ИНСОНИЯТ ПСИХОЛОГИЯГА МУХТОЖ

Психологлар ва психология инсониятга нимани таклиф килади?

Психология нима ва психологлар нима қиладилар?

Психология фани ҳам индивид, ҳам жамият даражасида инсон фикрлари, ҳис-туйғулари ва ҳулқ-атворининг табиати ва ривожланиши ҳақидаги билимларни ҳосил қилади. Психология – бу мустақил илмий фан бўлиб, чексиз тажрибамизнинг деярли барча жиҳатларига татбиқ этилади. Психологлар инсон фаолияти муҳим бўлган барча жойларда - турли муассасаларда ишлайдилар. Психология фани инсон ҳулқ-атвори ҳақидаги тушунчамизни чуқурлаштиради ва ижтимоий, маданий ва лингвистик контекстларнинг унга қандай таъсир қилишини тушунтиради.[1] Психологлар ҳаётни яхшилаш учун инсон ҳуқуқлари доирасида бутун дунёда соғлиқни сақлаш ва фаровонликни таъминлашда муҳим роль ўйнайдилар.

Нима учун давлатга психология ва психологлар керак?

Давлат учун нафақат инсонийлик жиҳатдан, балки молиявий жиҳатдан ҳам психологлар ҳаётни яхшилашга ва азоб-уқубатларни енгиллаштиришга муҳим мустақил ҳиссаларини қўшишларини тан олиши фойдалидир.[1] Таълим, сифатли озиқ-овқат ва овқатланиш, турмуш даражаси, иш имкониятлари ва адолатли муносабатлар каби саломатликнинг ижтимоий детерминантлари Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг Барқарор Ривожланиш Мақсадларида мустаҳкамланган асосий инсон ҳуқуқлари сифатида эътироф этилади.[2,3,4,5,6] Саломатликнинг ижтимоий детерминантларига етарлича эътибор бермасликнинг оқибатлари сифатида депрессия ва хавотирланиш каби психик саломатликнинг муаммоларини ечишга қодир эмаслик натижасида ишлаб чиқаришни йўқотиш жаҳон иқтисодиётига ҳар йили 1 триллион долларга тушади. Психологик саломатликни яхшилашга психологик аралашиш ва профилактика иқтисодий фойдали эканлиги тасдиқланган. Психология фани кишиларнинг яшаш, ишлаш ва ўйнаш шароитларига татбиқ этилганда, қобилиятлар ва иш маҳсулдорлиги ошади.[1,2] Бироқ, иқтисодий фойда ва хавф остидаги гуруҳлар ёки психологик муаммолар (руҳий касалликлар белгилари) билан бирга бўлганлар учун деярли самарали хизматлар мавжудлигига қарамасдан, дунёнинг деярли барча мамлакатларида ёшлар ва катталарнинг аксарияти чекланган ресурслар, стигма ва малакали мутахассислар етишмаслиги туфайли психологик ёрдам олмайдилар.[1,2]

Психология ва психологларнинг ўзига хослиги нимада?

Психологлар биологик, ижтимоий ва экологик тадқиқотлар фарқига борадилар ва турли тилларда гапирувчи ва турли маданиятга эга бўлган инсонлар ҳаётини яхшилашга қаратилган, фанда исботланган методларни қўллашга ўқитилгандир. Психолог бўлиш учун юқори касбий, илмий ва ахлоқий билимларга эга бўлиш ва касб стандартларига мос бўлиш зарур. Психологларнинг юқори даражадаги тайёргарлиги махсус ва илмий мустақиллигини ва ҳаётнинг турли соҳаларида (масалан, оилада, мактабда, унивверситетда, шифохонада, иш жойида, давлат хизматида, диний ҳамжамиятларда) инсонлар фаровонлигига ҳисса қўшиш учун фанлараро жамоада мустақил ўринларини таъкидлайди.[1] Психологлар инсон саломатлигига комплекс ва турли ёндашувларни таъминлаш мақсадида илмий метод ва қўшимча равишда диагностика, баҳолаш ва мантиқ кўникмаларини қўллаган ҳолда ишлайдилар. Мустақил бошқарув лавозимларига психологларни ишга қабул қилиш уларнинг юқори даражадаги квалификацияларига мос келади. Дунё мисли кўрилмаган инқирозларга дуч келар экан, психологларнинг жисмоний, ҳиссий ва руҳий таъсирларни алоҳида инсонларга, гуруҳлар ва жамоаларга таъсирини камайтиришга қўшган ҳиссаси ҳал қилувчи аҳамиятга эгадир.[2]

