

**RIVOJLANISHDA KECHIKISHLAR BO'LGAN BOLALARNING OTA-
ONALARIDA STRESS, QAYG'U, AYBDORLIK VA TASHVISH
HISSINI BOSH DAN KECHIRISH**

Nikashina Galina Aleksandrovna

Baranovich nomidagi davlat universiteti maktabgacha ta'lim bo'limi katta
o'qituvchisi, kafedra dotsenti, pedagogika fanlari nomzodi, dotsent

M. Rahmatullayeva

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali
Psixologiya fakulteti "Oila psixologiyasi" yo'nalishi o'qituvchisi
mushtariyraxmatullayeva38@gmail.com

Annatatsiya:

Bolaning sog'lig'i buzilgan oila psixologiyasi bolaning sog'lig'i holatining bolaga va butun oilaga psixologik ta'sirini tushunish va hal qilishga qaratilgan. Bu bolaning sog'lig'ining buzilishi barcha oila a'zolari uchun turli xil hissiy, kognitiv va ijtimoiy oqibatlariga olib kelishi mumkinligini tan oladi.

Kalit so'zlar: ota-onalar, qayg'u, aybdorlik, stress, tashvish, bola ehtiyoji, yolg'izlik, depressiya.

Rivojlanishda kechikishlar bo'lgan bolalarning ota-onalari stress, qayg'u, aybdorlik va tashvish kabi turli xil hissiy reaksiyalarni boshdan kechirishi mumkin. Bu reaksiyalar bolaning rivojlanishi ijtimoiy normalardan, bolaning kelajagi haqidagi tashvishlardan yoki bolaning ehtiyojlarini boshqarish bilan bog'liq qiyinchiliklardan farq qilishi mumkinligini anglashdan kelib chiqishi mumkin.

Ota-onalarning psixologik moslashuvini tushunish va hal qilish ularning farovonligini oshirish va bolasini samarali qo'llab-quvvatlash qobiliyatini oshirish uchun muhimdir. Ota-ona va bola munosabatlarining asosiy jihati hisoblanadi. Rivojlanishda kechikishlar bo'lgan bolalar bo'lsa, ota-onalar o'z umidlarini moslashtirishlari va bolasi bilan bog'lanish va muloqot qilishning muqobil usullarini topishlari kerak bo'lishi mumkin.

Xavfsiz bog'lanishni shakllantirish bolaning hissiy rivojlanishi va ota-onalarning ota-onalik samaradorligini his qilishlari uchun muhimdir. Ota-onalar rivojlanishda kechikishlar bo'lgan bolani tarbiyalashda stress va talablarni boshqarish uchun turli xil kurash strategiyalarini qo'llashlari mumkin. Ushbu strategiyalar moslashuvchan (masalan, ijtimoiy yordam izlash, muammolarni hal

qilish, o'z-o'zini parvarish qilish) yoki noto'g'ri (masalan, qochish, rad etish, ortiqcha nazorat) bo'lishi mumkin. Ota-onalar foydalanadigan kurash strategiyalarining turlarini tushunish qo'shimcha yordam yoki aralashuv zarur bo'lgan joylarni aniqlashga yordam beradi.

Ota-onalarning o'z-o'zini samaradorligi ota-onalarning o'z farzandlarining ehtiyojlarini muvaffaqiyatli qondirish qobiliyatiga va samarali ota-onaga bo'lgan ishonchini anglatadi. Rivojlanishda kechikishlar bo'lgan bolalar kontekstida ota-onalar o'zlarining samaradorlik tuyg'usini sinab ko'radigan qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin.

Ota-onalarga o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish, ularning ota-onalik ko'nikmalarini oshirish va farzandining noyob ehtiyojlarini qondirishga yordam berish uchun tegishli resurslarni taqdim etishda yordam berish muhimdir. Rivojlanishda kechikishlar bo'lgan bolani tarbiyalash izolyatsiya qilish mumkin va ota-onalar ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlaridan foydalanishlari mumkin. Xuddi shunday vaziyatlarda boshqa ota-onalar bilan bog'lanish, qo'llab-quvvatlash guruhlariga qo'shilish yoki professional yordam xizmatlariga kirish qimmatli hissiy yordam, ma'lumot almashish va amaliy resurslarni ta'minlaydi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yolg'izlik tuyg'usini yengillashtirishi, ota-onalarning tajribasini tasdiqlashi va o'rganish va o'sish uchun imkoniyat yaratishi mumkin. Ota-onalarga farzandining ehtiyojlarini himoya qilish huquqini berish juda muhimdir. Ota-onalar farzandining rivojlanishidagi kechikishlar, ta'lim olish huquqlari, mavjud resurslar va aralashuv imkoniyatlari haqida ma'lumotga ega bo'lishi kerak. Ota-onalarga advokat sifatida vakolat berish ularga farzandining ta'limi, terapiyasi va umumiy farovonligi bo'yicha qaror qabul qilish jarayonlarida faol ishtirok etish imkonini beradi.

