



ТӨРИЙН АЛБАНЫ ЗӨВЛӨЛ

ТӨРИЙН БАЙГУУЛЛАГА СЭТГЭЛ ЗҮЙН ДАРХЛААТАЙ БАЙХ АРГА ЗАМЫГ ЭРЭЛХИЙЛЭХ НЬ

Орхон аймгийн Нийгмийн даатгалын газар
Хамралт, орлого, өр хариуцсан
улсын байцаагч Н.Хулан



Орхон аймаг
2025 он

АГУУЛГА

ХУРААНГУЙ.....	3
НЭГ. УДИРТГАЛ	4
1.1. Судалгааны үндэслэл.....	4
1.2. Зорилго, зорилт	5
1.3. Судалгааны арга зүй	5
1.4. Судалгааны эх олонлог, түүвэр	6
1.5. Судалгаанд оролцогчдын шинж байдал.....	7
ХОЁР. ҮНДСЭН ХЭСЭГ	9
2.1. Сэтгэл зүйн дархлааны талаарх онол, арга зүй.....	9
2.2. Судалгааны үзэл баримтлал.....	10
2.3. Таамаглал	11
2.4. Судалгааны хувьсагч.....	11
2.5. Сэтгэл зүйн дархлааны түвшингийн судалгаа	11
2.6. Сэтгэл зүйн дархлаанд нөлөөлөх хүчин зүйлсийн шинжилгээ	12
ГУРАВ. СУДАЛГААНЫ ҮР ДҮН	15
ДӨРӨВ. ДҮГНЭЛТ.....	16
4.1. Дэвшүүлэх санаа	17
НОМ ЗҮЙ	19

ХУРААНГУЙ

Төрийн байгууллага сэтгэл зүйн дархлаатай байснаар албан хаагчдын ажлын бүтээмжид эергээр нөлөөлж, төрийн үйлчилгээг түргэн шуурхай, сэтгэл ханамжтайгаар иргэдэд үйлчлэх нөхцөл бүрдэх, цаашлаад төрийн үйлчилгээ авч буй иргэдийн төрд итгэх итгэл нэмэгдэх ач холбогдолтой юм.

АНУ-ын сэтгэл судлаач Гарри Стэк Саливан болон Рой Баумейстер нарын өөрийгөө зохицуулах онол, өөрийгөө хамгаалах механизмын онолын хүрээнд судалгаа авсан. Судалгааны ажлаа баримт бичгийн болон санал асуулгын арга, ярилцлага арга гэсэн 3 арга ашиглан авсан. Санал асуулгадаа сэтгэл судлаачдын дунд хүлээн зөвшөөрөгдсөн “Сэтгэл гутралын шалтгаан, түвшин тодорхойлох Цунгийн сорил”, “Нойргүйдлийн эмгэг илрүүлэх сорил” зэрэг сорилуудыг ашигласан.

Нийгмийн даатгалын салбарын 1500 орчим албан хаагчдын төлөөлөл болгож 9 дүүрэг, 21 аймгийн газар, хэлтсийн дарга, улсын байцаагч, мэргэжилтэн болон бусад үйлчилгээний 430 албан хаагчдыг хамруулсан.

Судалгааны үр дүнгээс харахад нийгмийн даатгалын салбарын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааны түвшин “дунд” байгаа бөгөөд үүнд голлон сэтгэл гутралын түвшин нөлөөлж байна. Харин албан хаагчдын нойрны чанар нь сэтгэл зүйн дархлаанд сэтгэл гутралын түвшинтэй харьцуулахад харьцангуй багаар нөлөөлж байна. Иймд төрийн байгууллагын сэтгэл зүйн дархлааг бий болгохын тулд албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааг сайжруулах, тэдний сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн боловсролд бодлогын түвшинд шат дараалсан арга хэмжээ авч анхаарах шаардлагатай байна.

НЭГ. УДИРТГАЛ

1.1. Судалгааны үндэслэл

Монгол улсын төрийн албаны тухай хуулийн 5 дугаар зүйлд: “Төрийн албаны эрхэм зорилго нь Монгол Улсын Үндсэн хууль, бусад хуулийг чандлан баримталж, үндэсний язгуур ашиг сонирхолд захирагдан ард түмэндээ үйлчилж, төрд чин үнэнчээр зүтгэхэд оршино” гэж заасныг энд дурдъя.

Тэгвэл төрийн албан хаагчид ард түмэндээ чин үнэнчээр үйлчлэхдээ сэтгэл хангалуун байж чаддаг уу?

Төрийн албан хаагчийн сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн талаар Монгол Улсын эрх зүйн баримт бичгүүдэд нарийн тодорхойлсон ойлголтууд байдаггүй ч Хөдөлмөрийн хуулийн 38-р зүйлд "Ажлын байрны эрүүл ахуй, аюулгүй байдал" гэх зэрэг заалтуудаар ажлын орчны сэтгэл зүйн эрүүл мэндэд халгүй байх нөхцөлийг хангах үүрэгтэй гэж, Төрийн албаны тухай хуулийн 20-р зүйлд төрийн албан хаагчдын сахилга, ёс зүйн талаар зааж, төрийн албанд ажиллахад сэтгэл зүйн болон эрүүл мэндийн шаардлага хангасан байх шаардлагатай тухай, Эрүүл мэндийн тухай хуульд төрийн албан хаагчдын эмнэлгийн үзлэг, сэтгэл зүйн шинжилгээ, үзлэгүүдийг үе үе хийж байх шаардлагатай байж болно гэж заасан бол "Алсын хараа-2050" МУ-н урт хугацааны хөгжлийн бодлогод төрийн албан хаагчдын сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн талаар тодорхой заалт байхгүй боловч, нийтлэг урт хугацааны зорилтууд болон төрийн албаны хөгжил, чадавхийг сайжруулах, иргэдийн амьдралын чанарыг дээшлүүлэх талаар дурдсан олон нийтлэг зорилгодоо дээрх асуудлыг шууд бус хэлбэрээр хамарсан байна.

Нийгмийн даатгал нь Улаанбаатар хотын 9 дүүрэг, 21 аймагт ажиллаж буй 1500 орчим албан хаагчтай ба энэ нь нийт төрийн албан хаагчдын 0,66 хувийг эзэлж байна.

Нийгмийн даатгалын салбар нь жилдээ 1,3 сая орчим даатгуулагчдад үйлчилгээ үзүүлж, 5,6 их наяд төгрөгийн орлого төвлөрүүлэн, 5,1 их наяд төгрөгийн тэтгэвэр, тэтгэмж олгох үйлчилгээ үзүүлэн (НДЕГазар, 2024) ачаалалтай ажилладаг боловч албан хаагчдын сэтгэл зүйн байдлын талаар хийгдсэн судалгаа харьцангуй олдоц багатай байна.

Иймд эрх зүй, бодлогын баримт бичигт тусгагдсан байдлаас гадна төрийн албанд сэтгэл зүйн дархлааг бий болгох шууд арга замуудыг эрэлхийлэх, үе шаттайгаар хэрэгжүүлэх боломжийг нэмж тусгах, цаашид хэрэгжүүлэх шаардлагатай гэж үзэж энэхүү сэдвийг сонгосон болно.

