



AYOLLARDA UCHRAYDIGAN TUG'RUQDAN OLDINGI VA TUG'RUQDAN KEYINGI PSIXOLOGIK HOLATLAR

Nazarova Zarnigor Raxmatjon qizi

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi "Pedagogika va psixologiya" kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: *Mazkur maqola ayollarda uchraydigan tug'ruqdan oldingi va tug'ruqdan keyingi psixologik holatlarga bag'ishlangan.*

Tayanch tushunchalar: *psixik jarayonlar, individual psixologik hususiyatlar, onalik muammosi, psixosotsial hodisa, adekvat, tashvishli, eyforik.*

Аннотация: *Данная статья посвящена перинатальным и послеродовым психологическим состояниям у женщин.*

Ключевые слова: *психические процессы, индивидуально-психологические особенности, проблема материнства, психосоциальное явление, адекватное, тревожное, эйфорическое.*

Annotation: *this article is devoted to pre-natal and postpartum psychological conditions that occur in women.*

Key words: *psychic processes, individual psychological characteristics, the problem of motherhood, psychosocial phenomenon, adequate, anxious, euphoric.*

Onalik bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar muammosi so'nggi o'n yil ichida ayniqsa dolzarblik kasb etmoqda. R.V. Ovcharova fikriga ko'ra, onalik har bir insonning asosiy hayotiy maqsadi, muhim sharti va muhim ijtimoiy-psixologik funksiyasidir. Onalik ta'rifidagi turli adabiyot manbalarini tahlil qiladigan bo'lsak, Dastlab onalikni ayolning shaxsiy sohasining bir qismi sifatida ko'rib chiqamiz, onalik ikkita asosiy pozitsiyadan taqdim etilgan psixosotsial hodisa sifatida namoyon bo'ladi.

G.G.Filippovaning so'zlariga ko'ra, onalik ayolning shaxsiy sohasining bir qismi, tizimli ta'lim, shu jumladan ehtiyojlar, qadriyatlar, motivlar va ularni amalga oshirish usullaridir. Homiladorlik va tug'ruqdan keyingi davrda ayolning onalikka moslashuvining muvaffaqiyati va bolaning rivojlanishi uchun yetarli shart-sharoitlarni ta'minlash bilan bog'liq bo'lgan kompleks tadqiqotlarda turli omillar hisobga olinadi: masalan shaxsiy xususiyatlari, o'tmishi, nikohga moslashishi kabilar.

G.G.Filippova ishida homiladorlik kechinmalarining 6 turini qayd etadi (adekvat, tashvishli, eyforik, e'tiborsizlik, ambivalent va rad etuvchi), lekin faqat uch turini aniqlash imkoni borligini ta'kidlaydi: adekvat, tashvishli va e'tiborsiz. Onalikka tayyorlik uslubi onaning bola rivojlanishi uchun yetarli sharoitlarni ta'minlash qobiliyatini aks ettiradi. So'nggi 20 yil ichida onalikka tayyorlikni o'rganish turli jihatlarida olib borildi: kech onalik va voyaga yetmagan onalikni sotsiologik planda tadqiqot etish; onalarning ijtimoiy va ruhiy anormalliklari bilan bog'liq holda bolaning ruhiy patologiyasi uchun xavf omillarini o'rganish. Ovcharova o'z ishida chet el





adabiyotlarida 700 dan ortiq omillar aniqlanganligini, ayolning homiladorlik va erta onalikka moslashishini, ayol shaxsiy sohasining mazmunini aks ettiruvchi 46 ta shkala keltirilganligini ta'kidlaydi. S.Yu.Mesheryakova bu hodisani hali tug'ilmagan bolaga nisbatan sub'ekt - sub'ekt yo'nalishi bo'lgan o'ziga xos shakllanadigan tuzilma sifatida ko'rib chiqadi. Muallifning fikriga ko'ra, onalikka tayyor bo'lish ajralmas biologik va ijtimoiy omillar ta'siri ostida shakllanadi va bir tomondan, instinktiv tabiatga ega, ikkinchidan, alohida shaxsiy tuzilma sifatida namoyon bo'ladi.