Rivojlanishda kechikishlar bo'lgan bolani tarbiyalash ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarga ta'sir qilishi mumkin. Ota-onalar davolanish usullari haqida turlicha fikrda bo'lishlari, turli xil kurash strategiyalariga ega bo'lishlari yoki g'amxo'rlik qilish mas'uliyati doirasida munosabatlariga vaqt topishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Sog'lom muloqotni qo'llab-quvvatlash, tushunishni rivojlantirish va ota-onalarga dam olish imkoniyatini berish munosabatlar farovonligini oshirishi mumkin.

Shuni tan olish kerakki, har bir oilaning tajribasi o'ziga xosdir va psixologik jihatlar rivojlanishning o'ziga xos kechikishiga, kechikishning og'irligiga, individual va oilaviy dinamikaga qarab farq qilishi mumkin. Ota-onalarga har tomonlama yordam ko'rsatish ularning psixologik ehtiyojlarini qondirish, chidamlilikni oshirish va farzandlariga eng yaxshi g'amxo'rlik ko'rsatishga

imkon berishni o'z ichiga oladi. Bolaning sog'lig'i buzilgan oila psixologiyasi bolaning sog'lig'i holatining bolaga va butun oilaga psixologik ta'sirini tushunish va hal qilishga qaratilgan. Bu bolaning sog'lig'ining buzilishi barcha oila a'zolari uchun turli xil hissiy, kognitiv va ijtimoiy oqibatlarga olib kelishi mumkinligini tan oladi. Muhim jihatlardan biri oila a'zolarining hissiy reaksiyalari va ularga qarshi kurashish mexanizmlarini tushunishdir.

Ota-onalar farzandining sog'lig'i tufayli qayg'u, aybdorlik, stress yoki tashvish kabi turli xil his-tuyg'ularni boshdan kechirishi mumkin. Birodarlar ham o'ziga xos hissiy javob va qiyinchiliklarga ega bo'lishi mumkin. Oila psixologlari ushbu his-tuyg'ularni o'rganishga va oilalarga o'z sharoitlarini boshqarishga yordam berish uchun qo'llab-quvvatlash va engish strategiyalarini taqdim etishga qaratilgan. Yana bir jihat oila tizimidagi dinamikani o'rganishdir. Bolaning sog'lig'ining buzilishi oiladagi odatiy faoliyat va rollarni buzishi mumkin, bu esa oila dinamikasi, muloqot shakllari va qaror qabul qilish jarayonlarida o'zgarishlarga olib keladi.

Oilalar psixologlari potentsial muammolarni aniqlash, muloqot va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini yaxshilash hamda qo'llab-quvvatlovchi va mustahkam oila muhitini yaratish uchun oilalar bilan ishlashi mumkin. Bundan tashqari, bolaning sog'lig'i buzilgan oilaning psixologiyasi ko'pincha bolaning ehtiyojlarini qondirishni o'z ichiga oladi. Bu bolaning hissiy farovonligini qo'llab-quvvatlash, chidamlilikni oshirish va moslashuvchan kurash strategiyalarini rivojlantirishni o'z ichiga olishi mumkin.

Asosiy e'tibor bolaga sog'lig'ining holatini tushunish va moslashtirish, stressni boshqarish, o'z-o'zini hurmat qilish va sog'lom kurashish mexanizmlarini rivojlantirishga yordam beradi. Umuman olganda, bolaning sog'lig'i buzilgan oila psixologiyasi oilalarga bolaning sog'lig'i bilan bog'liq muammolarni hal qilishda har tomonlama yordam berishga qaratilgan. Bu bolaning ham, oilaning ham umumiy farovonligi va mustahkamligini oshirishga yordam beradi.

Bolalar salomatligining buzilishi psixologiyasi sog'liqni saqlash sharoitlari yoki buzilishlarining bolaning rivojlanishi, xatti-harakati, his-tuyg'ulari va umumiy farovonligiga psixologik ta'sirini tushunishni o'z ichiga oladi. U bolalar salomatligining buzilishi tibbiy aralashuvlar bilan bir qatorda hal qilinishi kerak bo'lgan muhim psixologik oqibatlarga olib kelishi mumkinligini tan oladi. Bolalar salomatligi kasalliklari psixologiyasining bir jihatini jismoniy sog'lik muammolari bilan birga yuzaga kelishi mumkin bo'lgan psixologik sharoitlarni baholash va tashxislashdir. Masalan, surunkali kasalliklari yoki nogironligi bo'lgan bolalar tashvish, ruhiy tushkunlik yoki moslashish buzilishi kabi ruhiy

salomatlik holatini ham boshdan kechirishi mumkin. Psixologlar bolaning umumiy hayot sifatini yaxshilash uchun ushbu komorbid psixologik muammolarni aniqlash va davolash uchun ishlaydi.