1.2. Зорилго, зорилт

Судалгааны зорилго: Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл гутралын түвшин ба нойрны чанарыг судлах замаар сэтгэл зүйн дархлааны түвшинг тодорхойлно.

Судалгааны зорилгын хүрээнд дараах зорилтуудыг дэвшүүллээ. Үүнд:

- Сэтгэл зүйн дархлааны талаарх онол, арга зүйг судлах
- Сэтгэл зүйн дархлаанд нөлөөлөх хүчин зүйлсийг тодорхойлох
- Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааны түвшинг тогтоох
- Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааны түвшинг дээшлүүлэх талаар санал дүгнэлтийг дэвшүүлэх

Төрийн албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааны одоогийн түвшин тодорхойлогдож, тэдний сэтгэл зүйн эрүүл мэндэд бодлогын түвшинд анхаарал хандуулсанаар эрүүл сэтгэл зүйтэй албан хаагчаас, эрүүл хамт олон, эрүүл гэр бүл бий болж цаашлаад ажлын байран дээрх сэтгэл ханамж нэмэгдэн, төрийн үйлчилгээг түргэн шуурхай, сэтгэл ханамжтайгаар иргэдэд үйлчлэх нөхцөл бүрдэх ач холбогдолтой юм.

1.3. Судалгааны арга зүй

Сэтгэл гутралын түвшин ба нойрны чанарыг судлахын тулд дараах судалгааны аргуудыг хэрэглэсэн. Үүнд:

1. Контент анализ /холбогдох хууль, бодлогын баримт бичиг, хүний нөөцийн баримт/ буюу баримт бичгийн судалгааны арга
2. Санал асуулгын арга /Улаанбаатар хотын 9 дүүрэг, 21 аймгийн 430 гаруй албан хаагч/
3. Ярилцлага арга /Сэлэнгэ, Орхон аймгийн 43 албан хаагч/

Санал асуулгын арга нь хүн, байгууллага, үзэгдлийн талаарх мэдээллийг хэмжих, үнэлэх, дүгнэх, шинжлэх ухааны гол арга зүйн нэг гэж үздэг. Санал асуулгад Монгол улсын Эрүүл мэндийн сайдын 2022 оны 08 сарын 26-ны өдрийн А/435 тушаалаар батлагдсан “Коронавируст халдвар /КОВИД-19/-ын дараах хам шинж ба сэтгэц, зан үйлийн эмгэгийн талаас илрэх өөрчлөлтийн оношилгоо, эмчилгээний эмнэлзүйн заавар”-т багтсан “Сэтгэл гутралын шалтгаан, түвшинг тодорхойлох Цунгийн сорил” /РНQ-4/ мөн сэтгэл гутрал, стресс, түгшүүр, айдас, сэтгэл санааны дарамтнаас үүсэх “Нойргүйдлийн эмгэг илрүүлэх сорил” гэсэн хоёр сорилыг ашигласан. Энэ сорилууд нь аль ч салбарт ашиглах боломжтой, тоон мэдээлэлд тулгуурлан шууд хэмжилт хийх, харьцуулалт хийх боломжтой, үнэн зөв, баталгаатай дүгнэлт гаргах боломжтой байдгаараа давуу талтай юм.

Ерөнхий мэдээлэл, яг одоогийн нөхцөлд тулгуурлан хариулах хэсэг, сүүлийн 14 хоногийн нөхцөл байдалд тулгуурлан хариулах гэсэн 3 хэсэг бүхий сорилыг ажлын 3 өдрийн турш цахим сүлжээг ашиглан зохион байгуулан өгөгдлөө цуглуулсан. Судалгаа боловсруулах spss /Statistical Package for the Social Sciences арга ашиглан задлан шинжилж, нэгтгэн дүгнэх аргаар боловсруулалт хийсэн.

1.4. Судалгааны эх олонлог, түүвэр

Судалгааны эх олонлог түүврийг Нийгмийн даатгалын салбарын 1495 албан хаагчаас нийслэлийн 9 дүүрэг болон 21 аймгийн нийт 430 албан хаагчыг хамруулж түүврээ бүрдүүлсэн.

Нийгмийн даатгалын салбарын 1495 албан хаагч бол судалгааны эх олонлог юм. Энэ судалгааны эх олонлогоос найдвартай байдлын түвшин 95%, алдааны зэрэг 5 хувь байхаар тооцож үзэхэд түүврийн хэмжээ нь 306 болсон.

Зураг 1. Түүврийн хэмжээ

Population Size ①	Confidence Level (%) ①	Margin of Error (%) ①
1495	95	5
Sample size		
306		

Судалгааны оновчтой байдал ба найдвартай байдал

Кронбах альфа коэффициент нь тухайн асуусан асуултууд нь хэр оновчтой бөгөөд нэг утга санааг илэрхийлж чадаж байгаа эсэхийг шалгадаг. Тус коэффициент нь 0.6-с дээш гарсан тохиолдолд бүлэг болгон асуусан асуултууд нь хүчин зүйлсээ илэрхийлж чадаж байгаа буюу судалгааны үр дүн найдвартай гэдгийг илэрхийлнэ. Доорх хүснэгтэд сэтгэл зүйн дархлааг илэрхийлэх асуултын тоо болон Кронбах альфа коэффициентын утгыг харуулав.

Хүснэгт 1. Найдвартай байдал

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	22

Хүснэгтээс харвал сэтгэл зүйн дархлааг илэрхийлэх 22 асуултын хувьд Кронбах альфа коэффициент 0.883 гарсан байгаагаас үзвэл асуулгын найдвартай байдал сайн байгааг харуулж байна.

Түүврийн хүрэлцээтэй байдлын шинжилгээ

КМО коэффициент нь хүчин зүйлийн шинжилгээг хийхэд түүвэр нь хангалттай эсэхийг шалгадаг бөгөөд ихэнх тохиолдолд тус коэффициентийг 0.6-аас дээш гарсан тохиолдолд түүвэр хангалттай гэж үздэг. Бидний судалгааны хувьд 0.691 гарсан нь шаардлага хангаж байна гэж үзэв.

Харин Батлетт (Bartlett)-ийн тест нь хүчин зүйлийн шинжилгээнд ашиглах хувьсагчид буюу асуултууд нь цор ганц зүйлийг л илэрхийлнэ гэсэн таамаглалыг шалгадаг. Тус тестийн үр дүн 0.05-аас бага гарсан тохиолдолд эсрэг таамаглал батлагддаг ба тус хувьсагчид буюу асуултууд нь багадаа нэгээс олон тооны хүчин

зүйлийг илэрхийлж байна гэж үздэг. Бидний судалгааны ажлын Барлеттийн тестийн утга 0.001-ээс бага гарсан нь судалгаа ач холбогдолтой буюу асуулт бүр нь нэгээс олон хүчин зүйлийг илэрхийлж чадаж байна гэсэн үг юм.