Onalikka psixologik tayyorlik tuzilishining asosiy tarkibiy qismlari quyidagilardir: bolalikda to'plangan kommunikativ tajriba xususiyatlari; ayolning homiladorlik tajribasi, shu jumladan, tug'ilmagan bolaga munosabati; chaqaloqni tarbiyalash va parvarish qilish strategiyasiga yo'naltirish G.G.Filippova onalik buzilishining psixologik omillarini o'rganib, onalikka psixologik tayyorlikni homiladorlik va onalikka moslashishning yetakchi omili deb hisobladi Ye.V. Matveeva onalikka psixologik tayyorlikni uchta tayyorlik blokini o'z ichiga olgan o'ziga xos shaxsiy tuzilma sifatida belgilaydi: ehtiyoj-motivatsion blok; kognitiv-operatsion blok va onalikka ijtimoiy-shaxsiy tayyorlik bloki.

Turli xil holatlar har bir ayol uchun bola tug'ilishi uchun mutlaqo individual, o'ziga xos motivatsiya sharoitlarini yaratadi.

1984-1994 yillarda olib borilgan tadqiqotlar davomida, ayollarning asosiy vazifasi – kasbiy faoliyat yoki bolalarni tarbiyalash va uyni yuritishda ekanligi aniqlandi. Javoblarning aksariyati (86%) ikkala vazifa ham asosiy vazifa ekanligini ko'rsatdi [Yankova Z.A.]. Hozirgi kunda ayollar o'z martabalarida katta muvaffaqiyatlarga erishib, o'z-o'zini anglashga intilishadi. Ko'pgina tadqiqotchilar zamonaviy ayolning ikkita hayotiy intilishi – erkin turmush tarzi istagi va farzand ko'rish istagi o'rtasida qarama-qarshilik borligini ta'kidlashadi.

Ye.V. Matveevaning so'zlariga ko'ra, ayolning kasbiy va oilaviy rollarni uyg'un birlashtirish imkoniyati ko'p jihatdan uning oilaviy hayotga va onalikka amaliy tayyorligi bilan belgilanadi. Ye.V. Matveeva nuqtai nazaridan onalik xulq-atvorining asosiy determinanti onalikka psixologik tayyorlik darajasidir. Muallifning dastlabki pozitsiyasi shundan iboratki, onalik funksiyalarining muvaffaqiyati va onalik pozitsiyasining sifati ayolning onalikka psixologik tayyorligiga bog'liq.

O'z navbatida, Ye.V. Matveeva onalikka psixologik tayyorgarlikni aniqlashga imkon beradigan ikkita asosiy omilni aniqlaydi. Birinchisi, homiladorlikka bo'lgan munosabat. Eng maqbul variant – bu homiladorlikning istalganligi, bu holda anglangan tarzda quvonch bilan qabul qilinadi. Bu psixologik va fiziologik darajada homiladorlikning osoyishta kechishini ta'minlaydi. Bunday ayol onalikka tayyor va bola uchun har qanday qiyinchilik va cheklovlarga ongli ravishda dosh berishga qodir. Ikkinchisi – tug'ruq paytida ayolning xatti-harakati.

Onalikka psixologik tayyorlikning tarkibiy qismlari sifatida bo'lajak bola qadriyati, o'zini ona sifatida va onalik kompetentligi aniqlanadi. Ye.V. Matveeva onalikka





psixologik tayyorlikni uchta blokni o'z ichiga olgan o'ziga xos shaxsiy tuzilma sifatida belgilaydi: ehtiyoj-motivatsion, kognitiv-operatsion va ijtimoiy-shaxsiy.

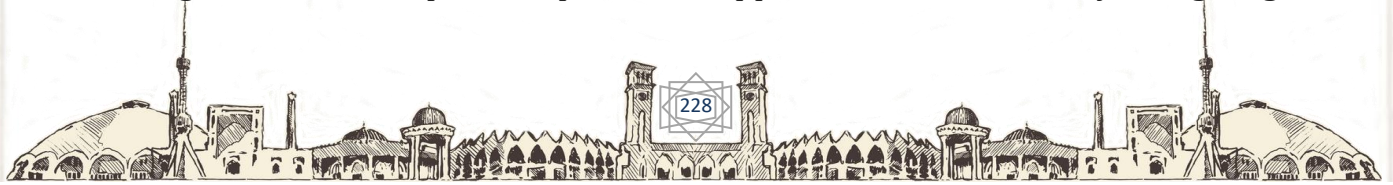
Shu bilan birga, R.V. Ovcharova o'z ishiida bolaga sub'ektiv munosabat onalikka psixologik tayyorlik tuzilishida muhim omil bo'lib, u onaning xulq-atvori uslubiga aylantirilishini va shu bilan chaqaloqning psixik rivojlanishi uchun eng qulay sharoitlar, eng muhim ko'rsatkichlarni ta'minlashini ta'kidlaydi. Ulardan bolaning onasi bilan aloqa darajasi, uning o'ziga xos qiyofasini shakllantirishning o'ziga xos xususiyatlari va hamdardlikka bo'lgan ehtiyojni ajaratib ko'rsatish mumkin.

