

# MENTAL HEALTH AS AN IMPORTANT FACTOR IN ENSURING THE EFFECTIVENESS OF ENGINEERS

Haidarov Sh.Sh. (Republic of Uzbekistan)

*Haidarov Shakhriyar Shukhratovich - research assistant,  
BUKHARA STATE UNIVERSITY,  
BUKHARA, REPUBLIC OF UZBEKISTAN*

**Abstract:** ongoing research on strengthening the physical and psychological health of young people around the world, preparing for a future life and their psychological health attract constant attention. Today, for the preparation of competitive athletes in accordance with international standards, it is becoming increasingly important to improve their psychological preparation, as well as physical fitness. In particular, it is important to identify the factors influencing the formation of psychological health in athletes, to develop a mechanism for them related to psychological health.

**Keywords:** psychological health, specialist formation, emotional and social well-being, self-assessment, stress.

## ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ - КАК ВАЖНЫЙ ФАКТОР ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНЖЕНЕРОВ

Хайдаров Ш.Ш. (Республика Узбекистан)

*Хайдаров Шахриёр Шухратович - стажёр-исследователь,  
Бухарский государственный университет,  
г. Бухара, Республика Узбекистан*

**Аннотация:** продолжающиеся исследования по укреплению физического и психологического здоровья молодых людей во всем мире, подготовке к будущей жизни и их психологическому здоровью привлекают постоянное внимание. Сегодня для подготовки конкурентоспособных спортсменов в соответствии с международными стандартами становится все более актуальным улучшение их психологической подготовки, а также физической подготовленности. В частности, важно выявить факторы, влияющие на формирование психологического здоровья у спортсменов, разработать для них механизмы, связанные с психологическим здоровьем.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, формирование специалиста, эмоциональное и социальное благополучие, самооценка, стресс.

Психологическое, эмоциональное и социальное благополучие человека определяет его способность вносить свой вклад и функционировать в качестве члена общества. Несколько исследований, проведенных в течение многих лет, доказали, что пугающее количество людей живет с психическими заболеваниями, из которых документально подтверждена лишь малая часть. Исследования, проведенные организацией Open Sourcing Mental Illness (OSMI), показали, что эти цифры намного выше в технологической отрасли. Мы представляем анализ закономерностей и выводим факторы, способствующие психическим заболеваниям в технологической отрасли, чтобы помочь в раннем выявлении и оценке риска диагноза у сотрудников. С этой целью исследование включает в себя подробный анализ, модели для прогнозирования диагноза, кластеризацию на основе риска и изучение существующей литературы о факторах, способствующих психическим заболеваниям [1]. В добавок к этому, мы попытались понять влияние Covid-19, проанализировав тенденции факторов, влияющих на психическое здоровье, до и после пандемии. В заключение мы расскажем о влиянии пандемии COVID-19 на глобальное психическое здоровье и действиях, предпринятых на рабочем месте для смягчения этого воздействия [2].

По оценкам ВОЗ, во всем мире около 264 миллионов человек страдают депрессией и тревогой. По оценкам, последующая потеря производительности из-за того, что сотрудники страдают депрессией и расстройствами, связанными с тревогой, обходятся мировой экономике почти в 1 триллион долларов США в год. В 2019 году в секторе информационных и коммуникационных технологий было занято более 53,2 миллиона штатных сотрудников, и, по прогнозам, к 2023 году их число достигнет 62 миллионов. Учитывая растущее число сотрудников в технологическом секторе, крайне важно учитывать факторы на рабочем месте, влияющие на психическое здоровье сотрудников, поскольку неблагоприятная рабочая среда может привести к проблемам с физическим и психическим здоровьем.

Несмотря на огромное количество людей, у которых диагностированы проблемы с психическим здоровьем, предполагаемая средняя задержка после возникновения проблем с психическим здоровьем до первого контакта с врачом общей практики составляет 10 лет и 11 лет до первого контакта с психиатром. Даже для самых тяжелых заболеваний средняя задержка между началом заболевания и первым обращением за помощью составляет 5 лет.

Предиктивная аналитика в области психического здоровья — это новая область, обладающая значительными возможностями революционизировать клиническую практику в психиатрии, что приведет к дальнейшим улучшениям в персонализированной и точной медицине. Кроме того, использование машинного обучения для разработки моделей риска для определения индивидуального риска развития психического заболевания может значительно помочь процессам раннего выявления и диагностики проблем с психическим здоровьем. Это, в свою очередь, позволяет проводить ранние профилактические вмешательства.

О чем настоящее исследование? В этом исследовании представлен рабочий процесс машинного обучения, позволяющий не только прогнозировать склонность сотрудников к развитию проблем с психическим здоровьем, но также выявлять и понимать факторы, влияющие на психическое здоровье сотрудников на их рабочих местах. Исследования для выявления проблем с психическим здоровьем. Обнаружение и диагностика проблем с психическим здоровьем у людей является одним из основных применений машинного обучения в области психического здоровья. Он также включает моделирование структур риска для прогнозирования восприимчивости людей к проблемам психического здоровья, что может помочь в проведении ранних вмешательств.

В другом недавнем исследовании утверждалось, что уход за психическим здоровьем основан в основном на самооценке, поскольку психические проблемы являются следствием поведения пациентов. Исследование также показало, что прогностические модели могут быть использованы для выявления пациентов, которым требуется относительно более высокий уход и забота. Модели также использовались для прогнозирования нарушений психического здоровья у сотрудников технических и нетехнических компаний. Помимо других наблюдений, в этих исследованиях сообщалось о прошлых проблемах с психическим здоровьем сотрудников и их семейном анамнезе психических заболеваний как о наиболее важных признаках для прогнозирования психических расстройств.

Модели стресса у сотрудников и факторы, в наибольшей степени способствующие уровню стресса, были проанализированы в контексте технологической отрасли. Однако эти исследования, проведенные в предпандемические годы, не учитывают влияние болезней и сопутствующие изменения образа жизни, культуры труда и общего психологического стресса, которые пандемия вызвала для психического здоровья людей. Этот документ направлен на предоставление прогнозов в отношении психического здоровья сотрудников и уровней риска для сотрудников, чтобы помочь организациям понять психическое здоровье своих сотрудников и определить любые сопутствующие факторы на рабочем месте. Мы надеемся, что эти идеи повысят осведомленность работодателей и тем самым повлияют на меры по охране психического здоровья на рабочем месте, чтобы улучшить их психическое благополучие.

#### *Список литературы / References*

1. Всемирная организация здоровья. Депрессия и другие распространенные психические расстройства: глобальные оценки состояния здоровья. Технический отчет: Всемирная организация здравоохранения; 2017.
2. Всемирная организация здоровья. Инвестиционное обоснование психического здоровья: ВОЗ. Технический отчет: Всемирная организация здравоохранения; 2019.