Yana bir jihat - bolalarning sog'lig'i bilan kurashishda yordam berish. Psixologlar bolalarga ularning tashxisini tushunishga yordam beradi, ularning kasalliklari haqida psixo-ta'lim beradi va ularga alomatlar va davolanishni boshqarish ko'nikmalarini o'rgatadi. Bu ularning salomatligi bilan bog'liq salbiy fikrlar yoki qo'rquvlarni bartaraf etish uchun dam olish usullarini, stressni boshqarish strategiyalarini yoki kognitiv-xulq-atvor usullarini o'rgatishni o'z ichiga olishi mumkin.

Bundan tashqari, bolalar salomatligining buzilishi psixologiyasi bolaning va uning oilasining hissiy farovonligini qo'llab-quvvatlashni o'z ichiga oladi. Psixologlar bolalarga yengish mexanizmlarini rivojlantirishga, o'z-o'zini hurmat qilishni yaxshilashga, tashvish yoki depressiyani boshqarishga va ularning chidamliligini mustahkamlashga yordam berish uchun maslahat yoki terapiya ko'rsatishi mumkin. Shuningdek, ular ota-onalar va boshqa oila a'zolari bilan bolani qo'llab-quvvatlovchi va tushunish muhitini yaratish uchun ishlashlari mumkin.

Psixologlar, shuningdek, sog'liqni saqlash tizimlari, maktablar va boshqa sharoitlarda bolaning ehtiyojlarini himoya qilishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ular davolanish rejalari va ta'lim muassasalarida bolaning psixologik farovonligi hisobga olinishini ta'minlash uchun tibbiyot mutaxassislari, o'qituvchilar va tarbiyachilar bilan hamkorlik qiladi. Umuman olganda, bolalar salomatligi buzilishlarining psixologiyasi sog'lig'i bo'lgan bolalarning jismoniy va psixologik farovonligi o'rtasidagi murakkab o'zaro bog'liqlikni tan oladi. U bolaning umumiy faoliyatini yaxshilash, hayot sifatini yaxshilash, psixologik o'sishi va rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Rahmatullayeva M. O 'QUVCHI SHAXSINI RIVOJLANTIRISHNING ASOSIY YO 'NALISHLARI //Журнал Педагогики и психологии в современном образовании. – 2021. – Т. 1. – №. 4.
2. Sohibjon o'g'li, M. O. (2024, March). BO'LAJAK PEDAGOGLARNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK JIHATLARI. In E Conference Zone (pp. 6-10).
3. Rahmatullayeva, M. (2023). GORDON ALPORTNING SHAXS XUSUSIYATLARI KONSEPSIYASI HAQIDA. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(3), 180-185.

4. Rahmatullayeva, M., & Esanboyev, T. (2023). KICHIK MAKTAB YOSHI VA O 'SMIRLIK DAVRIDA MEN KONSEPSIYASINING SHAKLLANISHI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(3), 186-191.
5. Rahmatullayeva, M., & Toshtemirova, N. (2023). SHAXSNING SOTSIAL-MADANIY NAZARYASI KREN XORNI TALQINDA. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(3), 174-179.
6. Rahmatullayeva, M. (2023). BF SKINERNING OPERANT XULQ-ATVOR NAZARIYASI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(3), 199-204.
7. Gulnoza, R., Mushtariy, R., & Makhliyo, S. (2023). The physiological basis of temperament: unraveling the complexities of human nature. Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences, 2(2), 243-247.
8. Rahmatullayeva, M., & Norqulova, I. (2023). BO 'LAJAK PEDAGOGLARNING KASBIY MOSLASHTIRISH OMILLARI VA SHART-SHAROITLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(3), 83-88.
9. Gulnoza, R., Mushtariy, R., & Yoqubjon, M. (2023). Therapy, physiology of sensation and perception. Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences, 2(2), 214-219.
10. Rahmatullayeva, M., Khasanov, F., & Abduganieva, A. (2023). ATTENTION AND MEMORY AS A MENTAL PROCESS. Наука и инновация, 1(10), 60-62.
11. Rashidova, G., Raxmatullayeva, M., Saidov, S., & Egamqulova, S. (2023). Character, ability, and action: the unity of human activity. Наука и инновация, 1(10), 152-155.