Хүснэгт 2. КМО коэффициент ба Барлеттын тестийн утга

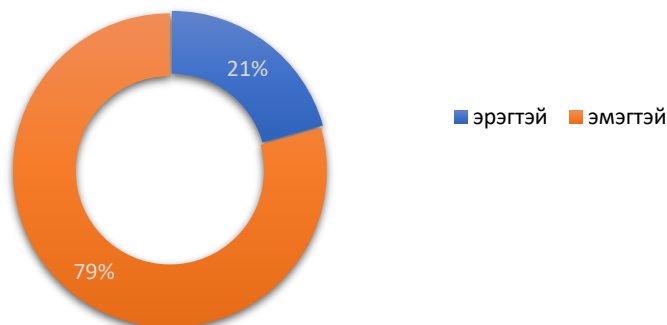
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.894
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	2687.875
	df	231
	Sig.	.000

1.5. Судалгаанд оролцогчдын шинж байдал

Энэ хэсэгт судалгаанд оролцогчдын шинж байдал болох тэдний нас, хүйсийн харьцаа, амьдардаг газар, албан тушаал зэргийг судлан эх олонлогийг төлөөлж чадаж буй эсэхийг шалгасан болно.

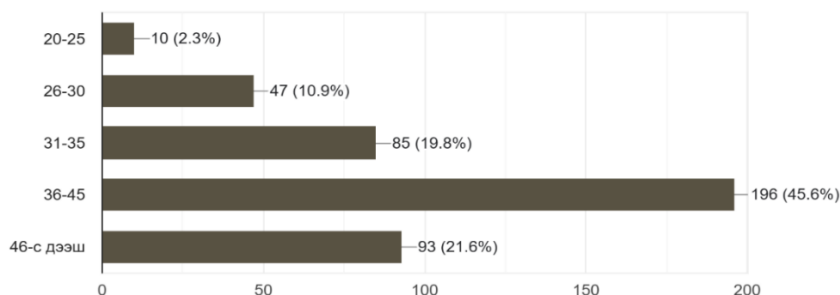
Судалгаанд оролцсон албан хаагчдын /430/ 15.6 хувь нь улсын нийслэлд , 45.6 хувь нь аймгийн төвд, 39.1 хувь нь сумын төвд ажиллаж амьдардаг бөгөөд 79 хувь нь эмэгтэй албан хаагчид байна.

Зураг 2. Судалгаанд оролцогчдын хүйсийн харьцаа



Зураг 3. Судалгаанд оролцогчдын насны бүтэц

Таны нас
430 responses



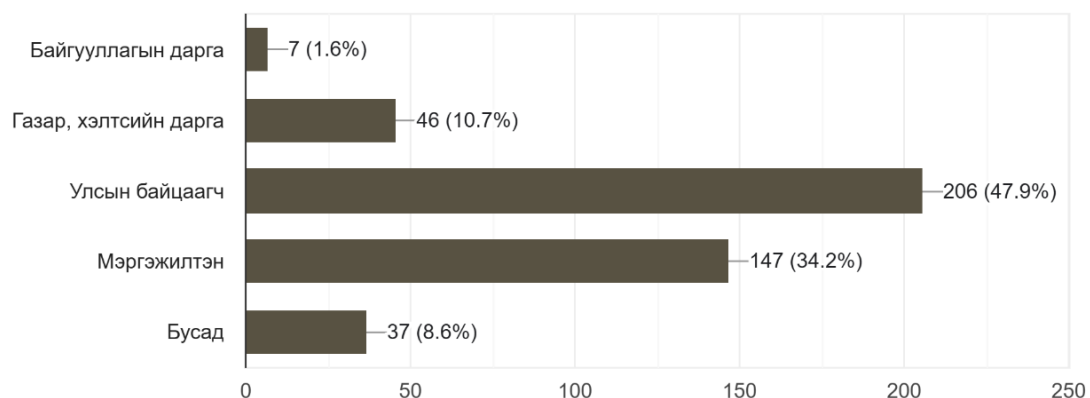
Зураг 4. Судалгаанд оролцогчдын амьдардаг газар



Зураг 5. Судалгаанд оролцогчдын албан тушаал

Таны эрхэлдэг ажил

430 responses



Судалгаанд оролцох тухайн цаг үеийн сэтгэл зүйн байдлаар хариулах сорилд дараах байдлаар хариулсан ба нийт судалгаанд оролцогчдын /430 албан хаагч/ 98.2 хувь нь уг судалгааг цааш үргэлжлүүлэх шаардлагатай болсон буюу сэтгэл зүйн тулгамдсан асуудалтай байх магадлалтай гэж тодорхойлогдсон байна.

ХОЁР. ҮНДСЭН ХЭСЭГ

2.1. Сэтгэл зүйн дархлааны талаарх онол, арга зүй

Өнөөгийн хурдацтай хөгжиж буй нийгэмд бие хүний үүрэг, ач холбогдол ихсэж, зөөлөн ур чадварыг хөгжүүлэх асуудал улам л анхаарал татах болсон. Зөөлөн ур чадварыг хөгжүүлэх үндэс суурь нь одоогийн стресстэй нөхцөл байдалд өөрийгөө удирдах чадвартай буюу тодруулбал сэтгэл зүйн дархлаатай байхыг шаардаж байна.

Сэтгэл зүйн дархлааны чиглэлээр эрдэмтэн, судлаачид эртнээс судалж эхэлсэн. Сэтгэл зүйн дархлааны онолын хөгжил нь :

- ✓ Психоанализ /судалгааны эхлэл үе /1900-1950/
- ✓ Стрессийн судалгааны үе /1950-1980/
- ✓ Нийгмийн хүчин зүйлсийн үе /1980-2000/
- ✓ Тархи судлалын үе /2000 оноос хойш/ гэсэн үе шатуудаас бүрдэж байна.

Сэтгэл зүйн дархлааны талаар хэд хэдэн эрдэмтэн дээрх үе шат бүрт өөр, өөрийн өнцгөөс судалж, онол, үзэл баримтлалыг дэвшүүлсэн байдаг. Эдгээрийг харьцуулан судаллаа.

Тэсвэрлэх чадварын онолын үүднээс сэтгэл зүйн дархлааг хүн бүр тодорхой түвшинд энэ чадварыг агуулж байдаг “энгийн гайхамшиг” хэмээн тайлбарласан байна. Сэтгэл зүйн дархлааг тэсвэрлэх чадвараар илэрхийлэх бөгөөд тэсвэрлэх чадварыг хувь хүний стресс, сэтгэл зүйн хямрал, хүнд нөхцөл байдлыг даван гарах чадвар гэж тодорхойлсон (Masten, 2001) бөгөөд энэ онол нь сэтгэл зүйн дархлаа хэрхэн хөгждөгийг тайлбарласнаараа онцлогтой.

