

**RESPUBLIKA O`RTA TIBBIYOT VA FARMATSEFIKA
XODIMLARINI MALAKASINI OSHIRISH VA ULARNI
IXTISOSLASHTIRISH MARKAZI
ANDIJON FILIALI**

**“TIBBIY BRIGADA XAMSHIRALARI”
YONALISHI TINGLOVCHILARI UCHUN**

O`QUV USLUBIY QO`LLANMA

ILK BOLALAIK – CHEKSIZ IMKONIYATLAR DAVRI



**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG'LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI
TIBBIY TA'LIMNI RIVOJLANTIRISH MARKAZI RESPUBLIKA
O'RTA TIBBIYOT VA FARMATSEVTIKA XODIMLARI
MALAKASINI OSHIRISH VA ULARNI IXTISOSLASHTIRISH
MARKAZI ANDIJON FILIALI**

«KELISHILDI»

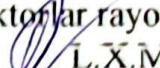
Respublika o'rta tibbiyot va
farmatsevtika xodimlari
malakasini oshirish va ularni
ixtisoslashtirish markazi
xududiy xay'at raisi

 M. I. Kakimova
« 5 » sentabr 2025 y



«TASDIQLAYMAN»

Respublika o'rta tibbiyot va
farmatsevtika xodimlari
malakasini oshirish va ularni
ixtisoslashtirish markazi
direktorlar rayosati kengashi raisi

 L. X. Musayonova
« 5 » sentabr 2025 y



“Tibbiy brigada xamshiralari”

ILK BOLALIK-CHEKSIZ IMKONIYATLAR DAVRI

(Respublika o'rta tibbiyot va farmatsevtika xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish kurslari tinglovchilari uchun o'quv-uslubiy qo'llanma)

Andijon-2025y.

Tuzuvchilar:

D.I.Tojiaxmedova

Respublika o'rta tibbiyot va farmatsevtika
xodimlari malakasini oshirish va ularni
ixtisoslashtirish Markazi Andijon
filiali o'qituvchisi

G.A.Turaxodjayeva

Respublika o'rta tibbiyot va farmatsevtika
xodimlari malakasini oshirish va ularni
ixtisoslashtirish Markazi Andijon
filiali direktori

Taqrizchilar:

S.M. Babich

ADTI ijtimoiy gigiyena va sogliqni
saqlashni boshqarish kafedrası t.f.n.
dotsent

K.Y. Latipova

ADTI Fakultet terapiya kafedrası katta
o'qituvchisi t.f.n.

O'quv dasturi Respublika o'rta tibbiyot va farmasevtika xodimlar malakasini
oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi Andijon filialining pedagogik
kengashida ko'rib chiqildi va tasdiqlashga tavsiya etildi.

"29" avgust 2025y

bayonnoma № 4

Pedagogik kengash raisi:



G.A.Turaxodjayeva

O'quv-uslubiy qo'llanma direktorlar kengashida ko'rib chiqildi, muhokama
qilindi, tasdiqlashga tavsiya etildi.

"5" avgust 2025y

bayonnoma № 5

**Республика ўрта тиббиёт ва фармацевтика ходимлари малакасини
ошириш ва уларни ихтисослаштириш Маркази Андижон филиали
ўқитувчиси Д.И.Тожирахмедованинг “Илк болалик чексиз имкониятлар
даври” мавзуси бўйича хамширалар учун тайёрлаган
ўқув-услубий қўлланмасига**

ТАКРИЗ

Ўзбекистон Республикаси жадал ривожланаётган давлатлар сафига кириб, унинг барча жабхаларида кенг қамровли ислохотлар олиб борилмоқда. Жумладан, бирламчи тиббий-санитария ёрдами тизимини такомиллаштириш йўли билан шаҳар ва қишлоқларда оилавий поликлиникалар, оилавий шифокорлик пунктлари ташкил этилди ҳамда аҳолига қулайликлар яратилди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти томонидан қабул қилинаётган қатор фармонлар аҳолига сифатли тиббий ёрдам кўрсатиш ва патронажнинг самарали моделларини жорий этиш ҳамда тиббий хизмат самарадорлигини, сифати, қамровини ошириш учун асос бўлиб келмоқда.

Шуни таъкидлаш жоизки, “Она ва бола саломатлигини муҳофаза қилиш” давлатимизнинг устивор йўналиши бўлиб, бу эса ҳудудларда қўллаб-қувватловчи механизмларни мустахкамлаш билан бирга аҳолининг турмуш тарзи ва узоқ умр кўриши ҳамда ҳаёт тарзини яхшилашга йўналтириш имконини яратади.

Бирламчи тиббий-санитария ёрдами муассасаларида патронажнинг универсал-прогрессив модели асосида аҳолини тизимли ва мақсадли патронаж билан қамраб олиш бўйича асосий йўналишлар ҳамда патронаж хамшира томонидан амалга ошириладиган ҳаракатлар режаси, оилага кенгайтирилган хизмат кўрсатиш ва ҳудуддаги мавжуд ташкилот ва идоралар билан ҳамкорлик тадбирларида оила ва болалар эҳтиёжларига эътиборни қаратиш, болаларни уй шароитида ҳавфсизлигини таъминлаш, уларни шафқатсиз муносабатлардан ҳимоя қилиш, улар билан доимий ишлашни назарда тутати.

Д.И.Тожирахмедованинг “Илк болалик-чексиз имкониятлар даври” мавзуси бўйича тайёрлаган ўқув-услубий қўлланмаси оилавий поликлиникаларда, оилавий шифокорлик пунктларида фаолият юритадиган хамширалар учун мўлжалланган бўлиб, ушбу қўлланмада хамшираларни, илк ёшдаги болаларга сифатли патронаж хизмати ташкил этиш, ҳавф омилларини эрта аниқлаш, болаларни шафқатсиз муносабатлардан ҳимоя қилиш ва уларни бартараф этишга қаратилган. Хонадонларга ташриф буюриш вақтида патронаж хамшираси боланинг нафақат жисмоний саломатлигига, балки уларнинг фаровонлигига, ҳавф солувчи ижтимоий омилларига, касалликларни олдини олиш, ота-она ва боланинг ўзаро боғлиқлигини ошириш ва бола парваришига оталарни жалб қилишга йўналтирилган муаммоларни аниқлаш каби муҳим жиҳатларига эътиборини қаратишлари керак.

Шу мақсадда Д.И.Тожирахмедованинг “Илк болалик-чексиз имкониятлар даври” мавзуси бўйича тайёрлаган қўлланмасини барча малака ошириш гуруҳи тингловчиларига қўлланма сифатида фойдаланишларини тавсия этаман.

**АДТИ ижтимоий гигиена ва
соғлиқни сақлашни бошқариш
кафедраси т.ф.н. доцент:**



Республика ўрта тиббиёт ва фармацевтика ходимларини малакасини ошириш ва уларни ихтисослаштириш маркази Андижон филиали ўқитувчиси Тоғнахмедова Дилфуза Ибрагимовнанинг «Илк болалик-чексиз имкониятлар даври» мавзусидаги патронаж ҳамширалари учун ўқув-услубий қўлланмасига

ТАҚРИЗ

Республикада «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури» нинг ҳаётга жорий қилиниши, таълим тизимини, шу жумладан, тиббиёт соҳасидаги ислохотлар онлавий поликлиника ва оилавий шифокорлик пунктларида фаоллият олиб бораётган патронаж ҳамшираларини малакасини ошириш масаласини қайта кўриб чиқиш ва уни тубдан ўзгартиришни тақозо этмоқда.

«Соғлом она-соғлом бола» оналар ва болалар соғлигини муҳофаза қилиш Миллий моделини, «Соғлом она-соғлом бола» Давлат дастурини амалга ошириш доирасида оналик ва болаликни муҳофаза қилиш соҳасида тиббий ёрдам кўрсатаётган ўрта тиббиёт ходимларини, жумладан, патронаж ҳамшираларни салоҳиятини янада кучайтириш мақсадида кенг қўлланма ишлар амалга оширилмоқда.

Тоғнахмедова Дилфуза Ибрагимовнанинг «Илк болалик-чексиз имкониятлар даври» мавзусида ҳамширалар учун яратилган ўқув-услубий қўлланмаси бирламчи тиббий-санитария муассасаларида фаолият олиб бораётган патронаж ҳамширалари учун мўлжалланган бўлиб, асосий мақсад тизимда фаолият олиб бораётган ҳамшираларни илк ёшдаги болаларга хизмат кўрсатиш сифатини яхшилаш, хонадонлардаги хавф омилларини барвақт аниқлаб, уларни шафқатсиз муносабатлардан ҳимоя қилиш, хавф омилларини бартараф қилишдан иборат.

«Илк болалик-чексиз имкониятлар даври» мавзусидаги ушбу қўлланма тингловчиларни ўқитиш ва уларга тиббиётнинг замонавий ютуқлари, ўртасида тиббиётнинг янгиликлари асосида тарбиявий ишлар олиб бориб, илк ёшдаги болаларни парвариш қилиш ва тарбия қилиш сирлари, илк ёшда болаларга китоб ўқишнинг, турли ўйинлар ўйнашнинг аҳамиятини ва уларни хавф омиллари билан таништириш бўйича билим доираларини мунтазам равишда кенгайтиришга ва касбий маҳоратларини замон талабларига мос равишда оширишдан иборатдир.

Ушбу қўлланманинг асосий мақсад ва вазифалардан бири барча бирламчи тиббий санитария муассасаларида фаолият юритувчи патронаж ҳамшираларни билим ва касбий маҳоратларини замон талабига мос равишда оширишдан иборатдир.

Шу мақсадда Тоғнахмедова Дилфуза Ибрагимовнанинг ушбу ўқув-услубий қўлланмасини барча малака ошириш ва ихтисослаштириш ўқув гуруҳи тингловчиларига қўлланма сифатида фойдаланишларини тавсия этаман.

АДТИ Факультет терапия
кафедраси катта ўқитувчиси

К.Ю. Латипова

КИРИШ

Ўзбекистон Республикаси жадал ривожланаётган давлатлар сафига кириб, унинг барча жабҳаларида кенг қамровли ислохотлар олиб борилмоқда. Жумладан, бирламчи тиббий-санитария ёрдами тизимини такомиллаштириш йўли билан шаҳар ва қишлоқларда оилавий поликлиникалар ташкил этилди ҳамда аҳолига қулайликлар яратилди.

Шуни таъкидлаш жоизки, «Она ва бола саломатлигини муҳофаза қилиш» давлатимизнинг устувор йўналиши бўлиб, бу эса ҳудудларда қўллаб-қувватловчи механизмларни мустаҳкамлаш билан бирга аҳолининг турмуш тарзи ва узоқ умр кўриши ҳамда ҳаёт тарзини яхшироқ яшашга йўналтириш имконини яратади.

Республикада болаларга кўрсатиладиган тиббий ёрдам сифатини ошириш ва қўламини янада кенгайтириш, тиббий хизматни самарали йўлга қўйиш, бирламчи тиббий санитария ёрдами тизимида оналар ва болаларга тўғри овқатланиш, болалар саломатлигини муҳофаза қилиш, болаликнинг илк даври, уларнинг ўсиши ва ривожланиши бўйича маслаҳатлар бериш борасида, хонадонларга патронаж ташрифлари сифатини янада такомиллаштириш мақсадида патронаж ҳамшираларни ўқитиш белгиланди. Бундан кўзланган мақсад, болалар ривожланишини қўллаб-қувватлаш, амалиётда профилактиканинг универсал моделидан фойдаланган ҳолда унга мос равишда ўзининг касбий интилишларини ривожлантириш, яъни ёш болалар ва оилалар ҳаётига ижобий таъсир этиш. Жумладан, инсон ҳаётини қадриятлар билан боғлашга йўналтирилган бўлиб, саломатлик учун яхши муҳит яратилади, турли ҳолатлар тўғри англанади, шунингдек, улар оилаларни бола парариши бўйича тиббий маданиятларини оширади.

Патронаж ҳамширалар фаолияти оила муҳотида ушбу йўналишда – оилаларда суҳбат ўтказиш, бола саломатлигига таъсир этувчи хавф ва хатарларни эрта аниқлаш ҳамда тавсиялар бериш, оналарни ўқитиш, илк ёшдаги болаларни саломатлигини ривожлантириш ва хавфсиз муҳит яратиш учун оилада мавжуд имкониятлардан ижобий фойдаланиш кераклиги юзасидан тушунтириш ишларини олиб боришга ёрдам беради.

Патронаж ҳамширалар хонадонларга ташриф вақтида боланинг саломатлиги ва фаровонлигига хавф солувчи ижтимоий хавф омилларига, касалликларнинг олдини олиш, ота-она ва боланинг ўзаро боғлиқлигини оширишга йўналтирилган муаммоларни аниқлаш, она ёки отанинг депрессия ҳолатларини баҳолаш, нотинч оилавий муносабатларнинг мавжудлиги, ота-онада ижобий тарбия кўникмаларининг йўқлиги каби муҳим жиҳатларга эътиборини қаратиши керак, бу ўз навбатида боланинг саломатлиги, ҳаётий барқарорлиги, меъёрий ривожланиши ва фаровонлигини таъминлашда муҳим аҳамият касб этади. Бундан ташқари, патронаж ҳамширалар хонадонларга ташрифи давомида оналар ва болалар

саломатлиги ва ривожланиши бўйича билим ҳамда кўникмаларни тақдим этиши, болани парвариш қилиш борасида маълумотлар бериши, ҳамкорлик ҳамда оиллага йўналтирилган ташкилотлар, идоралар мутахассисларига ёки мавжуд бошқа хизматлар билан алоқалар ўрнатиши, бажарилган амалиётнинг мониторингини олиб бориши ва баҳолаш орқали оилалар, ҳамкор ташкилотлар ёки идоралар орасида муҳим боғловчи бўгин бўлиши мумкин. Оилалар билан ўзаро ишонч асосидаги муносабатларни ривожлантириш – бу хизматнинг ижобий- касбий фаолиятида ўта муҳим ҳисобланади.

Ушбу ўқув-услубий қўлланмадан тингловчиларни фойдаланишларини тавсия этаман.

ИЛК БОЛАЛИК-ЧЕКСИЗ ИМКОНияТЛАР ДАВРИ

Болаликнинг илк даври инсон ҳаётида ривожланишнинг энг муҳим босқичи ҳисобланади. Кўпчилик мутахассисларнинг фикрига кўра илк болалик даври она қорнидаги ҳомила вақтидан бошлаб, то бола 8 ёшга тўлгунча бўлган даврни ўз ичига олади. Ҳомила вақтидан бошлаб бола 3 ёшга тўлгунга қадар бўлган давр миянинг ўсиши ва фаолияти учун муҳимдир. Шунинг учун ҳам болага тўлақонли овқатланиш, тиббий хизмат, парваришни таъминловчи асосий шахсга мустаҳкам боғлиқлик ва рағбатлантириш зарур. Бола 3–6 ёш орасида бўлганда, у саводхонликнинг бошланғич кўникмалари ҳамда миқдорий фикрлаш қобилиятининг асосларини ривожлантириши, гуруҳ тадбирларида иштирок этиши, ўзини шахс сифатида англашини кучайтириши, изланиши, тенгдошлари билан ўйнаши ва ўзига бўлган ишончни кучайтириши мумкин; айнан, мазкур босқичда болалар, айниқса, ижтимоий жиҳатдан заиф оилалардагилар мактабгача таълим муассасаларига борсалар энг юқори даражада фойда кўрадилар. Болалар 6 ёшга тўлганларида бошланғич мактабда расмий таълим олишга тайёр бўладилар. Агар 6–8 ёш оралиғида мактабгача таълимдан мактаб таълимига ўтиш силлиқ кечадиган бўлса, болалар мактаб ҳаётига осон кўникадилар, яхши ўзлаштирадилар ва умумий таълимда муваффақиятларга эришадилар.

Боланинг ҳаётидаги илк йиллар улкан имкониятлар ва йўқотишлар даври ҳисобланади. Айнан, ушбу даврда амалга оширилган ёки бой берилган ҳаракатлар боланинг бутун ҳаёти даврида унинг соғлиғи, ҳуқуқи, мулоқот ўрнатиш қобилияти ҳамда таълим олиш ва меҳнат фаолиятида муваффақиятга эришишига таъсир қилиши мумкин.

Мавжуд маълумотларга қараганда, Марказий ва Шарқий Европа ҳамда Мустақил Давлатлар Ҳамдўстлиги (МШЕ/МДХ) минтақасидаги 29 та мамлакатнинг 12 тасида болаларнинг деярли ярми бўйлари пастлиги (жисмоний ўсишнинг секинлашиши) ва қашшоқлик сабабидан ўз салоҳиятларидан тўлақонли фойдаланишдан маҳрум бўлиш хатарига юз тутадилар (ЮНИСЕФ, 2011). 5 ёшга тўлмаган 5,9 млн. бола ўзининг тўлиқ салоҳиятига эришолмаслик таҳликаси остида, бу эса мазкур ёш гуруҳидаги жами 22 млн. боланинг 26 фоизи демакдир (ЮНИСЕФ, 2013).

Шуни ҳам таъкидлаб ўтиш лозимки, мазкур ҳолат интернат/болалар уйи каби муассасаларда яшайдиган 3 ёшгача бўлган болалар ўртасида энг катта кўрсаткичга эга. Ҳар қандай ҳолатни қабул қилинган қоидалар жараёнига ўзгартириш (институционализация) боланинг ўсиш ва ривожланишига ўта салбий таъсир кўрсатади, чунки энг яхши болалар муассасалари ҳам гўдак ёшдаги болаларга зарур бўлган «яккама-якка» тарздаги меҳрли парваришни таъминлай олмайди.

Болаликнинг илк йиллари муҳим аҳамиятга эга, чунки шу давр боланинг кейинги ҳаёти учун асос бўлиб хизмат қилади. Илк болалик даврида ўқиш, пухта билимга эга бўлиш ва хулқ моделлари шаклланади ва ўрнашади; ижтимоий омиллар ва атроф- муҳит омиллари ирсий ворисликни ўзрартира бошлайди; миядаги хужайралар катта миқдорда ўсиб боради ҳамда стресс (руҳий зарба)ни енгиб ўтишнинг биологик усуллари яратилади.

Болалар ҳаётларининг дастлабки йилларида бошқа даврларга қараганда тезроқ ўрганадилар. Ўз салоҳиятларини тўла ишга солишлари учун улар меҳр ва боғлиқликка, эътибор, далда ва ақлий рағбатга ҳамда тўлақонли овқатланиш ва тиббий хизматга муҳтож бўладилар.

- Ҳаётининг дастлабки бир неча йилида олинган парвариш сифати, шу жумладан, тиббий ёрдам, овқатланиш, ижтимоий ҳамкорлик ва рағбатлантириш кабиларнинг сифати – бола миясининг ривожланишига узоқ муддатли таъсир кўрсатиши мумкин.
- Ҳаётининг дастлабки йилларида миянинг ривожланиши бутун ҳаёт давомидаги ҳуқ, таълим ва жисмоний ҳамда руҳий саломатлигига таъсир кўрсатади.
- Илк болалик давридаги ижобий ҳолатлар миянинг соғлом шаклланишига таъсир кўрсатгани каби шу даврдаги номаъқул (ёки салбий) тажриба мияни заифлаштириши мумкин.
- «Боланинг илк ёшлардаги ривожланиши» дастури уларнинг соғлиги, овқатланиши, руҳий ва ақлий ривожланишдаги асосий эҳтиёжларни мужассамлашган равишда қондиришга мўлжалланган бўлиб, айтилишида у болаларга кейинги ҳаётларидаги қийинчиликларни енгиб ўтишга қаратилган билим ва кўникмаларни шакллантириш асосини тақдим этади.
- Кичик ёшдаги болаларнинг ривожланишига ёрдамлашиш – болалар ҳуқуқларининг ҳимоя қилинишини, аҳоли қатламлари ўртасидаги (бой ва камбағаллар, шаҳарлик ва қишлоқликлар, асосий миллат ва кам сонли бошқа миллатлар) ижтимоий-иқтисодий масофанинг камайтирилиши, ҳамда, адолатли муносабат ва жамоа ҳаётига фаол иштирок этиш (инклюзив) ғояларини болаларга, шунингдек, жамиятга нисбатан қўллаш учун олдинга суришнинг энг самарали стратегияларидан бири ҳисобланади.

БОЛАНИНГ ИЛК РИВОЖЛАНИШ ДАВРИ – ЎЗИНИ-ЎЗИ.

Болаликнинг илк даврида кейинги бутун ҳаёти учун керак бўладиган саломатлик, ўрганиш ва хулқнинг асослари шаклланади. Болалар ҳаётининг дастлабки йилларида ёрдамга муҳтож ожиз чақалоқлардан ўзи юрадиган, гапирадиган ва муаммоларни фаол равишда ечадиган болаларга айланадилар. Мазкур шиддатли ўзгаришлар жараёни ўсиш ва ривожланиш табиати, ирсият ва атроф-муҳит ўртасидаги мураккаб ўзаро фаолият туфайли юз беради. Атроф-муҳитнинг ривожлантирувчи хусусиятлари ва инсонларнинг ўзаро муносабатлари, бола ривожланишига таъсир

кўрсатувчи омиллар бўлиб ҳисобланади ва болалар учун бундай муносабатлар уларнинг ота-оналари, тарбиячилари, оиласи ҳамда жамоа билан бўлган ўзаро мулоқотда ўз аксини топади. Боланинг ривожланиши – бу болада кўриш, эшитиш, гапириш, ҳаракатланиш, фикрлаш ва муаммоларни ҳал қилиш билан боғлиқ бўлган қобилиятларнинг босқичма-босқич намоён бўлиш жараёнидир. Барча болаларда бу қобилиятлар ривожланади, лекин ирсий ҳолати ва атроф-муҳит шароитларига кўра, мазкур қобилиятлар ҳамма болаларда ҳар хил тезликда намоён бўлади.

Шунингдек, онанинг ёши ва ҳомиладор бўлишдан олдин унинг танасидаги темир моддасининг миқдори ҳам боланинг ривожланишига таъсир кўрсатади. Одатда, болалар ўзларидаги қизиқувчанликни, билим олишга бўлган қизиқишни ва ўзларига бўлган ишончни қай даражада ривожлантира олишлари, улар тарбияланадиган ижтимоий ва жисмоний муҳитга боғлиқ бўлади. Ривожланиш жараёни муайян вақт оралиқларида рўй бериши учун маълум миқдордаги манбалар йўналтирилиши лозим. Бу манбаларни йўналтирилишига, асосан, болани парваришловчи катталар масъул бўладилар, улар қаторига ота-оналар, оилалар, тиббиёт ходимлари, ўқитувчилар, ижтимоий соҳа ходимлари ва шу кабилар киради.

Ривожланиш жабҳалари деганда нима тушунилади?

Ҳаётларининг илк йилларида болаларнинг нафақат бўйлари ва вазнлари ортади, балки улар бир нечта йўналишлар ёки жабҳаларда ривожланадилар. Умуман олганда, бундай жабҳаларга қуйидагилар киради:

- жисмоний ривожланиш – ҳаракатланишни ўзлаштириш, мувозанатни сақлаш ва тана жисмоний ривожланиш – ҳаракатланишни ўзлаштириш, мувозанатни сақлаш ва тананинг йирик мушакларини (масалан, бел ва оёқда жойлашган, югуриш, сакраш ва зинадан кўтарилиш учун зарур бўлган мушаклар) ва кичик мушакларни (масалан, бармоқлардаги мушаклар, яъни кичик ҳажмли нарсаларни бошқариш ёки айтишлик қаламни ушлаш учун керак бўладиган мушаклар) бошқаришни ўрганиш; ушбу жараёнлар йирик ва кичик моторика ривожланиши атамалари билан танилган;
- ижтимоий-руҳий ривожланиш – бу боланинг муносабатларни ўрнатиш ва давом эттириш қобилиятидир. Кичик ёшдаги болалар дўстлашиш, гуруҳ ўйинларида иштирок этиш, бошқаларга ҳамдардлик билдириш, ҳамкорлик қилиш ҳамда адолатли бўлиш ва бирор нарсани навбат билан амалга ошириш каби тушунчалар, шунингдек, жамоат орасида нималарни қилиш жоиз ва нималар ножоизлиги кабиларнинг моҳиятини англай бошлайдилар;
- когнитив (ақлий) ривожланиш – билим олиш ёки мураккаброқ фикрлаш қобилиятининг ўсиб боришидир. Ҳаётларининг илк йилларида болаларда қизиқувчанлик ҳисси ривожланади ва улар «қандай?», «қачон?» ва «нимага?» каби саволлар беришни ўрганадилар. Болаларда фикрни жамлаш давомийлиги ўсиб боради, улар фикрларини муайян масалага қаратиб, муаммоларни ҳал қилишни ўрганадилар, шунингдек, рангларни

ажратишни, рақам ва ҳарфларни ўқишни ўрганадилар. Коммуникатив (мулоқот) ривожланиш – гапни тушуниш ва ўз эҳтиёжлари, фикрлари ва туйғуларини оғзаки шаклда баён эта олиш қобилиятидир. Ҳаётларининг илк йилларида болалар маъносиз бидирлашдан бир-иккита сўзни талаффуз қилишга ўтадилар, кейин эса бутун бошли жумлалар тузадилар. Болалар ўз таассуротларини баён қилиш, ўтмиш, ҳозирги давр ва келажак тўғрисида гапириш, суҳбатда иштирок этишни ўрганадилар. Болаларда улар учун ўқиб бериладиган китоблардаги ҳикоя ва воқеаларни тинглашга муҳаббат уйғонади;

•мослашиш кўникмалари – бу болада атроф-муҳитга мослашиш ҳамда доимий ҳаракатларни бажариш қобилиятининг ривожланишини англатади. Илк болаликнинг охирида аксарият болалар катталарнинг ёрдамсиз қийиниш, овқатланиш, чўмилиш, тишларини тозалаш ва ҳожатхонага боришни уddалай оладилар. Шунингдек, улар овқатланиш вақтида қошиқ ва санчқилардан (вилка) фойдаланишни, ўзининг ўйинчоқлари ва китобларини йиғиштиришда ёрдамлашиш, шунингдек, оддий кун тартибига, масалан, муайян вақтларда уйқуга кетиш, ўйнаш ва овқатланиш қабиларни бажаришни ўрганадилар.

Ривожланиш босқичлари

Инсон ҳаётининг илк йиллари, айниқса, дастлабки уч йил бола миясининг ривожланиши учун жуда катта аҳамиятга эга. Бола кўрадиган, англайдиган, ҳидлайдиган, татиб кўрадиган ёки эшитадиган нарсаларнинг барчаси унинг миясини англаш, ҳаракатланиш, фикрлаш ва ўрганиш йўналишлари бўйича шаклланишига ёрдам беради.

Миянинг ривожланиши

Миянинг ривожланиши ирсий омилларга боғлиқ, аммо мия атроф-муҳитнинг таъсири туфайли ўзгаради, чунки чақалоқлар дунёга норасида бўлиб келадилар, улар миясининг ҳажми ката ёшдаги инсон миясининг тахминан тўртдан бирига тенг бўлади. Туғилганида боланинг бош миясида 100 миллиард ҳужайралар ёки нейронлар мавжуд бўлиб, улар ҳали бир-бирларига занжир бўлиб уланмаган бўладилар. Ҳаётнинг дастлабки уч йилида мия дендритлар орқали мия ҳужайралари эшитиш борасидаги рағбатлантиришга муҳтож бўлади, чунки бу болада нутқнинг чуқурлиги ва товушларни қабул қилиш қобилиятининг ривожланишига ёрдам беради. Олти ойликдан бир ёшгача бўлган давр – нутқ кўникмалари ривожланиши учун ўта муҳим давр ҳисобланади. Болаларда фикрлашнинг нисбатан юқори даражаси, масалан, исботлаш (аргументация) ва муаммоларни ҳал қилиш қобилияти 10 ойликдан бошлаб мактабнинг бошланғич синфлари даврига қадар давом этади. Болалар сезувчан ва жиддий (критик) даврларида рағбатлантириш билан таъминланмасалар, уларда ўз салоҳиятларини тўлақонли намоён қилиш эҳтимоли нисбатан паст бўлади.

Стресс (руҳий зарба)нинг таъсири

Ижобий илк тажрибалар миянинг соғлом ривожланишига ёрдам бергани каби мазкур даврдаги салбий ташвишланишлар уни

заифлаштириши мумкин. Стрессни келтириб чиқарувчи омиллар, масалан, шафқатсиз муносабат, меҳр кўрсатилмаслиги ва ёмон овқатланиш кабилар баъзи бир генларнинг ишлаши ёки ишламаслигига сабаб бўлиши мумкин. Бу инсон қандай ривожланиши ва кейинги авлодга нималар қолдиришига таъсир қилади. Эрта рағбатлантириш ҳам жуда муҳим аҳамиятга эга. Электроэнцефалограмма (ЭЭГ) ёрдамида болаларнинг мия фаолияти текширилганида, оиласида ривожланишга қаратилган тарбия олган бола миясида ҳаётининг дастлабки йилларини болалар уйида ўтказган бола миясига нисбатан кўпроқ электр фаоллик (яъни импульслар) мавжудлиги аниқланган. Миянинг дастлабки даврлардаги ривожланишида стресс муҳим таъсирга эга. Каламушлар мисолидаги сут эмизувчиларда олиб борилган лаборатория тадқиқотларида маълум бўлишича, оналари ўз авлодига эътибор бермаган бўлса, бу онанинг каламушлари катта ёшга етганида стрессга ўзгача муносабат билдирар эканлар, яъни бу қарамлик ҳиссининг ривожланишини кучайтириш эҳтимолига таъсир этиши мумкин. Каламуш болаларининг терисини силаш каби аралашувлар олиб борилган тадқиқотлар натижасига кўра, бор-йўғи икки ҳафта давомида силаш орқали рағбатлантирилганда, уларнинг кейинги ҳаётларидаги боғланиб қолиш эҳтимоли икки баробарга кўпаяр экан. Ҳозирги кунда кўплаб шифохоналарда янги туғилган чақалоқлар саломатлигини яхшилаш учун сенсорли даводан фойдаланилмоқда. Педиатрларга муддатидан олдин туғилган болаларнинг ҳар кунлик давосига овқатлантириш билан бир қаторда силаб-сийпалаш ҳам қўлланилганида, бундай болалар тезроқ вазн олишлари аллақачон аён бўлган. Кўпинча, «токсик стресс» атамаси билан машҳур бўлган стресснинг юқори даражасига учраган болаларда фикрлаш ва ўз ҳиссиётларини бошқариш қобилияти бузилиши мумкин. Токсик стресс бола жисмоний ёки руҳий жиҳатдан жазоланиши, зўравонликдан жабрланиши, эътиборнинг йўқлиги ёки шафқатсиз муносабатга дучор бўлиши, ўта камбағаллик шароитларда тарбияланиши ёки оила аъзоларида руҳий касалликлар, масалан, депрессия ёки психотроп моддалар суиистеъмол қиладиганлар орасида яшаши натижасида юзага келиши мумкин. Стресснинг паст даражалари болаларга зарар етказмайди, айниқса, уларни раҳмдил ва меҳрибон инсон парваришлаётган бўлса.

Инсонлар ҳаётларининг дастлабки йилларида дуч келувчи стресслар уларнинг стрессга нисбатан таъсирини сусайтириши ва кейинги ҳаётларида уни бошқариш қобилиятига таъсир қилиши мумкин. Шу тариқа, болалигида етарлича меҳр кўрмаган инсонларда, одатда, стрессни келтириб чиқарган вазиятлардан кейин ҳам узоқ вақт давомида стресс гормонлари барқарор даражада сақланиб қолади. Ҳаётининг илк йилларида етарлича рағбатлантирилмаслик ва меҳрга ташна бўлиш, миянинг ривожланишига таъсир кўрсатиши ҳамда кейинги бутун ҳаёти давомида инсоннинг руҳий ва ақлий муаммоларининг асосий сабабларидан бирига айланиши мумкин.

1. Ижобий стресс – ўртача ва узоқ давом этмайдиган стресс бўлиб, унинг натижасида юрак уриши қисқа муддатга тезлашади ёки стресс гормонлари даражаларида катта бўлмаган ўзгаришлар рўй беради. Ижобий стресс манбаларига янги инсонлар билан учрашиш муаммоси, муваффақиятсизликларни енгиб ўтиш ёки эмлашни олиш кабилар мисол бўлиши мумкин. Ижобий стресс соғлом ривожланишнинг муҳим ва зарурий жиҳати бўлиб, у барқарор ва ижобий муносабатлар доирасида юз беради.

2. Чидаш мумкин бўлган стресс – агар тўхтатилмаса мия таркибини зарарлайдиган даражада жиддий бўлиб, айти чўғда қўллаб-қувватловчи муносабатлар орқали енгиллаштирилиши ва бунинг натижасида уни енгиб ўтиш ҳамда салбий зарарларини камайтириш мумкин бўлган стресс. Чидаш мумкин бўлган стресснинг манбаларига яқин инсоннинг ўлими ёки жиддий бетоблиги, кўрқитувчи шикастлар, ота-оналарнинг ажралиши ёки табиий офатларни мисол қилиш мумкин. Одатда, чидаш мумкин бўлган стресс маълум бир вақт мобайнида давом этади ва бу мияни зарарловчи оқибатлардан тикланиш имконини беради.

3. Токсик стресс – бу енгиллаштирувчи ҳимоя пардаси, яъни қўллаб-қувватловчи муносабатлар мавжуд бўлмаган ҳолатда юзага келадиган оғир ва давомий стресс. Бу стресс манбаларига, жисмоний ёки руҳий зўравонлик, ғамхўрликнинг умуман йўқлиги, онанинг оғир депрессияда бўлиши, ота-оналарнинг гиёҳвандлиги ёки оила муҳитидаги шафқатсиз муносабатлар мисол бўлиши мумкин. Токсик стресс миянинг тузилишинибузади ва ўқиш, хулқ, жисмоний ва руҳий саломатлик борасида бутун умрлик муаммоларга сабаб бўлади.

Боланинг илк даврдаги ривожланиши (БИДР) ҳомиланинг она қорнидаги давридан бошлаб, токи боланинг бошланғич мактабда ўқишни бошлагунига қадар бўлган вақтни қамраб олади ва у жисмоний раванқ, шунингдек, ақлий, нутқий ва ижтимоий-руҳий ривожланишни ўз ичига олади. БИДРга сармоя йўналтирилиши янада бахтлироқ болаларнинг улғайиши, янада тенг ҳуқуқли жамиятнинг шаклланишига сабаб бўлади ҳамда келажакдаги катта харажатларнинг олдини олади.

Барча болалар ўз миялари ривожланишига ёрдам берувчи шароитларда улғайиш имконига эга бўлишлари керак. Баъзи болалар кўшимча ёрдамга муҳтож бўладилар–уларга кам даромадли оила фарзандлари, ривожланишда ортда қолувчи болалар ёки имконияти чекланган болалар, қишлоқлар ёки чекка ҳудудларда яшовчи болалар, жамиятнинг қуйи табақаларига кирувчилар, кам сонли миллатларга мансуб болалар ва бошқалар киради. Барча оилалар кичик ёшдаги болаларни уларнинг кейинги ҳаётлари учун мустаҳкам пойдевор яратиш мақсадида захираларни болалар ва оилаларга йўналтириш, соғлиқни сақлаш, таълим, ижтимоий ҳимоя хизматлари билан таъминлаш керак. Мазкур хизматлар ўз самарадорлигини мантиқий тасдиқланган стратегиялар орқали амалга оширилиши лозим. Болаликнинг эрта даврига йўналтирилган сармоялар

инсоннинг кейинги ҳаёти давомидаги камчиликларни тўғирлашга қаратилган серчиқим хизматларга сарфланишининг олдини олади.

