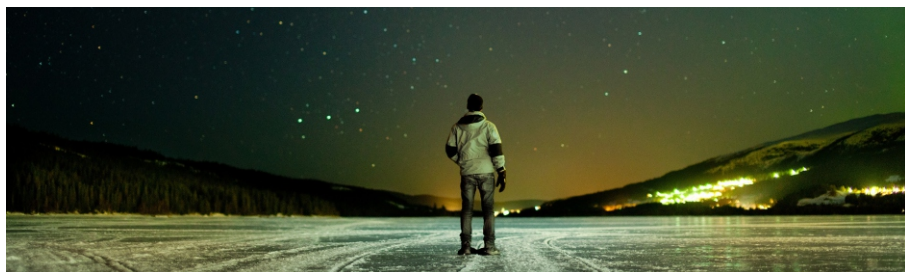


ЗЕБИНИСО АҲМЕДОВА



БОЛА
КЎНГЛИ
ҚОЛИШИНИНГ
АСОРАТИ

Тошкент-2018

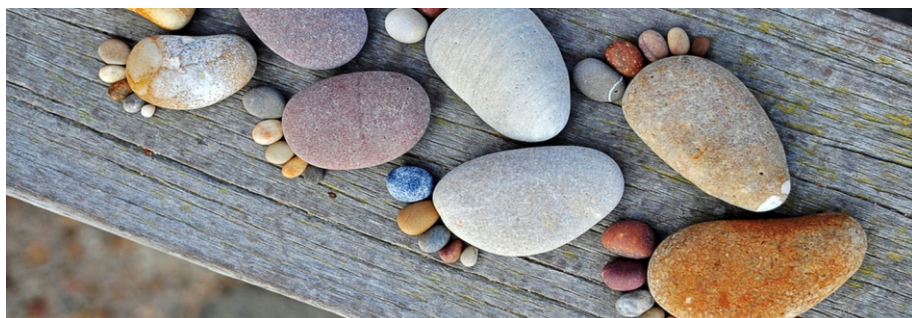


Кимдандир кўнглингиз қолган кунни эсланг: ҳеч қанақа ҳиссиёт қолмади, барибир, ҳатто нафрат ҳам йўқолиб қолган кун бировдан кўнгил қолиши дейилади. Шунда бу одамга нисбатан, «билганингни қил» деворасиз гўё. 18 ёшли ўғилга, она «нега мендан рухсат сўрамадинг», деб дунёни остин устун қилиши, 46 ёшда ҳам **«ҳўжатга чиқиб келдим, энди ухласам майлими?!»** кулгусига айланади, аммо йиғлатади.

Нега бола у, чунки рухсат сўраши керак дейсизда? Нега рухсат сўраши керак?

Бола ўз эҳтиёжларини, мақсадларини қонун ва тартиб доирасида, яхшилик ва ёмонликни тушунган ҳолда масъулиятни бўйнига олиб, ота-онанинг муносабатини баҳолаб ўзи, ўзи ва яна ўзи қилиши керак. Сиз ота-она сифатида назоратчисиз, маёқ ёқиб, йўлига йўналиш берувчи инсонсиз. Ота-онанинг қўшнидан фарқи - ўз боласига ҳаммадан кўпроқ ишониши керак. Қўшни ҳам болага яхши ва ёмонни айта олади. Аммо бу қўшни сизнинг болангизга ишонишга вақти ҳам йўқ, назорат ва масъулиятни ўз бўйнига олишга хоҳиши ҳам йўқ. Демак, қўшнилардан сиз ота-онанинг асосий фарқи ўз боласини ота-оначалик ҳурмат қиладиган инсон бўлмаслигини тушунинг. Болангизни энг кўп ҳурмат қиладиган бу сизсиз, ҳурматли ота-она.

Нима қилиш керак?



№1: Боладан сиз ўзингиз эришмаган буюкликни талаб қилманг.

Кактусдан шафтоли ҳосилини олиб бўлмайди. «Мен боламни хирург қиламан, мен эса прокурор қиламан!» деган гапларни болага нисбатан беҳурматлик деб ҳисобланг. Боланинг сифатларини билиш ва шу сифатларини ҳунарга, илмга, мавқега айлантириш болани ўзлигини юксалтиради. Албатта, бола Яратганнинг сифатлари билан бахтли бўлади. Шунинг учун бу танбаллигини сабр деб ҳисобланг ва сабр билан тушунтиринг. Бу қулоқсизлигини шижоат деб ҳисобланг ва кўп мақсад кўйишига имкон беринг. Бу маҳмадоналигини ораторлик деб ҳисобланг ва журналистлик қобилиятини ривожлантиринг. Ҳамма жойни титишини терговчилик хислати юққанидан деб билинг. Ҳайвонларга меҳри шифокорлик ва ветеринарликдан далолат беради. Телевизорнинг олдида михланиши эса бу сизнинг, сизнинг ва яна сизнинг маҳоратингиздан далолатдир.

№ 2: Болангизни курашиш майдонига чорламанг.