АНУ-ын сэтгэл судлаачид болох Ричард Лазарус, Сьюзан Фолкман нарын Стресс зохицлын онол нь стрессийн үед хувь хүн нөхцөл байдлыг хэрхэн үнэлж, түүнд хэрхэн хариу үйлдэл үзүүлдэг талаар тайлбарладаг. Сэтгэл зүйн дархлааг аливаа асуудал бэрхшээл, стрессийг үнэлэх, даван туулах чадвараар тодорхойлогддог бөгөөд эерэг үнэлгээ, зохистой даван туулах стратегиуд нь сэтгэл зүйн дархлааг бэхжүүлдэг гэж үздэг. (Lazarus, 1984) Энэ онол нь хүмүүс стрессийг хэрхэн хүлээн авч, хүндрэлтэй нөхцөл байдалд хэрхэн тэмцдэг вэ гэдэг талаас тайлбарладаг ба стрессийг удирдах тал дээр илүү ахиц гаргасан гэж үздэг.

АНУ-ын сэтгэл судлаач Селигманы судалгаагаар Өөдрөг үзлийн онол нь сэтгэл зүйн дархлааг нэмэгдүүлдэг гол хүчин зүйлсийн нэг нь өөдрөг үзэл гэж үздэг. (Seligman, 1991) Сөрөг нөхцөл байдлыг эергээр харах, хүлээн авах чадвар нь стрессийг даван туулахад тусалдаг гэдэг талаас тайлбарласан байна.

АНУ-ын сэтгэл судлаач Рой Баумейстерын Өөрийгөө зохицуулах онол нь өөрийгөө хянах, сэтгэл хөдлөлөө удирдах чадвар нь сэтгэл зүйн дархлааг нэмэгдүүлдэг гэж тайлбарласан. (Baumeister, 2007) Энэ нь стрессийн үед өөрийгөө хянах чадвар сайтай хүмүүс хүнд нөхцөл байдлыг даван гарах өндөр магадлалтай байдаг талаас тайлбарласан чиг хандлагатай байна.

Эдгээр онолууд бол сэтгэл зүйн дархлааны үндэс суурь болсон гол онолууд юм. Харин сэтгэл зүйн дархлаа хүний сэтгэл зүйн тогтвортой байдалд хэрхэн нөлөөлдөг талаар АНУ-ын сэтгэл судлаач харилцааны сэтгэл судлалыг үндэслэгч Гарри Стэк Саливан /1892-1949/ нь тайлбарлахдаа: “хүний сэтгэл зүйн дархлаа нь түүний нийгмийн харилцаанаас хамаардаг, хүн өөрийгөө хамгаалахын тулд сонгомол анхаарал /selective inattention/ гэсэн механизм болгон ашигладаг” хэмээн үзсэн байна.

2.2. Судалгааны үзэл баримтлал

Гарри Стэк Саливан болон Рой Баумейстер нарын Өөрийгөө зохицуулах онолын хүрээнд энэхүү судалгааны үзэл баримтлалыг тодорхойллоо. Энэ онол нь хүн хангалттай сэтгэл зүйн хамгаалалттай байвал стресс, дарамтыг даван туулах чадвартай байх (Sullivan, 1953) бөгөөд сэтгэл зүйн дархлааг бүрдүүлэгч хүчин зүйлсийг нойрны чанар, сэтгэл гутралын түвшингээр сэтгэл зүйн хамгаалалтыг тодорхойлно (Baumeister, 2007) гэж үзсэн.

Саливаны үзэж байгаагаар сэтгэл зүйн дархлааны үндэс нь бусадтай хэрхэн харилцах чадвар бөгөөд өөрийгөө болон бусдыг хэрхэн хүлээн авдаг нь түүний сэтгэл зүйн тогтвортой байдалд шууд нөлөөлдөг гэх өнцгөөс судалсан нь судалгааны ажлын зорилготой нийцэж байгаа тул энэ онолд тулгуурлан уг судалгааны ажлаа хийсэн болно. Тэрээр

Эерэг харилцаа - итгэлцэл, дэмжлэг- сэтгэл зүйн тогтвортой байдал

Сөрөг харилцаа - түгшүүр, үл итгэх байдал- сэтгэл зүйн эмзэг байдал (Sullivan, 1953) хэмээн томъёолсон байна.

Дээрх онолоос үзэхэд сэтгэл зүйн дархлаа нь хүний амьдралд зайлшгүй байх шаардлагатай зүйл бөгөөд төрөлхийн биш, харин хөгжүүлэх боломжтой чадвар гэж тодорхойлж болохоор байна. Үүнийг хөгжүүлснээр стрессийг даван туулах, өөрийгөө илүү аз жаргалтай, сэтгэл хангалуун байлгах боломжтой болно.

Төрийн албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааг дээрх онолд тулгуурлан нойрны чанар, сэтгэл гутралын түвшингээр судлан тогтоож, сэтгэл зүйн дархлааг бий болгох арга замыг бодлогын түвшинд хэрэгжүүлэн төрийн байгууллагад бий болгосноор төрийн албан хаагчид хүндрэл бэрхшээлийг даван туулах, сэтгэл санааны тогтвортой байдлаа хадгалах, амьдралын сорилтуудыг давж гарах, дасан зохицох чадвартай болох юм. (APA, 2020)

Судалгааны ажилд хэрэглэсэн “Сэтгэл гутралын шалтгаан, түвшин тодорхойлох Цунгийн сорил” /PHQ-4/ нь сэтгэл гутралын шинж тэмдгүүдийг агуулсан асуулттай, сүүлийн 14 хоногийн хугацаанд ямар мэдрэмжтэй байсан талаараа эргэцүүлэн хариулдаг.

Уг сорил нь хувь хүн, байгууллага ажилтныхаа сэтгэл зүйн байдалд анхаарал хандуулах хэрэгтэйг ойлгоход тусалдаг, урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ авах боломжийг бүрдүүлдэг сорил юм. (Biggs, 1978) Монголд дээрх сорилыг сэтгэл зүйн эрүүл мэнд болон сэтгэл гутралын үнэлгээнд түгээмэл ашиглаж байна.

“Нойргүйдлийн эмгэг илрүүлэх сорил” /Эпворт Дайрлын шкал/ нь өдөр тутмын ажлын явцад, амьдралын хэв маягт нойрны дутагдлын нөлөөг илрүүлэх зорилготой, хүн ямар үед унтах хүсэлтэй болох, ажлын үед нойрмоглох эсхүл амьдралын хэв маягийн асуудлуудыг хэрхэн амжилттай даван туулахыг тодорхойлж өгдөг. Нойргүйдлийн түвшинг илрүүлснээр сэтгэл зүйн байдлын түвшинг тандах, сэтгэл зүйн эмгэгийг илрүүлэх, оношлох болон урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ авах боломжтой. (ЭМД, 2022)

2.3. Таамаглал

Дээрх онол, арга зүйд үндэслэн дараах хоёр таамаглалыг дэвшүүлж байна. Үүнд:

Таамаглал 1. Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлаа дунд түвшинд байна.

Таамаглал 2. Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлаанд сэтгэл гутралын түвшин шууд нөлөөлнө.