Ямайкада олиб борилган тадқиқотларда 9 ойдан 24 ойликкача бўлган, ривожланишда ортда қолаётган болаларга ҳаётининг илк даврларида рағбатлантириш ва овқатланиш билан боғлиқ бўлган аралашувлар ижобий самара бериши исботланди. Психосоциал (руҳий-ижтимоий) интервенция (аралашув) соғлиқни сақлаш ходимларининг «она-бола» ўзаро таъсирини ўйин орқали яхшилаш мақсадида, икки йил давомида ҳар ҳафта бола хонадонига ташриф буюришларидан иборат бўлди. Овқатланиш билан боғлиқ бўлган аралашув озиқлантирувчи қўшимчалар беришни ўз ичига олди. Озиқлантирувчи қўшимчалар ва руҳий-ижтимоий рағбатлантириш билан таъминланган паст бўйли болалар худди оддий болалардек ривожлана бошладилар. Шунини таъкидлаш лозимки, фақат руҳий-ижтимоий рағбатлантириш билан таъминланган болалар доимо озиқлантирувчи қўшимча билан таъминланган болаларга нисбатан яхшироқ ўсганлар.

Барча болалар оилада тарбияланиш ва сифатли тиббий хизматдан фойдалана олиш, яхши овқатланиш, таълим олиш, ўйнаш, шунингдек, зарарли, шафқатсиз муносабат ва камситилиш (дискриминация)дан ҳимояланган бўлиш ҳуқуқига эгалар. Болаларнинг ҳаётдаги ўз салоҳиятларини тўлалигича ишга солишлари мумкин бўлган муҳитда улғайиш ҳуқуқлари бор. Ота-оналар ва парваришни таъминлайдиган бошқа шахслар ҳамда оила аъзолари, маҳаллалар, фуқаролик жамияти ва ҳукуматнинг масъулиятига мазкур ҳуқуқлар ҳурмат қилиниши, ҳимояланиши ва уларга риоя этилишини таъминлаш киради. Патронаж ҳамшираси мазкур ўринда оилаларга ўз фарзандларини энг яхши парвариш билан таъминлай олишларида қўмаклашишга қаратилган тавсиялар бериш орқали муҳим рол ўйнайди.

БМТнинг «Бола ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»си (БҲК) бизга бола «имкон даражасидаги энг юқори (максимал) ривожланиш ҳуқуқига эга» эканлигини айтади (6-модда). Шунингдек, конвенцияда уни имзолаган мамлакатлар «...ота-она ва қонуний васийларга бола тарбияси бўйича мажбуриятларини бажаришларига тегишли ёрдам кўрсатадилар ҳамда болалар муассасалари тармоғининг ривожланишини таъминлайдилар» дейилган (18-модда, 2-банди).

Ўғил ва қиз болалар таълим олишда бир хил салоҳиятга эгалар. Ҳар икки жинсдаги болалар эътибор, боғлиқлик ва маъқуллашга бир хилдаги жисмоний, руҳий ҳамда ижтимоий эҳтиёжларга эгалар. Отанинг болани тарбиялаш ва парваришлаш ҳамда уларнинг ҳуқуқларини ҳимоя қилишдаги ўрни худди онанинг ўрни каби муҳимдир. Ота қизлари ҳам, ўғиллари ҳам унинг учун бир хилда қийматга эгалигини болаларига ҳис эттириши лозим. Худди она каби ота ҳам ўз фарзандининг меҳр, боғлиқлик, маъқуллаш, ёрдам ва рағбатлантирилишга бўлган эҳтиёжларини қондиришда қўмаклашиши мумкин. Барча қизлар ва ўғил болалар туғилиш тўғрисидаги гувоҳномаларга эга бўлишлари керак, чунки бу орқали улар

соғлиқни сақлаш, таълим ҳамда ҳуқуқий ва ижтимоий хизматлар каби асосий хизмат турларидан фойдаланиш имконига эга бўладилар.

Болалик даври инсон ривожланишининг энг масъулиятли ва муҳим ривожланиш палласи ҳисобланади, чунки болалар мақбул ўсишлари ва ривожланишлари учун меҳрли, хавфсиз ва рағбатлантирувчи муҳитга муҳтож бўладилар. Бунинг учун уларнинг жисмоний, ҳис-туйғули, руҳий-ижтимоий ва ривожланиш учун аҳамиятли бўлган бошқа эҳтиёжлари қондирилиши лозим. Патронаж ҳамширалари ушбу комплекс эҳтиёжлар тўғрисида маълумот бериш ва бу билан ота-оналарнинг хабардорлигини ошириш имконига эга бўладилар.

- Уйда ота-оналар, парваришни таъминловчи шахслар ва бошқа оила аъзолари билан ижобий муносабатлардан ҳосил бўладиган рағбатлантирувчи муҳит бола миясининг архитектурасини шакллантиради ва уни барча соҳаларда (жисмоний, ижтимоий, ҳис- туйғули, нутқ ва когнитив) ривожланишига таъсир кўрсатади. Хонадонларга ташриф буюрилганда ота-оналар ёки парваришни таъминловчи шахслар ва кичик ёшдаги бола ўртасидаги муносабатларни мустаҳкамлаш ҳамда болалар ўз кўникмаларини ривожлантириши учун муҳтож бўлган рағбатлантирувчи ва хавфсиз муҳитни яратишга ёрдам бериш лозим. Болалар атроф-муҳитни ўрганиб, керакли кўникмалар ва билимларни эгаллайдилар.

- Оиланинг ижтимоий-иқтисодий ҳолати болалар ривожланиши натижаларига доим ҳам таъсир кўрсатмаслиги мумкин. Оилалар ўз фарзандларининг ўсиб ривожланишини қўллаб-қувватлаши, уларнинг ривожланиш натижаларига бирмунча жиддийроқ таъсир кўрсатиши мумкин.

- Бу эса хонадонларга ташриф буюрилганда оилаларга, айниқса, уларнинг энг муҳтожларига ёрдам кўрсатиш жараёнида, ҳатто ижтимоий жиҳатдан номаъқул вазиятларда яшайдиган, ўз болалари ҳаётининг илк кунларидан яхши шароитларни таъминлаб беришлари учун керак бўлган маълумотларни тақдим этишга барча имкониятлари мавжудлигини тушунтириб бериш зарур.

- Оилаларга ўз болаларини илк ёшиданок ривожлантириш учун амалга оширишлари мумкин бўлган қуйидаги тўртта муҳим жиҳатлар тўғрисида сўзлаб бериш керак, уларга қуйидагилар киради: болаларга меҳр кўрсатиш, улар билан сўзлашиш, китоб ўқиб бериш ва улар билан ўйнаш. Шунингдек, болалар ривожланиши учун меҳр кўрсатиш, соғлом овқатланиш каби муҳим жиҳат ҳисобланишини тушунтириш муҳимдир. Хонадонларга ташриф буюрилганда оилаларга ўз фарзандлари билан қандай сўзлашиш, ўйнаш, китоб ўқиш кераклиги юзасидан билим ва кўникмаларни бериш мумкин. Ота-оналарга меҳр ва ғамхўрлик, эътибор ҳамда тушуниш, ота-оналар ва болалар ўртасида мустаҳкам муносабатларни яратиш, эрта билим олиш ва мактабга тайёрлашга ёрдам бериши ҳақидаги билимларни етказиш лозим. Болалар ўйинлар орқали қандай кўникмаларга

ўрганишлари, нима учун китоб ўқиш муҳим ҳисобланиши ва болалар билан сўзлашиш уларнинг коммуникатив кўникмаларини қандай ривожлантиришига таъсир кўрсатиши тўғрисида тушунчалар бериш лозим.

- Хонадонларга ташриф буюрилганда ота-оналарнинг билим ҳамда имкониятларини кенгайтиришга, улар ўз фарзандлари учун энг яхши ота-она бўлишларига ёрдам бериш учун болаларни тарбиялаш масаласида уларнинг ўзларига бўлган ишончини мустаҳкамлашга эришадилар.

Бутун дунёда гўдаклар ҳамда кичик ёшдаги болаларга меҳр кўрсатиш ва сўзлашиш, китоб ўқиб бериш, улар билан ўйнаш, болаларнинг бошқа инсонлар билан ижобий муносабатларини ўрнатиш, нутқ ривожини яхшилаш, когнитив, ижтимоий кўникмаларини (жамиятдаги бошқа инсонлар билан муносабат ўрнатиш) шакллантириш ҳамда болаларнинг мактабга боришга тайёр бўлиши ва яхши ўқишига ёрдам берадиган ижрочилик функцияларини (ўз-ўзини назорат қилиш, эътиборини жамлаш қобилияти ва бошқалар) шакллантириш учун муҳим аҳамият касб этишини тасдиқлайдиган катта ҳажмдаги асос ва исботлар тўпланган.

Масалан:

- кичик ёшдаги болалар ўзига бўлган ишончни шакллантирадилар. Бундай ишонч уларга (ота-она, парваришни таъминлайдиган шахс ҳисобланиб, кичик ёшдаги болалар ўртасида меҳр туйғулари ва ишончли боғлиқлик мавжуд бўлганда) атрофдаги оламни ўрганиш ва таълим олиш учун керак;
- ота-она ва парваришни таъминловчи шахс томонидан оғзаки нутқ кўп янграганида, яъни катталар ўз фарзандларига меҳр билан уларнинг муҳитида нималар бўлаётганлигини таърифлайдиган, китоб ўқиб берадиган ҳолатларни юзага келтирганларида икки ёшгача бўлган болалар анча кўпроқ рецептив (нутқни тушуниш) ва экспрессив (нутқ оҳангини англаш) сўзларни биладиган бўладилар.
- ота-оналар ўз болалари билан сўзлашиш ва машқ қилиш орқали мактабгача ёшдаги болаларининг ижтимоий хулқи янада яхши ривожланиши ва улардаги тажовузкорликни камайишига ёрдам берадилар;
- маълумки, отанинг ўта зийраклиги, илк ёшданоқ бола парваришида иштирок этиши, бола билан бирга ўйнаши ва саводхонликни (матн ўқишни) ривожлантириш билан боғлиқ машқларни ўтказиши, ота ва бола ўртасида ишончли боғлиқлик шаклланишига ва у мактабда яхши ўқишига (бола матн ўқиш кўникмалари, математикани эрта ёшдан ўрганиши, оладиган баҳолари нуқтаи назаридан) ҳамда ижрочилик функциялари ва ижтимоий кўникмалари яхшиланишига ёрдам беради;
- кўпгина инсонларнинг фикрича, оиладаги кам таъминланганлик болаларнинг ривожланиши ва ҳаётда муваффақият қозонишига салбий таъсир кўрсатиши мумкин. Айрим тадқиқот натижаларига кўра, боланинг ижобий тарбияси кам таъминланганликнинг таъсиридан ҳимояловчи тўсиққа айланиши мумкин. Бу айниқса, оилалар мавжуд хизматлар орқали, шу жумладан, патронаж ҳамширасининг хонадонга ташриф буюриши натижасида керакли кўмак олганларида ўз аксини топади. Ўзбекистон

Республикаси «Бола ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»ни (БҲК) ратификация қилган мамлакатлар рўйхатига киради, бу эса 2008 йил 7 январдаги 139-сонли «Бола ҳуқуқлари кафолатлари тўғрисида» ги Қонунда тасдиқланган. «Бола ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция» (БҲК) ва 139-сонли «Бола ҳуқуқларининг кафолатлари тўғрисида»ги Қонунга мувофиқ ота-оналар ўзлари қодир бўлган энг мақбул ривожланиш негизини таъминлаш ҳуқуқи ва мажбуриятига эга, яъни фарзандига меҳр кўрсатиш, у билан сўзлашиш, бирга ўйнаш ва овоз чиқариб китоб ўқишиди

Давлат томонидан ота-оналар ва болаларни парваришlashда қатнашадиган шахсларнинг уларни тарбияlashда қўллаб-қувватлаш бўйича кенг қамровли хизматлар тармоғи шакллантирилган (уйдаги патронаж хизмати, мактабгача таълим муассасалари, хусусий болалар боғчалари ва бошқалар).

Конвенция ҳамда 139-сонли «Бола ҳуқуқларининг кафолатлари тўғрисида»ги Қонун «кичик ёшдаги болаларга ёрдам кўрсатувчи ташкилотлардан ота-оналар ролини кучайтириш ва улар билан ҳамкорликда боланинг шахсияти, иқтидори, ақлий ва жисмоний қобилиятларини тўлиқ ҳажмда ривожлантиришда ота-оналар, мутахассислар ва бошқа тегишли шахслар ўртасида фаол ҳамкорлик йўли билан ёрдамларни ривожлантиришни талаб қилади», 29.1(а)-модда.

Оилаларга болалар билан бирга ўйнаш, улар учун эшиттириб ўқиш каби болалар билан биргаликдаги фаолият ва улар билан мулоқот қилишга асосланган ижобий ўргатиш муҳитини яратишга ёрдам бериш мумкин. Бунинг ёрдамида бола ва ота-она ёки болани парваришлайдиган бошқа шахс ўртасидаги ўзаро муносабатларни мустаҳкамлаш мумкин. Хонадонга борилганда ота-оналар ва болани парваришлайдиган бошқа шахсларга бола билан ўзаро муносабатлар сезгирлик, ҳурмат ва боланинг мулоқот қилишга интилишини маъқуллашга асосланганда, боланинг ўқиши ва ривожланиши учун пойдевор шаклланиши тўғрисидаги маълумот тақдим этилади. Шунингдек, хонадонларга кирганда кун давомида болани парваришлаши мумкин бўлган бошқа оила аъзоларини, масалан, буви ва боболар, катта ака ҳамда опалар аниқланади. Уларнинг барчаси бола билан сўзлашиб, у билан ўйнаб ва китоб ўқиб бериб боланинг самарали ривожланишига ўз ҳиссаларини қўшадилар. Ота-оналар бу инсонлар боланинг ривожига ижобий ҳисса қўшишлари мумкинлигидан хабардор бўладилар.

1. Болага нисбатан ижобий ҳиссиётлар ва меҳрни намоён қилиш

Болага нисбатан ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар томонидан ижобий муносабатларни ривожлантириш учун энг муҳим ҳаракат ва кўникмалар таърифлаб берилган кўпгина манбалар мавжуд. Хусусан, илк фарзанд кўрган ота-оналарда уни парваришлаш ва тарбиялаш бўйича етарли тажриба бўлмайди, шу боис улар бундай маълумотларга муҳтож бўладилар. Кўпинча шундай вазият юзага келадикки, ҳар хил маълумотлар, ота-оналарга қўйиладиган талаб ва вазифаларнинг кўплиги

уларни чалғитиб кўяди, шундай ҳолатларда оилаларда болани парваришлаш ва тарбиялаш бўйича муаммолар юзага келиб, уларни ота-оналарда болага нисбатан ижобий муносабатни ривожлантириш йўли билан ҳал қилиш мумкин бўлади. Мазкур ҳолатда болага ижобий ҳиссиётлар ва меҳрни намоён қилиш орқали ижобий муносабатларни шакллантириш мумкин. Болалар ўзларини хавфсиз ҳис этишлари учун уларга меҳр кўрсатиш, яъни қучоқлаш, силаш, қувонч ва иштиёқ билан ғамхўрлик ҳамда эътиборни кўрсатиш лозим. Ҳатто ҳали жуда кичкина гўдаклар ҳам катталар улар билан сўзлашганда овознинг оҳангидан, ота-она ва парваришни таъминловчи шахснинг хатти-ҳаракатлари ва чеҳрасининг ифодасидан меҳр ҳамда ёқтирмаслик, қувонч ва ғамгинликни пайқаб, тушуниб оладилар. Меҳрни намоён қилишнинг кўпгина усуллари мавжуд ва боланинг ёшига қараб улар ўзгариши мумкин:

- биргаликда жилмайиш ва қулиш;
- силаш, қучоқлаш, эркалатиш, уқалаш ва бола билан ижобий жисмоний алоқа қилишнинг бошқа шакллари;
- биргаликда қувноқ ҳазил қилиш ва ҳазил ўйинлар ўйнаш;
- илиқ ва меҳрли оҳангда сўзлашиш;
- вазият жоиз бўлганда болага «Сени яхши кўраман» деб айтиш.

Юқорида айтиб ўтилган усулларда меҳр ва самимийлик намоён қилинганда ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар, гўдаклар ҳамда болаларда яқинлик ҳиссини ва улар ота-оналарининг ҳимоясида эканлиги, шунингдек, ўзига бўлган ишонч ҳиссини ривожлантиради, бу эса бола ривожланиши учун жуда муҳим, чунки уларнинг ривожланишидаги нуқсонлар ва саломатлигини издан чиқиши кўпинча боланинг ҳиссий ҳолатига боғлиқ бўлади. Ҳатто бола туғилганидан кейин кўп вақт ўтмай кўз алоқаси, жилмайиш ва ишора қилиш, қувончни ифодалаш орқали гўдак билан «мулоқот» юритиш мумкин. Ота-она ёки парваришни таъминловчи шахс боланинг хатти-ҳаракатларига ижобий фикр билдирганда бола қувноқ шовқин билан «жавоб» беради. Одатда, катталар боланинг юз ифодаси ва чиқарадиган шовқинига тақлид қилиб, у билан мулоқот қилишни бошлайди. Маълум вақт ўтиб, бола рағбатлантирилса, у эшитган овозни қайтариш ёки юз ифодасини ўхшатиш орқали жавоб беришга ҳаракат қилади ва шу аснода илк «мулоқот» бошланади. Ушбу «мулоқот» болаларнинг ота-оналари билан келгусидаги муносабатлари ва бола нутқини ривожланиши учун муҳим аҳамиятга эга. Барча болалар уларни отаси ҳам, онаси ҳам эркалашларига, қучоқлашларига, меҳр кўрсатишларига муҳтож бўладилар. Тактил алоқа (силаш, қучоқлаш ва бошқалар) ҳам ўғил, ҳам қиз болалар учун муҳимдир, ота ва она эса тенг даражада меҳр ва самимийлик намоён қилишлари лозим.

2. Бола билан ўзаро ҳаракат қилиш

Болаларни тарбиялашда уларда ўзаро жавоб қайтарадиган ҳаракатлар ва муносабатни ривожлантириш муҳим жиҳат ҳисобланади. Болаларда

ушбу кўникмаларни ривожлантириш учун бола билан биргаликда ҳаракат қилиш лозим. Гўдакларда мулоқот юритишга туғма мойиллик бўлади.

Гўдаклар ота-оналари, парваришни таъминловчи шахсларнинг ҳиссиётларини сезиб, ўз ҳаракатлари, овозлари ва ишораларини уларникига ўхшатиш орқали намоёни қиладилар. Кейинроқ эса гўдаклар бундай ҳаракатларни мустақил амалга оширганларида ёки ота-оналари ва парваришни таъминловчи шахсларнинг ишораларига қувонч ва ёқимли ҳиссиёт билан жавоб берадилар. Зийрак ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар гўдак жавоб қайтаришини диққат билан кузатиб турадилар ҳамда ўз ижобий муносабатларини билдириб, айна пайтда, сўзлашувни тўхтатмайдилар ва гўдакка қўшимча вақт ажратадилар, жавоб бериши учун навбат берадилар. Бола билан суҳбатлашишни ҳис-туйғули ифодалар, имо-ишоралар ва овозлардан бошлаш лозим. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар диққат билан назар ташлаб, жилмайиб, тана ҳаракатлари ва қувончини ифодалаб, бола нима қилганлиги ёки уни нима қизиқтирганини изоҳлаб ҳис-туйғу билан мулоқотга киришишлари мумкин. Бунга жавобан гўдак қувноқ овоз, қўллари ёки тана ҳаракатлари билан «жавоб» беради. Бундай суҳбатлар келгусидаги муносабатлар ва бола ривожланиши асосларини шакллантиради.

Гўдаклар туғилиши биланок мулоқотга киришадилар. Улар ота-оналарига ва атрофга қараб йиғлайди, кулади, овоз чиқаради – айнан шу усулда гўдаклар катталарга оч қолгани, уйқуси келгани ҳақида билдирадилар, эътибор беришларини талаб қиладилар ёки бироз дам олишни хоҳлайдилар. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар ўз болалари билан сўзлашиб уларни тинглаганларида, миянинг нафақат эшитиш қобилияти, нутқ ва тилнинг алоҳида овозларни таниш учун жавоб берадиган қисмларини, балки ижтимоий-ҳиссий марказларини ҳам фаоллаштириб, яқинлик туйғуларини яратадилар. Бирмунча каттароқ ёшдаги болалар ҳам кўнгилдаги туйғулари билан ўртоқлашишга ва улар учун муҳим бўлган нарсалар тўғрисида сўзлашишга, ана шундай яқин ва меҳрибон муносабатларга муҳтож бўладилар. Бундай ишонч оҳангидаги суҳбатлар қуйидагиларни ўз ичига олади:

- ҳис-туйғули яқинлик;
- кўнгилдаги туйғулари ва «сирлари» билан ўртоқлашишга шайлик;
- новербал ритмик ўзаро мулоқот;
- кўз орқали мулоқот;
- ижобий ҳаракатлар билан алмашиш ва тақлид қилиш, уларга ўхшатиш.

3. Бола ташаббусига амал қилиш

Бола ташаббуси, кўпинча, бола ва ота-она, парваришни таъминловчи шахслар ўртасида ишончли ва ижобий муносабатлар жараёнида ўз ўрнини топади. Гўдак ёки кичик ёшдаги бола билан муносабатда бўлганда, ота-она ёки парваришни таъминловчи шахс боланинг «тана тилига» эътибор беришлари ва унга мослашишга ҳаракат қилишлари ҳамда унинг

ташаббусига амал қилишлари муҳим аҳамият касб этади. Катталар боланинг ташаббусига амал қиладилар, қачонки:

- бола ота-онаси ёки парваришни таъминловчи шахс томон ўгирилиб қараганда, унинг ҳаракатларига муносабат билдирадилар;
- бола йиғлаганда унга эътибор қаратадилар;
- боланинг хатти-ҳаракатларини кузатадилар ва бу тўғрисида эшиттириб фикр билдирадилар;
- боланинг нима қилгани ва нимани истаганини кўрадилар;
- боланинг «тана тилини» ўқийдилар;
- боланинг нима хоҳлашини ва нима ҳис қилаётганини топадилар;
- боланинг нима хоҳлаши ва нима ҳис қилаётганлигига муносабат билдирадилар;
- ўз ҳаракатларини боланинг кайфиятига мослаштирадилар;
- боланинг қиладиган ҳаракатларига қизиқиш билдирадилар;
- боланинг уддалаган ҳаракатлари учун уни мақтайдилар ва олқишлайдилар.

4. Болага ўз диққатини жамлашга ёрдам бериш ва у каби дунёни чуқур ҳис қилиш

Кўпинча, катталар бола ҳали жуда кичик бўлганлиги учун айрим ҳаракатларни бажара олмайди, деб ҳисоблайдилар. Лекин тадқиқотлар кўрсатишича, ота-оналар болага ижобий муносабатда бўлганларида, унинг истаклари ва имкониятларини қўллаб-қувватлаб, зийраклик билан болада бундай кўникмаларни ривожлантиришлари мумкин бўлади. Кўпинча, болаларга ўз диққатини жамлаш учун ёрдам талаб этилишини ҳисобга олиб, катталар уларга «Бунга қара...» ёки «Олдимга кел!» деб ёрдам беришлари мумкин. Бундан ташқари, ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар боланинг ташаббусига амал қилишлари, бола билан биргаликда тажриба орттириши ва керакли кўникмани ривожлантириши учун унинг қизиқишларига эътибор қаратишлари мумкин. Бола учун ота-оналар ёрдамида ривожланадиган умумий тажриба яқин алоқа ва мулоқот учун асос ҳисобланади. Ота-она ёки парваришни таъминловчи шахс гўдакнинг эътиборини жалб этиш учун бирор нарсага изоҳ берганда гўдак улардан сўзлашишни ўргана бошлайди. Бундай ҳолатларда болалар сўзлашаётган инсон томонга назар ташлайдилар ва ана шу нарса билан боғлиқ бўлган сўзларни тинглайдилар.

5. Болага атрофдаги оламни тушунишга ёрдам бериш

Кўпгина тадқиқот натижаларига кўра, болада атрофдаги оламни ифодадай олиш қобилияти, унинг тасаввурини ривожлантириши ва сўзлар захирасини бойитиши ҳамда интеллектуал ва ақлий ривожланиш имкониятларини ошириши мумкинлиги аниқланган. Бундай ҳолатда болага ота-она ва парваришни таъминлайдиган шахс томонидан эътиборли ва сабр-тоқатли, ижобий муносабат қилиниши лозим. Болалар атрофларида нима бўлаётганини тушунишлари ва тажриба орттиришлари учун уларга оддий сўзлар билан тушунтириш ёки ифодалаб беришда катталар ёрдамига

мухтож бўладилар. Ота- оналар ва парваришни таъминловчи шахслар гўдаклар ва кичик ёшдаги болалар билан уларнинг атрофида нималар бўлаётгани, улар нималарни кўраётгани ҳақида сўзлаб берганда ва боланинг ҳамда бошқа одамларнинг ҳиссиётларини ифодалаб берганларида, болалар ўз атрофидаги оламни англай бошлайдилар ва ўзларини дадил ҳис қиладилар. Ота-оналар қуйидаги усуллар ёрдамида бундай ўзаро ҳаракатларга ёрдам беришлари лозим:

- гўдак ёки кичик ёшдаги болага улар билан биргаликда орттирилган тажриба, хусусан, кундалик овқатлантириш таомиллари, тагликларни (подгузникларни) алмаштириш, ювиниш, ухлаш тўғрисида сўзлаб бериш, умуман олганда, боланинг ҳаракатларини чуқур англашга имкон беради;
- ота-она ва бола бир вақтнинг ўзида кўрадиган нарсаларнинг номини эшиттириб айтиши ва таърифлаши боланинг сўз захирасини оширади, унинг талаффузи, сўзларни баён этишини яхшилайд;
- болага айрим буюмларни қандай ишлашини намоёйиш қилиш ва бу жараёни сўзлар билан ифодалаш, боланинг фантазияси (хаёл, орзу) ва тасаввурини кенгайтиради ҳамда бойитади, бу эса ўз навбатида боланинг фикрлаш қобилияти ва интеллектуал ривожланишига таъсир кўрсатиш имкониятини яратади;
- болага ўзининг ёки ота-онасининг нима ҳис қилишини тушунтириш, унинг атрофдаги инсонлар ҳиссиётлари ва туйғуларини англаш ва идрок этиш қобилиятини кўпайтиради.

6. Болани уддалаган ҳаракатлари учун мақташ ва қувонч билдириш

Янгиликларни ўрганиш учун кичик ёшдаги болаларнинг ўзига бўлган ишончи ва мардлигини ривожлантириш, болалар уларни қадрлашлари ва иқтидорли инсонлар сифатида қабул этилишини ҳис қилишлари лозим. Болаларнинг ота-оналари ва парваришни таъминловчи шахслар уларнинг қилган яхши ҳаракатларига ижобий муносабат билдиришса, болаларни мақташса ва улар нималарни яхши бажарганларини ва нима учунлигини тушунтиришса, болаларнинг ўзига бўлган ишончлари ривожланади. Болаларнинг ўзини-ўзи идора қилиш қобилияти ва ўзига бўлган ишончини ривожлантириш учун уларга катталар эътибор беришганини, эҳтиёжлари ва болаларнинг хоҳишларини англашганларини ҳис қилишлари лозим. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар рағбатлантиришнинг қуйидаги вербал ва новербал усуллари қўллашлари: «Бу яхши, чунки сен шундай қилаётганингда» ва бу нима учун яхши эканлигини изоҳлашлари мумкин.

Агар ота-она ва парваришни таъминловчи шахсларда болалардаги ўзи хуш кўрмайдиган сифатлар рўйхатини тузиш ёки бола билан бирга бўлгандаги энг бахтли онларни ифодалаш мураккаб бўлса, ижобий ва бахтли онларга эътиборини жамлаш вазифани осонлаштиради, бу эса боланинг ўзига бўлган ишончини оширишга ёрдам беради.

Хулоса қилиб айтганда, асосий вазифа болани ижобий жиҳатдан кўра билиш. Шунингдек, оталар ва оналар ота-она сифатида бир-бирининг кучли томонларини таърифлаб беришлари ҳам фойдадан холи эмас.

7. Болага ўз тажрибасини кенгайтиришига ёрдам бериш

Вақт ўтиб кичик ёшдаги болалар имконияти доираси ва дунёқараши кенгая бошлайди, болалар уларга ота-оналари, парваришни таъминловчи шахслар барча ахборот ва вазиятлардан маъно илғаб олишда ёрдам беришларига муҳтож бўладилар. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар боланинг атрофида рўй берадиган воқеаларни муҳокама қилади, бола ўзлаштириб олиши лозим бўлган жиҳатларга урғу беради, болаларга нафақат маъносини тушуниш, илғаб олиш, балки уларнинг таҳлил қилиш ва фикрлаш қобилиятларини ривожлантиришга ёрдам берадилар. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи бошқа шахслар болаларга бу борада қуйидагилар орқали ёрдам беришлари мумкин:

- рўй берган воқеаларни тушунтириб, изоҳлаб, уларнинг сабабларини аниқлаш;
- рўй берган воқеалар ўртасидаги ўхшашлик ва тафовутларни солиштириб, ушбу тажрибада ҳам, аввалги вазиятдаги тажрибада ҳам ижобий ва салбий жиҳатларни муҳокама қилиш;
- ўтмиш, бугунги кун ва келажак ўртасида алоқалар ўрнатиш;
- ҳамкорликдаги тажриба тўғрисидаги воқеаларни бирга ўйлаб топиш ва баён қилиш;
- тажрибага асосланган ҳолда расм чизиш ва уларни томоша қилиш, ўйинларни ўйнаш.

8. Болага қоидалар, чекловлар ва қадриятлар мавжудлигини билиб олишга ёрдам бериш

Барча ёшдаги болалар ижро этиш қўникмаларини ўрганишга муҳтож бўладилар, масалан, ўзини-ўзи назорат қилиш ва режалаштириш. Катталар кичик ёшдаги болаларга сабр қилиш, кутиш, тинчланишни ўргатиб, бу қўникмаларни амалга оширишда мавжуд қоидалар ва чекловлар тўғрисида билим олишга ёрдам берадилар. Болани ўзини-ўзи назорат қилишга ўргатишнинг энг асосий жиҳати яхши интизом ҳисобланади. Ижобий интизом хулқ-атворга эътибор қаратиш ва уни мустаҳкамлаш, бу эса салбий хулқ-атвор намоён бўлган ҳолатларга кам эътибор беришни англатади. Тарбиялашнинг энг асосий мақсади – интизом, болаларга масъулиятли қарорларни қабул қилиш, ўзига ва бошқаларга ғамхўрлик қилиш учун зарур бўлган билим ва қўникмаларини ўзлаштиришга ёрдам беришдан иборат. Патронаж ҳамширасининг асосий вазифаси – болалар ушбу қоидалар, чекловлар ва қадриятлар билан танишиш жараёнида ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар уларни қўллаб-қувватлаб туришлари лозимлигини катталарга тушунтиришдан иборат. Ота-оналар боладан ёш жиҳатдан катта бўлганликлари туфайли ўз боласидан устун туриш ҳуқуқидан фойдаланиб, болани жазолаш ва мажбурий назорат қилишнинг олдини олишга ёрдам бериши лозим. Ота ҳам, она ҳам ижобий

интизомни тарбиялаш услубларини тушунишлари ва улардан биргаликда тенг равишда фойдаланишлари жуда муҳим аҳамиятга эга.

Ижобий интизомни ривожлантириш жараёнида болаларга оила қадриятларини тушунтириш ва муҳокама қилиш лозимлиги, шу билан бирга уларда мавжуд бўлган чекловлар, нафақат болалар, балки катталар ҳам амал қиладиган маълум қоида ва меъёрлар борлиги белгиланган. Оталар ва оналар болаларига қадриятлар, чекловлар, қоида ва меъёрлар, уларнинг аҳамияти тўғрисида билиб олишга қандай ёрдам беришлари мумкинлигини муҳокама қилиш учун ушбу қуйидаги манбадан фойдаланиш керак:

1-ТАВСИЯ: «ҚОИДАЛАР, ЧЕКЛОВЛАР ВА ҚАДРИЯТЛАР».

Салбий тарбия кўп жиҳатдан ота-оналар ўз болаларидан умид қилиб бўлмайдиган нарсаларни кутишлари, болалардан уларда ҳали ривожланишга улгурмаган кўникма ва билимларни талаб қилганларида юзага келади (масалан, бола ота-онаси чарчаганлиги ва дам олишга муҳтожлигини тушунмаслиги мумкин). Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахсларга ўз болалари билан ижобий ўзаро муносабатга киришишга ёрдам беришда асосий вазифа катталарга «ёшига мувофиқ» атамаси нимани англатишини тушунтиришдан иборат бўлади.

Амалиётда ота-оналарнинг, бола парваришини таъминловчи шахсларнинг бола билан суҳбатлашиши, унинг нутқини ривожлантиришга қандай таъсир кўрсатиши тўғрисида кўпгина кузатувлар мавжуд. Шунингдек, ота-оналарнинг гўдаклар ва кичик ёшдаги болалар билан тез-тез сўзлашиб туриши болалар мияси ва нутқи яхши ривожланиши учун бошиданок мақбул шароитларни яратиш жуда муҳимлиги исботланган. Замонавий тадқиқотларга кўра, болаларни илк сўзлашишга ўргатишнинг (кейинроқ эса – саводга ўқитиш) энг асосий сабаби, бола билан унинг ота-онаси ва парваришни таъминловчи шахс сўзлашадиган тилда у дунёга келишидан то 3 ёшга тўлгунга қадар нутқ сўзлашиш зарурати орқали изоҳланишини кўрсатмоқда. Бола билан қанчалик кўп сўзлашилса, шунча яхши!

1. Болалар вербал ва невербал (оғзаки ва имо-ишорали) равишда мулоқот қилиб, жавоб қайтара олишлари учун улар билан мулоқот юритиладиган муҳит бўлиши лозим, чунки бу уларга тинглаш, кўриш ва тажриба орттириш имконини беради.

2. Кўз орқали мулоқот гўдакларга нейронли алоқани шакллантиришга ёрдам беради ва гормонлар ажралиб чиқишини таъминлайди. Бу эса яхши ҳиссиётларни уйғотади ва уларда ўзаро ҳаракатда иштирок этиш истагини мустаҳкамлайди. Болалар турли овозларни тинглаши ва ажрата олиши лозим. Болалар катталар эшиттириб айтадиган нарсаларнинг номларига қараб, биргаликда эътибор жамлашга жалб қилинадилар. Шунда улар суҳбатдошлар мулоқот юритишлари учун навбатма-навбат сўзлашишлари кераклигини билиб оладилар.

3. Болалар овозларни ажратишни билиб олганларидан сўнг маълум сўзлар, иборалар ва кейинчалик бутун ибораларни тушуна бошлайдилар.

4. Болалар катталарнинг уларга нисбатан бўлган ҳиссий муносабатини ўзлаштира бошлаганларидан кейин ўзларида ҳам нутқ шаклланиб, сўзлаша бошлайдилар.

5. Бола қанчалик эрта, илк ёшда сўзларни ажратиш ва тушунишни бошласа, шунча яхши, бироқ у каттароқ ёшга тўлгандагина тўғри сўзлашишни бошлайди. Турли қатламларга мансуб оилалар болалари, одатда, сўзлашиш кўникмаларига тахминан бир хил ёшда ўргансаларда, уларнинг сўз бойлигини кўпайтириш тезлигига ота-оналари ва парваришни таъминловчи шахсларни улар билан қанчалик кўп сўзлашишлари кучли таъсир кўрсатади. Ўтказилган тадқиқотлар маълумотларига кўра, паст даромадли, болаларига кам эътибор қаратадиган оилалар, маълум касб эгалари ва зиёли оилалар орасида сезиларли тафовут бор.

Гўдаклар билан сўзлашиш

1–3 ойлик гўдаклар таниш овозларга жилмайиш, қўлларини ўйнатиш, «гу-гу»лаш ва бидирлаш орқали муносабат билдирадилар. Шунингдек, гўдаклар улар учун ашула айтишларини ёқтирадилар ва ўзлари ҳам шундай жавоб қайтаришга уринадилар.

4–7 ойлик гўдаклар катталар уларнинг бидирлаши ва «гу-гу»лашига муносабат билдиришларини тушунадилар. Бу уларнинг қилдирган ҳаракатларига нисбатан қандай муносабат билдирилганини кузатиш ва янада кўп овоз чиқаришга ундайди. Улар шовқинли овоз чиқариб, турли овоз ва оҳангларни ишлатадилар ҳамда савол берувчи ёки сўзларга урғу берадиган катталарга тақлид қилиб, овоз оҳангини баландлатадилар ёки пасайтирадилар. Катталар «онанинг тили»дан (узайтирилган унли товушлардан) фойдаланиб оддий сўзларни ишлатсалар ва орада бироз танаффус қилсалар, болалар бу жараёнга янада кучли муносабат билдирадилар ва бу новербал мулоқотни сўзлашувларга айлантиришлари мумкин.