Катталар миясида ўз боласи билан қанчалик тортишишини кино сифатида кўрганингизда эди. Шу митти болакай билан нега тортишаверасиз-а? Болам ундай эмас, болам бундай эмас, деб миянгизда тортишишни бошлайсиз ва кун бўйи болангиз билан уришиб юрасиз гўё. Бола ота-онасини ҳурмат қилиши керак, боланинг ҳам ўз вазифаси бор дейсизда. Боланинг битта вазифаси бор, сизга ишониш ва сиздан меҳр олиш. Кучук ўз боласи билан курашга тушганини кўрганмисиз. Бир бирига қараб олиб вовуллаб, бир-бирини тишлайдими?

№ 3: Сиз генерал эмассиз, болангиз ҳарбий эмас.

«*Ҳар доим*», «*ҳеч қачон*» каби сўзларни уйда кўп ишлатаяпсизми? Демак, уйингизда хавотирли тарбия, кўрқитувчи муҳит мавжуд. Оилада мослашувнинг йўқлиги, «*ҳеч қачон*», «*ҳар доим*» сўзлари каби темир чегара ва пўлатдан қилинган ота-она ўртасидаги тўсиқ ҳақида маълумот беради. Ҳатто об-ҳаво ҳам ўзини ўзгартиради.

№ 4: Болангиздан кутманг, борини юксалтиринг.

«Болам мендек яхши ўқийди деб кутган эдим, афсус, болам яхши ўқимайди...», «Менинг болам футболга борармиш, мен инглиз тилига ёздирувдим», «Менинг болам мени уялтиради», «Боламини уриб чарчадим» сизнинг гапларингизми? Ахири уриб синдирдингиз болангизни, бола ўзидан кечди, сиз айтгандек бўламан деди! Бунинг оти номини билмаслик, номини сиздан сўраш, ҳатто ҳожатга ҳам сиздан сўраб чиқишга маҳкум бўлиш. Айтингчи, атиргулнинг тикони борлиги яхшими ёки ёмонми? Бу факт. Фарзандингизнинг ҳам заҳарли сўзларни айтиши бу факт, бу унга ҳаётида асқотар, балким шу зирапчалари борлиги учун ўзини ҳимоя қила олар. Аммо, билингки, атиргулнинг ифоричалик хушбўй хид гулзорда йўқ. Чидаган, сабр қилиб йўлини топа олган бу атиргулни кесиб ололади. Ҳар бир сифатни ёмонлашдан олдин, кактус гул нега бунчалик хунук ва яна устига устак тиконлари борлиги ҳақида ўйлаб кўрингда? Фақат бу кактус шунчалик сувсизликда яшай олади ва анча йиллардан кейин қариш чоғида хусни жамолини гуллаб очади. Шошманг, сокин бўлинг, сифатларини юксалтиринг.

№ 5: Ўз ҳаётингиз билан яшанг, болангизнинг ҳаётини ўғирламанг.

Болалигингизда саёҳат қилиш орзуси бўлган эдимиз? Энди бу орзуйингизни амалга оширишга имкониятингиз бор. Болангиз учун эса, саёҳат орзу эмас, у машиналар заводини кўришни истайди. Ҳаётининг мазмуни шу машина. Шунчалик машиналарни яхши кўрадики, саёҳатни тушуна олмайди.

№ 6: Хоҳламаслик асорати

Ҳар доим ҳам ёмон асорат бўлмайди. Масалан, боланинг бирор нарсани хоҳламаслиги натижасида ўз чегарасини аниқлаш характери пайдо бўлади.

№ 7: Болангизни ҳаётдан тўйдириб юборманг.

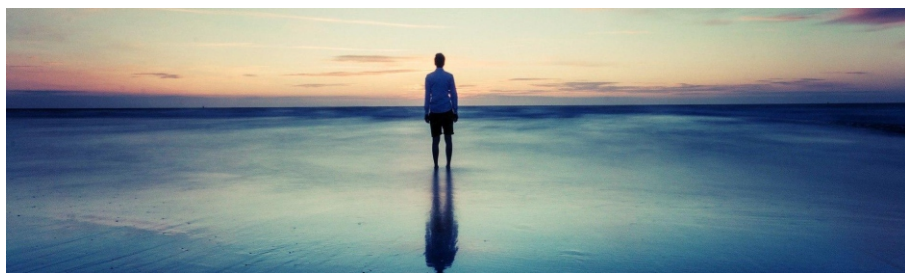
Бу дегани истак хоҳиш ўзида туғилиши керак. Истак туғилмасидан олдин, унга мақсад қўйиш суд ижросини мажбурий юклашдир. Истак пайдо бўлмаса нима қилиш керак. Истаги телефонми бу истакмас, бу ўзига ишончсизлик. Истаги янги замонавий кийимми, ўзини эмас кийимини яхши кўриш бу. Истакни айтишлиги, рухсат беришнинг номи болани ҳурмат қилишнинг бир кўриниши дейилади. Бу сирни қийналиб топасиз, болангиз билан ўртадаги темир деворни олиб ташлаб топа оласиз.