2.4. Судалгааны хувьсагч

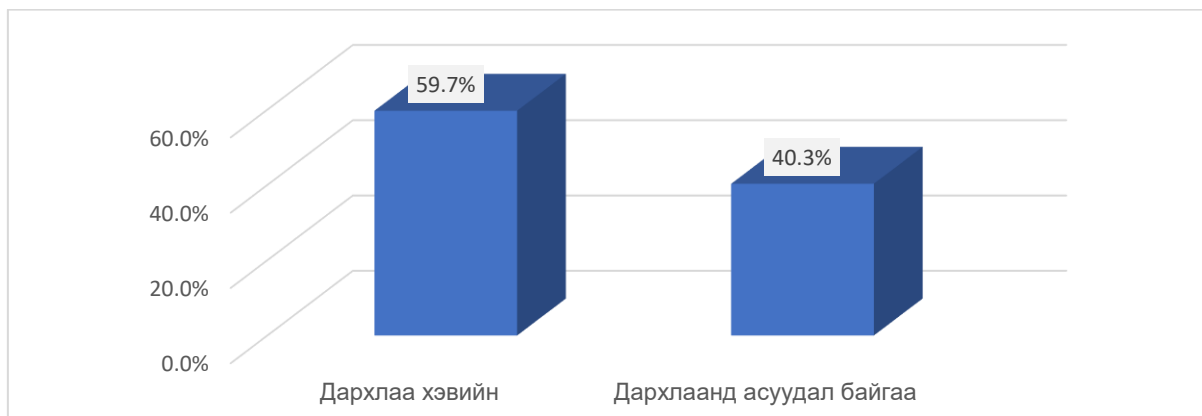
Хүснэгт 3. Судалгааны хувьсагч, ойлголт

Хувьсагч		Ойлголт
<i>Хамаарах хувьсагч</i>		
1	Сэтгэл зүйн дархлаа	Сэтгэл санааны тогтвортой байдал, стресс, сэтгэл гутрал, сөрөг нөлөөнөөс хамгаалах чадвар.
<i>Үл хамаарах хувьсагч</i>		
2	Сэтгэл гутралын түвшин	Сэтгэл зүйн байдал ямар хэмжээнд хүндэрсэн, сэтгэл гутрал хэр гүнзгий байгаа эсэхийг тодорхойлох үзүүлэлт. Хөнгөн, дунд, хүнд түвшинд хуваагддаг.
3	Нойрны чанар	Нойр хэр тайван, тасралтгүй, сэргэг байдал хангалттай болж чадсан эсэхийг илэрхийлэх ойлголт. Гүн нойронд орох, шөнө сэрэхгүй байх, өглөө сэргэг босох зэргээр тодорхойлогдоно.

2.5. Сэтгэл зүйн дархлааны түвшингийн судалгаа

Сэтгэл зүйн дархлааны түвшинг аливаа юм хийх идэвх сонирголоор хэмждэг бөгөөд энэ талаарх асуулгад судалгаанд оролцогчдын асуултад хариулсан байдлаас харахад 59.7% дархлааг хэвийн байгаа, 40.3% нь дархлаандаа санаа зовж байгаагаа илэрхийлсэн байна.

Зураг 6. Сэтгэл зүйн дархлааны түвшин

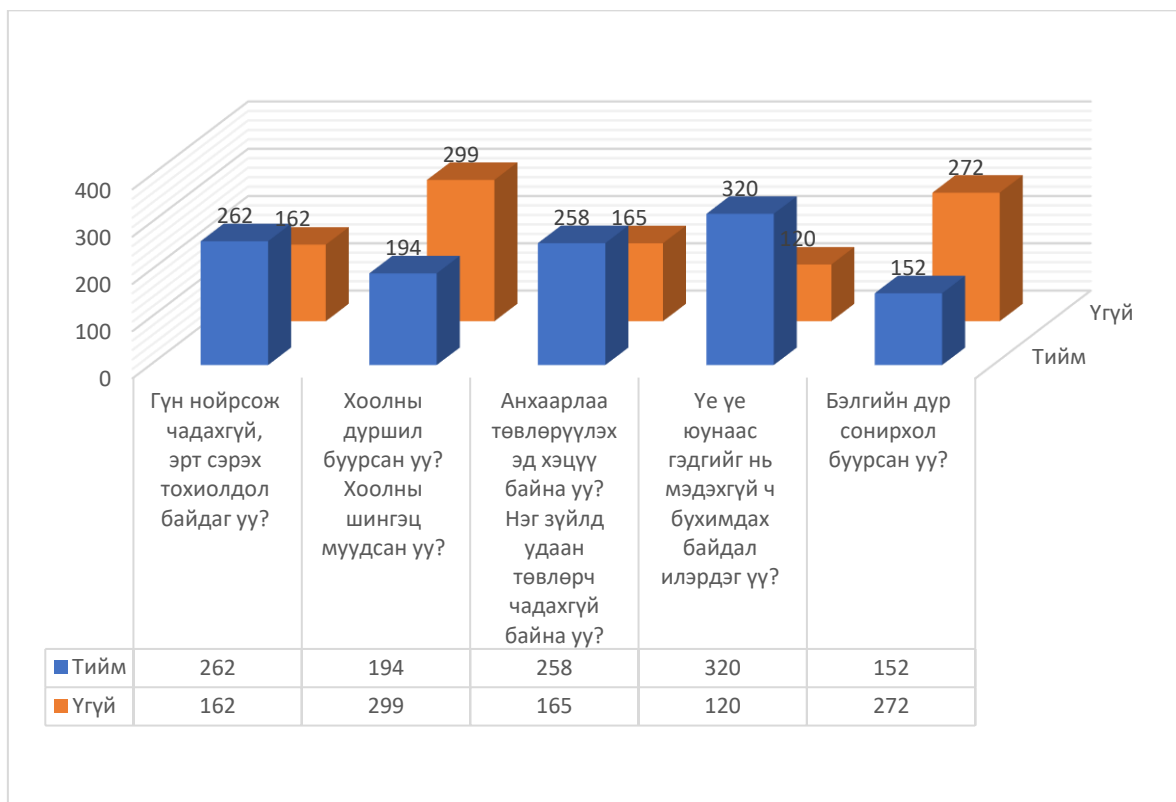


Сэтгэл зүйн дархлааг хэмжиж буй судалгааны уг асуултын өгөгдлөөс харахад Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлаа “дунд” түвшинд байна гэж үзэж болохоор байна.