Гўдак 8–12 ойлик бўлганида ота-оналар илк бор бола чиқарадиган товушларда «опа», «дада» каби сўзларни илғай бошлайдилар. Дастлаб болалар ҳар хил товушлар чиқариб, товушлар билан ўйнайдилар, агар ота-оналар бунга нисбатан ижобий муносабат билдирсалар, болалар ана шу «сўзларни» тобора кучлироқ мустаҳкамлайдилар. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар ўз гўдаклари билан сўзлашишда давом этганларида ҳамда болага ўз атрофида кўрадиган нарсаларнинг номини айтиб кўрсатганларида боланинг сўз захирасини кенгайтирадилар. Шунингдек, болаларда нутқ ривожланишини мустаҳкамлаш учун ота-оналар болалари билан сўзли ўйинларни ўйнаши ва бирга ашула айтиши мумкин. Одатда, болалар тахминан 50 та сўздан иборат захира орттирмагунга қадар бир ҳаракатда ўзларининг сўз захираларига биттадан сўз қўшиб борадилар.

Бир ёшдан катта болалар билан сўзлашиш

Ота-оналар/оила аъзолари ва парваришни таъминловчи шахслар гўдак билан имкон қадар кўпроқ ва тез-тез сўзлашишлари лозим. Гапиришга ўргатиш – бу боланинг атрофдагилар билан ижобий ўзаро ҳаракатига асосланган жараён эканлигини унутмасликдир. Бола нафақат эшитиб, балки суҳбатларда қатнашиб ҳам (вербал ва/ёки новербал тарзда) гапиришни ўрганади.

Кичик ёшдаги бола билан сўзлашадиган катталар боланинг юзига диққат билан қарашлари ва у гапирганда бунга қизиқиш билдиришлари жуда муҳимдир. Бола ўз сўзларини қанчалик аниқ талаффуз қилиши эмас, у ниманидир айтишга уриниши диққат марказда бўлиши лозим. Бола ўз фикрини муваффақиятли баён қилганда ҳатто бола сўзларини бирмунча нотўғри баён қилса ҳам катталар унинг айтганларини тушунганликларини тасдиқлашлари керак. Ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахслар бола айтганларини тўғри сўзлар, аниқ талаффуз билан такрорлаб берсалар, бу болага вақт ўтиб тўғри сўзлашни ўрганишга ёрдам беради.

Бир ёшдан ошган болалар билан сўзлашиш бўйича маслаҳатлар куйидагилардан иборат:

- бола билан сўзлашишдан олдин унинг исмини айтиш боланинг эътиборини жалб қилади ва у билан кўзлар орқали алоқа ўрнатишга имкон беради. Бу болага унга мурожаат этилганлигини тушунишга ёрдам беради;
- боланинг кундалик фаолияти давомида унга сўзлашиш учун имкониятлар яратиш. Болага савол берганда унинг жавоб қайтаришга вақти бўлиши учун 10 сония вақт ажратиш;
- бола учун янги сўзлар киритилиши мумкин бўлган янги вазиятларни яратиш;
- бола айтишга ҳаракат қиладиган сўзни қайтариш, ҳатто бола бу сўзни аниқ гапира олмаган бўлса ҳам бола айтган сўзларни янада ривожлантириш;
- қисқа сўзлар ва асосий сўзларга урғу бериб, нутқни соддалаштириш. Бу болага муҳим ахборотга эътиборини жамлашга ёрдам беради;
- телевизор ёки радио каби шовқин манбаларини йўқотиш. Бу болага айтиладиган нарсаларга эътиборини жамлашга ёрдам беради. Катталарга нисбатан болаларда маълум (фон) шовқинларни ажратиш (филтрлаш) қийинроқ бўлади.

Ўйин кучи

Бола ривожланишига ўйин қандай таъсир қилиши юзасидан кўплаб тадқиқотлар ўтказилган. Бола ривожланишига доир Мария Монтессорининг энг машҳур ибораларидан бири куйидагича ифодаланган: «Ўйин – бу боланинг ишидир». Монтессорининг фикрича, ўйин – бу боланинг ихтиёрий, уни хурсанд қиладиган, мақсадга йўналган ва ўз-ўзидан юзага келадиган фаолияти ҳисобланади. Болалар туғилишиданок ўз ота-оналари/оила аъзолари ва парваришни таъминловчи шахслар, тенгдошлари билан ўйнаш орқали мулоқот қилишни ўрганадилар.

Ўйин бола ривожланишининг барча поғоналарида (жисмоний, билим орттириш, ижтимоий-ҳиссий ва нутқ ривожланиши), шунингдек, кўникмаларни бажариш, ижрочилик вазифалари, ижод ва муаммоларни ҳал қилиш борасидаги умумий кўникмаларни ривожлантиришига ёрдам беради. У болаларга мавжуд ва янги кўникмалардан амалиётда бемалол фойдаланиш, янги ғояларни текшириш, муаммолар ва ҳаётдаги мураккаб синовларни енгиб ўтиш йўлларини топиш ҳамда янгиликларни ўзлаштириб олишда иштирок этишга имкон беради. Ўйин кўпинча боланинг ташаббусига қараб амалга оширилади («бола томонидан йўналтирилади» ёки «бола томонидан бошқарилади», лекин доим ҳам эмас), завқлантиради ва ички рағбат ҳамда тасаввурни шакллантиради.

Ота-оналар/парваришни таъминловчи шахслар болага ўйин учун имкон яратишга ёрдам беришлари ҳамда ўз боласининг ўйинларида иштирок этишлари, патронаж ҳамшира хонадонларга ташриф буюрганда бу нима учун муҳимлиги ва буни қандай амалга ошириш кераклигини ота-оналарга тушунтириши лозим. Ота-оналар/парваришни таъминловчи шахслар болалари билан ўйнаганларида, бола билан ижобий муносабат яратадилар, бу эса ўз навбатида болага катталар уни яхши кўриши ва қадрлашини ҳис этишга хизмат қилади. Бола каттароқ ёшга тўлганда ўз муаммолари ва ташвишлари билан ўртоқлашишга тайёр туриши учун замин яратади. Бу эса ота-оналар/парваришни таъминловчи шахсларга боланинг ноёблиги ва ўзига хослиги нимадан иборатлигини тушунишга ёрдам беради. Шунингдек, ўйин ота-оналарнинг руҳий таъсирланишини пасайтириш ва уларга ўз фарзандларидан хурсанд бўлишга ёрдам беради. Ўтказилган тадқиқотлар ўйинлар гўдак ва болаларга кўникмаларни ривожлантиришга ёрдам беришини исботлади. Масалан, боланинг бидирлаши у мустақил ташкил этадиган ўйин шакли бўлиб, бола у орқали ўзи ўрганиши керак бўлган нутқ товушларини яратади. Худди шундай, болалар такрорлайдиган амалиёт, ўйинлар ва атрофида кўрадиган ҳаракатларга тақлид қилиб, эмаклаш, туриш, юришга ўрганадилар. Ўйин бола ривожланиши учун шу қадар катта аҳамиятга эга бўлганлиги сабабли боланинг ўйнашга бўлган ҳуқуқи БМТ конвенциясида ҳамда Ўзбекистон Республикасининг «Бола ҳуқуқларининг кафолатлари тўғрисида»ги 139-сонли Қонунида мустаҳкамлаб қўйилган. Ушбу қонуннинг 31-моддасида болалар ўйнаш ҳуқуқига эга деб баён қилинган.

Кичик ёшдаги болалар билан ўйинлар фаол кузатиш, тинглаш, қўллаб-қувватлаш, болалар билан сўзлашиши ва улар нима қилганларини ҳамда яна нима қилиши мумкинлигини тушунишни ўз ичига олади.

Кичкинтойлар-бу тадқиқотчилардир. Улар атрофларидаги барча нарсаларни ўрганадилар ва шу боис доимо назорат остида бўлишлари зарур. Бир ёшдан каттароқ бўлган болалар ўзларини намоён қилиш ва янада мустақил бўлишни бошлайдилар. Улар бошқа болалар олдида ўйнайдилар, лекин аслида улар билан ўйнамайдилар. Бу параллел ўйин деб аталади. Гўдаклар йирик-итариш, ўзига тортиш ва кичик-бир нарсани

бошқа нарса ичига солиш, кичик нарсаларни кўтариш моторика кўникмаларини ривожлантиришга имкон берадиган ўйинчоқларга мухтож бўладилар. Шунингдек, уларга бағрига босиши мумкин бўлган юмшоқ ўйинчоқлар, агар бу ўйинчоқлар болани қўрқитса, таниш буюмлар керак бўлади.

Болалар учун китоб ўқиш

Нима учун гўдаклар ва кичик ёшдаги болаларга китоб ўқиш аҳамиятли?

Айрим ота-оналар агар гўдаклар айтилган гапларни ҳали тушунмасалар уларга китоб ўқиб бериш нима учун муҳим деган савол берадилар. Патронаж ҳамшираси бола ҳали ҳеч нарсани тушумаса ҳам китоб ўқиш ёки ашула айтиб бериш ҳақида ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахсларга тушунтириши лозим. Ўқиш бола миясинг тузилишини шакллантириши ва шу йўл билан гапиришни ўрганиши, одамларни таниши ва муносабат қилиши учун мустаҳкам пойдевор яратишга ёрдам беради. Болага эшиттириб ўқишни фаол ўйиндан сўнг тинчлантириш ёки ухлатиш таомили сифатида кундалик ҳаётга осонликча жорий қилиш мумкин, бунинг учун бола тинчланиши ёки ухлаб қолишидан олдин доимо у билан бирга бўлиш керак. Китоб ўқиш оталар учун ажойиб машғулотдир. Тадқиқотлар кўрсатишича, оталар ўз болаларига мунтазам равишда китоб ўқиб берганларида, уларнинг болалари эртароқ ўқиш ва ёзиш кўникмаларини яхши ўзлаштира олганлар (масалан, уларнинг сўз бойлиги ҳам кўпроқ бўлган). Улар китобларни кўпроқ хуш кўрганлар; боғчада яхшироқ эътибор жамлаганлар; математика ва мисолларни ечиш бўйича яхшироқ кўникмаларга эга бўлганлар.

Болалар учун ўқиш босқичлари

Китобдаги расмлар нималарни англатишини болалар билмасликлари, лекин улар китобдаги чехраларга, ёрқин ранглар ва нақшларга эътибор жамлашлари мумкин. Гўдакларнинг кўриш қобилияти ривожланиб борганлиги сабабли, кичик матнли ёки умуман матнсиз китоблар ёки ёрқин расмли журналларни ўқиб бериш ҳам маъқул бўлади. Бу ёшдаги гўдаклар билан олиб бориладиган ишларда улар сўзларни тушуниш-тушунмасликлари муҳим рол ўйнамайди. Гўдак учун ўқиш – бу, энг аввало, товуш, ота-онасининг овози ва уларнинг пинжигга кириб олиш имкониятидир.

4 ойликдан 6 ойликкача бўлган ораликда бола китобларга каттароқ қизиқиш билдиришни бошлаши мумкин. У китобни ушлаб олади, ялаб кўради, чайнайди, тишлайди. Бу ёшдаги болалар учун ёрқин рангли ва матни такрорланадиган қофиялардан иборат бўлган мустаҳкам матодан тайёрланган китобларни танлаш мақсадга мувофиқ бўлади.

6 ойликдан 12 ойликкача бўлган ораликда бола китобдаги расмлар биноларни ифодалашини тушуна бошлайди. Болалар ҳаётининг мазкур даврида кундалик ҳаётдаги нарсалар номи – «кучукча», «ойи», «дада», «сут» ёки «шишача» каби сўзлар, айниқса, аҳамиятли бўлади. Энг яхшиси, бир бетда бир нарса ёки бир киши акс эттирилган китобларни танлаш керак. Болага таниш бўлган буюмлар номини эшитиш имконияти унинг сўз захирасини бойитади. Бола қизиқадиган расмларни кўрсатиш ва ёзилган нарсаларга ўхшатиш унинг ўз эътиборини жамлашига ёрдам беради.

13 ойликдан 18 ойликкача бўлган ораликда кичкинтойларга бир бетда бир ёки иккита сўз ёзилган китобларни намойиш қилиш мумкин. Болага «Кучукча нималарни айтяпти?» ёки «Сен мушукчани кўряпсанми?» каби савол бериб, уни жараёнда иштирок этишга таклиф қилиш ёки расмларда акс этган нарсаларни мавжуд ҳаётда кўрсатиш (масалан, «Сенинг бурнинг қани?») ҳам боланинг эътиборини жамлашга ёрдам беради. Бу ёшдаги болага у ҳар куни дуч келмайдиган нарсаларнинг расмларини кўпроқ кўрсатиш мумкин. Бундан ташқари, 15–18 ойлик бола саволга сўзлар билан жавоб қайтаришга қодир бўлиши мумкин, шунинг учун боладан «Бу нима?» деб сўраб, жавоб қайтариши учун имкон бериш лозим. Агар бола жавоб берса, унинг ғоясини ривожлантириб: «Ҳа, бу машина – катта яшил машина» деб унинг сўз захирасини бойитиш мумкин.

19 ойликдан 24 ойликкача бўлган ораликда кўпгина болалар таниш бўлган ўқиш жараёнини ишончни оширадиган ва тинчлантирадиган таомил сифатида қабул қиладилар. Бу уларга таниш бўлган китобларга ҳам тааллуқлидир. 19 ойлик болалар бир хил китобни ҳеч бир сўзини ўзгартирмасдан такрор ва такрор ўқиб беришни илтимос қилишларининг сабаби, айнан, шу билан изоҳланади. Шундай бўлсада, экспертларнинг фикрича, бундай астойдиллик билан бир китобни такрор ўқишни сўраш бола ўрганиши учун фойдали, чунки янги сўзларни тушуниш ва эслаб қолишга ёрдам беради.

Уй-рўзғор анжомларини ўйинларда қўллаш

Қуйида гўдаклар ва эрта ёшдаги болалар ўйнаши учун хонадонда топилиши осон бўлган, тўғри келадиган воситалар ва фаолият турлари келтирилган. Хонадонга ташриф вақтида ота-онага ўйинчоқларни намойиш қилиш ва уларнинг айримларини қандай мустақил яшашни кўрсатиш учун намуналарни патронаж ҳамшира ўзи билан олиб келиши лозим. Бу ёшдаги болаларда кўпинча арзон, бемалол топиладиган нарсалар катта қизиқиш уйғотади.

- Матодан ясалган юмшоқ ўйинчоқлар.
- Пластик жисмлар – косачалар, қошиқчалар, копқоқлар.
- Тортиш мумкин бўлган ўйинчоқлар – кичик қутичага лента боғлаб қўйиш керак.
- Итариш ва тортиш мумкин бўлган ўйинчоқлар – ғилдиракли ўйинчоқлар.
- Матодан ясалган ёпинчиқлар: стул ва столчалар устига ташлаб қўйилган чойшаблар.

- Рангли қоғозлар ва қоғозли салфеткалар ўрамининг картонли қисмидан кесиб олинган ҳалқачалардан ясалган ва бола каравотчаси устида илиб қўйилган осма ўйинчоқлар.
- Катта озиқ-овқат қутилари – айримлари очик, айримлари эса тасма билан мустаҳкам елимлаб қўйилган.
- Кичик тепаликлар.
- Кичкинтойлар учун матодан ясалган китоблар – мато парчаларини бир-бирига тикиш ва зарарсиз маркерлар билан оддий расмларни чизиш.
- Ламинатланган ёки шаффоф пластмасса билан қопланган таниш одамлар фотосуратлари, оилавий фотосуратлар, ёввойи ва уй ҳайвонлари фотосуратлари.
- «Ку-ку» ўйини – юзини кафтларига яшириш, нарсаларни яшириш.
- Шовқин чиқарадиган буюмлар/музика асбоблари – барабанлар, тувакларга уриш, тароқни силаш ва бошқалар.
- Турли овоз чиқарадиган шақилдоқлар – пластикли қопқоқлари мавжуд бўлган турли сондаги чиғаноқлар ёки тошларни хавфсизлик учун елимлаб қўйилган пластик қопқоқли бонкалар ичига солиш.
- Қўғирчоқларни пайпоқдан яшаш ва тугмачалардан кўзларини тикиб қўйиш.
- Ўйретиш ва эзиш учун қоғоз (эски).
- Ғалтаклар (эски ва бўш) – териладиган ўйинчоқларни яшаш учун уни силликлатиш.
- Эмаклаш учун – тоза, хавфсиз, қулай жой ёки майдон.
- Сув билан ўйнаш – катта пластик контейнерларда пластик шишалар, пластик косачалар, губка (мочалка) ва совун билан бирга.
- Ўйратиш ва тутиб олиш учун губкадан ясалган шарчалар, ичи тўлдирилган эски чулки ҳамда ичига ташлаш учун катта саватлар.
- Адёл ва матолар – бекинмачоқ ўйнаш учун.
- Ранглар танланадиган ўйинлар – рангли қоғоз, матолар, эски гулқоғозлар парчалари тўплами.
- Шакли бўйича танланадиган ўйинлар – кесиб берилган геометрик шаклларнинг тегишли тўплами.
- Спектакл саҳналаштириш учун воситалар – ечиниш-кийиниш учун эски кийим, бош кийим, матолар, эски ошхона буюмлари (косача, қошиқ, тувак), ўйинчоқ телефон, пупсалар.
- Саралаш ўйинлари – йирик нарсалар тўпламлари (болалар ютиб юборолмайдиган), масалан, йирик чиғаноқлар, «бирга юрадиганни бирлаштириш» каби ўйин учун катта рангли картон парчалари.
- Жумбоқлар – журналдан оддий расмни олиб, бир парча картонга ёпиштириш. Расмни 3 ёки 4 бўлакка кесиш, бола бу расмни бўлақлардан фойдаланиб тикласин.
- Кичик қутчалар – қурилиш ўйинини ўйнаш учун ёпишқоқ тасма билан ёпиштириб қўйилган.

- Сюрпризлар сумкаси – нарсаларни қўл билан ушлаб кўриб, тузилиши бўйича номини айтиб бериш ўйини. Сюрпризлар сумкасига биттадан нарса солиш, бола уларни қўли билан ушлаб кўриб, бу нималигини топсин.
- Қум ва сув билан ўйнаш – қум қуруқ ёки сув билан аралашган бўлиши мумкин.
- Қуйидагиларни тақдим этиш: қошиқлар, белкураклар, челақлар, пластик контейнерлар, воронкалар ва филтрлар, агар мавжуд бўлса.
- Учиш учун ўйинчоқлар – уч ғилдиракли велосипедлар ёки болалар уни оёқлари билан ҳаракатлантириши мумкин бўлган тўртбурчак доскани олиш ва унга ғилдиракларни ўрнатиш.
- Қўғирчоқлар – сотиб олинган ёки уй шароитларида ясалган бўлиши мумкин

ЖАРОХАТЛАР

3 ёшгача бўлган болалар жароҳатланишининг асосий сабаблари: йиқилиш, чўкиш, оловдан ва қайноқ сувдан куйиш, заҳарланиш, турли нарсаларнинг нафас йўллариغا тушиб қолиши, странгуляция ва бўғилиш. Патронаж ҳамширасининг энг муҳим вазифаси – жароҳатланишнинг олдини олиш ишларини амалга оширишдан иборат.

Касалхоналарга жойлаштириш ва тез тиббий ёрдам бўлимларига қабул қилиш бўйича статистика маълумотларига кўра, йиқилишларга боғлиқ жароҳатлар болаларни даволашга ётқизиш ва шошилиш равишда шифохонага олиб боришнинг етакчи сабаби ҳисобланар экан. Шунингдек, йиқилишлар Европа минтақасида 0–4 ёшгача бўлган болалар орасидаги атайлаб юз бермаган ўлим ҳолатларининг асосий сабабидир ва статистика маълумотларига кўра мазкур минтақада шу сабабли ҳар йили 660 нафар болалар нобуд бўлади. Болалар юриш, мувозанат сақлаш ва юқорига чиқишни ўрганаётганида оддий йиқилишлар кутилган ҳолат бўлса-да, бироқ айрим йиқилишлар жуда хавфли бўлади. Йиқилишлар суяклар синиши, дарз кетиши, мия чайқалиши ва бош жароҳатланишига олиб келиши мумкин. Йиқилишлар болалар ўлими ва бошни оғир жароҳатланишининг энг тарқалган сабаби ҳисобланади.

Йиқилиш билан боғлиқ жароҳатлар

Йиқилишлар билан боғлиқ жароҳатларга нисбатан ҳам тенгсизлик намоён бўлади. Жароҳатланиш кўрсаткичлари энг юқори бўлган Қирғизистон, Белоруссия ва Ўзбекистон каби мамлакатларда болалар йиқилишдан нобуд бўлиш хавфи, жароҳатланиш кўрсаткичлари энг паст даражада бўлган Швеция, Нидерландия ва Буюк Британия каби мамлакатларга нисбатан 22 марта кўпроқ учрайди. Гўдақлар ўртасида маиший мебеллар – тагликни алмаштириш столчалари, баланд стул ва каравотлардан йиқилиш, айниқса, кенг тарқалган, айни вақтда юришни

биладиган боғча ёшидаги болалар эса кўпроқ зиналар, мебел ва ўйин жиҳозларининг устидан, деразалар, балконлар, супермаркетдаги аравачалардан йиқиладилар.

Патронаж ҳамшираси ҳудудидаги хонадонларга борганда болаларни жиддий жароҳат ва йиқилишлар хатарини камайтириш ва бу билан болаларни хавфсиз ўйнаш, ўқиш ва уйда ҳамда яқин атрофдаги жойларда оламни хавфсиз ўрганиш шароитлари билан таъминлаш учун бир қатор усуллар мавжудлиги тўғрисида ота-оналарга айтиб бериши лозим. __

Олов ва иссиқ суюқликлардан жароҳатланиш

Умумий маълумот

Болалар кўп ҳолларда ўз уйларида куйиб қолишдан азият чекадилар. Энг катта тенгсизликларнинг айримлари куйиш бўйича болалар жароҳатланиши кўрсаткичларида кузатилади. Болалар орасида куйишлар билан боғлиқ ўлим ҳолатларининг энг юқори даражадаги кўрсаткичи ЖССТ нинг Европа минтақаси Озарбайжон бўлиб, статистика кўрсаткичи энг паст даражада бўлган Швейцарияга нисбатан 85 барабар юқоридир.

Мамлакатларда **кам таъминланган оиладаги болаларнинг** куйишдан жароҳатланиш хавфи бадавлат оилалар фарзандларига нисбатан 38 барабар юқоридир. Ушбу модулда аввалроқ таъкидланганидек, болалар куйиш хатарига кўпроқ учрайдилар, чунки уларнинг териси катталарникига нисбатан нозикдир. Куйишдан олинган оғир жароҳатлар кучли азоб беради ва узоқ вақт даволанишни талаб қилади. Кўп ҳолларда бундай жароҳатлар доимий ногиронлик ва мажруҳликка олиб келади.

Ошхона 5 ёшгача бўлган болалар учун **уйдаги энг хавфли жойлардан бири** эканлиги тўғрисида ота-оналарга маълумот бериш керак. Куйишларнинг аксарияти, айнан, ошхонада рўй беради. Шунингдек, ошхонада бошқа жароҳатланишлар, айниқса, захарланишлар ҳам содир бўлади. Шундай бўлса-да, ошхона ота-оналар ва болалар биргаликда фаолият юритиши учун ажойиб макон бўлиши мумкин. Бундан ташқари, статистика маълумотларининг кўрсатишича, **бундай куйишларнинг ҳеч бўлмаганда ярмини олдини олиш мумкин экан**. Агар уй муҳитида айрим оддий ўзгартиришлар амалга оширилса, болалар куйишлардан ҳимояланган бўлишлари мумкин. Кўпинча, гугурт, шам, бенгал чироқлари, фейерверклар билан ўйнаганда ёки нарсаларни электр розеткаларига киритганларида куйишдан жароҳатланадилар.

Иссиқ сувдан жароҳатланиш болани суви ҳаддан ортиқ иссиқ ваннага солинганда, унинг устига ваннадаги крандан иссиқ сув томчилаганда, чой ёки қаҳва каби иссиқ суюқликлар тўкилиб кетганда содир бўлади. Пиёлага куйилган чой, ҳатто, 15 дақиқа ўтгандан кейин ҳам болани жиддий куйдирадиган даражада иссиқ бўлиши мумкин. Шунингдек, бола буғ каби нам иссиқлик ва иссиқ буғланишлардан ҳам куйиши мумкин. Водопроводдан келадиган иссиқ сувдан куйиб қолиш 4 ёшгача бўлган болалар орасида ва барча ёш гуруҳлари ўртасида иккинчи ўринда турган энг тарқалган жиддий куйишлар сабаби ҳисобланади.

Ота-оналарга қуйидаги маслаҳатларни бериш керак:

- овқат пишириш, айниқса, сув қайнатишда газ плитанинг орқа томонидаги горелкаларидан фойдаланиш;
- болаларнинг қўллари етмаслиги ва тегиб кетмаслиги учун кастрюлканинг бандларини плитанинг ўрта томонига буриб қўйиш;
- электр чойнакларнинг симлари стол четидан осилиб қолмаганлигини текшириш;
- агар уйда кичик ёшдаги болалар бор бўлса, ошхонадаги стол устидан тортиб олиш мумкин бўлган дастурхонлардан фойдаланмаслик;
- иссиқ нарсалар, озиқ-овқатлар ва суюқликларни стол четларидан ҳамда дастурхондан узоқда сақлаш;
- болани ва иссиқ овқат ёки суюқликларни бир вақтнинг ўзида қўлда кўтариб юрмаслик;
- суви қайнаб турган кастрюлка ёки бошқа иссиқ нарсани бошқа жойга олиб қўйишдан олдин ўша ораликда (олиб бориладиган жойгача, масалан, раковинагача) ҳеч қандай тўсиқлар, шу жумладан, кичик болалар йўқлигига ишонч ҳосил қилиш.

Олов

Одатда, одамлар олов нақадар хавфли бўлиши мумкинлигини билмайдилар. Патронаж ҳамширасининг вазифаси – уй шароитларида ёнғин юзага келиши ёки тарқалиб кетишининг олдини олиш усуллари оилаларга ўргатишдан иборат. Патронаж ҳамшираси оилаларга ёнғин рўй берганда хавфсиз бошпана тайёрлашга ёрдам бериши мумкин.

Ёнғин – олдини олиш ва ҳимояланиш учун патронаж ҳамшираси ҳудудидаги оилаларга ёрдам бериш мақсадида уларга бу ҳолатларнинг хавфини тушунтириши керак.

Бошқа тавсияларни ҳам ўрганиб чиқиш лозим (яхшиси ташриф буюрадиган оила билан биргаликда) ва нималар хавф солади ҳамда хавфни камайтириш учун нималар қилиш мумкинлигини қайд қилиб қўйиш керак.

Заҳарланиш ҳам ЖССТ нинг Европа минтақасидаги атайлаб юзага келмайдиган ҳалокатли жароҳатларидан бири бўлиб, ҳар йили **5 ёшгача бўлган 1100 нафар болаларнинг ҳаётдан кўз юмишига** сабаб бўлади.

Заҳарланиш бўйича статистика кўрсаткичлари энг юқори даражада бўлган мамлакатда бундай рақамлари энг паст даражада бўлган давлатга нисбатан ўлим ҳолатлари 30 барабар кўпроқ содир бўлади ва 10 та ўлим ҳолатларидан 9 тасида заҳарланишлар паст ва ўрта даромадли оилаларда рўй беради.

Кичик ёшдаги болалар жуда қизиқувчан бўлиб, барча нарсани оғзига солишни ёқтирадилар. Улар дуч келган деярли барча нарсани татиб кўришга ҳаракат қилишлари мумкин. Шунингдек, болалар чиройли ўрамлар, ёрқин ранглар ва ёқимли хидларни хуш кўрадилар ва уларни уйда мавжуд бўлган, сезилмайдиган заҳарли нарсалар ўзига тортади. Аслида болалар заҳарланиши ҳолатларининг 90 фоизи уй шароитларида рўй

беради. Беш ёш ва ундан кичик ёшдаги болаларнинг тасодифан захарланиш эҳтимоли каттароқ ёшдаги болаларга нисбатан бирмунча юқоридир. Болалар очик сумкача ёки ваннадаги кичкина шкафнинг ичидаги нарсаларни томоша қилганларида, кўпинча, дори-дармонларни конфетлар билан адаштириб қўядилар. Шунингдек, болалар кимёвий моддалар ёки маиший тозалаш воситалари мавжуд бўлган идишлардаги суюқликларни ичганларида ҳам захарланишлар рўй беради. Бирор кимёвий модда ёки тозалаш воситаси вақтинча пластик идиш ёки бошқа озиқ овқат контейнерига (махсус идиш) солинганда, хавф янада ортади.

Болалар катталарга нисбатан жиддий захарланишларга кўпроқ чалинишларини тушуниш муҳим, чунки уларнинг оғирлиги кичик, метаболизми эса тезроқ намоён бўлади ва уларнинг организми захарли кимёвий моддаларга жиддий бардош бера олмайди. Шунинг учун захарли маҳсулотларни хавфсиз сақлаш ва номини идишнинг устига ёзиб қўйиш ҳал қилувчи аҳамиятга эга.

Одатдаги уйда мавжуд бўладиган захарли воситаларнинг рўйхатини тузинг ва қуйида келтирилган рўйхат билан солиштиринг.

Кундалик турмушда ишлатиладиган захарли воситаларнинг рўйхати

Қуйида ота-оналар назорат қилиб туриши лозим бўлган оддий маиший захарларнинг айримлари келтирилган:

- *таблетка, дорилар: рецепт асосида бериладиган дорилар, аспирин ва бошқа оғриқ қолдирувчи ҳамда шамоллашга қарши дорилар, витаминлар, озиш учун таблеткалар ва озуқавий қўшимчалар. Шунингдек, бувилар ва буваларнинг хонадонлари, қариндош ва дўстларнинг, эҳтимол, уларнинг сумкаларида/багаж ичида мавжуд бўлган дорилар ҳам алоҳида эътиборни талаб қилади (улар меҳмонга келган вазиятда);*
- *ванна хонаси: тозалаш воситалари, спрейлар, духи ва одеколонлар, соч учун лак, оғиз чайиш учун суюқликлар;*
- *маиший буюмлар: тозалаш воситалари, полироллер, эритгичлар ҳамда таркибида ишқор ва кислоталар ёки лампа мойи мавжуд бўлган маҳсулотлар;*
- *гараж, ишчи хона: ҳашаротларга қарши спрейлар, керосин, зажигалкалар учун суюқликлар, скипидар, бўёқлар, елим, аккумуляторлар, ииналар учун суюқликлар ва антифриз;*
- *кир ювиш хонаси: ювиш воситалари, оқартирувчи воситалар, мато юмшатгичлари, суюқ вккладишлар ва ҳайвонлар учун маҳсулотлар;*
- *ҳовлида: ўғитлар, пестицидлар, айрим ўсимликлар, қўзиқоринлар ва мевалар.*

Бўғилиш, аспирация синдроми, странгуляция ва асфиксия

Уй шароитларида бўғилиш, аспирация синдроми (бешикда овқатланидиган болаларда), странгуляция ва асфиксия атайлаб юзага келмайдиган жароҳатларга нисбатан камроқ рўй берса-да, улар жиддий жароҳат ҳисобланади ва кўп ҳолатларда ўлимга олиб келади. Шунингдек, бўғилиш, аспирация синдроми, странгуляция ёки асфиксия боланинг

миясини кислороддан маҳрум қилганда ҳам болада бир умрга ногиронлик келиб чиқишига сабаб бўлиши мумкин.

Бўғилиш боланинг нафас йўллари озуқа маҳсулотлари, ширинликлар, ёнғоқлар, драже (майда думалоқ обаки), кичик ўйинчоқлар ёки латексли шарчалар билан тўсиб қўйилганда юз беради.

Асфиксия бола танасидан ташқарида бирор-нима ҳаво оқимини тўсиб қўйганлиги сабабли, у етарлича кислород ололмай қолиши оқибатида рўй беради. Бунга пластик қопчани бошига кийиб олиш ёки зич ёпиладиган контейнер, масалан, ўйинчоқлар учун мўлжалланган кути ёки эски совутгичнинг (холодильник) ичига тушиб олиш, бола ота-онасининг тўшагида ухлаганда юмшоқ ёстиқ ёки адёлда ўралиб қолиши сабаб бўлиши мумкин.

Аспирация сут ёки қусуқ массаси нафас йўлларига тушиб қолганда рўй беради ва кўпинча, болани бешикда боқиш вақтида ёки ундан кейин содир бўлиши кузатилади. Бола сут ёки қусиш сабабли аспирацияга учраганда унга шошилиш тиббий ёрдам кўрсатиш жуда (чақалоқни бешикдан тезда ечиб олиш мушкул) қийин кечади.

Странгуляция боланинг томоғи ҳаво ўтмай қоладиган даражада қисилганлиги сабабли, унга кислород етишмай қолганида рўй беради. Бундай ҳолат болалар турли кийим, пойабзал иплари, жалюзи ёки драпировка арқончаларига ўралиб қолиши, каравот панжараси орасига боши кириб қолиши сабабли юз бериши мумкин.

Ногирон ёки сурункали касалликка чалинган болалар бошқа болаларга нисбатан бўғилишнинг жуда юқори даражадаги хавфига дуч келиши мумкин. Мия фалажи (церебрал паралич) ёки тутқаноқ (эпилепсия), ақлий ривожланиш нуқсонлари, сурункали кўксов (астма) ёки ошқозон-кизилўнгач рефлюксига чалинган болаларда бўғилиш ҳолатига учраш эҳтимоли юқори бўлади. Ушбу касалликларнинг бирортасига чалинган болалари бўлган оилаларга эса бўғилишдан қандай қилиб сақланиш лозимлиги юзасидан шифокор билан маслаҳатлашишни тавсия қилиш керак.

БОЛАЛАРДАГИ ТЎСАТДАН ЎЛИМ СИНДРОМИ

Умумий маълумот

Энг кичик ёшдаги болалар ўлимининг сабабларидан бири боладаги тўсатдан ўлим синдроми (БТЎС) деб номланади. БТЎС – бу 1 ёшдан кичик бўлган чақалоқларда беҳосдан ва тушуниб бўлмайдиган ҳолатда ўлим рўй беришидир. Аслида бу жуда кўрқинчли вазият, чунки бундай нохушлик кутилмаганда кўпинча соғлом бўлиб кўринган болалар билан рўй бериши мумкин. БТЎС ҳолатларининг аксарияти уйку билан боғлиқ (шу боис бундай ҳодисани «каравотчадаги ўлим» деб аташган) ва БТЎС дан нобуд бўладиган гўдаклар ҳеч қандай азобланиш аломатларини намоён қилмайдилар. Бу борадаги асосий хавф омилларидан бири қорнига ётиб

ухлаш ҳисобланади. БТЎС хавфини камайтириш учун ота-оналарга қуйидагиларни тавсия қилиш керак:

- боланинг ухлаши учун қаттиқ юзага чалқанчасига ётқизиб қўйиш лозим;
- бола ухлаганда ҳаддан ортиқ исиб кетмаганлигини текшириш керак;
- болани билвосита пассив (бола олдида чекиш натижасида) чекувчига айлантормаслик лозим;
- болани кўкрак сути билан боқиш зарур;
- бола ухлаши учун уни каравотчага ёки чақалоқларнинг хавфсиз каравотчасига ётқизиш лозим.

Зинанинг юқори ва пастки қисмида зина панжаралари тўғри ўрнатилганми?

Зина панжараларидан фойдаланиш керак! Тирмашиб чиқишнинг олдини олиш учун таёқчалари горизонтал эмас, вертикал жойлашган ва ораликдаги масофа 10,2 см га тенг бўлган зина эшикчаларини танлаш лозим.

