bu maqsadda foydalanish mumkin bo'lgan asosiy amaliyotlardan ba'zilari:

1. **Reflektiv jurnallar:** Tibbiyot talabalari o'zlarining klinik kuzatuvlari, bemorlarning holatlari, axloqiy dilemmalar va shaxsiy kasbiy rivojlanishi haqida aks ettiradigan aks ettiruvchi jurnallar yozishlari mumkin.
2. **Guruh muhokamalari:** Talabalar va professor-o'qituvchilarni turli klinik ssenariylar yoki axloqiy masalalar bo'yicha guruh muhokamalarini tashkil etish tanqidiy fikrlash va o'z-o'zini aks ettirishni rivojlantirishga yordam beradi.

3. Vaziyatni o'rganish usuli: Talabalar bemorlarning anonim tarixi sifatida taqdim etilgan klinik holatlarni tahlil qilishlari tavsiya etiladi, bu ularga tahlil qilish, hamdardlik va ongli qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.

4. Nazorat va murabbiylik: Tajribali klinisyenlar o'quvchilarga qiyin vaziyatlarda harakat qilish, o'z amaliyotlari haqida fikr yuritish va kasbiy mahoratini oshirishda yordam berish uchun murabbiy sifatida xizmat qilishi va nazorat mashg'ulotlarini o'tkazishi mumkin.

5. Fikr-mulohaza: O'qituvchilar, hamkasblar va bemorlarning muntazam fikr-mulohazalari bo'lajak shifokorlarda reflektiv ko'nikmalarni shakllantirishda, ularning kuchli va zaif tomonlarini tan olishda va kasbiy o'sishi ustida ishlashda muhim rol o'ynaydi. Bo'lajak shifokorlarda refleks ko'nikmalarini samarali rivojlantirish nazariy bilimlar, amaliy ko'nikmalar va shaxsiy rivojlanishni birlashtirgan kompleks yondashuvni talab qiladi. Bu jarayonda ta'lim muassasalari, tajribali pedagoglar va kasb-hunar hamjamiyatining ko'magi muhim o'rin tutadi.

Bo'lajak shifokorlarda refleks ko'nikmalarini shakllantirish ularning kasbiy tayyorgarligining muhim yo'nalishi hisoblanadi. Refleksiyani o'rganish va amaliyoti o'quvchilarda tanqidiy fikrlash, o'z-o'zini anglash, empatiya va klinik vaziyatlarda ongli qarorlar qabul qilish qobiliyatini rivojlantirishga yordam beradi. Quyida bo'lajak shifokorlarda aks ettirish ko'nikmalarini shakllantirish bo'yicha ba'zi asosiy xulosalar keltirilgan:

Mulohaza kasbiy o'sishni rag'batlantiradi: faol aks ettirish treningi talabalarga o'zlarining kuchli va zaif tomonlarini tan olishga yordam beradi va o'z amaliyoti va kasbiy rivojlanishini yaxshilash uchun strategiyalarni ishlab chiqadi. Mulohaza sog'liqni saqlash sifatini yaxshilaydi: refleksli ko'nikmalarga ega bo'lgan shifokorlar o'zgaruvchan klinik vaziyatlarga yaxshiroq moslasha oladilar, ongli qarorlar qabul qiladilar va bemorlarga samaraliroq yordam ko'rsatadilar. Refleksiyani rivojlantirishning turli usullari: Bo'lajak shifokorlarda refleks ko'nikmalarini samarali rivojlantirish uchun turli xil usullarni qo'llash kerak, masalan, reflektiv kundaliklar, guruh muhokamasi, tasodifiy bemor usuli, nazorat va fikr-mulohazalar. Qo'llab-quvvatlash va murabbiylikka bo'lgan ehtiyoj: Tajribali o'qituvchilar, murabbiylar va professional hamjamiyatning yordami bo'lajak shifokorlarda o'quvchilarga xatolarini tan olishga, tajribadan o'rganishga va doimiy takomillashtirishga intilishlariga yordam beradigan refleks ko'nikmalarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Shunday qilib, bo'lajak shifokorlarda refleks ko'nikmalarini shakllantirish ularning kasbiy tayyorgarligining asosiy elementi bo'lib, tibbiyot sohasida muvaffaqiyatli amaliyot uchun zarur bo'lgan vakolatlarni rivojlantirishga yordam beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. "O'zME", Birinchi jild. Toshkent. 2000.

2. Рефлѣксия или рефлексія – как правильно?. Дата обращения: 18 июня 2021. Архивировано 24 июня 2021 года.

3. Рефлексия / Белоусов М. А. // Большая российская энциклопедия : [в 35 т.] / гл. ред. Ю. С. Осипов. — М. : Большая российская энциклопедия, 2004—2017.