

YOSHLARDA OTA- ONALIKKA PSIXOLOGIK TAYYORLIKNING INDIVIDUAL XUSUSIYATLARI

Niyazmetova Munira Ibragimovna

Urganch RANCH Texnologiya Universiteti. Psixologi

ANNOTATSIYA

O'z – o'zini bilish va o'z-o'zini rivojlantirish ota-ona uchun psixologik tayyorgarlikning asosidir. O'zingizni, his-tuyg'ularingizni, qo'rquvingizni, mas'uliyatingizni va o'z qadri-qimmatigizni qanchalik yaxshi bilsangiz, his-tuyg'ularingizni shunchalik muvaffaqiyatli boshqarishingiz va sherigingiz va bolalaringiz bilan nizolarni hal qilishingiz mumkin.

Psixologik tayyorgarlik, shuningdek, yangi sharoitlarga moslashish va hayotdagi o'zgarishlarni tushunishga yordam beradi. U o'z rolidagi o'zgarishlarni tushunishga va qabul qilishga yordam beradi, shuningdek, bolani tarbiyalash va ular bilan muloqot qilish uchun zarur bo'lgan yangi ko'nikma va malakalarga ega bo'ladi.

KIRISH

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash psixologik tayyorgarlikning yana bir muhim jihati hisoblanadi. Boshqa ota-onalar bilan suhbatlashing, psixologiya bo'yicha mutaxassislariga murojaat qiling, ushbu mavzu bo'yicha kitoblar va maqolalarni o'qing. Shunga o'xshash vaziyatda bo'lgan yoki bo'lgan boshqa odamlar bilan muloqot qilish sizga kerakli yordam va maslahatlarni olishga yordam beradi.

Ota-onaga psixologik tayyorgarlik har bir bo'lajak ota-ona uchun muhimdir. Bu sizga yangi rolingizni anglash va qabul qilish, nafaqat ota-ona sifatida, balki shaxs sifatida ham rivojlanish va takomillashtirishga imkon beradi. Bunday tayyorgarlik sizga bola tarbiyasi va o'zaro munosabatlarida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan yangi qiyinchiliklar va qiyinchiliklarga ishonch va tayyorlikni ta'minlaydi.

TADQIQOT MATERIALLARI VA METODOLOGIYASI

Bola tug'ilishidan oldin hayotingizni rejalashtirish va tartibga solish psixologik tayyorgarlikda muhim rol o'ynaydi. Kelajakdagi ota-onalar o'zlarining javobgarligini va ota-onalikka tayyorligini aniqlashlari va bolaning ehtiyojlarini qondirish uchun harakatlar rejasini ishlab chiqishlari kerak.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ham psixologik tayyorgarlikning ajralmas qismidir. Ota-onalar qarindoshlari, do'stlari yoki psixologiya mutaxassislaridan yordam va maslahat so'rashlari mumkin.

- Ota-ona roliga moslashish.
- Yangi vazifalar va mas'uliyat qo'rquvini engish.
- Bolaning rivojlanish psixologiyasini o'rganish.

- O'z-o'zini bilish va o'zini rivojlantirish.
- O'z-o'zini hurmat qilish va o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish.

Psixologik tayyorgarlik ota-onalarga yangi rollari va majburiyatlarini anglash va qabul qilishga yordam beradi va muvaffaqiyatli ota-ona bo'lish imkoniyatlarini rivojlantiradi. Bu sizga kelajakdagi ota-onalar bola bilan samarali muloqot qilishlari va uning uyg'un rivojlanishini ta'minlashlari mumkin bo'lgan qulay psixologik muhitni yaratishga imkon beradi.

TADQIQOT NATIJALARI VA MUHOKAMA

Bunday xususiyatlardan biri bu o'z-o'zini bilishdir. Ota-onalar ota-ona rolida bo'lishga qaror qilishdan oldin o'zlarining kuchli va zaif tomonlarini, orzulari va umidlarini anglashlari kerak. Qo'rquv-bu ota-onalik bilan birga keladigan tabiiy tuyg'u. Siz qanday ota-ona bo'lishingizdan, bolaning kelajagidan, yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muvaffaqiyatsizliklar va qiyinchiliklardan qo'rqish. Qo'rquv bilan kurashishni o'rganish va qo'llab-quvvatlash uchun ichki resurslarni topish muhimdir.

Rejalashtirish ota-onalikning asosiy jihati hisoblanadi. Bolaning kelishiga tayyorgarlik ehtiyotkorlik bilan rejalashtirish va tashkil qilishni talab qiladi. Tug'ilmagan chaqaloq uchun qulay sharoitlarni yaratish va uning xavfsizligi va sog'lig'ini ta'minlash kerak.