Йиқилишнинг олдини олиш учун бутун уй бўйлаб биринчи қаватдан юқоридаги барча деразаларда панжаралар ўрнатилганми?

Деразаларни ўрнатганда доимо фавқулодда вазият рўй берганда улардан ташқарига осонгина чиқиб кетиш имконияти бўлишини таъминлаб ўрнатиш керак.

Бола тирмашиб чиқиб олиши мумкин бўлган каравотчалар, стуллар, диванлар ва бошқа мебеллар дераза ва балконлардан узоқроқда жойлаштирилганми?

Мебелни дераза ва балкондан узоқроқда жойлаштириш лозим.

Болани бирор баланд жойда қаровсиз қолиш эҳтимоли борми?

Боланинг ёлғиз ўзини бирор баланд жойда, масалан, каравот, диван ёки йўргаклаш столчаси устида ҳеч қачон ташлаб кетмаслик керак. Чақалоқнинг тағлигини алмаштирганда уни бир қўл билан ушлаб туриш лозим. Боланинг ич кийимини энг маъқул ҳолатда, яъни пол, гиламча, йўргаклаш тўшаги ёки сочиқ устида алмаштириш зарур.

Болалар юргизгичлари (ходунки) қўлланиладими?

Болалар юргизгичларидан (ходунки) фойдаланмаслик керак. Кичик ёшдаги болалар ҳали унга тайёр бўлмасликлари мумкин. Юргизгич юқори ҳаракатчанлик ва баландликни тақдим этади, бу эса болаларни йиқилиши ва бошини жароҳатлантириши каби хатарларга дучор қилади.

Ота-оналар хавфсизлик камарларидан фойдаланадиларми?

Болани баланд стул, арғимчоқ ёки дўкон ичида мевалар учун мўлжалланган аравача, йўргаклаш столи каби баланд жойларга ўтқизганда, аравачанинг ичига ётқизганда доимо хавфсизлик камарларидан фойдаланиш лозим. Хавфсизлик камарлари мавжуд бўлган янги маҳсулотларни харид қилганда беш нуктали камарлар билан таъминланган камарларни танлаш лозим, чунки улар уч ёки тўрт нуктали камарларга нисбатан янада хавфсиз ҳисобланади.

Ҳаракатланишда барча яширин хатарлар бартараф қилиндимми?

Уй ичида ҳаракатланиш учун хавф туғдирадиган тўсиқлар (масалан, пол устида тахланган гиламлар, электр кабеллар ва полдаги симлар)ни бартараф этиш керак. Сирпанишнинг олдини олиш учун болалар нам пол устида юрмасликларини назорат қилиш лозим. Зинани қоқилиб кетиш мумкин бўлган нарсалардан бўш сақлаш, шу жумладан, ўйинчоқларни йиғиштириб қўйиш керак. Зиналар ва зина майдончалари яхши ёритилганлиги ҳамда панжарага эга бўлишини таъминлаш зарур.

Ойнали юзалар ҳимояланганми?

Болалар йиқилиб кетиши мумкин бўлган ойнали юзалар устига синиб кетишига қарши плёнкани ёпиштириш ёки оддий ойнани синмайдиган ойнага алмаштириш ёхуд болалар бироз каттароқ бўлгунча умуман олиб қўйиш керак.

Бола каравотдан йиқилиб кетадиган бўлса, уни ҳимояловчи восита мавжудми?

Бола каравотидан йиқилиб кетишининг олдини олиш учун унинг каравоти ёнида юмшоқ гилам тўшаб қўйиш керак.

Мебелларда бурчак ҳимоя қопқоқлари қўлланилганми?

Ўткир бурчакли мебелларда бурчак қопқоқларидан фойдаланиш лозим.

Боғда/ҳиёбонда болалар майдончаси жиҳозлари хавфсизми?

Тупроқнинг устини қоплаш учун резина, ёғоч, пўстлоқ ёки қумдан фойдаланиш керак.

Фавқулодда вазиятда нима қилиш керак

- Агар бола бош мия жароҳатини олган бўлиб, беҳуш аҳволда ётган бўлса, зудлик билан тез ёрдам чақириш керак. Агар йиқилган боланинг умуртқасидаги айрим суяклари синган бўлиши мумкин, деб гумон қилинадиган бўлса, болани жойидан қўзғатмаслик лозим. Тез ёрдам етиб келгунга қадар беҳуш ётган болани ёнбош ётқизиш ва қўлини бошининг остига жойлаштириш керак. Бундай тикланиш ҳолати боланинг тилини томоғига тикилиб қолиши ва нафас йўли тўсилиш хавфини бартараф қилишга ёрдам беради.

- Баъзан боланинг боши жароҳатланиши натижасида рўй берадиган ҳолат кечроқ бошланиши мумкин, ҳатто, бола тезда тикланиб олганга ўхшаса-да, уни диққат билан кузатиш керак ва агар бола танасининг ҳар қандай қисмида оғриқ пайдо бўлса, у бош оғриғи, боши айланишидан шикоят қилса, кўнгли айниса ва қайт қилса ёки бирданига толиқса ёхуд диққат эътиборини йўқотса шифокордан маслаҳат олиш лозим.

- Йиқилишлар содир бўлган ҳолатларда кўпинча тезда эътибор қаратилишини талаб қиладиган асосий муаммо қон кетиши ҳисобланади, шунинг учун ота-оналарга қон кетиши тўхтагунча, аввал ярани тоза мато билан ушлаб, сўнг босиб туришни тавсия қилиш ва бунга 3 дақиқадан 15 дақиқагача вақт кетиши мумкинлигини тушунтириш керак. Ярани илиқ тоза сув билан ювиш ва эҳтиётлик билан қурутиш лозим. Агар яра ифлосланган бўлса, шикастланган жойни тозалаш учун юмшоқ совундан

фойдаланиш мумкин. Агар жораҳатланган жойдаги қон оқишини бир неча вақт бевосита босиб туриб, тўхтата олинмаса, болани тезда шифохонага олиб бориш зарур.

Чўкиш билан боғлиқ болалар ўлими ва жароҳатланишининг олдини олиш.

Кичик ёшдаги болалар сувнинг ичида ёки ёнида бўлганларида уларни доимо фаол назорат қилиб туриш шарт. Болалар сувнинг ёнида бўлганларида уларни бир зумга ҳам, ҳатто телефон қўнғироғига жавоб бериш ёки эшик очиш учун ҳам қаровсиз қолдириш мумкин эмас. Агар ота-онага ёки парваришни таъминловчи шахсга, ҳатто қисқа вақтга чиқиб кетиш зарурати бўлса, улар болани сувнинг ичида ёки ёнида ташлаб кетмасдан, ўзлари билан олиб кетишлари лозим. Болани доимо қўл чўзилганда етадиган масофада ушлаш керак. Сувнинг ичидаги ёки ёнидаги болаларни назорат қилиб турганда ҳеч қачон спиртли ичимликларни истеъмол қилмаслик лозим.

Болалар сувнинг ичида ёки ёнида турганларида акалари ва опалари уларга кўз-қулоқ бўлиб туришадими?

Болаларнинг катта акалари ёки опаларидан сув ичида ёки ёнида бўлган укаларига қараб туришни илтимос қилмаслик керак.

Ванналар учун ўриндиқлар қўлланиладими?

Ванналар учун ўриндиқлардан фойдаланишни тавсия қилиш керак. Агар ўриндиқлар қўлланиладиган бўлса, ота-оналарга/ парваришни таъминловчи шахсларга ванна учун ўриндиқда ўтирган болани ҳеч қачон қаровсиз қолдирмасликни тавсия қилиш лозим. Болалар осонгина ўриндиқдан сирпаниб, сувнинг ичига тушиб кетиши ва чўкиб қолиши мумкин.

Сув мавжуд бўлган барча жойлар тўсилганми ёпилганми ёки уларнинг барчасидан сув оқизиб ташланганми?

Болани чўмилириш жараёни тугаган заҳотиёқ ванна ичидаги сувни оқизиб юбориш керак. Фойдаланиб бўлингандан кейин, сув солинган барча сиғимлардан (масалан, челақлар, бочкалар) сувни тўкиб ташлаш лозим.

- Кичик ёшдаги болалари мавжуд бўлган оилаларга боғ ичидаги сув ҳавзаларини кўмиб ташлаш ёки ёпиб қўйиш тавсия этилади. Сув ҳавзасини кум билан кўмиб, кумдон сифатида фойдаланиш мумкин. Агар сув ҳавзасини сақлаб қолиш зарур бўлса, унинг устини темир панжара билан ишончли қилиб ёпиш лозим. Яқин атрофдаги қудуқ ва баклар (катта идишлар) ҳам шундай ёпилиши керакки, токи ёш болалар уларнинг ичига тушиб кетишмасин.

Ота-оналарнинг ўзлари болаларини қайиқларда учуришга тайёрами?

Болаларни ҳимоялаш учун қутқариш нимчалари (шахсий сузиш воситалари)дан фойдаланиш керак. Болага тўғри келадиган нимча танлаб олиш лозим. Боланинг ҳавфсизлигини таъминлаш учун сузиш ўриндиқлари ёки боғламлар/пўкакларга ишонмаслик керак. Сузишни билмайдиган болаларни саёзроқ жойларда чўмилишга ўргатиш лозим.

Болалари 5 ёшдан катта бўлган ота-оналарга ўз фарзандларини сертификатлаштирилган сузиш машғулотларига ёздириб қўйишни тавсия қилиш мақсадга мувофиқдир. Сузишни билиш кўникмаларини билиш муҳим бўлса-да, у чўкишга қарши тўлиқ қафолатни бера олмайди. Болаларни сувнинг ёнида ҳеч қачон югуриб юрмаслик, туртишмаслик ёки сакрамасликка ўргатиш лозим. Болаларни яқин атрофдаги нотаниш бассейнлар ёки бошқа сув ҳавзаларига шўнғишдан аввал уларнинг чуқурлигини текширишга ўргатиш керак. Сувга илк бор тушганда болалар оёқларини олдинга қаратиб шўнғишлари лозим. Болаларни катталар иштирокисиз ҳеч қачон сувда сузмасликка ва имкон қадар бирор одам (сузиш бўйича ўртоқ) билан бирга сузиш кераклигига ўргатиш даркор.

- Фавқулодда вазият юзага келганда телефонга тезда етиб олиш мумкин бўлиши учун ота-оналарга уяли телефонни сувга яқинроқ жойда сақлаш тавсия қилинади. Улар маҳаллий қутқариш хизматларининг телефон рақамларини билишларига ишонч ҳосил қилиш лозим.

- Агар имкон бўлса, фавқулодда вазиятда қандай йўл тутиш юзасидан қўшимча маълумот олиш учун ота-оналарга биринчи ёрдам кўрсатишнинг асосий ўқув курси ва юрак-ўпка реанимацияси бўйича ўқув курсидан ўтишни тавсия қилиш керак.

- Фавқулодда вазият юзага келганда, аввал болани сувдан чиқариб олиш керак (имкон бўлса, қўл чўзиб, болани ушлаб олиш ёки сувдан ташқари хавфсиз ҳолатдан болага сузадиган объектни ташлаш лозим). Агар сувга тушиш зарур бўлса, бирор сузадиган нарсани олиб келиш керак. Ушбу нарсани қутқарувчи шахс ва боланинг ўртасида сақлаш кераклигини айтиш лозим. Боланинг нафас олиш йўллари, нафаси ва қон айланишини текшириш зарур.

- Бирор кишидан маҳаллий авария қутқариш хизматларига қўнғироқ қилишни илтимос қилиш керак. Агар бола беҳуш аҳволда, нафас олмайдиган ва томири урмайдиган бўлса, юрак-ўпка реанимациясини бошлаш лозим.

Энг муҳими – фавқулодда вазиятнинг олдини олишга ҳаракат қилиш керак – кичик ёшдаги болаларни сувга яқин жойларда ҳеч қачон қаровсиз қолдирмаслик лозим!

Олов ва иссиқ суюқликлардан куйишлар сабабли содир бўладиган жароҳатлардан болалар ҳимоясини таъминлаш.

Иссиқ пиёла, косача ёки чойнаклар болаларнинг қўли етмайдиган жойларда сақланадими?

Чой ёки бошқа иссиқ суюқликлар солинган пиёла, косача ёки чойнакларни болалар қўли етадиган жойларда ҳеч қачон қолдирмаслик керак.

Ёндириш воситалари ва гугурт болалар топа олмайдиган жойларда сақланадими?

Ёндириш воситалари ва гугуртни болалар топа олмайдиган жойларда сақлаш ва ишлатиб бўлгандан кейин уларни, албатта, четроққа олиб қўйиш лозим.

Ота-оналар ёқилган шам ва сигаретларни қаровсиз қолдирадиларми?

Ёқилган сигарет ёки шамларни ҳеч қачон қаровсиз қолдирмаслик зарур.

Уйда уй печкаси (камин), ўчоқ, барбекю ҳамда гриллер мавжудми ва болалар уларнинг олдига қаровсиз яқинлашиши мумкинми?

Болаларни печлар, ўчоқ, гриль, барбекю ва каминлардан узоқроқда сақлаш керак.

Байрамларда болалар мушакбозлик қиладиларми ва бенгал чироқларидан фойдаланадиларми?

Болаларга ҳеч қачон мушакбозлик қилишга рухсат бермаслик лозим, уларни ёқиш ва ишлатиш билан фақат катталар шуғулланиши зарур. Бенгал чироқларидан фойдаланадиган болаларга кўз- кулоқ бўлиб туриш керак. Беш ёшгача бўлган болаларга ҳеч қачон бенгал чироқларини бермаслик ва каттароқ ёшдаги болаларни бенгал чироқларини қўл чўзиладиган масофада сақлашга ўргатиш зарур.

Ота-оналар болаларини қуёш нурлари остида ташлаб кетадиларми?

Болаларни, айниқса, куннинг энг иссиқ палласида узоқ вақт қуёш остида ташлаб кетмаслик керак. Агар болалар қуёш таъсирига дуч келадиган бўлса, улар қуёшдан ҳимояловчи шляпа (бош кийим) кийишлари, қуёш нурларидан ҳимояловчи (SPF) камида 30 факторли кремдан фойдаланишлари ёки терини ёпиб турадиган кийим кийиб юришлари лозим.

Водопровод сувидан куйиб қолишларнинг олдини олиш

- Ота-оналарга уларнинг сув иситиш воситаси $+50^{\circ}\text{C}$ даражадан юқори бўлмаган ҳароратга ўрнатилган бўлишини маслаҳат бериш лозим. Агар улар сув иситиш воситасининг ҳароратини ўзгартира олмасалар термостатикли аралаштириш клапанини (крандан чиқаётган сувнинг ҳароратини пасайтиради) ўрнатишни тавсия қилиш зарур.
- Болаларни аввал совуқ сувни очиш, сўнг секинлик билан иссиқ сувни кўшиш ва иссиқ сувни биринчи навбатда ўчиришга ўргатиш керак.
- Ота-оналарга болани ваннада илиқ сувда чўмилтириш учун сувга солишдан олдин доимо сувнинг ҳароратини кафт билан текшириш ёки бунинг учун термометрдан фойдаланишни айтиш лозим. Сув ҳарорати одам танасининг ҳароратига яқин бўлиб, $37\text{--}38^{\circ}\text{C}$ даража илиқ бўлиши энг мақбул ҳарорат ҳисобланади.
- Ота-оналарга бир ёки бир нечта болаларни ваннада, айниқса, водопровод крани очиқ бўлганда ҳеч қачон қаровсиз қолдирмасликни тушунтириш керак.

Ошхонадаги хавфсизлик

- Овқат тайёрлаш, айниқса, қайнатиш вақтида газ печканинг орқа томонидаги горелкаларидан фойдаланиш керак.
- Болаларнинг қўллари етиб бормаслиги ва тегиб кетмаслиги учун овқат тайёрланаётган идиш бандини плитанинг ўртаси томон буриб қўйиш лозим.
- Электр чойнакларнинг симлари стол четидан осилиб қолмаганлигига ишонч ҳосил қилиш керак.

- Агар уйда кичик ёшдаги болалар бор бўлса, стол устидан тортиб олиш мумкин бўлган дастурхонлардан фойдаланмаслик зарур.
- Иссиқ идишлар, озиқ-овқатлар ва суюқликларни стол четларидан узоқда сақлаш керак.
- Болани ва иссиқ овқат ёки суюқликларни бир вақтнинг ўзида қўлда қўтариб юрмаслик лозим.
- Суви қайнаб турган кастрюлька ёки бошқа иссиқ идишни бошқа жойга олиб қўйиладиган ораликда (олиб бориладиган жойгача, масалан, раковинагача) ҳеч қандай тўсиқлар, шу жумладан, кичик болалар йўқлигига ишонч ҳосил қилиш зарур.

Фавқулодда вазиятда нима қилиш керак

- Куйдириб қўйилган жойни камида 10 дақиқа давомида совуқ сувга солиб ёки водопроводдан секин оқиб турган совуқ сув остида ушлаб совутилади. Лосьон ва кремлардан фойдаланилмайди. Ҳар қандай кичик қавариқлар устини таранг бўлмаган боғлам ёки дока билан боғланади.
- Агар куйган жойлар боланинг юзида, қўлларида ёки жинсий аъзоларида бўлса ёки улар оддий куйишдан бирмунча каттароқ бўлса (агар куйиш жойи чуқур кўринса – терининг ранги оқ ёки жигар ранг ва қуруқ бўлиб кўринади), шифокорга мурожаат этиш ёки шифохонага ёхуд яқин атрофдаги тиббиёт марказига бориш лозим!
- Агар куйишлар тана юзасининг ўндан бир қисмини ёки ундан ортиғини қоплаган бўлса, совуқ компресслардан фойдаланилмайди; тез ёрдам етиб келгунича бола жуда совиб кетмаслиги учун унинг устига тоза чойшаб ёки кўрпа ёпиш керак.
- Фавқулодда вазиятда нима қилиш кераклигини билиш юзасидан қўшимча маълумот олиш учун биринчи ёрдам кўрсатиш бўйича асосий ўқув курсидан ўтиш тавсия қилинади.

Ёнғинларнинг олдини олиш

Ота-оналар сигарет, ёндириш воситаси ва гугуртни қаерда сақлайдилар?

Болаларни ҳимоялаш механизмига эга бўлмаган ҳар қандай ёндириш воситаларидан халос қилиш керак. Тунда тўшак ёки диванда ётганда ҳеч қачон сигарет чекмаслик лозим.

Гугурт ва ёндириш воситаларини болалар ололмайдиган жойларда сақлаш ва болаларни бундай нарсалар хавфли эканлигига ўргатиш керак. Ёниб турган сигарет ёки шамни ҳеч қачон қаровсиз қолдирмаслик лозим. Ёнг яхшиси, уйда ҳеч қачон умуман чекмаслик керак. Кашандалар яшайдиган уйларда ўлимга олиб келадиغان ёнғинлар кўпроқ содир бўлиб туради

Ота-оналар электрон буюмларини қаерда сақлайдилар?

Ортиқча юкланган ёки қўп томонлама электрон адаптерларни ўчириш ёки улар ишлатилмаганда розеткадан чиқариб қўйиш керак. Бу ёнғин бўлишининг олдини олади ҳамда электр қуввати учун харажатларни камайтиради. Электр розеткаларни ҳаддан ортиқ юклатиб қўймаслик

лозим. Кўчма электр иситгичларни мебел ва пардалардан узоқда сақлаш керак. Бундай асбобларни улар ағанаб кетолмайдиган жойларга ўрнатиб қўйиш лозим. Портатив (кўтариб юрадиган) галоген лампаларни болалар ётоқхонасида ёки пардалар каби тез аланга оладиган материаллар ёнида қолдирмаслик, уларнинг устини мато билан ёпмаслик керак. Хавфсизлик стандартларига жавоб бермайдиган лампа ва тунги хира чироқ каби электрон асбоблардан фойдаланмаслик зарур

Камин ва ўтин ёқиладиган ўчоқлар химояланганми?

Очиқ камин учун химояловчи экрандан фойдаланиш, ўтин ёқиладиган ўчоқлар атрофида кўмир чўғларидан химояланган жой бўлишини таъминлаш, тасодифий учкун ёки чўғдан аланга олиши мумкин бўлган нарсаларни олиб қўйиш керак

Ота-оналар ухлаш учун мўлжалланган кийимларни қандай танлаб оладилар? Ёнғинларнинг аксарияти кечқурун ёки эрталаб, бола ухлаб ётганида ёки уйқу кийимидалигида содир бўлади. Кўпинча болаларнинг ўзлари тасодифан ёнғин чиқарадилар ва кенг кийимлар кичик алангага сабаб бўлиши мумкин.

Ота-оналарга боланинг баданига ёпишиб турадиган ва осилиб қолган нарсалари ёки кенг енглари мавжуд бўлмаган болалар пижамасини танлашни маслаҳат бериш керак. Бундан ташқари, ота-оналарга ишлов берилмаган пахтага нисбатан оловга анча чидамли бўлган аралаш полиэфирли матоларни танлашни тавсия қилиш лозим. Антипиренлар билан ишлов берилмаган пахтали матодаги олов ўзидан- ўзи ўчмайди. Матонинг юқори даражада зичлиги ҳам оловга чидамлироқ бўлишига ёрдам беради

Тутунли ёнғин сигнализациялари

Уйнинг ҳар бир сатҳида, энг яхшиси, барча ётоқ зоналарида тутун детекторларини ўрнатиш керак. Углерод оксиди даражасини ҳам текширадиган тутун сигнализациясини сотиб олиш мақсадга мувофиқдир. Эсдан чиқариб қўймаслик учун тутун сигнализацияси таъминоти батареякаларини ҳар йили маълум кунда янгилаб турилади. Шунингдек, сигнализацияда текшириш тугмасини босиб ва ушлаб туриб, электр батареякаларини мунтазам текшириб туриш лозим

Болаларни ёнғинларнинг олдини олишга ва ёнғинда нима қилиш кераклигига ўргатиш зарур

Ёнғин рўй берган вазиятда уйни тезда тарк этиш (эвакуация) режасини муҳокама қилиш зарур. Кийимдаги алангани ўчириш учун болаларни «ерга ётиш ва у ёнбошдан бу ёнбошга ағдарилишга» ўргатиш керак. Ёнғинда нафас олиш ва кўриш имконига эга бўлишнинг энг хавфсиз йўли тутун сатҳидан пастроқда эмаклаш ёки югуриш эканлигига ўргатишдир. Болаларни ёнғин юзага келган ҳолатда эшикни очишдан олдин у иссиқ ёки иссиқ эмаслигини текшириш лозимлигига, агар иссиқ бўлса, уни очиш мумкин эмаслигига ўргатиш лозим. Болаларга маҳаллий авариядан қутқариш хизматларининг елефон рақамларини эслаб қолишга ёрдам

бериш керак. Маҳаллий ташкилотлар кўпинча мактабларда ёнғин хавфсизлиги дастурларини ўтказадилар ва ота-оналар уларнинг фарзанди ўқийдиган мактаб ҳам ана шундай дастурларда қатнашадими, текширишлари, агар қатнашмаса, мактабни бундай дастурларда иштирок этишга ундашлари керак

Фавқулодда вазиятда нима қилиш керак

- Уйда ёнғин рўй берганда унинг ичидан барча одамларни тезда олиб чиқиш керак. Ёнаётган бино ичида ҳеч қачон қолмаслик лозим.
- Ёнғин содир бўлганда ҳеч қачон тик туриб юрмаслик, доимо тутун сатҳи остида эмаклаш ва оғизни ёпиб юришга ҳаракат қилиш керак.
- Ёнадиган бино ичидан чиқиб бўлгандан кейин ҳеч қандай сабаб билан унинг ичига қайтиб кирмаслик зарур.
- Ёнғин чиққан уйнинг ташқарисига ва узоқроққа кетгандан кейин ёнғиндан қутқариш хизматига қўнғироқ қилиш учун бирор одамни қўшниларникига жўнатиш керак.

Заҳарли моддалар қандай сақланади?

Заҳарларни жуда эҳтиёткорлик билан сақлаш керак (стандарт маиший заҳарлар рўйхатини кўриш). Маиший тозалаш воситалари, кимёвий моддалар ва заҳарли деб белгиланган ҳар қандай воситани ёпиқ шкафта сақлаш ёки девор шкафлари ва тортма қутиларни ёпиқ сақлайдиган механизмларидан фойдаланиш керак. Болалар ололмаслиги учун ишлатиладиган маҳсулотлар солинган идишларнинг қопқоқларини ёпиқ ҳолатда сақлаш лозим

Ота-она ва оила аъзолари чекадиларми? Улар сигарет/ папирос қолдиқларини нима қиладилар?

Сигаретлар ва уларнинг қолдиқларини болалар ололмайдиган жойларда сақлаш керак, чунки улар болалар учун жуда зарарлидир

Ота-оналар кимёвий моддаларни сақлаш учун нимадан фойдаланадилар?

Кимёвий моддаларни доимо фабрика ўрамларида сақлаш лозим. Ҳеч қачон кимёвий моддани суюқ озиқ-овқат идишларида ёки ёрлиғи мавжуд бўлмаган сиғимларда сақламаслик ёки солиб қўймаслик керак

Ота-оналар уйда қандай ўсимликларни сақлайдилар?

Уйда мавжуд бўлган ҳар бир ўсимликни текшириш, улар ҳақида ўқиб кўриш керак. Агар улар зарарли эмаслигига ишонч ҳосил қилинса, уларни болаларнинг қўли етмайдиган жойларда сақлаш мумкин

Дори-дармонлар қандай сақланади?

Барча дори-дармонлар, шу жумладан, катталар учун витаминлар ва дорилар болаларни қўли етмайдиган ва кўзи тушмайдиган жойда сақланишига ишонч ҳосил қилиш керак. Дорилар ва озуқа маҳсулотларини ўзининг ҳақиқий оригинал) ўрамида сақлаш лозим. Дори-дармонлар ва маиший буюмларни болалар кўзи тушмайдиган ва ололмайдиган жойларда қулфлаб қўйиш керак. ҳарр фойдаланишдан кейин дориларни четроққа олиб нйиш зарур.

Фавқулодда вазият юзага келган ҳолатда

- Токсикология маркази ёки тез ёрдам хизматларининг телефон рақамларини уяли телефон хотирасида сақлаб қўйиш керак.
- Бола заҳарланиб қолган ҳолатда зудлик билан токсикология маркази ёки тез ёрдам хизматиға мурожаат қилиш (ҳатто боланинг аҳволи яхши бўлса ҳам, чунки бироз вақт ўтиб унинг аҳволи ёмонлашиб қолиши мумкин), уларга бола ютиб юборган заҳарли модданинг номи, унинг миқдори ва боланинг ёши ҳақида айтиб бериш лозим. Заҳарланишларнинг аксариятини мутахассиснинг телефон орқали тавсия қилган чораларини амалга ошириш йўли билан бартараф қилиш мумкин.
- Болани қайт қилишга ундамаслик керак ва мутахассис кўрсатма бермаган бўлса, унга ҳеч нарса бермаслик лозим.

Барча майда нарсалар болалар ололмайдиган жойларда сақланиптими?

Кичик ёшдаги болаларга кичкина ўйинчоқлар ёки майда нарсаларни қўлида ушлаш ва улар билан ўйнашларига рухсат бермаслик керак, чунки улар болани бўғилиб қолишга олиб келиши мумкин. Кичик ёшдаги болалар қўлига олиши мумкин бўлган ўйинчоқлар ва бошқа нарсалардаги огоҳлантирувчи ёзувларга эътибор қаратиш зарур. Ўйинчоқлар ўрамида ёзилган тавсияларга амал қилиш лозим. Каттароқ ёшдаги болаларни майда қисмлари мавжуд бўлган ўйинчоқларни кичик ука ва сингилларидан узоқроқда сақлашга ўргатиш керак

Ўйинчоқлар боланинг ёшига мувофиқми ва фойдаланишда хавфсизми?

Болалар коптоклари/ўйинчоқлари гольф ўйини учун мўлжалланган коптокдан йирикроқ бўлиши лозим

Ота-оналар гўдакларга ва боғча ёшидаги болаларга конфет, попкорн (бодрок), хот-дог, қайнатилмаган сабзи ва узум бериб турадиларми?

Тўрт ёшдан кичик болаларга уларнинг томоғига тикилиб қолиши мумкин бўлган овқатларни бермаслик керак. Ёнғоқ, попкорн (бодрок) ва конфет каби майда, қаттиқ озуқа маҳсулотлари, айниқса, хавфли бўлиши мумкин. Узум каби силлиқ ва думалоқ озуқа маҳсулотларини болаларга беришдан олдин узунасига кесиб бўлиш лозим. Болаларга ўрамлар ичига майда ўйинчоқлар ва бошқа истеъмол қилиб бўлмайдиган майда қисмларни солиб ишлаб чиқариладиган конфетларни қаровсиз ҳолда бериш мумкин эмас

Пластик ўрам ёки қоплар қаерда сақланади? Кичик ёшдаги болалар уларни олиши мумкинми?

Барча пластик ўрамлар ёки сумкаларни болалар қўли етиб бормайдиган жойларда, хусусан, улар ухлайдиган хоналардан узоқроқда сақлаш лозим

Ота-оналар бузилган ўйинчоқларни нима қиладилар, майда нарсаларни полдан олиб қўядиларми?

Барча бузилган ўйинчоқларни ташлаб юбориш ҳамда пол устида ва бошқа паст жойларда кнопка, мунчоқ, зўлдир, танга, тўғнағич ва тошчалар каби майда нарсалар бор-йўқлигини текшириш керак

Боланинг капюшонли курткасида ёки шунга ўхшаш болалар ийимида боғичлар борми?

Барча болалар киймларидаги капюшон ва ёқалардан иплар ҳамда боғичларни олиб қўйиш керак. Каттароқ ёшдаги болаларни ўйин майдончасидаги жиҳозлардан фойдаланишидан олдин велосипед шлемлари ва маржонларни ечиб қўйишни ўргатиш лозим

Болаларга овқатланиш вақтида ўйнашга рухсат берадиларми ёки болалар ўтириб, фақат овқатланадиларми?

Болаларни овқатланиш вақтида тинч ўтиришга ўргатиш, овқатланиш вақтида югуриб юриш ёки ўйин ўйнашга рухсат бермаслик керак

Кичик ёшдаги боланинг ухлаш хонаси хавфсизми?

Болалар каравотчасини ёки гўдак каравотини юмшоқ буюмлар ва ўйинчоқлардан, айниқса, боғичлари ёки майда нарсалари мавжуд бўлган ўйинчоқлар, юмшоқ ўйинчоқлар ва майин ётаржой буюмларидан бўшатиш лозим

Чақалоқни ухлаш вақтида чалқанчасига ва ўйнаш учун қорнига ётқизадиларми?

Болани ухлаш учун чалқанчасига ва ўйнаш учун қорнига ётқизиш керак

Чақалоқ ётадиган каравотчасининг ўйилган жойлар (панжаралар) оралиқлари (тирқишлари) ҳаддан ташқари кенг эмасми ва бола унинг ичига кириб қолиши мумкинми, текшириш керак.

Агар оралиқлар (тирқишлар) ҳаддан ортиқ катта бўлса, ота-оналар уларни юмшоқ ёстиқ билан эмас қаттиқ материал билан тўлдиришлари лозим

Дераза жалюзиларида боланинг қўллари етиши мумкин бўлган боғичлар борми?

Пардалар ва жалюзилардаги боғичларни кесиб ташлаш ва кичик ёшдаги болалар етолмайдиган масофада сақлаш ҳамда болалар каравотчасини дераза пардаларидан узоқда жойлаштириш керак. Боланинг тўшаги устида соябон, парда ёки осма ўйинчоқларни ўрнатмаслик; болани чалқанчасига ётқизиб ухлатиш лозим

Агар болалар каравотчасидан фойдаланиладиган бўлса, у ишчи ҳолатдами, бирор етишмайдиган қисмлари йўқми?

Болалар каравотчаси яхши ҳолатда бўлиши шарт

Уй ҳайвонлари боланинг ухлаш хонасидан узоқда сақланадими?

Уй ҳайвонларини, айниқса, мушукларни гўдаклар ва кичик ёшдаги болалар ухлайдиган хонадан узоқроқда сақлаш ва болалар аравачасида тўрдан фойдаланиш керак

Болалар ота-оналари билан бирга ухлайдиларми?

Кичик ёшдаги болалар ота-оналари билан бирга ухлашлари керак эмас.

Кўпгина жамиятларда болалар ота-оналари билан бир тўшакда ухлайдилар, лекин бугунги кунда бу мунозарали масала ҳисобланади. Ота-оналардан

бири семизликдан азият чекса ва/ёки спиртли ичимликдан маст бўлиб қолганда боланинг устига ағдарилиши ёки бола кўрпага ўралиб нафаси сиқилиб қолиши мумкин

Ота-оналар бола овқатланаётганда ва ўйнаганда уни кузатиб турадиларми?

Она болани бешикда ётган ҳолатида овқатлантирадими?

Болалар овқатланганда ёки ўйнаганда уларни доимо назорат қилиб туриш лозим. Бешикда ётган болани овқатлантириш қатъиян ман этилади (чунки бундай овқатлантириш самара бермайди ҳамда сут ва қусуқлар билан аспирация ҳолати юзага келиши хатари жуда юқори бўлади)

Фавқулодда вазият юзага келган ҳолатда

- Агар ота-оналар боланинг бўғилиб қолганлигига гумон қилишса ёки бола беҳуш аҳволда бўлиб, нафас олмайдиган бўлса, уларга дарҳол тез ёрдам чақиришни тавсия қилиш керак.
 - Улар боланинг томоғидан тикилган нарсани бармоқлари ёрдамида чиқариб ташлашга ҳаракат қилмасликлари лозим, чунки ўша нарсани боланинг томоғига янада чуқурроқ киргизиб юборишлари мумкин.
 - Болани катта одамнинг тиззасига ёки стулга боши билан пастга қаратиб ётқизиш, сўнг икки кураги ўртасига қаттиқ уриш лозим. Батафсил маълумот
 - Аспирация ҳолати юз берганда болани зудлик билан бешикдан чиқариб олиш, ёнбош ҳолатда ётқизиш ва имкон қадар оғзининг ичидаги нарсани сўриб ташлаш (резинали баллонча ёрдамида) керак. Агар бола беҳуш аҳволда ва нафас олмаётган бўлса дарҳол тез ёрдамни чақириш шарт.
- Странгуляция ва асфиксия рўй берган ҳолатда тез ёрдам хизматига кўнғироқ қилиш зарур. Сўнг боланинг нафас йўллари, нафас олиши ва қон айланишини текширишга киришиш керак. Бола беҳуш, нафас олмайдиган ва томири урмайдиган аҳволда бўлса тезда юрак-ўпка реанимациясини бошлаш лозим. Агар имкон бўлса, бўғилиш, странгуляция ёки асфиксия билан боғлиқ фавқулодда вазиятда қандай ҳаракат қилиш лозимлиги юзасидан кўшимча маълумот олиш учун ота-оналарга биринчи ёрдам кўрсатиш бўйича асосий курсдан ўтишни маслаҳат бериш лозим.

Ота-оналарнинг ҳуқуқлари ва имкониятларини кенгайтириш болалар ва улар тарбияланадиган оилаларнинг равнақини таъминлашда таъсирли ҳамда иқтисодий самарали восита бўлиб хизмат қилади. Феъл-атвор ҳамда ҳис-туйғулардаги муаммоларни ва болаларга шафқатсизларча муносабатда бўлишнинг олдини олишда ота-оналардаги ўзига бўлган ишончни кучайтириш, уларнинг билим даражасини ошириш ва бола тарбиясига оид кўникмаларини шакллантириш йўлларини кўрсатади.

- Болаларнинг ижтимоий, ҳиссий ривожланиши ҳамда шахслараро мулоқот кўникмалари бола ҳаётининг илк йилларида оилада шаклланиши, ўз фарзандлари билан уносабатларини тўғри олиб боришида тенгсиз муҳим аҳамиятга эга эканлигини ўргатади. Ота-оналар ва бола тарбиясида иштирок этувчи бошқа инсонлар –кичкинтойнинг ҳаётидаги энг муҳим

инсонлар ҳисобланиши, улар боланинг мурғак онгида қадриятлар, ўзаро муносабатлар тизими ҳамда билим эгаллашга бўлган қизиқишни шакллантиришларини ўргатади.