Buning tasdig'ini G.G.Filippovaning ishlarida topamiz, u homiladorlik kechinmasi turini onalikka tayyorlik uslubiga o'tish namunasini qayd etgan. Uning nuqtai nazariga ko'ra onalikka tayyorlik uslubi o'zaro munosabatlarning boshlanishi va homiladorlik paytida ona va bola o'rtasidagi sub'ekt-sub'ekt munosabatlarini o'rnatishdir.

Onalikni ayolning shaxsiy sohasi deb hisoblagan I.V.Dobryakovaning homiladorlik dominantlari turlarini tadqiq etganligini qayd etib o'tish lozim. Gestatsion dominantlikni aniqlashda u I.L.Arshavskiy ishlariga murojaat qiladi. Muallif, o'z navbatida, A.A.Uxtomskiyning g'oyalarini rivojlantirib, gestatsion dominantni homiladorlik paytida zigota shakllanishiga organizmning javobi sifatida aniqladi. I.V.Dobryakova fikriga ko'ra, gestatsion dominant fiziologik va psixologik tarkibiy qismlarni o'z ichiga oladi, ular ayol bilan sodir bo'lgan biologik yoki psixologik o'zgarishlar bilan belgilanadi, ular tug'ilishga, so'ngra bolaning tug'ilishi va emizishiga qaratilgan. Gestatsion dominant organizmning barcha reaksiyalari embrionning, so'ngra homilaning rivojlanishi uchun maqbul sharoitlarni yaratishga yo'naltirilishini ta'minlaydi. Bu tashqi va ichki muhit omillari ta'siri ostida markaziy asab tizimida doimiy qo'zg'alish markazini shakllantirish orqali yuzaga keladi, bu homiladorlik bilan bog'liq stimullarga nisbatan sezgirlikni oshiradi va boshqa asab markazlariga tormozlovchi ta'sir ko'rsatishi mumkin. Gestatsion dominantaning psixologik komponenti homiladorlik sodir bo'lganda yuz beruvchi ayollarda faollashtirilgan ruhiy o'zini-o'zi tartibga solish mexanizmlari to'plamidir, u homiladorlikka nisbatan ayolning munosabatini shakllantirish, homilani asrab-avaylash va bo'lajak bolaning rivojlanishi uchun shart-sharoitlar yaratishga qaratilgan. Shu munosabat bilan I.V. Dobryakov gestatsion dominant psixologik komponentining beshta variantini aniqlaydi (optimal, gipogestognozlik, eyforik, tashvishli va depressiv)].

Yuqorida aytilganlardan xulosa qilib shuni ta'kidlash kerakki, onalik ayolning shaxsiy sohasi sifatida psixologik xususiyatlarning aksi va ayolning bolani rivojlantirish uchun shart-sharoitlarni qabul qilishga va ta'minlashga tayyorligi, bu kelajakda uning ona sifatida identifikatsiyasini rivojlantirishga yordam beradi.

Ayol onalik bosqichining boshlanishini o'z rivojlanishining inqirozi sifatida boshdan kechiradi. Bu, ayniqsa, homiladorlikni hissiy inqiroz, stress, burilish davri deb hisoblaydigan tadqiqotchilarning ishlarida tasdiqlangan birinchi homiladorlikka to'g'ri keladi. Ularning nuqtai nazaridan, homiladorlik, ayniqsa, birinchisi ayolning o'z identikligini izlashda inqiroz nuqtasidir. Filippova homiladorlikni ayolning ongi va





uning dunyo bilan munosabatlarini sezilarli darajada tiklaydigan inqiroz kechinmalari bilan birga o'tkir o'tish davri deb ta'riflaydi. G.G. Filippova birinchi homiladorlikni ayniqsa stressli deb hisoblaydi. Bu ayol identikligini rivojlantirishda muhim nuqta bo'lib, unga o'tish ichki va tashqi integratsiyaga va yangi ijtimoiy maqomga ega bo'lishga yordam beradi.

