

OTA-ONALIK MAS'ULIYATIGA PSIXOLOGIK TAYYORGARLIKNING FUNDAMENTAL DETERMINANTLARI: SHAXSIY YETUKLIK VA OILAVIY BARQARORLIK DINAMIKASI

Quranbayeva Nasiba Shavkatovna

Urganch Davlat tibbiyot instituti O'qtuvchisi

Kirish. Inson ontogenezida ota-ona bo'lish bosqichi shaxsning ijtimoiy va ekzistensial maqomini tubdan o'zgartiruvchi transformatsion jarayon hisoblanadi. Ushbu bosqich nafaqat biologik nasl qoldirish, balki jamiyatning asosiy bo'g'ini bo'lgan oilaning yangi sifat darajasiga ko'tarilishini anglatadi. Zamonaviy psixologiya va sotsiologiya nuqtai nazaridan, ota-onalik mas'uliyati bugungi kunda har qachongidan ham yuqori talablarni qo'yimoqda. Globallashuv va axborot texnologiyalari rivojlangan asrda bolaning jismoniy ehtiyojlarini qondirish bilan birga, uning ruhiy salomatligi, emotsional barqarorligi va intellektual salohiyatini shakllantirish ota-onadan chuqur psixologik tayyorgarlikni talab etadi. Biroq, statistik tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, yosh oilalarning sezilarli qismi farzand dunyoga kelishi arafasida o'zlarini ushbu yangi rolga ruhan yetarli darajada tayyor deb hisoblamaydilar.

Xususan, ilk bor farzand ko'rayotgan juftliklar orasida o'ziga bo'lgan ishonchning pastligi, xavotir darajasining yuqoriligi va ota-onalik rollarini taqsimlashda qiyinchiliklar kuzatilishi keng tarqalgan hodisadir. Bu kabi psixologik nomutanosibliklar ko'p hollarda tug'ruqdan keyingi depressiya, oilaviy nizolarning keskinlashuvi va bola bilan emotsional bog'lanishning zaiflashishiga olib keladi. Shu bois, ota-ona bo'lishga tayyorgarlikning psixologik omillarini ilmiy asosda tahlil qilish va yoshlarni ushbu mas'uliyatli bosqichga tizimli tayyorlash dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Ushbu tadqiqotning maqsadi ota-onalikka tayyorgarlikni belgilovchi asosiy psixologik konstruktarni aniqlash va ularning oila farovonligidagi o'rnini asoslab berishdan iborat.

Asosiy qism. Ota-onalikning psixologik talqini va nazariy asosi. Ota-onalik fenomeni shaxs psixologiyasida 'generativlik' tushunchasi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, u E.Erikson nazariyasiga ko'ra, voyaga yetgan shaxsning kelajak avlod haqida qayg'urish va o'zidan keyin mazmunli iz qoldirish ehtiyojini ifodalaydi. Oilaviy tizim nuqtai nazaridan, farzandli bo'lish oila hayotiy tsiklining krizisli, ammo rivojlantiruvchi bosqichidir. Bu davrda 'er-xotin' diadasidan 'ota-ona-bola' triadasiga o'tish sodir bo'ladi. Psixologik tayyorgarlik uchta fundamental komponentdan iborat: qadriyatli yetuklik, kognitiv tayyorgarlik va emotsional-xulq-atvorli moslashuvchanlik. Qadriyatli yetuklikda shaxs ota-onalikni o'zining hayotiy strategiyasidagi eng muhim maqsadlardan biri sifatida anglaydi.

Kognitiv komponent esa bolaning fiziologik va psixologik rivojlanish qonuniyatlari haqidagi bilimlarni o'z ichiga oladi. Ota-onalik kompetentligi tushunchasi esa ushbu bilimlarni amaliyotda, ya'ni bola bilan kundalik muloqotda samarali qo'llay olish qobiliyatidir. Shaxsiy psixologik yetuklik va determinantlar. Muvaffaqiyatli ota-ona bo'lishning boshlang'ich nuqtasi shaxsning individual yetukligidir. Yetuk shaxs o'zining emotsional holatlarini boshqara oladi, mas'uliyatni o'z zimmasiga olishdan qo'rqmaydi va inqirozli vaziyatlarda ratsional qaror qabul qiladi. O'z-o'zini anglash va realistik baholash ota-onaga bolaga nisbatan o'ta yuqori yoki asossiz talablar qo'ymaslikka yordam beradi. Emotsional barqarorlik va stressga bardoshlilik (rezilientlik) ayniqsa chaqaloq hayotining birinchi yilida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Doimiy uyqusizlik, chaqaloqning fiziologik bezovtaliklari va hayot tarzining keskin o'zgarishi ota-onaning asab tizimiga kuchli bosim o'tkazadi. Bu davrda ruhan chiniquqan ota-onalar vaziyatni nazoratda saqlab, bolaga nisbatan iliqlikni saqlab qolishadi.