- Инсонлар яхши ота-она бўлишни истайдилар ва фарзандлари билан ўзлари билган усулда иш тутишлари, лекин кўп ҳолларда улар бу йўлдаги қийинчиликларга ҳали тайёр бўлмасликларини кўрсатадилар. Чақалоқлар ва кичик ёшдаги болалар тарбияси ўз ота-оналаридан катта эътибор, вақт ва туганмас сабр талаб қилади. Баъзан болани ухлатишнинг ўзи қийинчиликка сабаб бўлади. Болани овқатлантириш, йиғлаган, инжиқлик қилган, безовта вақтларида тинчлантириш ўзига хос мураккаб жараён бўлиб, патронаж ҳамширасининг вазифаси оналар ва оталарни эътибор билан тинглаш, уларнинг фарзандлари ва ўзаро муносабатларини кузатиш, уларни болаларига «кўникиш»да ёрдамлашиш ҳамда уларнинг яхши «оила жамоасини» қуришдаги ҳаракатларини қўллаб-қувватлашдан иборатлигини ўргатади.

- Патронаж ҳамшираси ота-оналарда мавжуд муаммоларни ҳал эта оладиган, масъулиятли шахс бўлиши муҳим ҳисобланади. Оилаларнинг баъзиларига кўпроқ, баъзиларига эса – камроқ ёрдам талаб этилади. Муаммолар ечимларини топишга тўғри йўналтириш ва таклиф этиладиган ечимлар ота-оналарни ўзига бўлган ишончини оширади, масъулиятли ечим топа оладиган ва моҳир тарбиячига айлантиради.

- Патронаж ҳамширалари ота-оналарга чақалоқлар ва кичик ёшдаги болалар улғайишнинг турли босқичларидан ўтишлари ва бу оддий ҳолат эканлигини англашларида ёрдамлашишлари лозим. Янги туғилган чақалоқлар йиғлайдилар, эмизикли гўдаклар ўз оналаридан ажралиш кўрқувини ҳис этадилар, кичик ёшдаги болалар эса борлиқни ўрганишга киришар эканлар турли хил нохушликларга дуч келадилар. Болалар феъл-атворидаги ушбу хусусиятлар ҳеч қачон тугамайдиганга ўхшаса ҳам вақт ўтиши билан йўқолади. Ота-оналарга келажакда уларни нималар кутишини айтиб бериш ҳам улардаги хотиржамлик ва ўзига бўлган ишончни оширишга кўмаклашади.

Уйқу

Патронаж ҳамширасидан кўп ота-оналар болани хулқини бошқариш тўғрисида тез-тез сўрашади. Ота-она ўзини кучсиз ҳис қилиши ёки ота-оналик қобилиятларига бўлган ишончини йўқотишига ҳеч нарса шовқин солиб инжиқлик қиладиган, ўзини ёмон тутадиган, гапга кирмайдиган ёки ота-онасини писанд қилмайдиган боладек кучли таъсир қила олмайди.

Кўп оилаларда ҳалигача болани жисмоний жазолаш уни ўзига келтиришнинг энг самарали усули эканлигига бўлган ишонч ҳукмрон. Аммо болани жисмоний жазолашнинг бир талай салбий оқибатлари мавжуд ва шунинг учун ҳам оилаларга бошқа ёндашувларни топишларига кўмаклашиш лозим.

ЖИСМОНИЙ ЖАЗОЛАШ

ЖИСМОНИЙ ЖАЗОЛАШ КИЧИК БОЛАЛАР УЧУН САМАРАСИЗ ВА ЗАРАРЛИДИР!

Инсонлар «интизом» сўзидан фойдаланганларида, улар, одатда, «жазолаш»ни назарда тутадилар. Кўп ҳолларда эса улар, айнан, «жисмоний жазолаш»ни назарда тутадилар. Инсонларнинг жисмоний жазолашга бўлан муносабатлари уларнинг ўз ҳаётий тажрибаларига ва айни чоғда бола ўсадиган маданият ҳамда жамиятда нималар қабул қилинганлигига асосланган. Патронаж ҳамшираси муайян оилада жисмоний жазолаш бола хулқини бошқаришнинг энг яхши усули ҳисобланишини англаб етиши, шундан сўнг суҳбат давомида ушбу мавзунини эҳтиёткорлик билан тилга олиб, оилаларга уларнинг анъаналарини ҳурмат қилиши, жисмоний жазолашлар, энг аввало, самарасиз ва қолаверса, кичик ёшдаги болалар учун зарарли эканлигини айтиши мумкин. Патронаж ҳамшираси оилалар билан биргаликда бошқа имкониятларни кўриб чиқиши ва уларга болалар жисмоний жазоланишсиз ҳам ўзларини тўғри тутишни ўрганишлари мумкинликларини тушунишларида ёрдамлашиши лозим. Бунинг учун меҳрибон ва ғамхўр бўлган ҳолда аниқ ва мантиқли чегараларни белгилайдиган ота- оналарнинг кўрсатмалари кифоя қилади.

Ота-оналарга жисмоний жазолашни қўлламасликни тавсия қилиш учун бир қанча сабаблар мавжуд.

Биринчидан, «Бола ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»сида болалар танага йўналтирилган жазолашлар ва жазолашнинг бошқа шафқатсиз ҳамда таҳқирловчи шаклларида ҳимояланган бўлишлари лозимлиги кўрсатилган. «Болалар зўравонлигининг ҳар қандай шаклларида ҳимояланган бўлишлари лозим» (БМТ БҲҚнинг 19-моддаси).

Жисмоний жазолашдан фойдаланмаслиқнинг бошқа сабаблари:

- жисмоний жазолаш ота-онадан кичкинароқ бўлган инсонни уриш табиий ҳол эканлигига ўргатади;
- бундай жазолаш болани кўрқитиб юбориши ҳамда ота-онани хурсанд қилиши ва улардан намуна олишига бўлган боладаги табиий истакни ўлдиради;
- болалар кўрққанларида, хафа бўлганларида ёки бирор жойлари оғриганида уларнинг миялари «қотиб қолади» (уларнинг организми «қоч ёки кураш» тамойили бўйича иш кўради) ва нега катталар улар ўз хулқларини ўзгартиришларини ишташларини тушунмайдилар. Бу эса улар ушбу ҳаракатларини келажакда яна такрорлашлари эҳтимоли юқори эканлигидан далолат беради.

Қуйида жисмоний жазолашни қўллашдан қандай воз кечишга бағишланган оддий усуллар келтирилган. Уларни ота-оналарга тушунтириб бериш мумкин:

– Агар она ёки ота «портлаб кетиш»га тайёр бўлсалар, энг яхшиси, болани хавфсиз жойга қўйиб, тинчланиб олиш учун бир неча дақиқалик танаффус олган маъкул.

– Ота-оналарга болани шапатилагандан кўра қарсак чалишни маслаҳат бериш керак. Бу бола эътиборини ўзига қаратишнинг анча самарали усулидир.

– Агар ота/она болани уриш учун қўлини кўтарган бўлса, қўлни четга буриб, столни ёки ўз оёқларини ургани маъқул.

Ота-оналар кўпинча хавфли вазиятларда жисмоний жазолашнинг енгил кўринишларини (кетига шапатилаш) қўллашнинг ҳеч қандай кўрқинчли томони йўқ деб ўйлайдилар. Патронаж ҳамшираси жазолашнинг бундай нисбатан юмшоқроқ кўринишлари, худди, қаттиқроқ жазолашлар каби салбий таъсир кўрсатиши ва шунинг учун ҳам уларнинг ҳеч ҳам кераги йўқлигини тушунтириши лозим. Болага бевосита таҳлика соладиган хавф ўтиб кетганидан сўнг ва инқирозий ҳолат яқун топганидан сўнг ота-оналар болаларига вазиятни тушунтириб беришлари лозим. Шу тариқа кичик болаларни келажақда ҳам ўзларини яхши тутишлари эҳтимоли ортиб боради. Ота-оналарга ва парваришни таъминловчи шахсларга яхши ва кўзланган хулқ-атвор кўринишларини рағбатлантиришнинг самарали усуллари ҳамда исталмаган хулқни тўхтатишнинг усуллари хусусида ҳам гапириб бериш мумкин. Бундан ташқари, ота-оналар фарзандларига ўз хулқларини бошқаришни ўргатишлари ҳам муҳим аҳамиятга эга. Қуйида оталар ва оналар қўллашлари мумкин бўлган бир нечта усуллар келтирилган:

а. Бола кучли ҳаяжонланадиган вазиятлар сонини камайтириш.

б. Болага кучли ҳис-туйғуларини тўғри енгитишга ёрдам бериш.

в. Ижобий хулқ-атворни рағбатлантириш.

г. Салбий кўникмалар мустаҳкамланиб қолишининг олдини олган ҳолда мавжуд ёмон хулқ-атворни бартараф этиш.

д. Авторитар (буйруқ берувчи) ёки бефарқ тарбия усули ўрнига ҳурматга асосланган тарбия усулини қўллаш.

Ҳаддан зиёд ҳаяжонланиб кетиш

Болаларга турли-туман таассуротлар, туйғулар, шовқинлар ёки машғулотлар ёпирилиб тушганда улар ҳаяжонланиб кетадилар. Ҳаддан зиёд ҳаяжонланиб кетган болалар ҳолдан тойишлари, инжиқлик қилишлари, ўзларини эзилган ҳис қилишлари ва ёмон ухлашлари мумкин. Бу юз берганида болалар, одатда, ўзларига ёқадиган нарсаларга қизиқишларини йўқотишлари, лекин ўзлари учун таниш бўлган сокин муҳитда тинчланиб, вақт ўтказишни хуш кўришлари мумкин. Болалар бир хил бўлмаганлари сабабли асабга тегувчи омилларнинг меъёрдан ортиқлиги масаласида ягона «тўғри» жавобнинг ўзи йўқ. «Ўрнидан кўзгатиш қийин» бўлган болалар жуда тез ҳаяжонланиб кетадилар, айтилиши вақтда эса фаол болалар ҳеч нарсани сезмасликлари мумкин. Ҳаяжонланиш ва янгиликни қабул қилиш борасида ҳар бир боланинг ўз даражаси бор.

Кўпчилик ота-оналар ўз фарзандларининг шижоат даражасини яхши биладилар ва унга риоя қилган ҳолда ғашларига тегувчи омилларни

мўътадил ва чидаса бўладиган даражада ушлаб турадилар. Агар улар ҳали буни ўрганмаган бўлсалар, уларга фарзандларининг имо-ишоралари ва белгиларини кузатишни ўргатиш лозим, токи улар боланинг ғашига тегувчи омилларни камайтиришни билсинлар. Агар кичик ёшдаги бола ҳаддан зиёд ҳаяжонланиб кетгудай бўлса, қўлланилиши мумкин бўлган турли хил усулларни ота-оналар билан муҳокама қилиш учун

Кучли ҳис-туйғуларни қандай тўхтатиш мумкин

Кичкина болалар ўзларини ота-оналари ва уларни парваришловчи инсонлардан алоҳида мустақил шахс деб ҳисоблайдилар. Демак, улар ўзларига нима ёқиши ёки ёқмаслигини кўрсатадилар ва мустақил равишда иш кўришга (имкон қадар!) ҳаракат қиладилар. Кичик ёшдаги болалар, шунингдек, ўз фикрлари, истаклари ва эҳтиёжларини баён қилишга ёрдам берувчи нутқ кўникмалари ва қобилиятларни ҳам эгаллаб борадилар. Айни чоғда улар ҳали ҳам етарлича мантикий фикрлаш кўникмаларига эга эмаслар, уларда кутиш ва ўзларини назорат қилиш қийин. Патронаж ҳамшираларининг вазифасига ота-оналарга фарзандларининг ёмон хулқи ўз туйғуларини ижобий равишда намоён қила олмаслиги ёки ўз эҳтиёжларини қандай қондиришни билмаслигини англатиш ҳам киради. Агар ота-оналар фарзандларига ўз туйғуларини янада тартибли равишда бошқариш услубини кўрсатиб берсалар, уларга осонроқ бўлади. Кундалик вазиятларда кучли туйғуларни бошқариш қобилияти болада нутқ ривожланишини рағбатлантиради, бола уч ёшга тўлар экан, мия фаолияти аста-секин ривожланиб боради, чунки болалар ўзини назорат қилишни талаб этувчи (масалан, ўз тенгқурлари билан мулоқотда, яъни ҳафсаласи пир бўлиб турган пайтда ҳам буни кўрсатмаслик ва коидаларга риоя этиш қобилияти талаб қилинувчи) вазиятларда кўпроқ тажриба орттириб борадилар. Болалар мактаб ёшига етмагунларига қадар ўзини назорат қилиш кўникмаларини бутунлай эгаллаб олишлари мумкин бўлмаганлиги сабабли (балоғатга етган бўлишига қарамасдан бутун ҳаёт давомида уни машқ қилишга тўғри келади!), ушбу муҳим кўникмани эгаллай бошлашларида кичкинтойларга ёрдам бериши мумкин бўлган бир нечта ғояларни таклиф қилиш мумкин.

Ижобий хулқни қандай рағбатлантириш мумкин

Ижобий хулқни рағбатлантиришнинг кўплаб усуллари мавжуд. Қуйида ота-оналарга ижобий хулқни мустаҳкамлашда ёрдам бериш учун улар билан баҳам кўриш мумкин бўлган турли хил усуллар келтирилган. Ота-оналардан мазкур усуллар фарзандига тўғри келишини ва бу усул қандай вазиятларда фойда бериши мумкинлигини аниқлаш лозим.

• Ўътибор – болага унинг айтганлари ўътибордалигини кўрсатиш

Ўътибор – бола нима дегани ва қилганига чиндан ҳам ўътибор қаратиш. Болага бефарқ эмасликни кўрсатиш учун унинг кўзига қараш ҳамда очиқ имо-ишоралардан фойдаланиш зарур. «Фаол тинглаш» ва «таърифли мақтов»га қўшимча тарзда, айнан, қизиқиш ота-оналар ва парваришни таъминловчи шахсларга ўзлари билан болалар ўртасидаги муносабатларни

мустаҳкамлаш имконини беради. Болага эътибор берилиши, унинг аҳамиятга эга эканлигидан, уни безовта қилган нарсa ҳам муҳимлигидан далолат беради. Бу ундаги ўзига бўлган ишончни кучайтиради ва янги ғоялар ҳамда қизиқишлар томон очик бўлиш имконини беради. Эътиборнинг бундай услубда қўлланилиши, болага яхши хулқ бошқаларда бўлган қизиқишни кучайтиришини ҳам кўрсатиб беради.

• Мақтов ва рағбатлантириш – бола ўзини яхши тутган лаҳзаларни нишонлаш

Мақтов – болага унинг хулқи ота-онага маъқул келганини айтиш. Бу болалар ўзлари билан фахрланишларига катта ёрдам беради. Таърифли мақтов боланинг хулқида, айнан, нима ота-онага ёққанлигини аниқ баён қилади (масалан, «Ҳозиргина конструктор ўйинчоқларингни уканг/аканг билан баҳам кўрганлигинг менга жуда ёқди»). Таърифли мақтов – ўз қадрини ошириш ҳамда яхши хулқ туфайли сийлашнинг энг яхши усули. Агар болалар яхши хулқлари туфайли мақтов эшитсалар, ўзларини яхши тутишда давом этишларининг эҳтимоли юқори бўлади. Болалар ота-оналарининг иккалаларидан ҳам мақтов ва сийлов олишга муҳтожлар.

Рағбатлантириш – бу инсоннинг ўзини эмас, айнан, қилган ишини мақташ. Масалан, «Сен ажойиб боласан» дейишнинг ўрнига ота/она «Овқатдан кейин идишингга солиб қўйибсан, баракалла!» ёки «Конструкторда уй ясаганингда зўр ишлабсан» дейилиши сийловдир. Қилган иши учун мақтов эшитиш болани келажакда янада кўпроқ ҳаракат қилишга ундайди. Рағбатлантириш фақат ҳаракатдан олдин ёки ҳаракат вақтида қўлланилади ва бундан кўзлаган мақсад, болага киришган ишини охирига етказиш ёки ўзини яхши тутишда давом этишига ёрдам беришдан иборат. Масалан, «Менга ўйинчоқларни қанчалик яхши йиғиштиришингни кўрсат-чи?» ёки «Чизган расминг туфайли асабийлашганингни биламан, лекин сен жуда яхши ҳаракат қилдинг. У қандай чиқишининг аҳамияти йўқ, чунки сен у яхши чиқиши учун қўлингдан келганча ҳаракат қилдинг». Баъзи болаларни, айниқса, ўзига бўлган ишонч даражаси паст болаларни бошқалардан кўра кўпроқ рағбатлантириб туриш лозим. Хонадонларга таъриф вақтида ота-оналарга болани нафақат ютуқлари учун, ҳаракати учун ҳам мақташ зарур эканлигини тушунишларига ёрдамлашиш лозим. Ота-оналарга фақат фаол ҳаракатлар ва тиришқоқлик болага янги кўникмаларни ўзлаштириш имконини беришини тушунишларида ёрдамлашиш, ота-она фақатгина якуний натижага эътибор берадиган бўлса, болалар «ўзларини ёпиб олишлари», ҳаттоки, иштиёқларини йўқотишлари ҳам мумкинлигини тушунтириш зарур.

• Ўрнатилган тартибларнинг аҳамияти

Ота-оналарга оддий тартибларни ўрнатиш ва уларга риоя қилишнинг аҳамиятини тушунишларида ёрдам бериш лозим. Ўрнатилган тартиблар ота-оналар учун баъзида зерикарли туюлади ва улар ҳар куни эрталаб, тушлик пайтида, кечқурун ёки ухлаганга ётишда бир хил нарсаларни қилишни ёқтирмасликлари мумкин. Лекин ўрнатилган тартиблар

болаларда тартибни, барқарорликни ва қулайлик ҳиссини шакллантиради. Ўрнатилган тартиблар болаларга муваффақиятли бўлиш ҳамда ота-оналарга ёқадиган хулқни намоёиш қилиш имконини беради. Овқатланиш, енгил тамадди қилиш ва ухлашга ётиш билан боғлиқ бўлган ўрнатилган тартиблар кичик ёшдаги болалар учун ката аҳамиятга эга. Ўрнатилган тартиблар ҳар бир кун муаммосиз ўтишини таъминлаш йўлидаги биринчи қадамдир. Агар болалар чарчаган ёки оч қолган бўлсалар, ота-оналар уларнинг эътиборини ўзларига қаратишлари ва керакли ишни бажаришга ундашлари анча қийин бўлади.

• Келажакка режалар тузиш – болани қийин вазиятларга тайёрловчи қадамлар

а. Бола ўзини ёмон тутиши эҳтимоли юқори бўлган вақт ёки вазиятларни аниқлаш.

б. Олдиндан болага ундан нималарни кутишни билдириш.

в. Болани банд қилиш ва яхши хулқни келтириб чиқариш имконини берувчи услубларни режалаштириш.

г. Яхши хулқни рағбатлантириб туриш.

• Болага кўпроқ кўникмаларни шакллантиришда ёрдам бериш

Болани ҳамма нарсага: ўзига қарашдан тортиб, нисбатан мураккаб ижтимоий кўникмаларгача ўргатишнинг бир нечта усуллари мавжуд:

• Ўргатиш: сўзлаш орқали ўргатилади

• Кўрсатмаларни фақат бола қулоқ солган вақтдагина бериш лозим. Ота-она гапирганида бола уларга қараб турса, яна ҳам яхши бўлади.

Бола билан у тушунадиган тилда гаплашиш лозим.

• Болага ундан нима қилишини исталганини имкон қадар аниқ тушунтириб бериш лозим: қисқа, оддий ва аниқ.

• **Андазалаштириш: кўрсатиш орқали ўрганиш.** Болалар катталарни кузатган ҳолда нима қилиш ва буни қандай бажаришни ўрганадилар. Болаларга намуна бўлиш – бу ота-онага маъқул келувчи хулққа ўзларининг ҳам риоя қилишидир. Ота-оналар ўзлари хоҳламайдиган ёки фарзандларида кўришни истамайдиган хулқ-атворни ўзлари ҳам намоён қилмасликлари керак.

• **Шакллантириш: яқинлаштириш орқали ўргатилади.** Нисбатан мураккаб бўлган хулқни бирданига ўрганишнинг иложи йўқ. Муайян хулқнинг учқунларини кўра олиш ва рағбатлантириб туриш муҳим аҳамиятга эга. Масалан, бола таглиги ҳўл эканлигини кўрсатган ҳолда уни ечадиган бўлса. Агар бундай хулқ-атвор тез-тез, кўпроқ қатъият билан рўй бера бошласа, ота-оналар кейинги босқичга ўтиш тўғрисида ўйлаб кўришлари лозим (масалан, болага энди тувакчадан фойдаланиши мумкинлигини айтиш). Бундай хулқ намоён бўла бошлагандан кейингина уни мақташ ва рағбатлантириш лозим. Шошилмаслик муҳим. Ўргатишнинг кейинги босқичига ўтишдан олдин аввалги босқич яхшилаб мустаҳкамланиб олишига ишонч ҳосил қилиш керак.

Йиғлаётган болани тинчлантириш усуллари

- Болани йўргакланг. Баъзи болалар (лекин қаттиқ эмас) ёпинчиққа қаттиқроқ ўралганда (йўргакланганда) ва енгил тебратилганда кам йиғлайдилар.
- «Кенгуру» сумкасидан фойдаланинг. Агар бола кун давомида ота/онасига якин бўлса, бу уни тинчлантиради.
- Болани турли ҳолатларда кўтаришга ҳаракат қилинг. Баъзи болалар ота/онасининг бағрига қаттиқ ёпишиб олишни хуш кўрадилар. Бошқалари эса ота/онанинг елкаси оша қараш имконига эга бўлишни истайдилар. Учинчилари эса юзлари ота/онадан қарама- қарши тарафга қаратилган бўлишини маъқул кўрадилар.
- Тинчлантирувчи товушлар чиқаринг. Бола билан гаплашинг ёки унга майин овозда хиргойи қилинг. Оҳангли шовқин болани тинчлантириши мумкин.
- Турли хил ҳаракатларни бажариб кўринг. Баъзи болалар юмшоқ, секин ҳаракатлардан, масалан, тебратиладан тинчланадилар. Бошқаларини эса нисбатан дадилроқ ҳаракатлар, масалан, буришлар ёки қаттиқроқ тебратишлар тинчлантиради.
- Болани ғашига тегадиган омиллар сонини камайтиринг, масалан, ёруғлик, суратлар, овозлар ва шакллар.
- Болани бир мунча вақт тинч қўйинг. Агар болани тинчлантиришга ҳеч нарса ёрдам бермайдиган бўлса, ўзи мустақил равишда тинчланишига имкон беринг. Бунинг учун уни 5–10 дақиқага хавфсиз жойга ётқизиб қўйинг. Аслида, баъзан болани тинчлантириш учун кўриладиган чоралар уни янада ҳаяжонлантириб юборади ва тинчлантириш ўрнига янада безовта бўлишига сабаб бўлади. Болани оддийгина ётқизиб қўйилса ҳам у тинчланиб қолиши мумкин. Баъзан болалар уларни бошқалар ушлаши, уларга гапиришлари ва мулоқотга ҳаракат қилишларидан дам олишлари керак. Агар бола тинчланмаса ҳам бу унга ҳеч қандай зарар қилмайди.
- Болани ортиқча ҳаяжонлантириб юбуровчи вазиятлардан қочинг. Ҳаддан зиёд ҳаяжонланиб кетган чақалоқлар инжиқлик қилишлари ёки чарчоқни ҳис қилишлари мумкин, бу эса янада кўпроқ йиғлашларига сабаб бўлади. Шунингдек, бола асабийлашгандек кўриниши ёки уни кўтариб турган инсондан юзини буриб олиши мумкин. Бола ҳаракатларини кескинлаштириши, қўлчаларини мушт қилиши, силкитиши ёки оёқлари билан тепиниши мумкин.
- Овқат ҳазми, аллергия ва шу каби муаммолар йўқлигига ишонч ҳосил қилиш учун педиатр билан маслаҳатлашиш керак.

Болани ухлатиш усуллари

- Уйқуга кетиш учун ўзгармас вақт ва анъаналар. Илиқ ванна, тебратиш, тана парвариши, алла айтиш ва шу кабилар болани ухлаш вақти етганидан хабар беради ҳамда уйқуга чақиради. Болаларнинг илк ривожланиш тамойилларидан фойдаланинг: ассоциатив моделлар. Боланинг ривожланадиган мияси кейинчалик андазага айланувчи, кетма- кетликдаги минглаб қаторларни хотирасида сақловчи компьютерга ўхшайди. Уйқуга

кетиш анъанаси бошланганида боланинг онгида дастурлаштирилган бутун андаза ишга тушади ва уни тезда ухлаб қолишига олиб келади.

- Болани илиқ сувда чўмилтириш ва тинчлантирувчи массаж қилиш лозим. Бундай массаж болани ҳам жисмоний, ҳам руҳий жиҳатдан бўшаштиради. Эҳтиёт бўлиш лозим, чунки баъзи болалар, аксинча, тетиклашиб кетишлари мумкин.

- Болани кун давомида ёшига мос овқатлантириш талаб этилади. Болалар овқатланишни кундузи амалга ошириш лозимлигини, кечаси эса ухлаш кераклигини ўрганишлари зарур. Эмизикли болалар бундан мустасно, чунки уларни истаган вақтларида кечаю-кундуз безовталанишлари ва қоринлари оч қолганга ўхшаган заҳоти эмизиш зарур. Нисбатан каттароқ ёшдаги баъзи гўдаклар ва мактабгача ёшдаги болалар кундузи ўйинга берилиб кетиб овқатланишни эсдан чиқаришлари, натижада бунинг ўрнини босиш учун кечалари тез-тез туриб овқатланишга ҳаракат қилишлари мумкин. Ушбу одатни ўзгартириш учун болани кун давомида ҳар уч соатда овқатлантириш керак ва барча овқатланиш ҳолатлари бола уйғоклигида амалга оширилиши лозим.

- Уйқудан олдин овқатлантириш. Боланинг ёнига ўтириш ва уни кўкрак ёки пиёлача ёрдамида ухлаб қолғунига қадар овқатлантириш керак. Уйқу рецепти – бу аста-секин илиқ ваннадан ота/онанинг илиқ қучоғига, илиқ кўкракка ва илиқ ётоққа ўтишдир.

- Болани ухлашга ётқизувчи ота. Болани ўз бўйнига яқин тутиши (бола боши билан отанинг бўйнига суйкалади; бунда отанинг жағи бола бошининг чўққисига тегиб туради; эркак кишининг паст овози, тебраниши болани ухлатади) ва бола ухлаб қолғунига қадар тебратиши керак. Агар бола тебратилганида ухлаб қолмаса, ота боланинг олдига ётиб, уни олдингидек ўз бўйнига яқин жойлаштирган ҳолда кўкрак қисмига ётқизиши ва ухлашига ёрдамлашиши мумкин.

- Бола ухлаб қолиши учун уни қўлда қандай олиб юрилади ёки тебратилади? Болани каравоти олдидаги тебратувчи курсига ўтирган ҳолда тебратиб кўриш ёки уни қўлда кўтариб юрган ҳолда секин-секин орқасига уриб туриб хиргойи қилиш мумкин.

- Бола ухлаб қолиши учун унинг ёнида ётиш керак. Баъзи болалар ухлаб қолишлари учун уларга стандарт тартиблар етарли бўлмайди. Бундай болалар уларни ётқизиб қўйиб, ухлаб қолишлари учун ёлғиз қолдиришларини ишташмайди. Тебратиш ва овқатланишдан кейин мудраб қолган боланинг ёнига ётиш ва уйқуга кетмағунига қадар уни қучиб ётиш керак.

Уйқуни узайтириш усуллари. Мазкур маслаҳатлар боланинг тунги уйқуси давомийлигини узайтиришда ёрдам беради.

- Сокин кун. Осойишта ўтказилган кун тунда тинч дам олиш имконини беради. Ота-оналар кун давомида бола билан қанчалик кўп шуғуллансалар, қанчалик кўп қўлларида кўтариб тинчлантирсалар, боланинг тун бўйи ухлаш эҳтимоли шунчалик юқори бўлади.

• Болани йўргаклаш. Болани кечасига йўргаклашнинг (қаттиқ эмас) турли хил усуллари синаб кўриш керак. Биринчи ойларда кўпчилик чақалоқлар йўргакланган ҳолда, яъни болаларнинг пахтадан бўлган юмшоқ ёпинчиғига ўралган ҳолда ухлашни хуш кўрадилар. Нисбатан каттароқ ёшдаги чақалоқлар «эркин» ухлашни афзал кўрадилар ва эркин ҳаракатланишлари учун кўпроқ имконият берган ҳолда фақат устилари ёпиб қўйилган бўлса, узоқроқ вақт давомида ухлайдилар. Кўпинча, агар болани кундузлари бўшроқ кийимларга кийинтириб, тун учун йўргакладиган бўлса, улар йўргаклашни уйқуга боғлай бошлайдилар. Агар бола ўта исиб кетса ёки ўта совқотиб кетса, у безовталана бошлаши мумкин. Болани хонадаги ҳарорат ҳамда уйқу билан боғлиқ одатларидан келиб чиққан ҳолда кийинтириш лозим.

• Ётоқхонада тинчлик.

• Ётоқхонада қоронғулик.

• Ухлашга ёрдам берувчи овозлар. Бола ухлаб қолишига ёрдам берувчи, такрорланувчи, деярли бир оҳангда бўлган товушлар «оқшовқин» атамаси билан маълумдир. Бундай шовқинларга ишлаб турган вентилятор ёки кир ювиш машинасининг овозларини мисол қилиш мумкин.

• Ухлашга ёрдам берувчи мусиқа. Бола хуш кўрадиган алла ёзилган мусиқани тинмай такрорланувчи услубда ёкиб қўйиш керак. Агар бола уйғониб кетса, ўзига таниш бўлган алла овози ёрдамида тинчланади. Ота-оналар болага ёқадиган аллани айтган ҳолда уни тасмага ёзиб қўйишлари ва ундан фойдаланишлари мумкин.

• Иссиқ ётоқ. Агар бола совуқ чойшабга ётқизиладиган бўлса, муаммолар юзага келиши мумкин. Ҳаво совуқ бўлган вақтларда фланел чойшаблардан фойдаланиш ёки чойшабларнинг устига иситилган сочиқларни ёпиш орқали уларни иситиб олиш, кейин эса сочиқларни олиб, иссиқ ўринга болани ётқизиш мумкин.

Уйқу билан боғлиқ бўлган кенг тарқалган муаммолар

• **Уйқу билан боғлиқ муаммолар: бола каравотдан чиқиб олишга ҳаракат қилади**

Эҳтимолий ечим: агар бола каравотда қолишни истамаса, уйқудан олдин бир соат сокин ишлар билан шуғулланишига ҳаракат қилиш керак. Китоб ўқиш, кучоқлаш, бўшаштирувчи ванна ёки алла айтиш кабилар боланинг туни билан тўлақонли равишда ухлаб, дам олишига ёрдам бериши мумкин. Агар бу ёрдам бермаса, болага «ётоқхонадан чиқишга рухсатнома» бериш лозим. У ўзига керак бўлган нарсани сўраш учун тунда фақат бир марта ётоқхонадан чиқиши мумкинлиги тўғрисида келишиб олиш керак. Хулқни ўзгартириш учун бир неча ой талаб этилиши мумкин. Шунингдек, ёстик, юмшоқ ўйинчоқлар ёки ёпинчиқ каби хавфсиз нарсалар болага вақт ўтиши билан ушбу муаммони ўзи енгиб ўтишида ёрдам бериши мумкин.

• **Уйқу билан боғлиқ муаммо: бола жуда секин уйқуга кетади**

Эҳтимолий ечим: воқеаларга тўла кундан тинч ва сокин тунга ўтишнинг энг яхши усули – ҳар куни бир вақтда уйқуга кетишдир. Боланинг режими кутилмаганда ўзгарса, масалан, тушдан кейин ухлаб олса ёки эрталаб кеч турса, булар боланинг уйқусига салбий таъсир кўрсатиши мумкин. Етарлича ухлмаслик уйқу билан боғлиқ бўлган муаммоларни янада кучайтириши мумкин. Агар мактабгача ёшдаги бола ҳали ҳам кундузлари икки марта ухлайдиган бўлса, шифокорлар эрталаб тахминан 10 ларда 45 дақиқалик эрталабки уйқуни тавсия этадилар. Кундузги уйқу икки соатга яқин давом этиши ва тахминан кундузги соат бирларда бошланиши лозим. Агар кичик ёшдаги бола кунига бир марта ухлашга ўрганган бўлса, эрталабки вақтни фаол ишлар билан тўлдириш ва болани кундузги уйқуга тушликдан кейин тахминан соат 13:30 да ётқизиш керак ва болага икки соат атрофида ухлаш имконини бериш лозим.

• **Уйқу билан боғлиқ муаммо: бола тунда қўрқади ва у босинқирайди**

Эҳтимолий ечим: икки билан уч ёш ўртасидаги болаларда, кўпинча, кечалари босинқираш кузатилади. Агар бола кўп қўрқадиган бўлса, уйқудан олдин қўрқинчли саҳналари бўлган китоб ўқиш ёки шундай фильмлар кўрмасликка ҳаракат қилиш керак. Рухшунос Линда Блэйр ўзининг «Бахтли бола» китобида уйқуга кетишни имкон қадар завқли қилишни маслаҳат беради. Болага у қўрқадиган нарсасиз эмаслигини айтишдан тийилиш лозим. «Агар бола ёмон туш кўрган бўлса, унга бу туш аллақачон «кетиб бўлди» деб айтиш зарур. Аммо унга бу фақат туш эканлигини айтиб бўлмайди, чунки мактабгача ёшдаги болаларнинг аксариятига тушлар бутунлай ҳаққонийдай

туялади», – дейди Блэйр. У бунинг ўрнига қуйидагиларни маслаҳат беради: «Болага хавотирланиш учун ҳеч қандай сабаб йўқлигини айтиш керак... Мукамал тушунтиришларга берилиб, бу билан уни чалғитишга ҳаракат қилмаслик лозим. Болани тинчлантириб, унга далда беришнинг ўзи кифоя. У асабийлашмай қўйганида, унга хайрли тун тилаш» керак.

Кичик ва мактабгача таълим ёшидаги болаларнинг ҳаяжонланишлари

Агар бошланғич мактаб ёшидаги ёки мактабгача ёшдаги бола ортиқча ҳаяжонланиб кетса:

- боланинг атрофидаги шовқин ва фаол ҳаракатларни камайтириш керак. Масалан, телевизор ёки радиони ўчириш ва болани ўзининг хонасига кузатиб қўйиш, агар бола тинчланиши учун ўз ота/онаси ёнида бўлиши керак бўлса, бунга имкон бериш зарур;
- болага ўз ҳаракатлари билан етказмоқчи бўлган туйғуларини сўзларга айлантиришда ёрдам бериш керак. Масалан, катта ёшдаги инсон шундай дейиши мумкин: «Менимча, сен хафасан» ёки «Сал чарчаган кўринасан» каби;
- бола билан биров ўтириш ва бирор-бир тинчлантирувчи иш билан машғул бўлиш керак.

Масалан, унга китоб ўқиб бериш, боланинг ёнига ётиш ва ниманидир паст овозда хиргойи қилган ҳолда аста белини силаб ётиш мумкин. Бола тинчангач, бир ўзи озроқ Агар бола бир дахшатли тушни қайта-қайта кўрадиган бўлса, бу нима билан боғлиқ бўлиши мумкинлигини аниқлаш зарур. Боладан бошқа болалар билан муносабати ҳақида, у томоша қилган теледастурлар ва кун давомида олган бошқа таассуротлари тўғрисида сўраш лозим. Сабаб аниқлангач, унинг болага бўлган таъсирига барҳам беришга ҳаракат қилиш мумкин.

Зўравонлик, ғамхўрлик қилмаслик ва/ёки боладан воз кечиш, болаларга шафқатсиз муомала қилиш турига киради ва бу бола ҳуқуқларининг бузилиши ҳисобланади.

