

## Фарзанд ота-онанинг ойнасидир (биринчи мақола)



09:03 / 27.05.2021 3360

*Фарзанд ота-она кўлида бир омонат. Боланинг тоза қалби мум каби ҳар шаклга кира олади. Шаклнинг қандай бўлиши эса бевосита оиладаги тарбиявий муҳимтга боғлиқ. «Гиза» маркази руҳшуноси Умида Анваровна билан ҳам бу борада нималарга эътибор бериш кераклигини ҳақида суҳбатлашдик.*

*– Ассалому алайкум, Умида опа, биламизки, фарзанд тарбияси ҳар доим долзарб масала ҳисобланган, хусусан, мусулмон оилаларда. Инжиқ ва тез асабийлашадиган болаларнинг руҳиятига зарар етказиб қўймаган ҳолда улар билан қандай муомала қилган маъқул? Бу борада она нималарни ҳисобга олиши керак?*

– Ваалайкум ассалом! Болага тўғри тарбия беришни ўзини ҳурмат қилган ҳар бир ота-она жуда муҳим масала деб қабул қилади. Тарбия жараёни психологик тўғри йўналтирилиши, изчил, босқичма-босқич ва ташкилий табиатга эга бўлиши керак. Умуман олганда, ривожланиш психологиясида тарбия жараёни фарзанд туғилган вақтдан оқ бошланади деб қабул қилинган. Бироқ тарбия фарзанд туғилгунигача қадар, яъни ота-онанинг тарбиячи ролига тайёрланишидан, бола руҳияти ривожининг асосий қонуниятларини ўрганиш давридан бошланади.

Оилавий тотувлик муваффақият гарови эканини асло унутмаслик лозим! Асаби бузилиб турганда аламини боласидан оладиган, тергайверадиган ота-оналар бор. Аслида 5 ёшгача бўлган болани тергаш мумкин эмас. Чунки уларда ҳали фикрлаш қобилияти тўлиқ ривожланмаган бўлади. Болага ҳадеб дакки бераверсангиз, кунбўйи сизнинг танбеҳингиз таъсирида асаби таранг бўлиб юради. Натижада кечаси унда энурез ҳолати кузатилиши мумкин. Оилада эр-хотин ва қайнона-келин ўртасидаги жанжаллар ҳам болага таъсир кўрсатади. Катталар «бола ўйнаб юрибди, эътибор бермайди», деб ўйлашади. Аслида эса, ҳар бир гапимиз, ўзаро муносабатларимиз ҳам болага таъсир қилишини ҳисобга олишимиз керак.

Уйда тинч ва соғлом муҳит яратиш билан бир қаторда оила аъзолари ўзаро мулойим ва самимий муносабатда бўлишларига катта аҳамият касб этади. Зеро, уйдаги нотинч муҳит, бақир-чақирлар, асабийлик бола руҳиятига ва соғлиғига жиддий тасир қилади. Чўчиш, қўрқоқ бўлиб қолиш, сал нарсага инжиқлик қилиш боланинг асаблари зарарланаётганидан ва эътиборсиз қолаётганидан далолат. Бундай оилада яшовчи болаларнинг 8 фоизида энурез касаллиги кузатилади. Ота-она фарзандини шифокорма-шифокор олиб юргандан кўра тарбияни изга солса, ўз устида ишласа, оилада бундай ҳолатлар камайган бўлар эди.

Кўпчилик ота-оналар фарзанди асабийлашаётганда ва инжиқлик қилаётганда у билан қандай гаплашиш, қандай муносабатда бўлиш лозимлигини билишмайди. Агар болада мана шундай ҳолатлар кузатилса, боланинг шахсини муҳокама қилмай, балки айнан ўша лаҳзадаги хулқини муҳокама қилиш мақсадга мувофиқ. Шундагина, бола ўзини ҳурмат қилишини, яхши кўрилишини, лекин ҳозирги иши нотўғри эканини тушунади. Бола гапга қулоқ солмай, инжиқлик қилаётганида гапингиз оҳангига эътибор беринг; ўзингиз сиз билан шу йўсинда гаплашишларини хоҳлармидингиз?

– Тарбия жараёнида қаттиққўл бўлиш керакми ёки аксинча болани эркинроқ қўйган яхшими?