BOG'LANISH UCHUN MA'LUMOT

Ўзбекистон Миллий Университети
Психология Кафедраси
Университет кўчаси, 4
Вузгородок
Тошкент

1. Hays, P.A.& Iwamasha, G.Y. (2006). Culturally Responsive Cognitive Behavioral Therapy: Assessment, Practice, and Supervision. American Psychological Association

2. Chisholm, D., Sweeny, K., Sheehan, P., Rasmussen, B., Smit, F., Cuijpers, P., & Saxena, S. (2016). Scaling-up treatment of depression and anxiety: A global return on investment analysis. Lancet Psychiatry, Vol.3, 415–424. DOI: http://doi.org/10.1016/S2215-0366.

3. Adler, E. N., & Newman, K., (2002) Socioeconomic disparities in health: pathways and policies, Health Aff (Millwood), Vol.21 Iss.2, DOI: http://doi.org/10.1377/hlthaff.21.2.60

4. Allen, J., Balfour, R., Bell, R., & Marmot, M., (2014) Social determinats of mental health, International review of Psychiatry, Vol. 26 Iss. 4 DOI: http://doi.org/10.3109/09540261.2014.928270

5. Saegert, S., Evans, G. W., (2003) Poverty, housing niches, and health in the United States, Journal of Social issues, Vol. 59 Iss. 3, 569-589. DOI: https://doi.org/10.1111/1540-4560.00078

6. Saxena, S., Thornicroft, G., Knapp, M., & Whiteford, H., (2007) Resources for mental health: scarcity, inequity, and inefficiency, The Lancet, Vol. 370 Iss. 9590, 878-889 DOI: https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61239-2

7. Walker, R., Keane, C. R., & Burke, J., (2010) Disparities and access to healthy food in the United States: A review of food deserts literature, Health & Place, Vol. 16 Iss. 5, 876-884 DOI: https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2010.04.013

8. Kelly J.G., Ryan A.M., Altman B.E., Stelzner S.P.(2000) Understanding and Changing Social Systems. In: Rappaport J., Seidman E. (eds) Handbook of Community Psychology. Springer, Boston, MA.. DOI: https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6_7

9. Weissman, M., & Cuijpers, P., (2007) Psychotherapy over the Last four decades, Harvard Rev Psychiatry, Vol. 25 Iss.4, 155-158, DOI: https://doi.org/10.1097/hrp.0000000000000165

10. Mental Health America, 2019 https://www.uncrushed.org/content/2019/9/23/the-state-of-mental-health-in-america-2020

11. Wang, P. S., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Angermeyer, M. C., Borges, G., Bromet. E. J., Bruffaerts, R., De Girolamo, G., De Graaf, R., Gureje, O., Haro, J. M., Karam, E. G., Klesser, R., Koveness, V., Lane, M. C., Lee, S., Levinson, D., Ono, Y., Et al., (2007) Use of mental health services for anxiety, mood, and substance disorders in 17 countries in WHO world mental health surveys, The Lancet, Vol. 370 Iss. 9590, 841-850. DOI: https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61414-7

12. Huppert, A. H., Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences, (2009) Health and Well-Being, Vol. 1 Iss. 2, 137-164. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x

13. Wandersman, A., & Florin, P., (2003) Community interventions and effective prevention, American Psychologist DOI: http://doi.org/10.1037/0003-066X.58.6-7.441