- Болаларга шафқатсизларча муомала қилишнинг зўравонлик, ғамхўрлик қилмаслик ва/ёки боладан воз кечиш каби шакллари исталган жойда намоён бўлиши мумкин. Бу каби ҳолатларни исталган мамлакатда, жамиятда ва даромади турлича бўлган хоҳлаган гуруҳда учратиш мумкин, гарчи жисмоний зўравонлик нуқтаи назаридан хатарнинг асосий омили камбағаллик бўлса-да, болаларга ғамхўрлик қилмаслик ва болалардан воз кечиш каби ҳодисалар ҳам муҳим аҳамият касб этади.
- Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг таърифлашига кўра, болаларга нисбатан ёмон муносабатда бўлиш – жисмоний, руҳий, жинсий зўравонлик ва ғамхўрлик қилмасликнинг барча шакллари алоҳида ёки биргаликда намоён бўлишини ўз ичига олади. Айрим ҳолатларда ёмон муносабатда бўлиш жиддий жароҳатлар, ногиронлик ва ўлимга сабаб бўлиши мумкин.
- Зўравонлик ишлатилганда ёки бола зўравонликнинг қурбонига айланганида, ғамхўрлик кўрсатилмаганида ва/ёки ундан воз кечилганида, ушбу ҳолат боланинг жисмоний ва руҳий соғлиғига таъсир этиб, унинг болалик, ўспиринлик ва улғайган ёшида давом этадиган оғир оқибатларга олиб келиши мумкин. Бу унинг инсоний кадр-қимматига ва ўзига бўлган ишончига, шунингдек, шахсий мустақиллиги ҳамда ютуқларига, ўзаро муносабатлар ва ота-оналик қўникмаларига таъсир қилиши мумкин.
- Адабиётларда келтирилган маълумотларга кўра, уй шароитида, оилада аёллар ва болаларга нисбатан ишлатилган зўравонликни бир-бирига қўшилиши янада салбий тус олиши мумкин, турмуш ўртоғига нисбатан ишлатилган зўравонлик эса, бундан-да хавфлироқ бўлиб, болага ишлатиладиган зўравонлик, унга ғамхўрлик кўрсатмаслик ва ундан воз кечиш каби ҳолатлар юзага келиши учун энг хавфли омил ҳисобланади.
- Турли ташкилотлар ўртасида изчил ахборот алмашувининг йўлга қўйилиши уй шароитида аёллар ва болаларга нисбатан зўравонлик ишлатиш ҳолатларининг олдини олишга ҳамда бундай ҳолатларни аниқлашга кўмаклашади.

- Соғлиқни сақлашнинг ижтимоий йўналтирилган соҳа мутахассислари томонидан хонадонларга ташриф буюриши бўйича дастурларнинг ташкил қилиниши ва ушбу дастурларнинг доимий фаолиятда бўлиши, уй шароитида, оилада аёллар ва болаларга нисбатан зўравонлик ишлатилишининг олдини олишга кўмаклашиш учун имкон яратади.
- Зўравонликни авлоддан-авлодга ўтиши, яъни болалигида зўравонлик қурбони бўлган инсонларнинг ўзлари ҳам болаларга нисбатан зўравонлик қилишлари мумкинлиги тўғрисида исботланган маълумотлар мавжуд. Одатда, болалар энг кўп ишонадиган инсонлар – ота-оналари ва улар ҳақида энг кўп қайғурадиганлар, қариндошлари, қўшнилари ана шундай золим бўлиб чиқади.
- Болаларга шафқатсиз муомалада бўлиш ҳолатлари ҳақида хабар бериш жамиятнинг ҳар бир аъзоси, айниқса, оила ва болалар билан ишлайдиган мутахассисларнинг бурчи ва мажбуриятидир. Болаларни шафқатсизларча муомаладан ҳимоялаш патронаж ҳамшираларининг энг муҳим касбий вазифасидир. Патронаж ҳамширалари ўз хизмат вазифларига кўра ҳар бир хонадонга кириш имкониятига эга, шунинг учун ҳам, айнан, улар оилаларда рўй берадиган воқеалардан хабардор бўлишлари, оиладаги муҳитни сезишлари ва баҳолашлари мумкин. Болаларни ҳимоя қилиш, уларнинг жисмоний ва ҳиссий хавфсизлигини таъминлаш учун энг катта имкониятлар оилада мавжуд. Патронаж ҳамширалари оиланинг дўсти ва касбий мутахассис сифатида оилаларни қўллаб-қувватлаган ҳолда болаларга шафқатсиз муомала қилинишининг ва уларга ғамхўрлик кўрсатилмаслигининг олдини олиши мумкин. Шунингдек, патронаж ҳамширалари ота-оналар ва болалар ўртасидаги яқинлик ҳамда меҳр-муҳаббат ўрнатилишига кўмаклашиши, ижобий ота-оналик кўникмаларини мустаҳкамланишига ёрдам бериши мумкин. Аввало, ота-она ва болалар қийин аҳволга тушиб қолганида патронаж ҳамшираси уларга далда бериши ҳамда ёнида бўлиши лозим.
- Юқорида баён этилган асосий фикрларга қўшимча тарзда ЮНИСЕФ нинг қуйидаги. Болани жисмоний ва руҳий зўравонлик, ҳақоратлаш ва суистеъмолликлар, ғамхўрлик кўрсатмаслик ёки бепарволик билан муомалада бўлиш, қўпол муомала қилиш ёки ота-она, қонуний васийлар ёки болага ғамхўрлик қилувчи ҳар қандай бошқа шахс томонидан эксплуатация қилиш, жумладан, шахвоний суистеъмолликлар содир этишининг ҳар қандай шаклларида ҳимоялаш Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси, Оила кодекси, «Бола ҳуқуқларининг кафолатлари тўғрисида»ги Қонуни, «Одам савдосига қарши курашиш тўғрисида»ги Қонуни, Меҳнат ва Жиноят кодекслари билан таъминланади. Ҳар бир болада уни ўз уйида ва жамиятда яхши кўришлари ҳамда тарбиялашларига бўлган талаб ва ҳуқуқлари мавжуд. Юқорида Ўзбекистон Республикаси қонунлари ва меъёрий ҳужжатларидан мисоллар келтирилган қонунчилик ҳужжатларини ўрганиш баробарида яна бир марта амин бўлиш мумкин. Боланинг ўз уйида ҳамда жамиятда яхши

кўришлари ва тарбиялашларига бўлган талаб ҳамда ҳуқуқлари ушбу ҳужжатларда тўлиқ қамраб олинган. Ҳар бир мамлакатда, шу жумладан, Ўзбекистонда ҳам болалар улғайиши ва ўзларини қониқтирадиган самарали ва соғлом ҳаёт кечириши учун энг кўп имкониятлар яратишга қаратилган кенг миқёсли тадбирлар ўтказилади. Болалар – жамиятнинг бугунги кунини ва келажагидир. Ҳаётда энг яхши имкониятлар бўлиши учун болаларга ҳавфсиз муҳитни яратиш ҳар бир давлатнинг истаги ҳисобланади. Оилаларга хизмат кўрсатиш билан шуғулланувчи соғлиқни сақлаш соҳасининг малакали ходимлари, одатда, оила аъзоларининг ишончини қозонган бўладилар. Лекин оила аъзоларининг бошқа соҳа вакилларига бўлган муносабати ўзгача, яъни оиладагилар уларга шубҳа билан қарашлари мумкин. Оилалар билан ишлайдиган патронаж ҳамширалари оиладаги болаларга ғамхўрлик қилишда ёрдам кўрсатиш имкониятига эга. Лекин шу билан бирга патронаж ҳамширалари оилада боланинг тарбияси билан машғул бўлган ёки бошқа шахсларнинг зўравонлигидан жабр кўрадиган болани аниқлай олиши керак. Патронаж ҳамширасида болага зўравонлик ўтказилиши ёки унга ғамхўрлик кўрсатилмаслиги бўйича шубҳа пайдо бўлса, у болани ҳимоя қилиш учун нима қилишни ва қандай йўл тутишни билиши лозим.

Болага нисбатан қўлланилган зўравонлик ёки унга ёмон муомалада бўлиш – жисмоний ва/ёки ҳиссий ёмон муносабатларнинг барча кўринишлари шахвоний (жинсий) зўравонлик, ғамхўрлик кўрсатмаслик ёки тижорат ёхуд бошқа мақсадларда эксплуатация қилишни англатади.

Зўравонлик ёки ғамхўрлик кўрсатилмаслик натижасида бола саломатлиги, ривожланиши ёки кадр-қимматига масъулиятли, ишончли (эътиқодли) ёки ҳуқуқий муносабатлар нуқтаи назаридан амалда ёки келгусида (салоҳиятли) зарар етказиш эҳтимоли мавжуд.

- **Болага нисбатан қўлланилган зўравонлик ва унга ғамхўрлик кўрсатилмаслиги** 18 ёшдан кичик болаларга нисбатан ота-оналари, оиладаги ва/ёки жамиятдаги катталар, шунингдек, васийлар томонидан қўлланилган жисмоний, жинсий, руҳий зўравонликлар ва/ёки ғамхўрлик кўрсатилмаслигини англатади.

- Болага нисбатан қўлланилган **жисмоний зўравонлик** болага нисбатан атайлаб жисмоний куч ишлатилишини билдиради. Бундай зўравонлик боланинг ўлимига ёки ногирон бўлиб қолишига, унинг саломатлигига, яшаб қолишига, ривожланиши ва кадр-қимматига зарар етказилишига олиб келади ёки катта эҳтимол билан ана шундай оқибатларга олиб келиши мумкин. Жисмоний зўравонлик ўз ичига қийноқларнинг барча турларини – қўллар билан уриш, оёқлар билан тепиш, тишлаш, бўғиш, қайноқ сув билан ёки бошқа усуллар билан куйдириш, заҳарлаш ва асфиксияни (баъзиларида уни бешикдаги ўлим ёки боланинг тўсатдан ўлиб қолиш синдроми деб хато баҳолашади) – олади. Болаларга нисбатан зўравонликларнинг аксарияти болани интизомга чақириш, интизомли қилиш мақсадида ёки боланинг йиғиси ёки безовталаниши (масалан,

чақалоқ қорнидаги санчишлар сабабли) туфайли аччиқланиш ва ғазабланиш ёки чуқур фрустрация (руҳий ҳолатнинг бузилиши бўлиб, хоҳиш ва имкониятларнинг номувофиқлигини англатади) ҳолатида қўлланилади.

Кучли силкитиш натижасида 9 ойдан кичик чақалоқларда жиддий шикастланишлар ва бош миёга қон қўйилиши каби нохуш ҳолатлар кузатилиши мумкин.

- **Жинсий (шаҳвоний) зўравонлик** – боланинг ўзи яхши тушунмайдиган, моҳиятини тўлиқ англамай туриб розилик бериши мумкин бўлган, бола ўзининг ривожланиши нуқтаи назарида тайёр бўлмаган ва/ёки қонунга ёки жамиятда мавжуд бўлган тақиқларга зид бўлган жинсий алоқа билан шуғулланишга ундаш, жалб қилиш. Болаларга нисбатан жинсий зўравонлик катталар томонидан ёки ёши ва ривожланиш даражасига кўра қурбони олдида масъулиятни ҳис эта оладиган, уни ишонтира оладиган ёки унга ҳукм ўтказа оладиган инсонлар томонидан содир этилиши мумкин.

- **Руҳий, ҳиссий ва психологик зўравонликни** ота ёки она ёхуд тарбиячи маълум вақт давомида болага унинг ривожланиш даражасига мос бўлган қўллаб-қувватловчи муҳитни вақти-вақти билан ёки умуман таъминламаслиги деб таърифлаш мумкин. Ана шу йўсиндаги ҳаракатлар катта эҳтимол билан боланинг жисмоний ёки руҳий саломатлигига, шунингдек, унинг жисмоний, ақлий, маънавий, руҳий ёки ижтимоий ривожланишига зарар етказиши мумкин. Зўравонликнинг бу турига қуйидагилар киради: ҳаракатланиш имкониятларини чеклаш, доимий равишда таҳқирлаш, айблаш, таҳдид ва қўрқитиш, камситиш ёки устидан кулиш, шунингдек, хўрлаш ёки адоватли муносабатнинг бошқа жисмоний бўлмаган шакллари ва кўринишлари. Баъзида ота-оналар ҳиссий, ижтимоий ва молиявий ёрдам олиш мақсадида ўз болаларининг сохта (қалбаки) ҳасталикларини ниқоб қилиб оладилар.

- **Ғамхўрлик кўрсатмаслик** – ота-она ёки оиланинг бошқа аъзоси маълум вақт давомида, гарчи имкониятлари бўлса-да, соғлиқ, таълим, ҳиссий ривожланиш, овқатланиш, уй- жой ва яшаш учун хавфсиз шароитлар каби соҳаларнинг бири ёки бир нечасида бола ривожланиши, фаровон ва хотиржам яшаши учун имконият бермаслигини англатади. Бундай ҳолат вақти-вақти ёки кўникиш шаклида, яъни доимий кузатилиши мумкин.

- **Боладан воз кечиш** – ота ёки она томонидан бола онгли равишда рад этилиши, бунда ота ёки она болани қайтариб олишни истамайди ва ўзининг оталик ёки оналик мажбуриятларидан қўнғилли равишда воз кечади. Бундан ташқари, оиланинг ҳеч бир аъзоси ота ёки она олдида жавобгарликни ва болага ғамхўрлик қилишни ўз бўйнига олмайди. Европанинг айрим мамлакатларида боладан очиқдан очиқ воз кечиш 1 дан 5/100 ни ташкил қилади. Боладан хуфийёна воз кечиш деганда, ота ёки она томонидан бола яширинча рад этилгани тушунилади. Бунда ота ёки она қўнғилли равишда, лекин аноним (кимлиги кўрсатилмаган) тарзда

боласидан воз кечади ва оталик ёки оналик мажбуриятларини ўзидан соқит қилади. Болалардан воз кечиш билан боғлиқ омиллар қаторига қуйидагиларни киритиш мумкин: жиддий иқтисодий муаммолар, она маълумотининг паст даражаси, ихтисослашган хизматлардан фойдаланиш, айниқса, ҳомиладорлик пайтида фойдаланиш имкониятининг паст даражаси, яшаш шароитларининг ёмонлиги, ота-оналар балоғат ёшига етмаган ўспиринлар экани, шунингдек, бола туғилишига тайёр эмаслиги ёки ёмон тайёрланганлиги ва перинатал парваришнинг анъанавий амалиёти.

• **Болалар савдоси ва уларни эксплуатация қилиш** – болаларга шафқатсизларча муомалада бўлиш ва уларга нисбатан зўравонлик қўлланилишининг яна бир шакли. Болалар савдоси «Бола ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»нинг факультатив протоколи (Палермо протоколи)да «эксплуатация қилиш мақсадида (доим ҳам жинсий эксплуатация мақсадида эмас) болаларни ёллаш, бир жойдан бошқа жойга кўчириш, бегона одамлар қўлига топшириш, болаларни яшириш ёки қабул қилиш» сифатида таърифланади. Эксплуатация деганда камида фоҳишаликни ёки жинсий эксплуатациянинг бошқа кўринишлари мажбурий меҳнат, қуллик ёки қулликка ўхшаш амалиёт назарда тутилади. Болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик қилинмаслиги ҳамма ерда, исталган мамлакатда ва исталган жамиятда, шунингдек, барча ижтимоий гуруҳларда мавжуд. Бироқ кўпгина мамлакатларда болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик қилинмаслиги тўғрисидаги маълумотларни олиш жуда қийин. Бунинг ажабланарли жойи йўқ, чунки:

• Оила аъзолари доим ҳам боланинг шахсий ҳаётидаги сирларининг катта қисмидан воқиф бўлмайдилар, шунингдек, оила аъзолари ўзларининг шахсий ишларига бегоналар аралашини ёқтирмайдилар.

• Кўпгина мамлакатлар ва маданиятларда ота-оналарнинг феъл-атворида тана жазоларининг қўлланилиши, бола тарбияси учун умумий контекстда зарур деган тушунчани кузатиш мумкин. Тан жазоси кичик ёшдаги болалар ривожланишига зарар етказиши мумкинлигини исботловчи далиллар базаси кун сайин ортиб бораётганига қарамай, кенг жамоатчилик, ҳаттоки, болалар билан ишловчи профессионал мутахассислар бу каби жазо турларига айтарли эътибор қаратмайдилар, баъзи ҳолатларда эса, уй шароитларида, мактабда ва бошқа болалар муассасаларида интизомга эришиш ва қўллаб-қувватлаш мақсадида жазолашнинг айрим оғир кўринишларига (масалан, шапалоқ уриш, болани силкитиш, руҳий зўравонлик ва бошқалар) хайрихоҳ муносабатда бўладилар.

• **Бироқ ўзгаришлар қилиш мумкин.** Ўтказилган тадқиқотлар натижаларининг таҳлили шуни кўрсатдики, Европанинг бир қатор мамлакатларида болаларга нисбатан барча тан жазолари қўлланилишини тақиқловчи қонун ҳужжатлари қабул қилинган. Шу билан бирга жамоатчилик ўртасида қонуний тадбирлар асосида олиб борилган

тушунтириш ишлари орқали ижобий натижаларга эришилган: болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва тан жазоларини қўллаш амалиёти тўғрисидаги тушунча ва тасаввурлар ўзгарган. Таъкидлаш зарурки, иммигрантлар (бошқа мамлакатдан кўчиб келганлар) оиласида ушбу янги стандартларга мослашиш оғирроқ кечиб, уларга кўникиш учун бир неча йил керак бўлар экан.

- Шунингдек, кўпгина мамлакатларда болаларга нисбатан зўравонлик қўлланилиши мумкинлиги ёки амалда қўлланилгани, болаларга ғамхўрлик қилинмаганлиги тўғрисида хабардор қилиш тизими айтарли даражада яхши ташкил қилинмагани аниқланган. Бу мамлакатларда болаларга нисбатан қўлланилувчи зўравонликлар ва уларга ғамхўрлик қилинмаслик ҳолатлари аксарият ҳолларда сир тутилгани сабабли, кенг жамоатчилик ва қарорлар қабул қилувчи шахслар болаларга нисбатан қўлланилувчи зўравонликлар ва уларга ғамхўрлик қилинмаслиги туфайли жиддий муаммолар келтириб чиқаргани ҳақида аниқ тасаввурга эга эмаслар. Умуман олганда, бу муаммонинг фақат оз қисми кўринади. Бола учун нохуш натижа билан якунланадиган зўравонлик, болага нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва болага ғамхўрлик кўрсатилмаслиги билан боғлиқ услуксиз ҳаракатларнинг мантиқий ва якуний натижаси деб эмас, балки ғайритабиий хулқ-атворга эга инсон томонидан амалга оширилган якка ва хусусий ҳолат сифатида баҳоланади.

- Таъкидлаш лозимки, аксарият ҳолларда болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонликни ва уларга ғамхўрлик қилинмаслигини аниқлаш бўйича тайёргарлик айрим мамлакатларда яхши йўлга қўйилмаган. Болалар билан ишловчи мутахассислар болаларга, нисбатан қўлланиладиган зўравонликни ва уларга ғамхўрлик қилинмаслигини аниқлаш кўникмаларига деярли эга эмаслар ва шу билан бирга улар болалар хавфсизлиги учун масъул эмас эканликларини қайд этиш лозим. Айрим ҳолатларни бу мутахассислар болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик қилинмаслиги тўғрисидаги маълумот қарор қабул қилувчи шахслар ва жамоатчилик томонидан жиддий қабул қилинишига ишонмасликлари билан изоҳлаш мумкин. Бундан ташқари, болалар билан ишловчи мутахассислар ўзлари етказган маълумотлар ошкора қилинишидан кўрқишлари мумкин, улар етказган хабарлар натижасида оила ва болага нисбатан кўриладиган тегишли чоралар ижобий натижа беришига шубҳа билан қарашлари ҳам эҳтимолдан ҳоли эмас.

- Бир қатор сабабларга кўра, дунёнинг кўпгина мамлакатларида зўравонлик қурбони бўлган болалардан уларга нисбатан ишлатилган зўравонлик ёки уларга ғамхўрлик қилинмаслиги тўғрисида маълумот олиш этник мулоҳазалар туфайли мушкул вазифа ҳисобланади.

Лекин ушбу муаммо бўйича ишлаб чиқилган янги ёндашувлар воситасида болаларга нисбатан ишлатиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик қилинмаслиги тўғрисидаги қимматли маълумотларни олишга муваффақ бўлинди. Болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга

ғамхўрлик қилинмасликнинг узоқ муддатли таъсирини аниқлаш учун ўсмирлар ва катталарга ёшлигида бошларидан кечирган номақбул ва нохуш ҳодисаларнинг турлари ва бундай воқеалар қанчалик тез-тез рўй бергани ҳақида хабар қилиш таклиф қилинган. Олинган маълумотлар аниқ кўрсатиб турибдики, болаларга нисбатан шафқатсиз муомала қилишнинг барча кўринишлари ва болалик давридаги салбий тажриба, яъни болаларга нисбатан қўлланилган зўравонлик ҳамда уларга ғамхўрлик қилинмаслиги ўртасида узвий боғлиқлик мавжуд экан. Хулоса ўрнида айтиш мумкинки, болаларга нисбатан қўлланилган зўравонлик ҳамда уларга ғамхўрлик қилинмаслиги каби омиллар ҳар бир шахснинг келажақдаги жисмоний ва руҳий саломатлиги, шахсий ютуқлари ҳамда жамият ҳаётига қўшадиган ҳиссасига салбий таъсир кўрсатар экан.

Мия ўзининг ҳаётий ривожланиши даврида уни ўраб турган муҳитга мослашиш қобилиятига эга бўлгани сабабли, у ҳам ижобий, ҳам салбий муҳитга бирдек енгил мослаша олади. Сурункали руҳий сиқилиш ҳолати нейрон ўтиш йўллари жунбушга келтиради ва миянинг безовталики ҳамда кўрқувга муносабат билдирадиган қисмларини ҳаддан ташқари ривожлантириб юборади. Шу билан бирга сурункали руҳий сиқилиш туфайли бошқа нейрон ўтказиш йўллари ва миянинг бошқа қисмларининг ривожланишида сустлик кузатилади. Жисмоний ёки жинсий зўравонлик ёки ғамхўрлик кўрсатилмаслиги кўринишидаги доимий, сурункали руҳий сиқилиш таъсири остида бўлган болаларнинг мияси ўз манбаларини ҳимояланишга ва атроф-муҳитда мавжуд бўлган таҳликаларга жавоб қайтаришга йўналтиради ҳамда сарфлайди. Иккита боланинг миялари фотосуратда кўрсатилганидек, мия реакциясининг кўрқув воситасида сурункали рағбатлантирилиши миянинг маълум қисмлари фаоллашувига сабаб бўлади. Шундай қилиб, миянинг кўрқувга таъсир қиладиган қисмлари миянинг бир вақтнинг ўзида фаоллашиш имкониятига эга бўлмаган бошқа, масалан, фикрлашда иштирок этадиган қисми ҳисобига ҳаддан ташқари фаоллашади. Оқибатда, бола миясининг ўқиш учун жавоб берадиган қисми кўрқувга таъсир қилишда иштирок этмаганлиги сабабли, умуман фаол бўлмай қолиши мумкин.

Болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик кўрсатилмаслиги боланинг бутун ҳаёти давомида бола ва жамият учун салбий оқибатларга олиб келади

Болаларга нисбатан шафқатсиз муомалада бўлиш уларнинг бутун ҳаёти давомида салбий оқибатларни юзага келтириши мумкин. Бу қуйидаги омилларга боғлиқ:

- Таълим соҳасидаги билимлар даражасининг пастлиги, диққат-эътибор етишмаслиги билан боғлиқ бузилишлар, махсус билимларга бўлган эҳтиёжнинг янада каттароқ бўлиши;
- Руҳий саломатлик билан боғлиқ муаммоларнинг (хулқ-атвор билан боғлиқ муаммолар, руҳий сиқилиш, шикастланишдан кейинги стресс

ҳолати, ўз жонига қасд қилиш, гиёҳванд моддалар ва алкогольга боғланиб қолиш ва ҳ.к.) кенгроқ тарқалганлиги;

- Шунингдек, юқумли бўлмаган касалликлар (семизлик, юракнинг ишемик касаллиги, саратон, сурункали ўпка касалликлари, суяклар синиши ва жигар касалликлари) ва айрим юқумли касалликлар (жинсий йўл орқали юктириладиган инфекциялар) кўпроқ тарқалиши бўйича чекланган далиллар ҳам мавжуд;
- Зўравонлик ёки жиноий тусга эга хулқ-атвор эҳтимоллигининг юқори даражаси

Албатта, бундай салбий оқибатлар жамият учун жуда қимматга тушади. Қуйида келтирилган жадвалда маҳсулдорликнинг йўқотилиши, шунингдек, хизматларга бўлган юқори талаблар ва салбий оқибатлар ўртасидаги боғлиқлик кўрсатилган.

Тиббий ёрдам ва руҳий саломатлик хизматларидан фойдаланиш Шифохона, амбулатор ва дори воситалари билан даволаниш Тиббий ёрдам ва руҳий саломатлик хизматларидан фойдаланишга талабнинг озроқ ошиши

Сурункали асоратлар сабаби (депрессия, наркотиклар/алкоголни суистеъмол қилиш, семизлик ва бошқалар)

Ишлаш қобилятининг пасайиши Болаларни мактабга бормаслиги, ота-оналарни ишидан маҳрум бўлиши Ишлаш қобиляти пасайишининг бироз ошиши Келажакдаги таълим ва касб олишига доимий салбий таъсир Болалар учун васийлик ва ҳомийлик хизматлари Текширув, давлат қарамоғида бўлиш, уйда даволаниш Таълим учун махсус харажатлар Ақлий ривожланишнинг вақтинча ёки доимий чегараланиши Жиноий одил судлов Ҳуқуқни муҳофаза қилувчи органлар, судлар Зўравонлик қурбонларининг кўпайиши: тиббий хизматга талабнинг ошишига, қобилятнинг пасайишига ва жиноий одил судлов тизимининг харажатларини кўпайишига олиб келади Зўравонлик кўрсаткичининг ортиши, жиноий одил судловнинг кўпайишига олиб келади Патронаж ҳамширасини хавотирга солиши мумкин бўлган бошқа жароҳатлар:

1. Терида кўринадиган жароҳат излари (улар кийим билан ёпилган бўлиши ёки тери қорамтир бўлгани сабабли яхши кўринмаслиги мумкин) – шилинган, тишланган, кўкарган, куйган, кесилган жойлар, лигатура, петехия излари (қизил ёки тўқ қизил майда нуқталар), странгуляциядан қолган тиртиқлар ва излар.

2. Ички жароҳатлар – суякнинг синган жойлари, оғиз бўшлиғининг шикастланишлари, умуртқа, абдоминал ва ички жароҳатлар.

3. Торакал шикастланишлар, кўзларнинг жароҳатланиши.

4. Бош жароҳатлари ва болалар бош миясининг чайқалиши.

Болалар бош миясининг чайқалиш синдроми (силкитилган бола синдроми) – чақалоқни, аксарият ҳолларда, ота-онаси ёки болани парвариш қилувчи бошқа шахслар томонидан силкитиш, қаттиқ уриш ёки бирор нарсага улоқтириш оқибатида вужудга келади. Бундай ҳолатларда

болани қўлларида, оёқларида, кўкрагидан ёки елкаларида олиб силкитишлари мумкин. Бундай жароҳат яна «зўравонлик билан етказилган бош жароҳати» ёки «қасддан етказилган бош жароҳати» деб номланади. Болалар бош миясининг чайқалиш синдроми бола йиғидан тўхтамаган ҳолларда унга қарайдиган одам фрустрация (тажовузкорлик, аччиқланиш) ҳолатида болани қаттиқ силкитганида вужудга келади. Бу синдром кўпроқ 1 ёшгача бўлган чақалоқларда (асосан, 6–8 ҳафталик болаларда) кузатилади. Бош чаноғининг синиши (ёки синмаслиги) билан бирга бош мияга ёки бош мия қобиғининг остига қон қуйилиши, шунингдек, кўзнинг орқа деворидаги тўр пардадан қон кетиши, қовурғалар синиши ва тирсак ҳамда тиззаларнинг ўсадиган қисмларидаги суяклар синиши мумкин. Бундай ҳолатларда чақалоқ уйқусираган ёки аччиқланган кўриниши, унда қусиш, тутқаноқ кузатилади ёки у ҳушидан кетиб қолиши мумкин. Натижада, болалар бош миясининг чайқалиш синдроми, миянинг шикастланиши ва ўлим билан тугаши мумкин.

Болалар бош миясининг чайқалиш синдроми кузатилганида, гўдак аввалига жуда кўп йиғлаши мумкин, лекин маълум вақт ўтганидан кейин бош мия шикастлангани сабабли унинг йиғиси тўхтайдди. Силкитилган бола синдромидан, кўпинча, имконияти чекланган болалар, шунингдек, кўп болали оилаларда катта бўладиган гўдаклар зарар кўрадилар. Ана шу синдром қурбонига қиз болаларга нисбатан ўғил болалар кўпроқ учраш эҳтимоли бор, шунингдек, камбағаллик чегарасида ёки умуман камбағалликда кун кечирадиган оилаларда туғилган болалар ҳам бунга кўпроқ чалиниши мумкин. Хонадонга ташриф вақтида саволлар бериб, оилани кузатишга ёрдам бериши мумкин бўлган 4-тавсия – «Индикаторлар рўйхати – нималарга эътибор қаратиш лозим» ва «Хавотирли сигналлар – болага нисбатан зўравонлик, унга ғамхўрлик кўрсатилмаслиги ва зулм ўтказилиши» билан танишиб чиқиш лозим.

Жинсий зўравонлик

Жинсий зўравонлик – болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик қилмасликнинг асосий ва афсуски, энг оғир кўриниши ҳисобланади. Чунки ёши ёки ривожланиш босқичи юқорироқ бўлгани сабабли жабрланувчи учун жавоб берадиган, унинг ишончидан фойдаланадиган ёки унга ҳукм ўтказа оладиган катталар ва бошқа болалар томонидан амалга ошириладиган бу турдаги зўравонликка исталган ёшдаги болалар дучор бўлиши мумкин. Болаларга нисбатан жинсий зўравонлик аксарият ҳолларда болалар ишончини қозонган ва болаларни парвариш қилиш топширилган одамлар – оила аъзолари ёки оилага меҳмон бўлиб келган одамлар – томонидан содир этилади. Болаларга нисбатан қўлланилган жинсий зўравонлик кўпчилик оилаларда сир тутилади. Аксарият ҳолларда болалар бу ҳақида сўзлаб бермайдилар ёки сўзлаб берсалар ҳам уларнинг гапларига ишонишмайди. Оилада содир этилган жинсий зўравонлик ҳақидаги маълумотлар болалар томонидан ошкор қилиниши оила аъзолари жамият олдида шарманда бўлишига сабаб

бўлиши мумкин, шунинг учун ҳам бу жирканч ҳолатлар ҳақида гапириш болаларни жазолаш билан қўрқитиш йўли орқали қатъиян тақиқланади.

Чақалоқлар ва кичик ёшдаги болаларга нисбатан жинсий зўравонлик қилиш мумкинлиги ҳақида огоҳлантирувчи белгилар.

Айрим мамлакатларда жисмоний зўравонлик қурбонига айланган болалар ихтисослаштирилган марказларда аниқ тузилган протоколлар ва исбот-далил базасига мувофиқ баҳоланадилар.

Рухий, ҳиссий ва психологик зўравонлик

Рухий, ҳиссий ва психологик зўравонлик – бола ривожланишига жуда муҳим таъсир кўрсатади ва ота ёки она ёхуд тарбиячида бола ривожланишининг тегишли даражасига мос бўлган муҳитни узоқ вақт давомида таъминлашга айрим ҳолатлардаги ўқувсизлигини ва айрим ҳолатларда эса умуман қобилияти йўқлигини англатади. Бундай зўравонлик катта эҳтимол билан боланинг жисмоний ва руҳий соғлигига ёки жисмоний, ақлий, маънавий ёхуд ижтимоий ривожланишига зарар етказиши мумкин.

Болага нисбатан руҳий, ҳиссий зўравонлик қўлланилиши мумкинлиги ҳақида огоҳлантирувчи сигналлар билан танишиб чиқиш керак. Шафқатсиз муомаланинг бу кўриниши бўйича ташхис қўйиш зўравонликнинг бошқа шаклларига қараганда қийинроқ, сабаби болага нисбатан ҳиссий зўравонлик қўлланилганига ишонч ҳосил қилиш учун боланинг хулқ-атворини узоқ вақт давомида кузатиш керак. Болани ва унинг оиласини, шунингдек, оилага яқин бўлган бошқа ёши катта шахсларни яхши биладиган патронаж ҳамширасида боланинг хулқ-атворидаги ўзгаришларни кузатиб, бола ҳиссий зўравонликка дучор бўлганини тасдиқловчи аломатларни аниқлаш имконияти бор.

Ғамхўрлик кўрсатилмаслиги (қаровсиз қолдириш)

Ғамхўрлик кўрсатмаслик ҳам бола ривожланишига таъсир кўрсатувчи муҳим омиллардан ҳисобланиб, ота ёки она ёхуд тарбиячида болани бир ёки бир неча йўналишда, масалан, соғлик, таълим, ҳиссий ривожланиш, овқатланиш, уй-жой ва яшашнинг хавфсиз шароитлари каби соҳаларда ривожланиши ва фаровонликда ўсишини, гарчи ота ёки онада ана шундай имконият бўлса-да, узоқ вақт давомида таъминлашга айрим ҳолатлардаги ўқувсизлигини ва умуман қобилияти йўқлигини билдиради.

Ғамхўрлик кўрсатмаслик деганда ота-она ёки болага қараш ва уни парвариш қилиш учун масъул бўлган шахс томонидан боланинг уй-жойга, меҳр-муҳаббатга ҳамда соғлиқни сақлаш ва таълим соҳасидаги қўллаб-қувватлашга бўлган эҳтиёжларини тан ололмаслигини, бу каби эҳтиёжларига тегишли тарзда жавоб қайтара олмаслигини тушуниш мумкин. Ана шундай муносабатлар ота- оналар ёки тарбиячилар томонидан атайлаб ўрнатилмаган бўлса-да, барибир, болага ғамхўрлик кўрсатилмаслигининг оқибатлари унинг бутун ҳаёти учун салбий бўлиши мумкин.

Аксарият мамлакатларда болаларга шафқатсизларча муомала қилиш муаммосига ижтимоий соғлиқни сақлаш тизимига асосланган ёндашувда асосий эътибор алоҳида одамларга эмас, балки аҳолининг муайян гуруҳларига қаратилиб, қуйидаги жиҳатлар баҳоланади:

- болаларнинг соғлиқ ва ривожланишга бўлган эҳтиёжлари;
- ота-оналарнинг болалар эҳтиёжларини қондириш бўйича имкониятлари ва қобилиятлари;
- болаларга нисбатан шафқатсизларча муомаланининг «ижтимоий» детерминантлари (аниқловчилари/омиллари);
- болаларга нисбатан шафқатсизларча муомаланинг маданий/муҳитли контекстлари.

Бунда бола ҳимояси ва оилани асраб қолиш ўртасида мувозанатни сақлашга ҳаракат қилинади. Ҳаётининг биринчи ойларидан бошлаб ғамхўрлик кўрсатилмаслиги кичик ёшдаги болалар ривожланиши нуқтаи назарида жиддий оқибатларга олиб келиши мумкин. Болани интернат туридаги муассасага жойлаштириш аксарият ҳолларда энг муқобил номаъқул вариантлар эканлигини исботловчи тадқиқотлар ўтказилган. Агар жамиятда болани оилавий муҳитга жойлаштиришнинг қонуний асослари ва имкониятлари мавжуд бўлса, бундай вазиятларда болани оилавий муҳитга жойлаштириш энг самарали ва оқилона йўл бўлади.

Профилактика даражалари ва стратегиялари

Юқорида баён этилганидек, баъзи ривожланган мамлакатларда профилактика тизимлари ишга туширилганидан кейин болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик ва уларга ғамхўрлик қилмаслик ҳолатларининг сонини камайтириш имконияти яратилди. Бу эса ўз навбатида профилактика тадбирларини қонунчилик билан мустаҳкамланишини ҳамда болалар билан ишловчи мутахассисларнинг хабардорлик даражасини оширишни назарда тутди. Профилактика дастурлари қабул қилинган мамлакатларда ўтказилган тадқиқотларга кўра, профилактика тадбирларининг уч даражали турларини жорий этиш мақсадга мувофиқ экан.