Aksincha, emotsional beqarorlik ota-onaning o'z bolasidan begonalashishiga va 'ota-onalik toliqishi' (parental burnout) sindromiga olib kelishi mumkin. Empatiya va emotsional intellektning ahamiyati. Empatiya – bu bolaning hali nutqi shakllanmagan davrda uning ehtiyojlarini anglashning yagona yo'lidir. Ota-onaning bolaning hissiyotlarini 'aks ettira olishi' (mirroring) bolada dunyoga nisbatan asosiy ishonchni

shakllantiradi. Emotsional intellekti yuqori bo'lgan ota-onalar bolaning yashirin kechinmalarini to'g'ri dekodlashadi va unga xavfsizlik hissini berishadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, empatiyasi rivojlangan ota-onalarning farzandlari kelajakda ijtimoiy muhitga tezroq moslashadi va o'z hissiyotlarini boshqarishda muvaffaqiyat qozonadi. Mas'uliyat va oilaviy qadriyatlar mushtarakligi. Ota-onalik - bu qisqa muddatli loyiha emas, balki butun umrlik ma'naviy majburiyatdir. Mas'uliyatli ota-ona bolaning nafaqat bugungi kuni, balki uning shaxs sifatida shakllanishi uchun javobgarlikni his etadi. Shu bilan birga, oilada ota va onaning tarbiya uslublari bo'yicha yagona pozitsiyada bo'lishi o'ta muhim. Agar er-xotin o'rtasida tarbiyaviy qadriyatlar borasida ziddiyat bo'lsa, bola 'ikki tomonlama signal' qabul qiladi, bu esa uning xarakterida ikkilanish va agressiyani keltirib chiqarishi mumkin.

Binobarin, er-xotinning psixologik mosligi va o'zaro qo'llab-quvvatlashi sog'lom oilaviy muhitning poydevori hisoblanadi. Tayyorgarlik yetishmasligi oqibatlarini. Psixologik jihatdan tayyor bo'lmagan oilalarda ota-ona va bola o'rtasidagi bog'lanish (attachment) buziladi. Bu esa bolada xavotir, qo'rquv va o'ziga nisbatan ishonchsizlikni keltirib chiqaradi. Bunday bolalar maktab yoshiga yetganda tengdoshlari bilan muloqotda qiyinchiliklarga duch kelishi, o'zlashtirish ko'rsatkichlarining past bo'lishi kuzatiladi. Shu sababli, tayyorgarlik jarayoniga bepisand qarash nafaqat bir oilaning, balki jamiyatning umumiy genofondiga va ijtimoiy barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Rivojlantirish yo'llari va tavsiyalar. Ota-onalikka tayyorgarlikni oshirish uchun kompleks yondashuv zarur.

Birinchidan, nikohdan oldingi psixologik maslahat tizimini takomillashtirish lozim.

Ikkinchidan, 'Yosh ota-onalar maktabi' kabi trening kurslari orqali yoshlarga amaliy ko'nikmalarni o'rgatish zarur. Ushbu kurslarda nafaqat bola parvarishi, balki ota-onalarning o'z emotsional holatlarini boshqarish texnikalari ham o'rin olishi kerak.

Uchinchidan, jamiyatda mas'uliyatli ota-onalik madaniyatini OAV va ijtimoiy tarmoqlar orqali targ'ib qilish, sog'lom oilaviy qadriyatlarni ulug'lash lozim.

Xulosa.

Ota-ona bo'lishga psixologik tayyorgarlik ko'p qirrali jarayon bo'lib, u shaxsiy yetuklik, emotsional barqarorlik, empatiya va mas'uliyatni o'z ichiga oladi. Ushbu omillarning muvozanati oilada sog'lom psixologik iqlimni yaratadi va bolaning barkamol ulg'ayishi uchun zamin yaratadi. Kelgusida ota-onalik kompetentligini baholashning diagnostik asbob-uskunalarini yaratish va hududiy-madaniy xususiyatlarni hisobga olgan holda tayyorlov dasturlarini ishlab chiqish ilmiy izlanishlarning ustuvor yo'nalishi bo'lib qolishi kerak. Barkamol avlodni tarbiyalash - bu ongli ota-onalar tomonidan qo'yilgan poydevordan boshlanadi.

Foydalanilgan Adabiyotlar

1. Morawska, A., & Filus, A. (2018). Preparing parents for parenthood: protocol for a randomized controlled trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 18(366).
2. Lada-Masko, A. B., & Kazmierczak, M. (2021). Measuring and Predicting Maturity to Parenthood: What Has Personality Got to Do with It? *Journal of Clinical Medicine*, 10(24).
3. Sitoiu, A., & Panisoara, G. (2023). The emotional intelligence of today's parents – influences on parenting style and parental competence. *Frontiers in Public Health*, 11.
4. Niyazmetova, M. I. (2024). Yoshlarda ota-onalikka psixologik tayyorlikning individual xususiyatlari. *International Conference on Developments in Education*.
5. Erikson, E. H. (1993). *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton & Company.