– Келинг, саволингизга бошқа томондан ёндашиб кўрамиз. Тушкун кайфиятга тушиб қолганингизда қонда глюкокортикоид гормонлар гуруҳи ишлаб чиқарилади. Бу эса ҳужум реакцияси учун жавобгар бўлган «стресс гормонлари» – «уриш ёки жазолаш» билан яқунланади. Бу жараён жуда мураккаб бўлиб, биз ҳиссиётларимизни жиловлай олмай турган бир пайтда аламимизни кимдандир олгимиз келиб қолади. Кўпинча биздаги бу ҳолатдан яқинларимиз, айниқса, фарзандларимиз азият чекишади.

Бошингизга тушган ғам-ташвишларда фарзандларингизни айбламанг. Афсуски, кўп оналар онгостида шу даврдаги қийинчиликлар сақланиб қолади ва муаммолар пайтида ёнларида ким бўлган бўлса, ўзлари англамай, шу инсонни айблаб бошлайди. Катталар учун уриш шунчаки қаттиқ туришнинг бир кўриниши деб қабул қилинса, болаларда бундай хатти-ҳаракат кўпинча қалб жароҳатига айланади. Бизнинг наздимиздаги арзимас жисмоний шикастлар ички аламга айланиб кетади. Баъзида ота-она фарзандига руҳий зарба бериб қўйганини ўзи сезмай ҳам қолади. Мана шу ҳолатга тушмаслик учун қандай йўл тутган маъқул?!

Аввало, бола катталарга нисбатан жисмонан кучсиз эканини унутмаслик керак. Жисмоний куч ишлатиб, зўрлигингизни исботламасангиз ҳам бола доимий заифликни ҳис қилади. Қўрқоқ, одамови бола кейинчалик улғайганида ҳам ички ҳолатини «ниқоблаб», яширишга ҳаракат қилади. Афсуски, бу ҳолат унинг шахсий ҳаёти ва ривожда катта тўсиққа айланиши мумкин. Жисмоний жазолардан безиган бола атрофдагиларни хўрлашга одатланади. Чунки у буни уйда кўрган ва шу ҳолатни «тўғри» деб ҳисоблайди. Бундай фикр эса унинг тенгдошлари билан алоқасига ҳам таъсир қилади. «Ким кучли бўлса, ўша зўр» деган нақл унинг шиорига айланади.

Бола туғилганидаёқ унга энг яқин инсон ота-онаси ҳисобланади. Фарзанд билан ҳар қандай муносабат ишончга асосланганиши керак, шунда муаммога дуч келган бола ёрдам учун биринчи бўлиб ота-онасига мурожаат қилади. Агар сиз томондан таҳдид сезилса, боланинг сиз билан очиқ-ойдин гаплашишидан умид ҳам қилманг. Ҳар бир хатти-ҳаракати учун «дакки» оладиган бола йўл қўйган хатоларини яшира бошлайди. Ёлғон гапириш билан у жазодан қочишнинг энг маъқул йўлини топишга интилади.

Жисмоний жазодан кейин болада ғазаб, нафрат, тушкунлик пайдо бўлади. Бу ҳиссиётларнинг барчаси, айниқса, ота-онага қаратилади. Вақт ўтиши билан бола тинчланса ҳам, душманликнинг бир қисми ҳануз онгида сақланиб тураверади. Шунинг учун ўзингизга «энг қадрдон душман» орттирманг. Ҳар бир ҳаракатингиздан олдин ундан қайтадиган жавобни ҳам ҳисобга олинг.

Болани ҳар томонлама назорат олмай, балки уни ўз ҳолига ҳам қўйиш лозим. Муҳими, уни борича қабул қилишга ўрганинг. Масалан, ибратли ҳикоялар, ўйинлар орқали аниқловчи ёндашув болани шакллантиришда, мумкин бўлмаган ишларни инкор этишда ёрдам беради. Оила муҳитида ўзаро муносабатларни яхшилашда кўпроқ ролли (масалан, сиз бола, у эса ота ёки она ролини бажаришни таклиф этинг), расм чизиш (оиласини) каби бир қатор машқ ва ўйинлар бажариш мумкин. Шундай машқлар ёрдамида чиройли гапириб, унинг сизга ёқмайдиган хислатларини тузатинг ва ўзингиз ҳам болангизга ёқмайдиган одатларингиздан воз кечинг. Болага қанча кўп инкор маъносидаги сўзини ишлатсангиз, у баттар бунинг аксини қилишга уринади. Бу ҳақиқатни асло ёдингиздан чиқарманг.

*(Давоми бор)*

***Нозима Умарали қизи суҳбатлашди***

***«Ҳилол» журналининг 5 (26) сонидан***