• **Бирламчи профилактика** – умумий оммабоп бўлиб, бутун аҳолига ҳар томонлама хизматлар кўрсатиш, яъни болаликда бўлиб ўтган кўнгилсиз воқеаларнинг олдини олиш ва болалар саломатлигини мустаҳкамлашга, болаларга ғамхўрлик кўрсатиш ва уларни ҳимоя қилишга қаратилган хизматлар, масалан, тиббиётнинг барча бирламчи тизим муассасаларида «болаларга ғамхўрлик кўрсатиш ва уларни парвариш қилиш» мактабларини ташкил этиш тақлиф этилади.

• **Иккиламчи профилактика** – хавф омиллари мавжуд бўлган ҳудудлар, яъни жамиятда болаларга нисбатан ишлатиладиган зўравонликнинг ёки уларга ғамхўрлик кўрсатилмаслигининг олдини олишга йўналтирилади. Бунда «хавф даражаси юқори бўлган гуруҳларга» хавф омиллари ва зарарни камайтиришга кўмаклашиши мумкин бўлган, кенгайтирилган хизматлар тақдим этилади.

• **Учламчи профилактика** – болаларга нисбатан зўравонлик қиладиган ва уларга ғамхўрлик кўрсатмайдиган оилалар (гуруҳлар) борлиги аниқланганида қўлланилади. Бунда ота-оналар/тарбиячиларга ўз болаларининг эҳтиёжларини қондира олмайдиган оилалар ва гуруҳларни тартибга солиш мақсадида интенсив (махсус) хизматлар тақдим этилади. Бу каби хизматлар, одатда, бошқа ташкилотлар, яъни ижтимоий ҳимоя тизими мутахассислари томонидан кўрсатилади ва оиладаги болаларга нисбатан муносабатларга аралашув, фақат, «сезиларли зарар» етказилганидагина амалга оширилади.

Кўп сонли тадқиқотлар натижаларига кўра, болаларга нисбатан зўравонлик ва уларга ғамхўрлик кўрсатилмаслиги ҳамда камбағаллик ўртасида узвий боғлиқлик борлиги аниқланган. Шу сабабдан ҳам болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонликларнинг барча кўринишлари ва уларга ғамхўрлик кўрсатилмаслигининг юзага келишида энг муҳим омиллардан бири сифатида айнан камбағалликни кўриш мумкин. Қоникарсиз уй-жой ёки уй-жойнинг умуман йўқлиги, асосий эҳтиёжларни қондириш имкониятининг йўқлиги, етарлича назорат бўлмагани туфайли ота-оналарда юзага келадиган стресс ҳолатлари, алкоголь ва гиёҳванд моддалар қабули, шунингдек, оиладаги зўравонлик – санаб ўтилган омилларнинг барчаси болаларга зарар етказилиши хавфини оширади.

Камбағаллик болаларни тарбиялашда қийинчиликлар юзага келиши хавфини оширади ва ота-оналарнинг ўз болалари эҳтиёжларини қондиришга бўлган қобилиятлари ҳамда имкониятларига салбий таъсир кўрсатиши мумкин. Ота-оналар болаларининг кундалик эҳтиёжларини қондириш зарурати билан курашганларида болалар жуда безовта, кўрқув ва тушкун ҳолатга тушиб қоладилар. Қийин шароитларда ва йўқчиликда яшаш билан боғлиқ стресс ҳолати ота-оналар ўзларининг тўғридан-тўғри ота-оналик вазифаларини бажара олмасликларига сабаб бўлиши мумкин. Бу эса аксарият ҳолларда ота-оналарнинг хулқ-атвори мантиқсиз ва тутуриқсиз бўлишига олиб келади, яъни ота-оналар ўз болаларининг ҳиссий эҳтиёжларига умуман жавоб бера олмай қоладилар, болалар хавфсизлигига бўладиган салоҳиятли таҳликаларнинг олдини олишга ҳаракат қилмайдилар ёки хатарларга эътибор бермай кўядилар.

Болаларга ғамхўрлик кўрсатилмаслиги билан боғлиқ воқеаларни муҳокама қилишда кўпинча уй-жой масаласи асосий мавзулардан бирига айланади. Бундан ташқари, ота-оналар/васийларнинг руҳий ҳолати ёки алкоголь/гиёҳванд моддаларни қабул қилиш билан боғлиқ муаммоларнинг асосий сабабчиси сифатида ҳам, айнан, камбағалликни кўрсатиш мумкин.

Бироқ, таъкидлаш лозимки, камбағаллик ва болаларга ғамхўрлик кўрсатмаслик ўртасида ўзаро боғлиқлик мавжуд бўлса-да, барибир камбағал оилаларнинг аксариятида болаларга нисбатан шафқатсизларча муомала қўлланилмайди!

Боланинг ривожланиши ва тарбиясида ота-оналарнинг даромади эмас, балки улар нима билан машғул экани катта аҳамият касб этади.

Камбағаллик туфайли янада кучайиши мумкин бўлган болаларга нисбатан қўлланиладиган зўравонлик хавфининг олдини олувчи ҳимоявий омиллар ҳам мавжуд. Ана шундай омиллар сирасига қуйидагиларни киритиш мумкин: ота-онанинг ҳеч бўлмаса биттаси (масалан, онанинг) иш билан бандлиги, ота-оналарни тегишли тарзда тарбиялашганини англаш, ижтимоий ёрдамнинг кучли норасмий тармоғи мавжудлиги, шунингдек, оиланинг қўллаб-қувватловчи аъзолари борлиги. Патронаж ҳамшираси сифатида ҳимоявий омилларни кучайтириш ва болалар хавфсизлиги учун таҳликаларни камайитиришга йўналтирилган стратегияларни ишлаб чиқишда оилаларни қўллаб-қувватлаш ва уларни мустаҳкамлаш орқали болаларни ҳимоя қилишга ҳаракат қилиш лозим.

- **Самарали ва ижобий тарбияни қўллаб-қувватлаш** – ота-оналар ва болалар ўртасидаги яхши муносабатлар ҳамда меҳр-оқибатни қўллаб-қувватлаш, шу билан бирга ота-оналарга болалар ривожланишининг босқичлари ва болаларга қўйиладиган талаблар ривожланиш босқичларига мос бўлиши тўғрисида тушунтириш ишларини олиб бориш. Бундан ташқари, бола тарбиясидаги баъзи қийинчиликлар (бола ҳаддан ташқари кўп йиғлаши, қориндаги санчиклар, безовта бўлиш, ухлатишдаги муаммолар ва ҳ.к.)ни енгиш, сабрли бўлиш ва умуман, бу каби муаммоларни ҳал қилишнинг асосий йўллари топишга кўмаклашиш.

- **Ота-оналар ўртасида ижобий муносабатларни қўллаб-қувватлаш** – ота-оналар оиладаги ўзаро муносабатлар ва онанинг ҳомиладорлик давридан бошлаб руҳий саломатлиги бўйича тегишли мутахассислардан маслаҳатлар олишига кўмаклашиш, бу ишга оталарни ҳам жалб этиш ҳамда она ва бола ўртасидаги ижобий муносабатлар ва меҳр-оқибат шаклланишини қўллаб-қувватлаш.

- **Бола хулқ-атворидаги айрим ўзгаришлар сабабли юзага келадиган муаммоларни енгишда оилаларга ёрдам бериш** – бола ривожланишидаги қалтис ҳисобланган даврда ота-оналарга ёрдам бериш ва уларни қўллаб-қувватлаш, шунингдек, оғир табиатли, ривожланишида муаммолар мавжуд ёки имкониятлари чекланган болаларни (жумладан, исталмаган ёки кутилмаган болаларни) тарбиялашга имкон қадар кўмаклашиш.

Оилаларга ижтимоий тармоқлардан фойдаланиш ва тегишли хизматларга мурожаат қилишга ёрдам бериш. Шунингдек, патронаж ҳамшираси оилаларни қўллаб-қувватлаш бўйича мавжуд ижтимоий хизматлар ва уларнинг имкониятлари тўғрисида ота-оналарни хабардор қилиши, интернет тармоғидаги ихтисослаштирилган сайтлар манзиллари тўғрисида маълумотларни тақдим этиши зарур.

Хонадонга қилинган ташрифлар болалар жароҳатланишини, тез тиббий ёрдам бўлимига ҳамда болаларни ҳимоя қилиш ташкилотига мурожаатлар

сонини камайтиришга ёрдам берган муваффақиятли аралашув сифатида тан олиними, жуда ижобий қабул қилиниши муқаррар.

Хонадонга ташриф чоғида патронаж ҳамшираси тарбиячи ва бола ўртасидаги ўзаро муносабатларни кузатади, шунингдек, уларнинг ижобий муносабатларга бўлган иштиёқини қўллаб-қувватлайди. Бу «Болани тарбиялаш санъати» модулида қуйида санаб ўтилган соҳаларга алоҳида эътибор берган ҳолда батафсил кўриб чиқилган:

Кичик ёшдаги болалар эътиборини нималарга қаратиш лозим:

Хулқ-атвор:

- Ёчинишдан қўрқиш.
- Тегинишлардан ўта қўрқиш.
- Кичик ёшдаги бошқа болалар билан бирга ўйнашга киришиб кета олмаслик.
- Жинсий ҳаракатларга ёшига мос бўлмаган қизиқиш ва жинсий хулқ-атвор – ўйинчоқлар ёки нарсалардан фойдаланиб ёшига мос бўлмаган шахвоний ҳаракатларни қайтариш, тана қисмларини катталар тили билан аташ, айрим ҳолларда мастурбация билан шуғулланиш.
- Уйқунинг тўсатдан бузилиши, тез-тез босинқираш.
- Бола одамови бўлиб, тенгқурларига қўшилмай қолиши.
- Қайфиятнинг тўсатдан ва тушунарсиз тарзда ўзгариши, тушунарсиз жаҳл ва тажовузкорлик.
- Маълум бир жойлардан, шахслардан тўсатдан қўрқиб кетиши, улардан қочиши (масалан, эркаклардан ёки соқолли эркаклардан).
- Иштаҳанинг ўзгариши, кўнгил айланиши, қусиш.
- Ўзига-ўзи зарар етказиш (бошини нарсаларга уриши, тишлаш).

Жисмоний аломатлар:

- Ўтирганда ёки юрганда ноқулайлик сезиши.
- Боланинг ҳожатхонадан фойдаланмаган ҳолда сийиши ёки ичини бўшатиши.
- Жинсий аъзоларда, орқа чиқарув тешиги ёки оғзидан қон кетиши, ажралмалар ажралиши, оғриқ, рангининг ўзгариши.
- Сонларининг ички томонида, кўкрагида, жинсий аъзоларида ва орқа чиқарув тешиги атрофида шилинган, кесилган, қуйган, тишланган соҳалар.
- Сийдик ажратиш ёки дефекация вақтида доимий ва қайтариладиган оғриқ.
- Жинсий аъзолар ёки анал тешиги атрофидаги ғайритабiiй ёки ўта ёқимсиз қичишишлар.
- Оғиз, жинсий аъзолар ёки анал тешиги атрофидаги жароҳатлар (масалан, қон талаш жойлар, шишлар, яралар, инфекция).
- Қонга беланган, доғ теккан, йиртилган ички кийимлар.

Агар жинсий зўравонлик содир этилгани тўғрисида гумон пайдо бўлса, зудлик билан боланинг ота- онасини огоҳлантириш ва болани тиббиёт муассасасига юбориш лозим!

Хонадонга ташриф вақтида боладан қуйидаги аломатларни излаш керак:

- Ўзини-ўзи ҳурмат қилиш даражасининг пастлиги.

- Тананинг тебраниши.
- Нотаниш инсонлардан яқинлик излаши, ҳаддан ташқари суйкалиш ва уларга нисбатан ўта хайрихоҳ бўлиш.
- Ҳаддан ташқари ёпишқоқлик.
- Доимо диққат марказида бўлишга интилиш.
- Бола ота-онаси ёнида бўлганида ҳаддан ташқари «мулойим ва яхши».
- Бирор ери оғриганида ёки хафа бўлганида ота-онасидан овутишни талаб қилмаслик.
- Бола «соқов».

Ота-оналардаги қуйидаги хулқ-атворга эътибор бериш лозим:

- Болага нисбатан салбий ёки душманларча муносабатда бўлиш ёки болани таҳқирлаш ёхуд ҳамма айбни болага тўнкаш.
- Боладан ёшига мос бўлмаган нарсаларни ёки муносабатларни кутиш, шу жумладан, ўринсиз қўрқитишлар ёки қандайдир усуллар билан интизомли бўлишни талаб қилиш.
- Болани қўрқитувчи ёки унга шикаст етказувчи амаллар, жумладан, оиладаги зўравонликка дучор қилиш.
- Катталар эҳтиёжларини қондиришда (масалан, оилавий жанжалларда) боладан фойдаланиш.
- Болага тегишли умумлашувни тақдим этмаслик (масалан, стимуляция ёки тарбияни тақдим этмаслик, болани яққалатиб қўйиш ёки ғайриқонуний фаолиятга жалб қилиш).

Боланинг ривожланишида имконияти чекланганлик ҳолатлари бутун дунёда учрайди. Демак, патронаж ҳамшираси ҳам хонадонларга ташрифи давомида ривожланишида чекланишлари мавжуд бўлган болаларни учратиш қилиши мумкин.

- Боланинг ривожланишида имконияти чекланганлик ҳолати аниқланган чақалоқлар ёки кичик ёшдаги болалар учун ҳаётининг дастлабки кунлари ва умри давомида соғлом болаларда бўлгани каби ўз салоҳиятларини тўлиқ амалга оширишда ёрдам бериш лозимлиги ўта муҳим ҳисобланади. Оила ва болага ёрдам кўрсатиш, оилаларни ташвишлантирадиган ва боланинг ривожланиши билан боғлиқ бўлган жиҳатларни тинглашга тайёр туриш, тегишли хизматлар кўрсатиш, бола ва оилага мазкур хизматлар ёрдамидан фойдаланишга имкон яратиш, жамиятга бутунлай қўшилиб кетишига ёрдам беришда патронаж ҳамшираси энг муҳим ўрин эгаллайди.
- Баъзи ҳолатларда бола ривожланишида муаммолар аниқланган хонадонларга ташриф буюриш, бошқа ҳолатларда эса ташриф давомида бола ривожланишида муаммолар борлигини биринчи бўлиб пайқаб қолиш мумкин. Ривожланишдаги ўзгаришларнинг юзага келиш сабаблари ҳамда уларни эрта аниқлаш ва йўналтиришнинг аҳамиятини тушуниш оилалар ва уларнинг фарзандларига ёрдам беради.

- Патронаж ҳамширасининг вазифаси ривожланишида муаммолар юзага келишининг олдини олиш ҳамда ривожланишида имконияти чекланган чақалоқлар ва кичик ёшдаги болаларнинг мувофиқ ўсишига кўмаклашишдан иборат. Чунки ривожланишида ўзгаришлар кузатиладиган болалар ўз салоҳиятларини тўлиқ амалга ошириш учун янада кўпроқ эътибор ва ёрдамга эҳтиёж сезади.
- Патронаж ҳамшираси болани кузатиб, ота-оналарни ташвишга соладиган саволларни тинглаб, боланинг меъёрий ривожланиши тўғрисидаги билимлар ҳамда ўз касбий тажрибасидан фойдаланиб, боланинг ривожланишида имконияти чекланганлик аломатлари кузатилиши ёки бола ўзининг кундалик фаолияти ва ривожланишида айрим қийинчиликларга дуч келганлигини пайқаб қоладиган биринчи мутахассис ҳисобланиши мумкин.
- Патронаж ҳамшираси кузатишлар натижалари юзасидан ота-оналар билан фикр алмашиш ва ёрдам беришга тайёр эканлигини уларга билдириши лозим. Зарурат бўлганда, ота-оналарни малакали ёрдамга йўналтириши, ёрдам олишларига ундаши жуда муҳим. Чунки ота-она боланинг ҳар томонлама ривожланишида унинг алоҳида эҳтиёжларини қондириши, рағбатлантириши ва инклюзив (мен сен билан) муҳитни таъминлаб бериши лозим.
- Ота-оналарга мавжуд вазиятни тан олиш, айбдорлик ва заифлик ҳиссини енгиб ўтиш ҳамда ўз боласи билан ўзаро ҳаракатланишдан тўлақонли завқланишларига ёрдам кўрсатиш каби жуда муҳим вазифа юклатилади.

а. Агар фарзандларга меҳр берилса, рағбатлантирилса ва қўллаб-қувватланса, улар ўз салоҳиятларини тўлиқ амалга оширишлари учун имкон тақдим этилса, бундай болаларнинг кўпчилиги келгусида ота-оналари юрагида сақлаб келган орзу-умидларини ортиғи билан оқлайдилар.

б. Жамиятда жисмоний ёки ақлий нуқсон деб ҳисобланадиган ҳолатларни енгиб ўтиб, атрофдагилар улардан кутганидан кўра анча каттароқ муваффақиятларга эришган инсонлар бор ёки шундайлар ҳақида хабарлар мавжуд. Улар бунга қандай эришдилар? Сизнингча, бунда уларнинг оилалари ва мутахассисларнинг кўмаги қандай рол ўйнаган?

в. Патронаж ҳамшираларига анча меҳнат қилишга тўғри келади, пировардида улар ҳар бир оилага ва бутун жамиятга жиддий ёрдам кўрсатадилар. Бу соҳада бир неча йил давомида ишлаган киши бола ривожланишидаги имконияти чекланганликнинг олдини олишга ёрдам бериши мумкинлигини ўйлаб кўриш, ота-она ва бола ўртасидаги ўзаро муносабатларни, оила муҳитини яхшилашга ёрдам беришни ва янада яхши натижаларга эришишга олиб келадиган вазиятларни ўрганади. Ҳозирда тажрибаси етишмаган ҳамшира иш фаолияти давомида турли вазиятларда янада яхши натижаларга эришишга ёрдам бериш ҳолатларини ўрганади.

Боланинг ривожланишида имконияти чекланганлик ҳолати ва нуқсонларнинг олдини олишда оилаларга қандай ёрдам кўрсатишни ўрганишга киришишдан олдин барча мавжуд қобилиятлар, кучли ва кучсиз томонлар борлигини эсдан чиқармаслик лозим. Кўпчилик ўзнинг кучли томонларини боланинг ривожланишидаги ўзгаришларни сезадиган жиҳатларни қоплаш учун фойдаланишга ўрганади. 1-машқда кўрсатилгани каби ривожланишида жиддий ўзгаришлари мавжуд бўлган одамлар ўз оилалари ва профессионаллар томонидан кучли ёрдам кўрсатилиши туфайли ютуқларга эришмоқдалар

ЖССТ ва ЮНИСЕФ томонидан қабул қилинган (2012) таснифга мувофиқ, «чекланган имкониятлар уч даражада бўлиши мумкин»:

- Нур ўтиши ва кўришни қўзғатувчи шакллар, қиёфалар ва ўлчамларни идрок этишга тўсқинлик қиладиган (катаракта каби) организм фаолияти ёки тана тузилишининг бузилиши;
- Ўқиш ёки маконда ҳаракатланишни уddaлай олмаслик билан изоҳланадиган фаолият чекланиши ҳолати;
- Болалар муассасасидан (мактабдан) четлатиш каби чекланиши ҳолати.

Бола туғилган заҳоти унинг ривождаги ўзгаришлар кўринмаслиги мумкин, лекин мутахассисларга маълумки, бола ҳаётининг бирмунча кечроқ босқичларида кўпгина тиббий ҳолатларга ҳаракат қилиш ва иштирок этишда маълум чекловлар юзага келишининг юқори хавфи мавжуд бўлади. Ота-оналар ҳам бундай хавф мавжудлигини англашлари ва шу боис хавотир, кўрқинч ва хафаликни ҳис этишлари мумкин. Боланинг келгуси ҳаётидаги чекловларни камайтириш учун ота-оналарни қўллаб-қувватлаш ва боланинг ривожланишига кўмаклашишни эрта бошлаш орқали бола ҳамда унинг оиласига ижтимоий ҳаётга қўшилиб кетиш жараёнида ёрдам бериш мумкин.

ЖССТ ва Жаҳон Банкнинг тадқиқотларига кўра дунё аҳолисининг тахминан 15 фоизи фаолиятида жиддий қийинчиликларни бошидан кечиради, 5 фоиздан камроғи эса ривожланишида аниқ намоён бўладиган чекланишларга эга бўлади. Нима учун дунёда имкониятларида чекланиш кузатиладиган болалар сони қанча бўлиши мумкинлиги юзасидан шу қадар иккиланишлар мавжуд? Бу ҳолатнинг тарқалганлик даражаси (ёки мамлакатда бу муаммога дучор бўлган болаларнинг фоизи) ҳар хил давлатларда турлича. Бунинг сабаби «имкониятлари чекланган» ёки «ривожланишдан орқада қолиш мавжуд бўлган» атама дунёнинг турли давлатларида турлича талқин қилинишидадир. Бу мазкур доира қандай ҳолат турларининг киритилишига боғлиқ бўлади. Масалан:

- Яқинда АҚШ да ўтказилган тадқиқотда ушбу тоифага эътибор камлиги ва гиперфаоллик синдроми; ақлий ривожланишнинг бузилиши; церебрал фалажлик; аутизм; эпилептик хуружлар; дудуқлик ёки тутилиб гапириш; эшитиш қобилияти ўртача даражадан бошлаб бутунлай йўқолиши; кўрлик; билим олиш қобилиятининг бузилиши ва/ёки ривожланишдаги бошқа

чекланишлар киритилди ва айнан шулар 15 фоизлик натижани ҳосил қилди.

- Маълумотларга кўра, Европанинг 25 та давлатида болаларнинг 21 фоизи руҳий қийинчиликлардан азият чекади ва уларнинг учраши ўртачадан юқори даражагача ўзгаради.

- Паст ва ўртача даромадга эга бўлган давлатларда 2007 йилда ўтказилган бола ривожланишидаги чекланиш__имкониятларининг таҳлили бу борадаги рақамлар 1фоиздан 20 фоизгача етиши мумкинлигини кўрсатди ва ушбу ҳолат тўғрисидаги мавжуд билимларда жиддий узилишлар борлиги юзасидан хулоса чиқарилди.

Мутахассислар ва ота-оналар билиши муҳим бўлган асосий қоидалар куйидагилардан иборат

1. Ривожланишида муаммолари мавжуд бўлган бола ҳар қандай бошқа болага ўхшаш эҳтиёжларга эга. Ҳозир ногирон болани «алоҳида эҳтиёжларга эга бола» деб аташ бирмунча нотўғри ҳисобланади, бу қанчалик ғайриоддий янграмасин, болада ҳеч қандай «алоҳида эҳтиёжлар» мавжуд эмас! У фақат меҳр-мурувват, хавфсизлик, ўз жисмоний эҳтиёжларини қондириш, янги таассуротлар ва атроф-муҳитни ўрганишга муҳтождир.

Унга мулоқот қилиш, ўйнаш ва ўқиш керак. Яъни унга ҳар қандай бола муҳтож бўлган нарсалар зарур. Ушбу эҳтиёжларни қондириш воситалари чиндан ҳам алоҳида бўлиши мумкин.

Масалан, ҳаракатланишида бузилишлар мавжуд бўлган болаларга ҳаракатланиш ва атрофдаги маконни фаол ўрганиш учун махсус мосламалар ёки яқинларнинг ёрдами керак бўлиши мумкин, бироқ буларнинг барчаси боланинг атрофдаги оламни ўрганиш борасидаги эҳтиёжларини қондириш воситалари, холос. Гапира олмайдиган бола қайси йўл билан мулоқот қилиши – имо-ишора, махсус расмлар ёрдамида бўладими – аҳамиятли эмас, энг муҳими – унинг мулоқот юритишдаги эҳтиёжи қондирилса бас.

2. Ривожланишида муаммолари мавжуд бўлган бола ҳар қандай бошқа бола каби ривожланиш босқичларидан ўтади ва худди шу ривожланиш қонуниятлари бўйича ривожланади. Агар бирор фаолиятнинг ривожланиши учун энг қулай бўлган давр ўтказиб юборилса, келгусида уни тўлиқ ҳажмда шакллантириш анча қийинроқ бўлади, баъзан эса бунинг имконияти умуман бўлмай қолишини эсдан чиқармаслик лозим.

Масалан, болаларнинг нутқи ривожланиши учун энг қулай давр 3 ёшгача ҳисобланади. Шу сабабли эшитмайдиган ва гапирмайдиган боланинг ота-онаси қандай йўл тутиши керак?

Эшитмайдиган одамлар томонидан қўлланиладиган имо-ишоралар тўлақонли нутқ ҳисобланади. Уни ўзлаштирадиган бола ўз ривожланишида яхши эшитадиган бола билан бир хил босқичлардан ўтади (6 ойлик бўлганда – «бидир-бидир»лаш, 12 ойлик бўлганда – илк имо-ишора, сўзлар, бир ярим ёш бўлганда – ибораларни айтиш ва сўз бойлиги

кескин ўсиши). Шундай қилиб, бола билан имо-ишоралар тилида мулоқот қилиб ота-оналар унинг мулоқот юритишдаги эҳтиёжини қондирадилар, иккинчи томондан унинг нутқи самарали ривожланишини таъминлайдилар. Шу сабабли боланинг ривожланиш даврларини эътиборга олмаслик нафақат организмнинг фаол ривожланиши, балки имкониятлар бой берилиши билан ҳам хавфли ҳисобланади:

3. Ривожланиш учун қулай шароитлар мавжуд бўлмаганда болада иккиламчи бузилишлар юзага келади. Иккиламчи бузилишлар – бу боланинг бирламчи ташхиси билан бевосита боғлиқ бўлмаган ва тегишли шароитлар яратилганда олдини олиш мумкин бўлган бузилишлардир. Мисол, тадқиқотлар кўрсатишича, ота-оналари эшитмайдиган оилаларда улғаядиган, эшитиш қобилияти мавжуд бўлмаган болалар, одатда, ўзларининг руҳий ривожланишида тенгдошларидан қолишмайдилар. Айни вақтда эшитиш қобилияти бузилмаган ота-оналар оилаларида тарбияланадиган, деярли барча эшитмайдиган болаларда иккиламчи бузилиш сифатида руҳий ривожланишнинг тўхташи кузатилади. Нима учун шундай бўлади? Чунки биринчи ҳолатда нутқ ривожланиши учун бой берилмаган ва бола мулоқот қилиши ҳамда атрофдаги оламни ўрганиши учун зарур восита – нутққа эга бўлган. Ота-онаси яхши эшитадиган оилада парваришланадиган унинг тенгдоши бундай имкониятга эга бўлмаган ва юқорида тилга олинган болага нисбатан тенгсиз шароитларга тушиб қолган. Нима сабабли кўриш қобилияти кучли бузилган бола ҳаракатланиш борасидаги ривожланишда орқада қолиб кетади? Бунинг сабаби боланинг кўриш қобилияти заифлигида эмас, бу бола фаол ҳаракатланиши учун мувофиқ шароитлар яратилмаганлигидандир! Демак, ривожланишида ўзгаришлар мавжуд бўлган болаларни ҳар қандай болада бўлгани каби бир хил нарсаларга ва бир хил вақтда ўргатиш лозим экан.

Имкониятлари чекланган (ривожланишида оғишлар мавжуд бўлган) ҳолатда дунёга келади, камбағалликда яшайдиган ва зўравонликка учрайдиган ёки оилада ғамхўрлик кўрмайдиган болалар энг мураккаб шароитларга тушиб қоладилар.

Бизга маълумки, имкониятлари чекланган (ривожланиши кечиккан) кичик ёшдаги болалар яхши ривожланадиган болаларга нисбатан бирмунча заифроқ бўлиб, тегишли ёрдамга кўпроқ муҳтож бўладилар. Бошқа томондан, **ривожланишида чекловлари умуман бўлмаган болалар ижтимоий жиҳатдан номақбул оилаларда туғилиши ёки ҳаётларининг дастлабки йилларида салбий тажрибага эга бўлиши ҳамда ривожланишдаги ўзгаришларни бошидан кечириши мумкин.** Масалан, ҳозирги кунда кичик ёшдаги болалар ривожланиши зўравонликка дуч келиши (уларнинг ўзларига нисбатан ҳам, улар гувоҳ бўлиб турган вақтда бошқаларга нисбатан ҳам) ёки уларни парваришлайдиган шахс руҳий сиқилишдан ёки бошқа психологик касалликка чалинганликдан азият чекиши ҳолати таъсир қилиши мумкинлигини ҳамма билади. Шунингдек,

ўта камбағаллик ва яшаш шароитининг пастлиги ҳам ривожланишдаги ўзгаришларга сабаб бўлиши мумкин.

Бундай ҳолатларда патронаж ҳамширасининг ўрни муҳим аҳамият касб этиши мумкин!

Барча болаларга, шу жумладан, хавф гуруҳига кирадиган ва имкониятлари чекланган (ривожланишида оғиш) болаларга ҳам бахтли ҳамда фаровон ҳаёт кечиришларига ёрдам бериш зарур. Оилалардаги хавф омилларини ва боланинг ривожланишдаги эҳтиёжларини аниқлашда ёрдам бериш ҳамда бу билан боғлиқ масалаларни ҳал қилишда кўмаклашиш мумкин. Бола ривожланишини кузатиш ва унинг ривожланишида чекланиш хавфи мавжудлиги юзасидан тўғри қарор қабул қилиш; болани баҳолаш бўйича зарур бўлганда тегишли хизматларга оилани юбориш; оила тегишли аралашувларни амалга ошириш бўйича мутахассислар билан иш олиб боришини қўллаб-қувватлаш ва уларга ўз боласининг ва улар ривожланишда эришган ютуқларидан завқланишларига ёрдам бериш лозим.

1. Инсон ҳуқуқларига амал қилиш нуқтаи назаридан асослаш:

Ривожланишида ўзгаришлар мавжуд бўлган болалар, энг аввало, эҳтиёжлари ва ажралмас ҳуқуқлари мавжуд бўлган **болалардир**. Улар МШЕ/МДХ минтақасидаги барча мамлакатлар томонидан ратификация қилинган **БМТ нинг «Инсон ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»си** (БМТ, ИХК) билан ҳимояланган. Давлатлар ҳар бир болага, шу жумладан, **ривожланиши чекланган ҳар бир болага** қуйидагиларни таъминлаб бериши шарт:

- ҳаёт кечириш, омон қолиш ва ривожланиш;
- боланинг энг юксак манфаатларини ҳурмат қилиш;
- камситилмасликка бўлган ҳуқуқ;
- жамият ҳаётида иштирок этиш ҳуқуқи.

Аслида имкониятлари чекланган болалар барча болалар каби ўз оилалари ва жамиятда ўсиб- улғайиш, тўлақонли ҳамда тенг ҳуқуқли иштирок этиш ва ривожланиши учун барча керакли хизматлардан баҳраманд бўлиш ҳуқуқига эга.

Шунингдек, ривожланишдан орқада қолган болаларга **БМТ нинг «Ногиронлар ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»си (БМТ, НҲК)** қоидаларининг кучи тарқалади. Ушбу ҳужжатда таърифланганига кўра, «ногиронлар бу – барқарор жисмоний, руҳий, ақлий издан чиқишларга эга бўлган шахслар ва бу ўзгаришлар турли тўсиқларга дуч келганда, болага бошқалар билан тенг равишда жамият ҳаётида тўлиқ ва самарали иштирок этишга халақит бериши мумкин» деб баён этилган. 2006 йилда қабул қилинган БМТ нинг «Ногиронлар ҳуқуқлари тўғрисидаги конвенция»си МШЕ/МДХ минтақасидаги аксарият мамлакатлар томонидан имзоланган.

Шу билан бирга, кейинги ўн йилликда чекланган имкониятларга нисбатан дастурий ёндашувда аста-секин ўзгаришлар рўй берди. Болалар ҳануз

баҳоланиши ва уларга «ташхис» қўйилиши (масалан, «аутизм спектр издан чиқиши», «Даун синдроми», «эшитиш қобилиятининг бузилиши»...) га қарамасдан, бугунги кунда **боланинг аҳволи унинг кундалик ҳаёти ва жамият ҳаётида иштирок этиш қобилиятига қандай таъсир кўрсатишига** урғу бериляпти. **Натижада, эндиликда «ташхис» сўзи янги маънога эга бўлди: бу – ёрлик эмас; бу – бола қўшимча имтиёз ва хизматларга муҳтожлиги ҳақида бизни огоҳлантирувчи атамандир.** Бундай ёндашувнинг моҳияти халқаро ҳаракат қилиш, ногиронлик ва саломатлик таснифида (ICF) баён қилиниб, ногиронликни **«саломатлигида бирор издан чиқишлар** мавжуд бўлган шахслар (масалан, мия фалажи, Даун синдроми ва рухий сиқилиш), **шахсий омиллар** (ўргатиш усули, тилни тушуниш, саводхонлик кўникмалари, манфаатлар, эътибор сифати ва бошқалар) ва **атроф-муҳит омиллари** (масалан, салбий муносабат, транспорт ва маъмурий биноларнинг хизматларидан фойдалана олмаслик ҳамда чекланган ижтимоий кўмак) ўртасидаги ўзаро ҳаракатлар» сифатида таърифлайди.

Барча одамлар ўз ҳаёти ва фаолиятида кучли томонлар ҳамда камчиликларга эга бўладилар. Жамият ҳаётида иштирок этиш имконига эга бўлиш учун жамиятнинг кўмагисиз ривожланишдаги издан чиқишлар ёки ўзгаришларни енгиб ўтиш жуда қийин. Жамиятнинг айрим аъзолари томонидан унинг ҳаётида тўлақонли иштирок этишини қийинлаштирадиган ёки бунга умуман йўл бермайдиган **тўсиқларни бартараф этиш – ушбу жамиятнинг мажбурияти.** Ривожланишда ўзгаришлар мавжуд бўлган болалар учун ижтимоий мослаштиришга тобора кўпроқ кўмаклашадилар ва барча болаларга янада ғамхўр она ва кулай яшаш муҳитини яратадилар. Халқаро жамиятлар ногиронлик ва саломатлик таснифи (ICF) «саломатлик» ва «ногиронлик» тушунчаларини янгича маънода таърифлайди. Унда эътироф этилганки, **ҳар бир инсоннинг саломатлиги ёмонлашиб қолиши мумкин ва шу сабабли у имкониятлари маълум даражада чекланганлигини хис қилади. Лекин бу ҳолатлар инсониятнинг кичик қисми билан рўй берадиган ҳодисалар эмас.** Шундай қилиб, ICF чекланган имкониятларни одам ҳаётий тажрибасининг бир қисми деб ҳисоблайди. Кундалик ҳаёт ва ҳаракат қилиш қобилияти учун маълум ҳолат кундалик ҳаракатланишга кўрсатадиган таъсирга нисбатан бирмунча пастроқ бўлади.

2. Иқтисодий асосланиш

Ушбу тадқиқотлар интернат туридаги муассасаларда ёки ташландик, шафқатсиз муносабат ва зўравонлик шароитларида ўсадиган болалар ривожланишидаги жиддий чекланишлар, жисмоний ва рухий саломатлигида сурункали муаммолар ҳамда сезиларли ютуқларга эриша олмаслик даражасининг юқори бўлишидан дарак бермоқда. Натижада улардан жамиятга тегадиган фойда пасаяди ва уларни даволаш, реабилитация қилиш ва мувофиқлаштирувчи педагогик хизматларини амалга ошириш билан боғлиқ харажатлар ортади. МШЕ/МДХ минтақасида

ривожланишида чекланиш кузатилган кичик ёшдаги болалар, айниқса, ижтимоий номаъқулчиликнинг қўшимча омилларига дуч келадиган болалар интернат туридаги муассасада ота-она меҳридан маҳрум бўлиб улғайиш ва/ёки шафқатсиз муносабат ва қаровсизликка юз тутиш юзасидан энг ката хатарга учрамоқдалар. Яқинда Буюк Британияда кичик ёшдаги болага ота-онанинг руҳий касаллиги таъсири сабабли қилинган катта харажатлар бўйича ўтказилган тадқиқот бундай муаммолари мавжуд бўлган болаларга нисбатан умрларининг эрта босқичида аралашув қилмасдан, бирмунча кечроқ даврида мувофиқлаштирувчи хизматлардан фойдаланиш нақадар қимматга тушишига ажойиб мисол бўлди. Ушбу тадқиқот умр давомида тақдим этилиши лозим бўлган хизматларга сарфланадиган харажатлар ҳаётининг эрта босқичларида самарали ёрдам беришга сарфланадиган харажатларга нисбатан 25 баравар ортиқ бўлишини кўрсатди. Онанинг депрессияси (руҳий сиқилиши) каби руҳий касаллик кичик ёшдаги бола ривожланишини секинлаштириши ва руҳий касалликка олиб келиши мумкин.