Homiladorlik va bola tug'ilishi bosqichida ayolning fiziologik psixologik holatida o'zgarish yuz beradi. Mazmuniy sohaning o'zgarishi va uning mazmun tarkibining to'liqligi, onaning bolaga tug'ruqdan oldin, tug'ruq paytida va undan keyingi munosabati bilan bog'liq shaxsiy qadriyatlarining o'zgarishi yuz beradi. Bu holda inqiroz shaxsiy resurslarga alohida talablar qo'yadigan narsa va hodisalarning odatiy usulidan tashqariga chiqadigan hodisadir. Bundan tashqari, inqiroz dunyo, odamlar va o'zi bilan inson munosabatlari tizimida siljish, sifat o'zgarishi bilan birga keladi. O.B.Podobina birinchi homiladorlikni ayniqsa stressli deb ta'kidlaydi, chunki bu mustaqil birlamchi yaxlit mavjudotni va "qaytarib bo'lmaydigan" ona-bola munosabatlarining boshlanishini anglatadi, chunki bundan buyon onaning muvozanati bolaning talablari bilan bog'liq bo'ladi. Buni identiklikni rivojlantirishda inqiroz nuqta deb hisoblash mumkin.

Shunday qilib, onalikni inqiroz rivojlanish deb hisoblasak, ayolda onalik bilan identifikatsiya qilish jarayoni dinamik xarakterga ega bo'ladi, ayniqsa ayol birinchi homiladorlik va birinchi tug'ishni boshdan kechirsa, ayolning hayoti davomida o'zgarishi mumkin.

Shu bilan birga, onalikni shaxsiy o'sish uchun imkoniyat sifatida ham ko'rib chiqish mumkin. Tadqiqotchilar nuqtai nazaridan homiladorlik davri ayolning shaxsiy o'sishi uchun noyob imkoniyatdir. O'tkazilgan tadqiqotlar natijasida ular homiladorlik davri "jismoniy o'zlik"ning o'zgarishi va boshqa mavjudot bilan birgalikda yashashni idrok etish, unga egalik qilish bilan bog'liq turli xil kechinmalar bilan to'yinganligini ko'rsatadi. Homiladorlik holati ayol shaxsiyatining nozik xususiyatlarini ochishga imkon beradi, bu uning tasavvur va xulq-atvor nuqtai nazaridan bola bilan o'zaro munosabatiga ta'sir qiladi.

O.A. Kopil, O.V. Bajenova, L.L. Baz kabi olimlar ushbu davrda shaxs rivojlanishining eng muhim natijasi sifatida onada o'ziga xos psixologik yangi tuzilmalarning paydo bo'lishiga ishonishadi, ular onalikka tayyor bo'lish, ya'ni bolaning xavfsizlikka bo'lgan eng muhim psixologik ehtiyojlarini qondiradigan, tashqi dunyo va sevgiga bo'lgan qiziqishni saqlaydigan onaning maxsus psixologik holati sifatida aniqlanadi. Ushbu ehtiyojlarni qondirish imkoniyatining yetishmasligi an'anaviy ravishda bolaning aqliy salomatligiga psixologik tahdid sifatida qaraladi. Tadqiqotchilar onalikka tayyorlik, uning xulq-atvori, shuningdek, bola obrazlari, onalik va tug'ruqdan keyin haqiqiy uy sharoitlari orqali bo'lajak onaning ongida va o'z-o'zini anglashida uning aksini ta'minlashni o'rganadilar. Homiladorlik paytida motivlarning kurashi va motivatsiyaning o'zgarishi, shuningdek, homiladorlik paytida ishlab chiqilgan qadriyatlar va ko'rsatmalar tizimi ayollarning ongi va o'z-o'zini anglashiga kuchli ta'sir





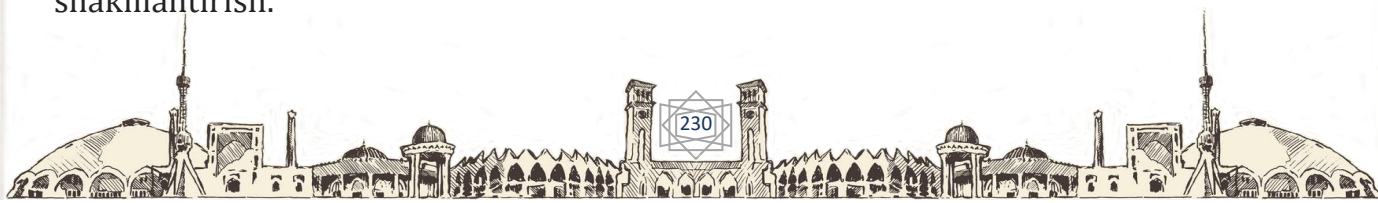
ko'rsatadi. Onalikni ko'rib chiqishning yana bir tomoni – bu ayolning o'zini anglashiga o'ziga xos tuzilma sifatida qarash hisoblanadi.