12 ёшларга келиб, боланинг ўз мустақил қарор қилиш қобилияти шаклланиб бўлганида, керак эмас қиёфаларга «боре!» девориш хавфи пайдо бўлади. Буни ўсмирликка йўйишади. Аслида, ўсмирлик баланд-пастликларсиз ўтиши керак. «Хўп» деб ҳеч нарса қилмаган бола синдирилган боладир. Истаксиз, мақсадсиз, характерсиз бола бу бахтсиз боладир.

№ 8: УНУТМАНГ!

Ўзлигингни тарбияланг, болангни тарбиялаган бўласиз. Болага энг гўзал берган меросингиз - уни ҳурмат қилишингиздир.





Нотўлиқ оилада ўғил тарбиялаш.

Аввало, болага эркаклик сифатларини нима эканлигини тушунтириб бориш керак. Бу сифатларни кинода, гапнинг ичида, романларда эмас, ҳаётдаги жонли инсонлардан топиши ва кўриши лозим. Бунинг учун отани ёмонламаслик керак.

Болага қаттиқ туриш, калтаклаш бу эркакона тарбия деб ўйлашади баъзи оналар. Баъзилари эса кимдандир бола кўрқиши керак дейишади. Қалтаклаш бу эркак тарбияси эмас, кимдандир кўрқитиш кўрқувни бола ичига киргазишдир.

Ичадиган отани ичмайди деб болани алдаш ва ёлғон гапириш керак эмас. Борини айтиш ва отани бу ҳолатдан чиқиб кетишига умид қилиб ишонч бериш тўғри тарбиядир. Болангизга ҳеч қачон отасини ёмонламанг, отанинг хатоларини, қилиғини факт сифатида айтишингиз мумкин. Бу хатоларни такрорлаш керак эмаслигини бирга суҳбат тарзида келишиб олиш лозим. Отага қандай ёрдам бера олиш ҳақида ҳам суҳбат қилиш, боланинг ички кечинмаларини даволайди.

Бола билан отанинг учрашувидан кўрқиш керак эмас. ***Фарзанд ўз ақли билан онасига ҳам отасига ҳам баҳо бера олади.*** Айланма йўллар қидириш, ёлғончи маконлар топиш бу болани сизга бўлган ҳурматини йўқотади. Фарзандингиз отаси олдидан «хафсаласи пир» бўлиб, хафа бўлиб қайтиб келса ҳам бу хафагарчиликни тагидаги фикрларни ўрганинг. Охир оқибат бола бу учрашувлардан кўрқиши, қочиши ва қоралаши керак эмас, балки тўғри хулоса чиқара олиши муҳим. ***Бола ўз отасидан уялиши керак эмас, аксинча отасига тўғри йўл топиши учун бирор сўз топиб айта олиши муҳим.***

Худди шу ҳолатга тушган онага ҳам осон эмас. Отада қолган дилбандини кўришга келиб уни олиб кета олмаслиги онага азобли ҳиссиётлар беради. Буни ота ва она ҳамда балким янги (ўғай) она ҳам тўғри тушунишлари керак. Фарзандга ўз онасини ёмонлаш боланинг дийдаси қаттиқлашишига олиб келади. Нима бўлганида ҳам боланинг ўз ақли, фаросати, меҳри борлигига ишонинг. ***Меҳр қахрга айланиши ҳаммани бахтсиз қилади. Болангизда отага нисбатан нафрат уйғониши эртага дунёга ва сизга ҳам қарши нафратга айланиши қонуниятини борлигини унутманг.*** Болангизга нисбатан ҳурмат доирасида эркакга муносабатни шакллантиринг.

Болага тазйиқ ва хўрлик кўрсатманг. Табассум бу бойлик. Оилангизни ички кучи табассумдан бошланади. Мен психолог сифатида беш йиллар олдин бир маслаҳат берган эканман: ҳайвон билан одамнинг фарқи нима?” деб савол берибман. Шунда тушкунликка тушиб қолган бу қиз жавоб бера олмаганида «*Одам кулади, ҳайвон кулишни билмайди*», деганимда ўша қиз кулиб юборган экан. Бу гап ҳақиқатдан ҳам кулгули эмас, бирор муаммони енгиш табассумдан бошланади. Сизга ёрдам бермоқчи бўлаётган болангизга раҳм ўрнига, табассум инъом қилинг кучли бўлади. Сизга маслаҳат бермоқчи бўлган болангизга яна бир табассум инъом этинг.

Зебинисо Аҳмедова

Шифокор. Психолог. Психотерапевт. **ЗЕБИНИСО АҲМЕДОВА**

Телефон:

+998 90 999-22-89

Расмий сайт:

www.UzPsixolog.Uz



Расмий TELEGRAM канал:
[Telegram.me/UzPsixologUz](https://t.me/UzPsixologUz)

Расмий FACEBOOK саҳифа:
[Facebook.com/UzPsixologUz](https://www.facebook.com/UzPsixologUz)