2.6. Сэтгэл зүйн дархлаанд нөлөөлөх хүчин зүйлсийн шинжилгээ

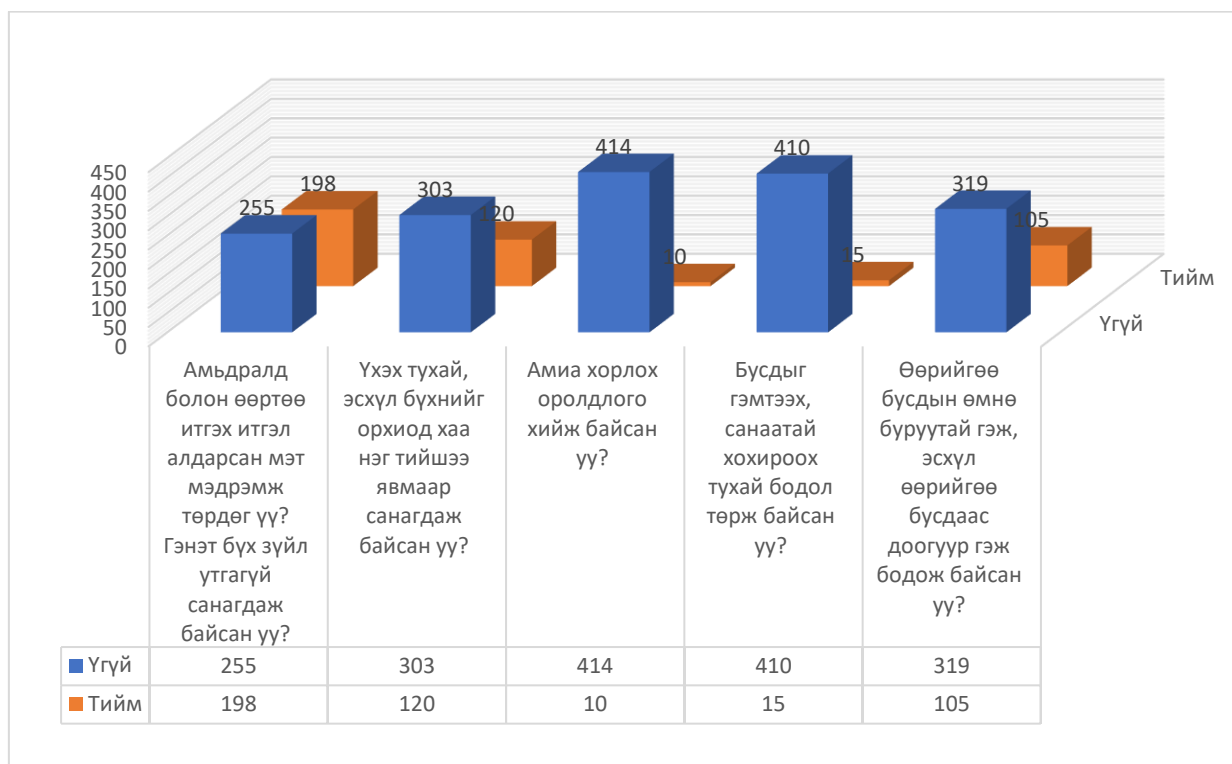
Гарри Стэк Саливан болон Рой Баумейстер нарын тодорхойлсны дагуу сэтгэл зүйн дархлаанд нөлөөлдөг гол хүчин зүйл болох сэтгэл гутрал, нойрны чанарыг судаллаа.

Зураг 7. Сэтгэл гутралын сорилын гүехэн шинж тэмдгийн хэсгийн дүн



Сэтгэл гутралын өнгөц шинж тэмдгүүдээс гүн нойрсож чаддаггүй, шалтгаангүйгээр бүхимдах шинж тэмдгүүд түгээмэл байгааг судалгааны дүнгээс харж болохуйц байна.

Зураг 8. Сэтгэл гутралын гүн шинж тэмдгийн хэсгийн дүн

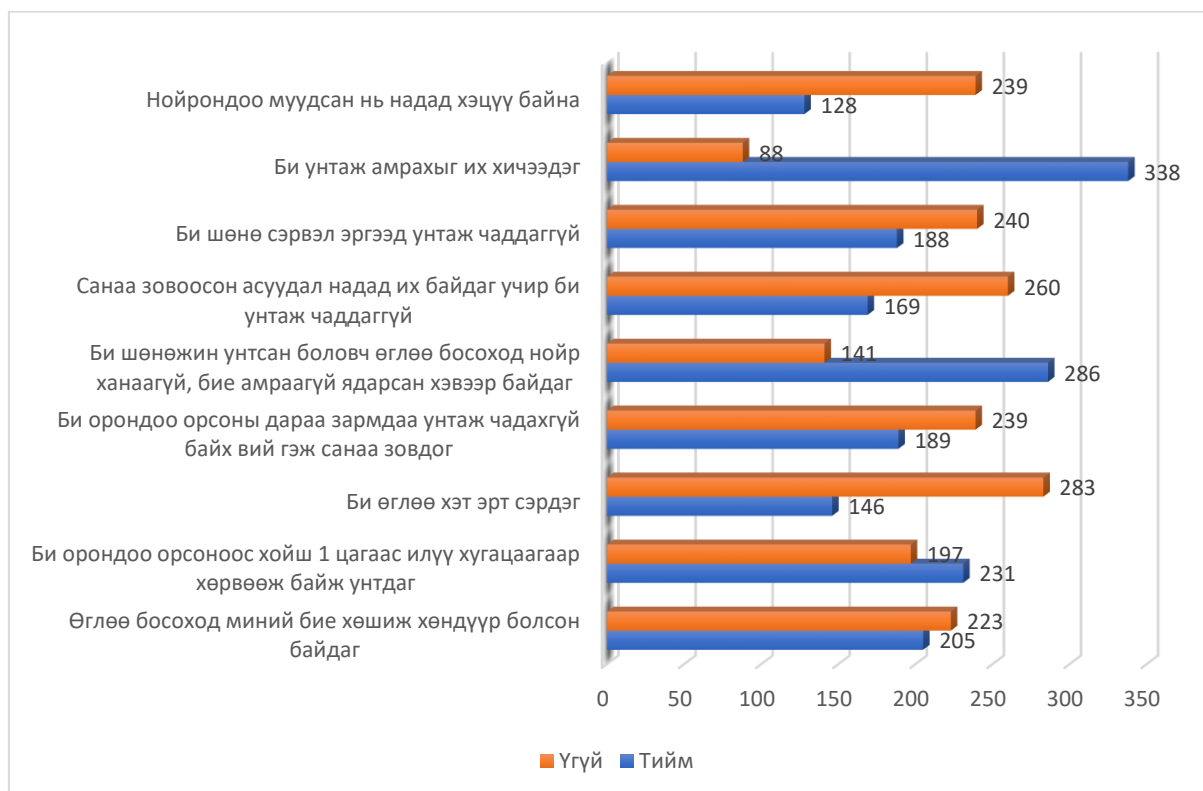


Сэтгэл гутралын гүн шинж тэмдгийн илрэлээс харахад өөртөө итгэх итгэлгүй болох, өөрийгөө бусдаас доогуурт тооцох асуудал илрэх болсон байгааг дээрх графикаас харж болно.

“Нойргүйдлийн эмгэг илрүүлэх сорил”-н 7-10 дахь асуултад нийт сорилд оролцсон албан хаагчдын /428 албан хаагч/ 47 хувь нь “тийм” гэж хариулснаас үзэхэд “нойрны хямралтай” буюу эрүүл мэндийн байгууллага, эмч мэргэжилтнээс зайлшгүй эмнэлгийн тусламж үйлчилгээ авах шаардлагатай байна гэж дүгнэж болохоор байна.

Иймээс сорилын дагуу шинж тэмдгийг хүмүүсийн зан байдалтай холбон судлахад дараах дүн гарсан.