O'z-o'zini rivojlantirish-bu ota-onalar farzandining hayoti davomida amalga oshiradigan doimiy jarayon. Farzandingiz bilan doimo rivojlanib, o'sib borish, yangi ko'nikmalarni o'rganish va fazilatlaringizni yaxshilash muhimdir.

Ota-onalik psixologiyasi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bilan chambarchas bog'liq. Boshqa ota-onalar bilan muloqot qilish, tajribali odamlardan maslahat va yordam olish muhimdir. Tajriba almashish ota-onalarga his-tuyg'ularini yaxshiroq tushunishga va qiyin vaziyatlarda yechim topishga yordam beradi.

Mas'uliyat ota-ona rolining asosidir. Ota-onalar farzandlari va ularning farovonligi uchun javobgar bo'lishi kerak. Ular bolaning manfaati uchun qaror qabul qilishlari va uning baxtiga qurbon bo'lishga tayyor bo'lishlari kerak.

Tuyg'ular ota-onalikning ajralmas qismidir. Ota – onalar quvonch va baxtdan g'azab va xavotirgacha bo'lgan barcha his-tuyg'ularni boshdan kechirishadi. Oilada uyg'un muhit yaratish uchun his-tuyg'ularingizni tan olish va boshqarishni o'rganish muhimdir.

Moslashuv-bu ota-onalarning yangi roliga moslashish bilan bog'liq doimiy jarayon. Yangi mas'uliyat va talablar qiyin bo'lishi mumkin, ammo moslashish va o'z ehtiyojlari va bolaning ehtiyojlari o'rtasida muvozanatni saqlashni o'rganish muhimdir.

Rollar-bu ota-onalar o'z farzandlarini tarbiyalashda bajaradigan turli xil vazifalar. Ular bir vaqtning o'zida o'qituvchilar, do'stlar, himoyachilar va rahbarlardir. Sizning rolingizdan xabardor bo'lish va uni sevgi va g'amxo'rlik bilan bajarish muhimdir.

XULOSA

Hamkor har bir inson hayotidagi muhim shaxs, ayniqsa ota-onalik haqida gap ketganda. U nafaqat tug'ilmagan bola uchun javobgarlikni baham ko'radi, balki ota-onaga psixologik tayyorgarlikda ham muhim rol o'ynaydi.

Birinchidan, sherik kelajakdagi ota-onalar boshdan kechirishi mumkin bo'lgan turli xil his-tuyg'ular va qo'rquvlarni engishga yordam beradi. Birgalikda ular o'zlarining his-tuyg'ularini muhokama qilishlari va tahlil qilishlari, tashvishlarini muhokama qilishlari va qo'rquvni engishlari mumkin. Ular birgalikda bir-birlarini moslashtirish va qo'llab-quvvatlash yo'llarini topishlari mumkin.

Ikkinchidan, sherik sherik kelajakdagi ota-onalarga ota-onalikka tayyorgarlik ko'rish uchun rejalar va strategiyalarni ishlab chiqishda yordam beradi. Ular ota-ona tarbiyasi, bolani uy bilan ta'minlash va moliyaviy kelajakni rejalashtirish masalalarini muhokama qilishlari mumkin. Ular birgalikda bolaning yaxshi kelajagi va farovonligiga hissa qo'shadigan qarorlar qabul qilishlari mumkin.

Uchinchidan, sherik homiladorlik paytida va bola tug'ilgandan keyin ijtimoiy yordam manbai bo'lib xizmat qilishi mumkin. Bu kelajakdagi ota-onalar o'zlarining his-tuyg'ulari, tajribalari va shubhalarini baham ko'rishlari mumkin bo'lgan qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratishga yordam beradi. Hamkor qiyinchiliklar va stressli vaziyatlarni engishda haqiqiy yordam va yordamchi bo'lishi mumkin.

Psixologik tayyorgarlikda sherikning roli, shuningdek, o'z-o'zini bilish va o'zini rivojlantirishning rivojlanishi bilan bog'liq. Hamkor o'zini, kuchli va zaif tomonlarini tushunishda, shaxsiyatni rivojlantirishda va yangi ko'nikmalarni egallashda yordam berishi mumkin. Ular birgalikda hayotda yangi rollarga tayyorgarlik ko'rish orqali shaxs sifatida o'rganishlari va o'sishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Мещерякова С. Ю. Психологическая готовность к материнству // Вопросы психологии. 2000. № 5.
2. Филиппова Г. Г. Материнство и основные аспекты его исследования в психологии // Вопросы психологии. 2001. № 2.
3. Филиппова Г. Г. Материнство: сравнительно-психологический подход // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 5.
4. Фромм Э. Искусство любить. — Минск, 1990.
5. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. - М., 2000.