Shunday qilib, farzand kutayotgan ayolning o'z-o'zini anglashi homiladorlik va yaqinlashib kelayotgan tug'ish holati bilan shartlanadi, bu uning o'z-o'zini anglashining to'liqligi va mazmuniga ta'sir qiladi.

Shu munosabat bilan onalikni ijtimoiy vaziyat deb hisoblash qiziqish uyg'otadi. Ayolning onalik sohasi rivojlanishi, G.G. Filippova fikriga ko'ra, onalik sohasining ontogenetik rivojlanishi bola bilan haqiqiy o'zaro aloqada konkretlashtirish bosqichida eng yuksak pog'onasiga yetadi. O'z navbatida, bu bosqich homiladorlik davrini o'z ichiga oladi. Ushbu bosqichda onalikning rivojlanish dinamikasi ayolning onalik sohasining rivojlanish tarixiga bog'liq. Bu asosan homiladorlik holatining kontekstini belgilaydi. Yuqorida keltirilgan ijtimoiy vaziyatni tahlil qilish onalikni ayolning homila haqida xabar topganidan keyin tushadigan holat deb hisoblashimizga imkon yeradi, shu bilan birga mavjud vaziyatni qabul qilish jarayoni boshlanadi.

ADABIYOTLAR ROYXATI:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlash va oila institutini mustahkamlash sohasidagi faoliyatni tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2 fevral 2018 yil kungi №PF-5325-sonli Farmoni.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasida oila institutini mustahkamlash konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi 27 iyun 2018 yil kungi № 3808-sonli Qarori.
3. Filippova G.G. Psixologiya materinstva: Uchebnoye posobiye M.: Izd-vo Instituta Psixoterapii, 2002. – 240 s.
4. Xorni K. Jenskaya psixologiya: per. s angl - SPb. : Vostochno-Yevropeyskiy institut psixoanaliza, 1993. - 222 s. - (Shedevry mirovoy nauki: T.1; Biblioteka psixoanaliticheskoy literatury).
5. Akramova F.A. Oilada ma'naviy muhitni shakllantirishda xotin-qizlarning roli. - T.: "Nihol Print", 2016y.
6. Filippova G.G. Dinamika psixologicheskogo sostoyaniya jenschin vo vremya beremennosti i posle rodov Voprosy psixologii, 2002, №1.
7. Vasilenko, T.D., Zemzyulina, I.N. Prinyatiye roli materi. Kliniko-psixologicheskoy analiz / T.D. Vasilenko, I.N. Zemzyulina / Forum, 2011 - 176s.
8. Muxamedraximov R.J. Mat i mladenes: psixologicheskoye vzaimodeystviye / R.J. Muxamedraximov R.J. - SPb.:Izd-vo S.-Peterburg un-ta, 2003-288s.
9. Ахмедова, М., Аскарлова, Н., & Анварова, Д. (2022). Замонавий таълим тизимида касбий коммуникатив компетентлиликнинг моҳияти ва тuzilmаси. Общество и инновации, 3(2/S), 47-51.
10. Umarova, S. (2021). Yoshlarda hadislar yordamida sabr toqatlilik hususiyatini shakllantirish.





11. Мелибаева, Р. (2021). Тиббий психодиагностиканинг методологик муаммолари.

12. Нарметова, Ю. (2022). Психосоматик беморларда эмоционал-невротик бузилишлари ва уларга психологик ёрдам кўрсатишнинг ўзига хослиги. Общество и инновации, 3(2), 64-71.

13. Нарметова, Ю. К. (2022). ПСИХОСОМАТИК БЕМОЛЛАРНИНГ ПСИХОЭМОЦИОНАЛ ХУСУСИЯТЛАРИ. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL, 3(2), 21-28.

14. Sharapova D.B. (2022) KASALLIKKA MUNOSABATNI SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR. "International scientific-online conference FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCE" (2022)

15. Д.Б.Шарапова ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ «СИНДРОМА ДОМОХОЗЯЙКИ» Сборник статей XVII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Практическая психология образования XXI века: Цифровые технологии на службе педагогики и психологии» КОЛОМНА-2021.