Зураг 9. Нойргүйдэл илрүүлэх сорилын дүн



Юм хийх идэвх сонирхолгүй, аливаа зүйлд баярлах, бахархах сэтгэл төрөхгүй байгаа эсэх (q2) нь Сэтгэл санаа дундуур гунигтай байгаа эсэх(q1) ба Нойр дундаж хувьсагчдаас хэрхэн хамаарч буйг регрессийн шинжилгээгээр тодорхойлж, үр дүнг дор үзүүлэв.

Хүснэгт 4. Корреляцийн хамаарал

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.182	.032		5.740	.000
	Нойрны чанар дундаж	.175	.052	.133	3.374	.001
	Сэтгэл санаа дундуур гунигтай байна уу?	.585	.039	.590	14.989	.000

Шинжилгээнээс үзвэл:

- Корреляцийн коэффициент $R=0.648$ байгаа нь эдгээр хувьсагчдын хооронд хүчтэй хамааралтай байгааг, тодруулбал сэтгэл зүйн дархлаа нь сэтгэл гутралаас хүчтэй хамааралтай гэсэн үр дүн гарлаа.
- Мөн корреляцийн коэффициент $R=0.42$ байгаа нь сэтгэл зүйн дархлаа нь нойргүйдэл, нойрны чанараас шууд хамааралтай болохыг илэрхийлж байна.

- Регрессийн загварын F шинжүүрийн утга 154.286, ач холбогдол нь 0 гарсан нь уг загвар бүхэлдээ ач холбогдолтойг илэрхийлж байна.
- Регрессийн загварын t шинжүүрийн утгаас үзвэл Сэтгэл санаа дундуур гунигтай байгаа эсэх($q1$) ба Нойрны чанарын дундаж хувьсагчид 1%-ийн ач холбогдлын түвшинд статистикийн хувьд найдвартай байна.
- Сэтгэл санаа дундуур гунигтай байгаа эсэх($q1$) ба Нойрны чанарын дундаж хувьсагчдын утга өсөх тусам Юм хийх идэвх сонирхолгүй, аливаа зүйлд баярлах, бахархах сэтгэл төрөхгүй байгаа эсэх($q2$) хувьсагчийн утга өсөж байна. Энэ нь сэтгэл гутралын түвшин өсөх тусам сэтгэл зүйн дархлааны түвшин буурдаг хамааралтай болохыг харуулж байна.

ГУРАВ. СУДАЛГААНЫ ҮР ДҮН

Төрийн байгууллага сэтгэл зүйн дархлаатай байх арга замыг эрэлхийлж Нийгмийн даатгалын салбарын 9 дүүрэг, 21 аймгийн 430 албан хаагчдаас сэтгэл гутралын түвшин ба нойрны чанарыг судлах замаар сэтгэл зүйн дархлааны түвшин тодорхойллоо.

Судалгааны үр дүнгээс харахад нийгмийн даатгалын салбарын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааны түвшин 59.7% нь сэтгэл зүйн дархлаатай буюу “дунд” байгаа гэсэн дүн гарлаа.

Гарри Стэк Саливан болон Рой Баумейстер нарын Өөрийгөө зохицуулах онолын дагуу нөлөөлөх хүчин зүйл болох сэтгэл гутрал, нойргүйдлийг судалж нөлөөллийг тодорхойллоо.

Нийгмийн даатгалын салбарын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлаанд сэтгэл гутрал шууд, хүчтэй нөлөөлж байна гэсэн үр дүн гарлаа. Гол шинж тэмдгүүд нь гүн нойрсож чадахгүй байх, шалтгаангүй бухимдах болон өөртөө итгэлгүй болох, өөрийгөө бусдаас дор үзэх зэрэг шинж тэмдэг нилээд өргөн илэрч байгааг судалгааны үр дүнгээс харж болохоор байна.

Харин албан хаагчдын нойрны чанар нь сэтгэл зүйн дархлаанд шууд нөлөөлж байгаа боловч сэтгэл гутралын түвшинтэй харьцуулахад нөлөөлөл нь харьцангуй сул байна.

ДӨРӨВ. ДҮГНЭЛТ.

Төрийн тусгай албанд, төрийн үйлчилгээний албанд сэтгэл зүйч гэсэн орон тоо байдаг нь тэдгээр салбарын албан хаагчдын сэтгэл зүйн эрүүл мэндэд анхаардаг, арга хэмжээ авдаг гэж ойлгож болно. Гэтэл төрийн захиргааны бусад байгууллагад сэтгэл зүйчийн орон тоо байдаггүйгээр үл барам энэ талаарх ойлголт мэдлэг өгөх сургалт, мэдээлэл өгөх арга хэмжээ тэр бүр зохион байгуулагддаггүй, албан хаагчид хувийн зардлаар сэтгэл зүйн тулгамдсан асуудалдаа тусламж, үйлчилгээ авч чадахгүй байсаар өдийг хүрч байна. Гэтэл одоогийн нийгэм бүх төрийн албан хаагчдыг сэтгэл зүйн дархлаатай байхыг шаардсаар байна.

Төрийн албан хаагчид сэтгэл зүйн дархлаатай байснаар ажлын байран дээрх сэтгэл ханамж нэмэгдэн, төрийн үйлчилгээг түргэн шуурхай, сэтгэл ханамжтайгаар иргэдэд үйлчлэх нөхцөл бүрдэх ач холбогдолтой юм.

Нийгмийн даатгалын албан хаагчдын сэтгэл гутралын түвшин ба нойрны чанарыг судлах замаар сэтгэл зүйн дархлааны түвшин тодорхойлох зорилго тавьж, АНУ-ын сэтгэл судлаач Гарри Стэк Саливан, Рой Баумейстер нарын “сэтгэл зүйн дархлааны үндэс нь бусадтай хэрхэн харилцах чадвар бөгөөд өөрийгөө болон бусдыг хэрхэн хүлээн авдаг нь түүний сэтгэл зүйн тогтвортой байдалд шууд нөлөөлдөг, өөрийгөө хамгаалах механизм болгон ашигладаг” гэсэн үзэл баримтлалын хүрээнд нийгмийн даатгалын салбарын албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлаа дунд түвшинд байна, тэдний сэтгэл зүйн дархлаанд сэтгэл гутралын түвшин шууд нөлөөлнө гэсэн таамаглал дэвшүүлсэн.

Судалгааны ажлаас дүгнэхэд санал асуулгын судалгаанд оролцсон албан хаагчдын 35 хувь нь 14 хоногоос дээш хугацаанд сорилд заасан шинж тэмдэгтэй байгаа, ярилцлагад оролцсон албан хаагчдын 75,2 хувь нь сэтгэл гутралын шинж тэмдэгтэй байгаагаас үзэхэд “сэтгэл гутралтай” гэж дүгнэж болохоор байна.

Санал асуулгын судалгаанд оролцогчдын 47 хувь нь, ярилцлагад оролцсон албан хаагчдын 61,3 хувь нь гүн нойрсож чадахгүй, нойрны хямралтай байгаа нь “нойргүйдэлтэй” гэж дүгнэж болохоор байна.

Эдгээр хариултуудын үр дүнг баталж, корреляцийн болон регрессийн шинжилгээ хийсэн. Корреляцийн шинжилгээний коэффициентын хамаарлын байдалд шинжилгээ хийхэд кронбах альфа коэффициент 0.883 гарсан байгаагаас үзвэл асуулгын найдвартай байдал сайн байгааг харуулж байна.

Үр дүнг батлах зорилгоор хийсэн регрессийн шинжилгээний үр дүнгээс харахад хувьсагч хоорондын статистик хамаарал ач холбогдолтой байна.

Сэтгэл гутралын түвшин хэмжиж буй “Сэтгэл санаа дундуур гунигтай байна уу? ” гэсэн асуултын корреляцийн шинжилгээнээс дүгнэхэд сэтгэл гутралын түвшин өндөр байх тусам сэтгэл зүйн дархлаа муудах хэв шинжтэй байна.

Сэтгэл зүйн дархлааг хэмжиж буй “Юм хийх идэвх сонирхолгүй, аливаа зүйлд баярлах, бахархах сэтгэл төрөхгүй байна уу? ” гэсэн асуултын корреляцийн

шинжилгээнээс дүгнэхэд сэтгэл зүйн дархлаа муу байх нь сэтгэл гутралын түвшин болон нойрны чанарт сөргөөр нөлөөлж буй хэв шинжтэй байна.

4.1. Дэвшүүлэх санаа

Төрийн албан хаагчдын сэтгэл зүйн дархлааг нэмэгдүүлэх нэг арга зам бол “төрийн байгууллагын сэтгэл зүйч” ажиллах юм.

Төрийн албаны салбар зөвлөлүүдэд байнгын орон тоотой мэргэжлийн сэтгэл зүйч бэлтгэн ажиллуулах, уг сэтгэл зүйч нь нийслэл болон орон нутгийн бүх төрийн байгууллагад хүрч ажиллах, тест оношилгоо хийх, бүлгийн зөвлөгөө болон тухайн төрийн байгууллагын онцлогт тохирсон сургалт зохион байгуулах, өөрөөр хэлбэл ганцаарчилсан зөвлөгөөнөөс бусад төрлийн сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээг хүргэж ажиллахаар зохицуулж өгөх юм. Уг сэтгэл зүйчээр дамжуулан төрийн албан хаагчдын сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх, сэтгэл зүйн тулгамдсан асуудлыг даван гарах арга замуудыг заах нь төрийн байгууллагын сэтгэл зүйн дархлааг бий болгох том алхам юм.

I үе шат (2021-2030):

Төрийн албан хаагчийн стресс, түгшүүр, санаа зовних, ажлаас халшрах хам шинж, сэтгэл гутрал зэрэг сэтгэл зүйн тулгамдсан нийтлэг асуудлыг сэтгэл зүйн хөтөлбөрөөр дамжуулан сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн боловсрол олгох, амьдралын зөв дадал, хэвшлийг дэмжиж шийдвэрлэх замаар мэдлэгтэй, бүтээмжтэй, харилцааны соёлтой, ёс зүйтэй үйлчилгээг иргэн хүргэж, төрийн албан хаагчийн гэр бүлд ээлтэй хөгжил, хамгааллын үр ашигтай тогтолцоог бий болгосноор хүн амын амьдралын чанарыг дээшлүүлэхэд эергээр нөлөөлнө.

II үе шат (2031-2040):

Цахим сургалтын нэгдсэн платформ бий болгон хүн бүр орон зай, цаг хугацаанаас үл хамааран сэтгэл зүйн оношилгоо хийлгэж, оношилгооны үр дүнд суурилан, тухайн сэтгэл зүйн тулгамдсан асуудлын талаар мэдээлэл авах, суралцах боломжийг бүрдүүлнэ.

Сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээг эрүүл мэндийн даатгалаар авах судалгааг хийж, холбогдох байгууллагад хүргүүлнэ.

III үе шат (2041-2050):

Эхний үе шатуудад төрийн албан хаагчдын сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн байдлыг анхаарч, гарах үр нөлөөнөөс хамааран цаашлаад эрүүл мэндийн онцлогт чиглэсэн, хиймэл оюун ухаанд тулгуурласан сэтгэл зүйн тусламж, зөвлөгөө өгөх үйлчилгээг бүх иргэд авах боломжийг бүрдүүлэх. Ингэснээр эрүүл сэтгэл зүйтэй нийгмийг бий болгох юм.

Үүний нэг жишээ бол: Орхон аймгийн Нийгмийн даатгалын газар нь албан хаагчийн кайзен саналаар шалгарсан “Сэтгэл зүйн дархлаатай хамт олон” төсөл хөтөлбөрийг жилийн турш хэрэгжүүлэн ажилласан байна. Уг хөтөлбөр нь албан

хаагчдын сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн талаарх хэрэгцээ шаардлагыг тодорхойлсон судалгаанд үндэслэн тодорхой нэг сэтгэл зүйн сэдвээр сургалт, сургалттай уялдсан тест оношилгоо мөн бүлгийн зөвлөгөө зохион байгуулж, тэдний сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн талаарх ойлголтыг нэмэгдүүлээд зогсохгүй хамт олны уур амьсгал эерэг болж, ажлын бүтээмжид эергээр нөлөөлсөн амжилттай байна.

Хөтөлбөрийн хүрээнд нийт албан хаагчдаас сэтгэл зүйн байдал, бүтээмжийн нөлөөллийн судалгаа авахад 84% нь ажлаас халшрах хам шинж болон нөхцөл байдлын түгшүүрийн эмгэгийн шинж тэмдэгтэй, 61% нойргүйдэл болон стрессээс үүдэлтэй сэтгэл зүйн тулгамдсан асуудалтай байсан бол 9 удаагийн сэтгэл зүйн сургалт, бүлгийн зөвлөгөөний дараа дээрх тоон үзүүлэлт 3 дахин буурсан үзүүлэлтэй байна.

НОМ ЗҮЙ

- APA. (2020). Resilience. A. P. Associaton-Д, *Resilience*.
- Baumeister, R. ., (2007). Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation. R. ., Baumeister-Д, *Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation* (хуудсд. 115-128).
- Biggs, J. W. (1978). Validity of the Zung Self-rating Depression Scale. *The British Journal of Psychiatry*, 381-385.
- Lazaru, R. F. (1984). Stress, Appraisel and Coping. R. F. Lazaru-Д, *Stress, Appraisel and Coping*.
- Masten, A. (2001). Resilince Protsess in Development. A. Psychologist-Д, *Resilince Protsess in Development*. (хуудсд. 227-238).
- Seligman, M. (1991). How to Change Your Mind and Your Life. M. Seligman.-Д
- Sullivan, H. S. (1953). Securety Operations. H. S. Sullivan-Д, *The Interpersonal Theory of Psychiatry*.
- НДЕГазар. (2024 оны 12). www.ndaatgal.mn/сарын-мэдээ-new1/.
- ЭМД. (2022). *Эрүүл мэндийн даатгал*. <https://emd.gov.mn/>.-ээс Гаргасан