Ривожланишида ўзгаришлар мавжуд бўлган, лекин ёрдам кўрсатиладиган ва эрта аралашувдан баҳраманд бўладиган болалар ўз оилаларида ҳаракат қиладиган, самарага эришадиган ва ижтимоий жиҳатдан жамиятга мослашиб оладиган катта кишиларга айланишларининг эҳтимоли жуда юқори. Махсус муассасаларда кузатилган инсон ҳуқуқларининг кўп сонли бузилишларидан ташқари интернат туридаги муассасадан фойдаланиш, ўзига-ўзи мустақил ғамхўрлик қилиш ҳамда ҳимояланган гуруҳ бўлиб яшайдиган уйларда ёки мустақил яшаши мумкин бўлган шахсларни тарбиялашдан кўра жамият учун, албатта, анча қимматга тушади.

3. Илмий асослаш

«Ота-оналарнинг аксарияти менга шундай дейишади: «Мен болам 14 ёки 15 ойлик бўлганда унда муаммо пайдо бўлган, деб ўйлагандим... менга эса шундай жавоб беришганди: «Келинг бироз кутайлик ва нима бўлишини кўрайлик, чунки баъзан айрим болалар муаммоларидан ўсиб, кутулиб кетадилар». Бу нотўғри жавоб. Кутиб туриш ва кузатиб бориш мумкин бўлган бирмунча аҳамиятсизроқ муаммоларни ўзаро ҳаракат ва атрофдаги оламни ўрганишга қизиқиш кузатилмайдиган ҳолат сабабли болани тегишлича парваришлаш муаммоларидан фарқлашни билиш лозим. Бу каби энг муҳим муаммоларга нисбатан кечаданоқ ҳаракат қилиш зарур. Тўққиз ой ҳам, икки ой ҳам кутиб туриш мумкин эмас» (Stanley I. Greenspan M.D., болалар шифокори).

Кутиш керакми ёки аралашини?

Кўпинча, ушбу савол патронаж ҳамширалари учун энг мураккаблардан бири саналади. Патронаж ҳамшираси болани расмий кўриқка юборишни хоҳламаслиги мумкин, чунки болага ва унинг оиласига бирор «ёрлиқ осиб», шарманда қилишларидан хавотирланади. Бироқ ривожланишида ўзгаришлар кузатиладиган болалар учун умрнинг илк кунлари оддий болалар каби жуда муҳим ҳисобланади. Шунга қарамасдан, ривожланиши

издан чиққан кўпгина кичик ёшдаги болалар уларга жуда ката фойда келтириши мумкин бўлган эрта аралашув хизматларидан баҳраманд бўлиш имконига ҳеч қачон эга бўла олмайдилар.

Ривожланиш босқичларига эришишда нисбатан катта имконият ва вазиятлар борлиги сабабли оилалар ва мутахассислар расмий баҳолашни ўтказишда доим ҳам катта эҳтиёж сезмайдилар

(масалан, бир бола 12 ойлик бўлганда рецептив ва экспрессив сўзларнинг бой захирасига эга бўлиши мумкин, айти пайтда нутқи чекланган бошқа бола 24 ойлик бўлгандан кейин гапларни баён қила бошлайди). Кўп ҳолларда ота-оналар ва мутахассислар бола «кечроқ ривожланиб кетишига» ва барча тенгдошларига етиб олишига умид қиладилар ҳамда кутадилар. Бундан ташқари, кўпгина мамлакатларда кичик ёшдаги болалар ривожланишини фаол мониторинг қилиш бўйича дастурий тадбирлар ҳозирча ўтказилмайди. Уларда соғлиқни сақлаш ва эрта ёшдаги таълим соҳалари мутахассисларининг қўллаши учун тайёргарликдан ўтказилган скрининг ташкил этишнинг келишилган тамойиллари ва ишончли стандартлаштирилган баҳолаш воситалари ҳамда болани баҳолаш жараёнини қачон ўтказиш лозимлиги бўйича тавсиялар мавжуд бўлмаслиги мумкин. Жисмоний ривожланишнинг мониторинги ва скрининг-тестлари маълум вақт давомида ўтказилиб келинадиган мамлакатлар (масалан, Буюк Британия ва АҚШ) да ҳам айрим болалар аниқланмайди ва баҳоланмайди ҳамда уларга 4 ёшгача, ҳаттоки, ундан каттароқ ёшгача ташхис қўйилмайди. Масалан, олинган маълумотларга кўра ота-оналар ўзларининг 2 ёшгача бўлган фарзандларида аутизм спектр бузилишларининг айрим симптомлари ёки **огоҳлантирувчи сигналларини** пайқашган, бироқ 4 ёшгача, яъни ривожланишдаги оғишлар ва хулқ-атвор андазалари шаклланиб, мустаҳкамланиб бўлгунига қадар болага ташхис қўйилмаган. Ваҳоланки, ана шу давр мобайнида дастлабки аралашув учун қимматли вақт бой берилган. Баъзида бу каби ота-оналар фарзандларини яхши эшитмайди ёки уларнинг нутқи секин ривожланишга ёхуд шунчаки одамови, киришимли эмас деб ҳисоблашган, лекин хавотирлари ҳақида сўз юритганларида уларга бироз кутиш ва кузатиш лозимлигини айтишган.

Мия 5 ёшгача жуда тез суръатларда ўсади ва айнан шу даврда жуда мослашувчан бўлади. Шу сабабдан, тўғри аралашув билан унга таъсир ўтказиш осон кечади. Аксарият ҳолларда тиббиёт мутахассислари бирор аниқ ташхис қўйиш учун бола 5 ёшга тўлишини кутишади. Болани «ривожланишида кечикишлар ёки бузилишлар мавжуд» болалар тоифасига киритишади ва зудлик билан дастлабки аралашувга жўнатиб, мониторинг ўтказишади. Шундай бўладигани, кичик ёшдаги боладаги нуқсонлар аниқланиб, унга тегишли хизматлар жадал тарзда кўрсатилганидан кейин, у 5 ёшга чиққанида қўйиладиган ташхис умуман керак бўлмай қолади. Аралашувни кузатиш ва мониторингини амалга ошириш учун ривожланишни баҳолаш бўйича скрининг-тестларнинг

стандартлаштирилган воситаларидан фойдаланиш мумкин. Агар болани баҳолашга тақдим этишдан аввал маълум вақт давомида кутиш лозим деб ҳисобланса у ҳолда бола учун қимматли вақт йўқотилмаслигини кафолатлаш мақсадида қуйидагиларни бажариш керак:

- Безовта қиладиган ва ўйлантирадиган ҳолатларни ота-оналар билан муҳокама қилиш ва маълум соҳаларда ривожланишга қандай кўмаклашиш бўйича уларга маслаҳатлар ҳамда материаллар бериш мумкин.
- Ота-оналар билан биргаликда боладаги ўзгаришларни кузатиш учун улар билан қисқа муддатдан кейинги ташрифни режалаштириш лозим.
- Ота-оналардан улар қандай ҳаракат қилмоқчи, қандай йўл тутмоқчи эканликларини сўраш керак. Агар оила аъзолари хавотирлансалар, болага тегишли хизматларнинг кўрсатилиши ва кўшимча малакали маслаҳатлар оилани тинчлантириши мумкин.

4. Дастурий асосланиш

Аралашув дастурлари бола ривожланишининг умумий суръатини сезиларли даражада ошириши, шунингдек, болани жамият томонидан қабул қилинишига тўсқинлик қилиши мумкин бўлган хулқ- атворнинг муайян кўринишларини камайтириши мумкин. Масалан, аутизм спектрида ўзгаришлар ҳолати кузатилаганида унинг аломатларини камайтирувчи, нутқ ва ижтимоий хулқ-атворни яхшиловчи аралашувларнинг далиллар билан асосланган бир қатор андазалари ва услублари мавжуд.

Аксарият ҳолларда бола билан оила ва кундалик одатий ҳаракатлар контекстида шуғулланувчи, шунингдек, дастлабки аралашувни амалга оширишга асосланган ёндашув доирасида оила аъзоларини – ота-она, ака ва опалари, бобо ҳамда бувиларини ҳамкор сифатида жалб қилувчи дастурлар ривожланишга кўмаклашишнинг энг муваффақиятли ва самарали усуллари бўлиб чиқади. Оилалар билан самарали ишлаш учун қуйида келтирилган таърифларни аниқ тушуниш жуда муҳим.

Ривожланиш мониторинги. «Боланинг улғайиши ва ривожланишини ҳамкорликда ишлайдиган ота-оналар ва соғлиқни сақлаш бўйича профессионал ходимлар кузатадилар ёки мониторинг олиб борадилар...». Соғлом ривожланиш мониторинги нафақат боланинг ҳолати билан боғлиқ аломатларга, балки унинг жисмоний, руҳий, ижтимоий ва ҳиссий жиҳатдан соғ-саломат, тинч, хотиржам ва тетик ўсишига эътибор қаратилишини англатади. Ҳар бир мулоқот вақтида маҳоратли патронаж ҳамшираси ривожланишдаги кечикишлар ёки муаммоларни аниқлашга ҳаракат қилади ва ота-оналар билан фарзандларининг ривожланишида ташвишлантиришга сабаб бўлган ҳар қандай ҳолатлар тўғрисида суҳбатлашади.

Атрофда рўй берадиган воқеа ходисалар, фикрлаш ва уларга нисбатан руҳий таъсир, ўзига ҳамда атрофдагиларга нисбатан бўлган ишонч билан белгиланади. Патронаж ҳамшираси фаолият юритиш жараёнида ҳаёти кийин бўлган жамиятнинг маргинал гуруҳи (гомосексуалистлар, транссексуал муносабатда бўлувчилар, секс-бизнес, наркотиклар билан ноқонуний шуғулланувчилар) га мансуб ота-оналар ва оилаларга дуч

келади. Шунингдек, стигма (тамға) ва дискриминация, масалан, камбағаллик, касаллик, ногиронлик, яшаш шароитининг ёмонлиги, ишсизлик, алкоголь ёки наркотикларни қабул қилиш, зўравонликларга кўра «заиф» ёки «хавф гуруҳига» кирувчи оила аъзолари, бундан ташқари, давлат муассасаларининг вакилларига ўтмишда бўлиб ўтган тажриба, расмий тилни етарли даражада билмаслик оқибатида юзага келган қўрқув, қатъиятсизлик, умидсизлик сабаб ишонч билдирмайдиган инсонлар учраши мумкин. Болага бўлган қизиқишлардан келиб чиққан ҳолда бундай оилалар билан мулоқот ўрнатиш усуллари топиш ва улар билан ишончли муносабатларни ўрнатиш зарур. Баъзида ўз шахсий усуллар ва иш амалиёти масаласини қўйишдан кўра, уларга «ҳамкорлик қилишни истамайдилар» ёки «мулоқот ўрнатиш қийин бўлган оилалар» ёрлиғини ёпиштириш осонроқдир. Лекин инсонни энг мос ва мақбул тарзда жамиятга киритиш патронаж ҳамширасидан алоҳида (индивидуал) ёндашувни, шахсий қарашлар, қарашларни ўзгартириш ва касбий кўникмаларни такомиллаштиришни талаб этади. Кўпинча, оилалар ўзлари яшайдиган вазиятни айблайдилар ва атрофдагиларга паст даражада ишонч билдирадилар, ўзидан-ўзи қоникмаслик, жамиятга ўзини қўшмаслик, шахслараро мулоқотни чеклаш ва таҳликада яшаш юзага келади. Патронаж ҳамшираси эса «қутқарувчи» ёки «юқоридан пастга» вазиятидан мулоқотга киришади, уларнинг фикрини, кўпинча, эътиборга олмайди ёки уларга нима қилиш кераклигини гапиради. Оилалар «ёрлик» лар ёпиштирилган ва дискриминацияга дуч келганларида – улар ҳамкорлик қила олмайдилар, уларга яна бошқа ёрликларни ёпиштиришларидан қўрқадилар, ўзларининг кучли томонларини кўра олмайдилар ва ташқи томондан пассив ёрдам кута бошлайдилар. Патронаж ҳамшираси уларнинг имкониятларини кенгайтириши, ўзини баҳолашда ёрдам бериши ва кучли томонларига таянган ҳолда тарбиявий имкониятини қўллаб-қувватлаши лозим. Организм ушбу вазиятда ўзининг юқори даражадаги мослашиш таъсирини намоён қилади:

- **хулқ бузилиши;**
- **эмоционал(ҳиссий) бузилиш;**
- **аномал** (бошқача уйлаш) фикрлаш;
- **дисфункционал** (бузилишлар билан) ўзаро муносабат;
- **депривацияланган ёки «ижтимоий ночор».**

Бундай сўзлар, тушунчалар инсоннинг ёки одамлар гуруҳининг бошқалар билан ҳамкорлик қилиш ва уларда мавжуд бўлган кучли томонларга таяниб, «маданий-компетент» ёндашиш қобилиятини камайтиради. Бироқ «маданий тафовутлар»нинг кўпчилиги тенгсизлик ва дискриминациянинг натижаси бўлиб ҳисобланади. Патронаж ҳамширасининг вазифа ва мажбуриятлари тахминларга асосланган мулоҳазалардан қочиб, уларни нуқсонли ёки уларга нимадир етишмаяпти, деб ҳисобламасдан, энг мақбул ёндашувни топишдан иборат, бунда доимо болага бўлган қизиқишдан

келиб чиқилади. Оилаларнинг мавжуд кучли томонларига таяниш муҳимдир. Бироқ оила билан яқиндан танишгандагина бунга эришилади. Бунга оилалар билан мустаҳкам мулоқот ўрнатиш, барча имкониятлардан фойдаланиб, сохта тушунчаларсиз, масъуллиқ билан ёндашиш лозим. Шундай қилиб, муносиб ҳаётда яшай олишлари учун баъзи оилалар ва болаларга енгиб ўтиш зарур бўлган кўп сонли тўсиқларни тўлиқ англаган ҳолда болаларнинг фаровон яшашига таъсир кўрсатиш мумкин. Буларни самаралироқ амалга ошириш учун стереотиплар, сохта тушунчалар ва дискриминация қай даражада жамиятимиз томонидан қўллаб-қувватланишини ва шахсий фаолият ҳамда иш фаолиятида стигма ва дискриминация ҳолатларини йўқ қилиш йўллари кўриб чиқилади. Инсонларга нисбатан умумий ҳулоса қилиб, «бошқалар» каби сўзлардан фойдаланилади. Бу ўзини кўпроқ беҳатар ҳис қилиш учун ва ўзида кўпроқ аниқлик бўлиши учун улар билан қандай ўзаро муносабатда бўлиш кераклигини билишда ёрдам беради. Агар почтаълон формасидаги инсон кўриб қолинса, бу инсон почтада ишлайди, деб тахмин қилинади. Агар кўринишидан 80 ёшдан ошган киши кўриб қолинса, унда бу инсон энди ишламайди, деб тахмин қилинади. Умумлаштирилганда етарли даражадаги маълумотларга асосланмаган (баъзида эса уларнинг бутунлай йўқлигида) муайян (кўпинча, салбий характерга эга) бир фикрга келинади ва одамларга ёрлиқлар ёпиштирилади ҳамда бу ёрлиқлар қуйидагича бўлади: «дангаса», «тентак», «масъулиятсиз» (негатив ёрлиқлар) ёки «ақлли», «ижодкор», «масъулиятли» (позитив ёрлиқлар).

Ёрлиқларни ёпиштириш ҳаддан ташқари умумлаштиришнинг сўнгги имконидир. Инсоннинг қайсидир ҳулки унинг учун, одатда, унга хос бўлмаган ва бу тасодифий деб тахмин қилиш ўрнига, ушбу хусусият унинг доимий таърифи деб ўйланади, умумий ҳулоса чиқарилади ва шу билан инсонга ёрлиқ ёпиштирилади. Ёрлиқларни ёпиштириш инсонга маълум таърифларни фактлар билан тасдиқланмаган тахминлар асосида ёзиб қўйишни билдиради. Айниқса, фақатгина юзаки маълумотларга асосланиб, бу инсонлар яхши ёки ёмон, ишончли ёки ишончсиз деб ҳисоблаб, уларга ёрлиқлар ёпиштирилади. Масалан, уйга ташриф буюрганда уйнинг тоза ва саранжом эмаслигини кўриб, она дангаса экан деган ҳулосага келиш мумкин. Балки онанинг ташрифга тайёрланишга вақти бўлмагандир ва у уйда бир ўзи бор кучиҳамда вақтини гўдак билан бирга ўтказишга сарфлагандир – булар эътиборга олинмайди. Ёрлиқ ёпиштирилган инсонлар ҳақидаги тасаввур шу ёрлиққа қаратилган бўлиб, кўпинча, айнан, ёрлиққа мувофиқ унга мурожаат қилинади, масалан, кимдир масъулиятсиз деб ҳисобланса, унда бу инсонга ўзининг масъулиятли эканлигини намоиш қилишига имкон берилмайди. Ёрлиқни ёпиштирган кимсаларга ҳам бу нарса таъсир кўрсатади, чунки улар «ҳақиқий» инсон билан эмас, унга ёпиштирилган ёрлиқ билан мулоқот қиладилар.

Стереотиплар турли инсонлар ва гуруҳлар ҳақида далилсиз тахминлар асосида қурилган мулоҳазаларни билдиради. Улар тўғри англашнинг

етишмаслигини намоён қиладилар. Одатда, стереотипизация инсон тушунмаган, улар ҳақида унда етарли билим бўлмаган ёки ундан фарқ қилувчи инсонлар ёки инсон гуруҳлари учрайди. Стереотиплар асосида фикр юритиш нафақат алоҳида инсонлар учун, балки жамиятга ҳам хосдир – кундалик ҳаётдаги кўп нуқтаи назарлар стереотиплар асосида ҳақиқатга ёндашиш билан тузилган ва бунга ҳисоб берилмайди. Қуйида стереотипларга мисоллар келтирилган: ҳамшира ҳар доим бу аёл киши; қурилиш ўйинчоқлари совға сифатида ўғил болаларга мос келади; ўғил болалар ва эркекларга пушти ранг ёкмайди ва бошқалар.

Барча бундай стереотиплар осон сохта тушунчаларга олиб келиши ва дискриминациянинг турли шакллари уларнинг натижаси бўлиши мумкин. Масалан, ҳамшира ишини бажаришни истаган ёш йигитга у ўқишни давом эттириши ва шифокор бўлиши кераклиги айтилади, агар у ҳамширалик ишини бажарган бўлса, унда одамлар уни тўлиқ даражадаги эркек эмас ёки шифокор бўлиш учун етарли даражада ақлли эмас ҳамда мақсадга эришиш учун интилиши йўқ деб ҳисоблайдилар.

Одатда, стереотипизация инсонларнинг қандай кўринишга эга эканлиги ёки уларнинг гендерли, ирқий ва этник мансублиги асосида рўй беради. Шунингдек, алоҳида гуруҳ ёки маданият учун мос ва хос деб ҳисобланган таърифлар асосида стереотиплар яратилади ҳамда фойдаланилади. Шундай қилиб, аёлларга бошқа одамларга ғамхўрлик қилиш осон, ўғил болалар ва эркеклар тажовузкорроқ, оқ танли инсонлар эса такаббур, қора танлилар жанжалкаш, ишсизлар кўп ичадилар, осиеликлар жиззаки, ёлғиз аёллар ночор ва кам таъминланган инсонлар дангаса ҳамда нодон деб ҳисобланади. Умумлаштириш одамлар учун зарур, чунки бу ҳаётда тўғри йўл топишга ёрдам беради, стереотиплардан фойдаланиш эса хавфли, чунки жамият аъзоларига ўзининг ҳақиқий имкониятини баён қилишга халақит беради ва жамиятга наф келтиришга имкон бермай олдига тўсиқ қўйилади. Гуруҳга мансублик инсонни аниқлаб беради ва унинг индивидуаллигини чеклайди. Гуруҳларга қандайдир бир хиллик каби қаралади. Гуруҳга кирувчи барча инсонлар бир хилдек қабул қилинади, уларнинг индивидуал тафовути эътиборга олинмайди.

Воқелик шахснинг стереотипларига мос келмаганида, кўпинча, нимага ишонишни ўзгартиришдан кўра воқеликнинг изоҳини ўзгартириш осон бўлади. Шунинг учун ҳам инсон истиснолар ҳақида гапиради, масалан, «бу аёл жуда камбағал бўлса ҳам, у ажойиб она эди ва унинг фарзанди университетни битириб олишга муваффақ бўлди», «у жуда хушмуомала эркек», «бу бола арокхўрнинг ўғли, бироқ у ҳар доим озода юради ва шу билан бирга у мактабда жуда яхши ўқийди» ва бошқалар.

Ўзаро алоқа

Сохта тушунчалар, дискриминация, стигматизация ва жабр-зулм ўтказиш инсоният учун жамиятдаги азалдан мавжуд бўлган муаммолардир. Асрлар давомида инсонлар ўз ҳудудлари, анъаналари ва ҳаёт тарзини ҳимоя қилиш учун гуруҳларга бирлашганлар. Бироқ гуруҳга мансубликдан

устунликни намойиш қилиш учун фойдаланилади. Қайсидир гуруҳ бошқаларига қараганда кучли эканлиги исботланганда – одатда, ҳарбий ёки иқтисодий муваффақиятлар ёрдамида – унинг аъзоларига бошқалар устидан устунлик қилиш ҳуқуқи берилишини исботлай бошлайди, уларнинг моддий мулклари ва ҳатто, уларнинг ҳаётини бошқаришни ўз қўлига олади. Бундай ҳолатларда маълум механизм ишга тушади: бошқа гуруҳдан устунлиги бўлган гуруҳ бўйсинувчи гуруҳни нолайиқ ва унинг устидан бошқаришга лойиқ эканлигини исбот қилувчи бир нечта ишонтириш йўллари яратилади. Инсон бўла туриб, тенг бўлганларга зиён етказилади ва шундай қилиб, уларни «иккинчи сорт/нав» каби тасвирлаб, ҳуқуққа рационалистик асос беришга мажбур бўлинади. Диний эътиқоди, анъаналари, тили, этник хусусиятлари ва ижтимоий-иқтисодий синфга мансублиги бир гуруҳнинг устунлигини асослаш учун далил сифатида қўлланилади. Бўйсинувчи гуруҳга қандай сифатлар берилишига нисбатан хилма-хил маданиятларда ҳайратга соладиган ўхшашлик мавжуд: болаларга хос соддалик, таъсирчанлик, эринчоқлик, масъулиятсизлик, гипертрофиялашган жинсийпарастлик, нодонлик.

Оилалар ҳақидаги тасаввур

Кам таъминланган ва ҳимояга муҳтож оилаларга, кўпинча, «улар билан ишлаш қийин» ёрлиғи ёпиштирилади. «Улар билан ишлаш қийин» ёки «хавф гуруҳи» каби ёрлиқлар оилаларни кўриш ва юқоридаги фикрлар асосида ишлаш оқибатида салбий таъсир кўрсатиши мумкин.

- Баъзи инсонлар ёки оилаларга «улар билан ишлаш қийин» ёрлиғи ёпиштирилганда сохта тушунчаларнинг мустаҳкамланиш хавфи, ёлғон натижалар ва оилаларнинг бир-биридан узоқлашиши юзага келади.
- Барча оилалар билан муваффақиятли иш олиб бориш учун мутахассисларга ўз хурофотларини енгиб ўтишлари ва ёрдам берилиши керак бўлган инсонларга нисбатан исталган сохта тушунчаларни англаш зарур.
- Шундай бўладиги, баъзи оилалар билан ишлаш қийинчилик туғдиради, чунки улар хизмат кўрсатувчиларга кўра, кўпинча, бошқа гуруҳ ёки синфга мансуб кишилардир. Шахсий сифатлари (масалан, ўзини ҳурмат қилиш даражаси, ҳаёт тарзи, ўзига бўлган ишонч), коммуникациядаги қийинчиликлар, саломатлик ҳолатининг ёмонлиги ёки илгари хизмат кўрсатган ходимлар билан бўлган салбий таъриба қўшимча тарздаги тўсиқ бўлиб ҳисобланади. Кўрсатиладиган хизматларнинг ўзига хослиги ҳам оилалар билан ишлашга халақит беради. Бу потенциал хизматдан фойдаланувчилар орасида хизматлар қандай боргани, истеъмолчиларга кўрсатиладиган хизматнинг услуби ва тарзини ҳамда бу хизматларнинг бошқа хизматлар билан вақт борасида қандай ташкил қилинганлиги, ўрни ва координациясини, шунингдек, алоҳида оилаларнинг талабларига қанчалик мос эканлигини ўз ичига олади. Бундай ёрлиқлардан фойдаланиш, шунингдек, барча оила аъзолари бир муаммодан азият

чекадиган бир хилдаги гуруҳ билан иш олиб боргандек хато тасаввурга олиб келади, бу эса салбий сохта тушунчаларни қўллаб-қувватлайди. «Улар билан ишлаш қийин» ёрлиғини ёпиштириш «танқисликда жамланиш»га олиб келади, бунда исталган нарсага эришишдаги заифлик ёки қобилиятсизлик чекланган қобилият ёки қизиқишга киритиб қўйилади. Шундай қилиб, улар билан ишлашдаги муваффақиятсизлик учун масъуллик уларга хизмат кўрсатганларга эмас, балки инсонга ёки оила зиммасига юклатилади. Бундай ёрликлар фойдасиз ҳисобланади, чунки улар ижтимоий маъқулланмаслик ва стигмани келтириб чиқаради, лекин муаммонинг ҳал бўлишига имкон бермайди. Бошқа томондан олиб қараганда, даромади юқори бўлган оилалар бир-бирига зид, сохта тушунчалардан азият чекадиган бўлишлари мумкин. Уларни, билимли, ғамхўр ва маълумотга эга деб ҳисоблайдилар. Ҳақиқатда эса, бу ҳар доим ҳам бундай эмас. Юқори даромад ва яхши маълумот хонадондаги яхши муҳитни кафолатламайди. Болаларга ёмон муносабатда бўлиш, ота-оналарнинг руҳий касалликлари, оиладаги низолар, зўравонлик ва бошқа муаммолар бу оилаларда ҳам учраб туради, бироқ уларни гоҳида пайқамайдилар, чунки бу оилаларнинг даромади улар атрофида ҳимоя тўсиғини яратади. Бу нима учун барчага хизмат кўрсатилиши кераклигининг сабабидир. Барча ота-оналарга – кимгадир кўпроқ, кимгадир камроқ патронаж хизматининг мулоқоти ва қўллаб-қувватлаши керакдир. Унутмаслик керак: «Ота-оналарнинг кимлиги эмас, балки уларнинг нима қилганликлари муҳим!».

Оилаларнинг иштирок этишига ҳалақит берувчи омиллар

Баъзида муаммо оилада эмас, балки оиланинг талабига жавоб бермайдиган хизматларда ётади.

Ўтказилган текширувлар қуйидаги хусусиятларни аниқлади:

1. Коммуникациянинг ёмонлиги (шунингдек, қониқарсиз маркетинг): хизмат нима, нима таклиф қилинади, кимга, нима учун, қанча вақт мобайнида ва қаерда эканлиги яхши тушунтирилмайди. Бу реал хизматни оила учун кўримсиз қилиб кўрсатади.
2. Мутахассислар ёмон коммуникатив кўникмаларга эгадирлар ва оилаларга нисбатан ҳақиқий бўлмаган умидларни олға сурадилар.
3. Хизматни кўрсатувчи ходимлар гуруҳларнинг маданий хусусиятларини ҳисобга олмайдилар ва аҳолининг турли-туманлигига эътибор қаратмайдилар.
4. Хизматни кўрсатувчи ходимлар боланинг фақат битта тарбиячисига (одатда, онасига) эътиборни жамлайдилар ва хизмат кўрсатиш учун шундай вақт, шундай жойни танлайдиларки, бу ота-онанинг бошқаси учун ноқулай ва мувофиқ бўлмаслиги мумкин.
5. Хизматни кўрсатувчи ходимлар ота-оналарни «касалга чиқарадилар», уларнинг назоратидан ташқарида бўлган айбни уларга қўядилар.

6. Хизматни кўрсатувчи ходимлар бола парвариши, транспорт, таржимон ва/ёки ота-оналар маҳаллий ҳамжамиятда бир-бирларига кўрсатадиган қўллаб-қувватлаш хизматларига бўлган талаб каби алоҳида шароитларни ҳисобга олмайдилар.

7. Ёрдам кўрсатувчи хизматлар маҳаллий ҳамжамиятларда потенциал фойдаланувчилар гуруҳлари билан алоқа қилмайдилар ва шунинг учун ҳам маҳаллий ҳамжамиятлардаги оилаларнинг реал ҳаёти ҳақида кам маълумотга эгадирлар.

8. Ёрдам кўрсатувчи хизматлар бошқа хизматларга боғлиқ бўлмаган ҳолда иш олиб борадилар ва бошқа ташкилотлар билан ҳамкорлик қилмайдилар, шунинг учун ҳам уларга оилаларнинг талабларини ҳар томонлама ва самарали қондириш қийин кечади.

Оилаларнинг кучли томонларига асосланган ёндашув

Кўпинча, оилаларни қилишлари керак бўлган нарсаларни бажармаганликлари учун айблайдилар. Улар фарзандлари билан бирга ўйнамайдилар, тиббий кўриклардан ўтмайдилар ёки эмлаш кунини ўтказиб юборадилар, ўз болаларини етарли даражадаги жисмоний фаоллик ва рационал овқатланиш билан таъминламайдилар, кеч бўлганда вақтида ўринларига ётмасликка рухсат берадилар ва бошқалар. Патронаж ҳамшираси оилалар билан ишлашда тахминларга асосланмаслиги лозим, ота-оналар мавжуд тўсиқлар ҳақида гапириб беришлари билан бирга муаммони кўриб чиқишга ва уни ҳал қилишга тайёр бўладилар.

Кўпроқ бошқа маданий гуруҳларга ёки аҳолининг имтиёзи камроқ бўлган табақага мансуб оилаларни айблаш осонроқ. Кўпинча, оилаларни ижтимоий мавқеидан келиб чиққан ҳолда компетентмас деб нотўғри хулоса чиқарилади. Ақсинча, оилаларнинг имкониятларини кенгайтиришга қаратилган ёндашувда муаммолар, танқислик ва патологияларга эмас, балки кучли томонлари, қобилиятлари ва уларнинг имкониятига эътиборни жамлаш лозим.

Оилаларнинг кучли томонларига асосланган ёндашув куйидаги тамойиллар негизида қурилади:

1. Ҳар бир инсон, гуруҳ, оила ва ҳамжамият кучли томонларга эга. Бундай ёндашувда ҳар бир инсон, оила, гуруҳ ёки ҳамжамиятда мавжуд бўлган ресурслар, активлар, донолик ва билимни аниқлаш, мобилизация ва ҳурмат қилишга ҳамда уларнинг кундалик ҳаётини ўзгартиришга бўлган имкониятига эътибор жамланади.

2. Жароҳат ва ёмон муносабатда бўлиш, касаллик ҳамда кураш инсонларни яралаши, шунингдек, уларни қийинчиликларни енгишга рағбатлантириши ва имкониятларнинг манбаси бўлиши мумкин. Салбий ҳаётий тажриба, шунингдек, алоҳида инсонлар, оилалар ва ҳамжамиятларга имкониятлар беради деб тасдиқлаш, бундай ҳаётий тажриба оғриқ бериши ва бу из қолдиришини англамасликни билдирмайди. Кучли томонларга асосланган ёндашувда қийинчиликларга дуч келадиган

инсонлар бардошли ва зеҳнли бўладилар ҳамда қийинчиликларни енгиш бўйича уларнинг стратегияларини ўрганиш лозим.

3. Ўсиш ва ўзгаришларга бўлган имкониятининг юқори чегараларини билмасликдан келиб чиқиши лозим. Алоҳида инсонлар, гуруҳлар ва ҳамжамиятларнинг интилишларига жиддий ҳамда ҳурмат билан муносабатда бўлиш керак. Инсонларнинг ҳаётида вердикт (ҳукм) бўлиб қолувчи баҳолаш ташхис ёки хусусиятларни чеклаши мумкин. Оилаларга нисбатан юқори кутилган натижаларга эга бўлиб ва умид, орзу, кадриятлар ҳамда интилишларни йўқотмасликда кўмаклашиб, оилаларни қўллаб-қувватлаш ҳамда уларга ўз фарзандлари учун яхши имкониятларни яратишга ёрдам бериш зарур.

4. Ҳамкорлик қиладиган оилаларга сифатли хизмат кўрсатилиши шарт. Оилаларга фасилитатор нуқтаи назаридан ёндашиш ва улар билан ҳамкорлик қилганда (махсус маълумот, анжомлар ва тажрибага эга ҳолда, улар билан баҳам кўришга тайёр бўлиш), «вазият» билан эмас, балки оилалар билан ишлаш керак.

5. Ҳар бир муҳитда ресурслар мавжуд. Ҳар бир муҳитда кўпгина инсонлар, оилалар, норасмий гуруҳлар, ассоциациялар ва муассасалар мавжуд бўлиб, улар бошқаларга ёрдам беришни истайдилар. Уларда имконият бўлганда ўз билимлари, алоҳида қобилиятлари, вақти, жойи ва шу каби бошқаларга керак бўлган ресурсларни таклиф қилиб, ўз ҳиссаларини кўшадилар. Маҳаллий ҳамжамиятларда фойдаланишга тайёр бўлган манбалар, ҳамкорлик ва кучли томонлар мавжуд.

6. Яхши муносабат, ғамхўрлик ва контекст. Инсонларнинг фаровонлиги, аслини олганда, ғамхўрлик ва яхши муносабат билан боғлиқ. Оилалар, гуруҳлар ва маҳаллий ҳамжамиятлар ўз аъзолари ҳақида ғамхўрлик кўрсатишларига имкон бериш лозим.

Кучли томонларни аниқлашда қуйидагиларни ҳисобга олиш зарур:

1. Инсонлар ўзлари ва хизматлар тўғрисида керакли маълумотларни билиб олдилар. Инсонлар қийинчиликларни енгиб, нималаргадир эришиш билан ўрганадилар. Бардошли бўлиш ички ресурслар ва атрофдаги ресурсларнинг ўзаро таъсири, шунингдек, инсон дуч келадиган хавф омиллари оқибатида юзага келади.

2. Шахсий сифатлари, хусусиятлари ва кадр-қиммати. Қийинчиликларни енгиб, инсонлар қандай истеъдод, ютуқлар ёки ресурсларга таянишлари мумкинлигини тушуна бошлайдилар. Бошқа ҳолатларда инсонлар олдидарида турган қийинчиликларни енгиб ўтиш учун янги кучли томонларини ва ресурсларни ишлаб чиқарадилар: ижодий қобилиятлар, маънавийлик, ҳазил-мутойиба, ғамхўрлик ва бошқалар.

3. Уларни ўраб турган муҳит ҳақидаги билимлари. Билим турли манбалардан пайдо бўлади, улар орасида: маълумот, маданият, реал ҳаётий тажриба. Дунёни билиш билан кўникмалар ва қобилиятлар ишлаб чиқарилади. Масалан, оилалар турар-жой тизими ҳақида кўпроқ

билишлари мумкин. Бироқ бу билимлардан фойдаланилмайди, буни фақат кузатиш ва суриштириш орқали аниқлаш мумкин.

4.Мавжуд истеъдодлар. Кўпинча, инсонларда ажойиб истеъдод борлиги аниқланади. Масалан, улар кўшиқ айтишни биладилар, яхши ёзадилар, расм чизадилар ёки қандайдир ҳунарга эга бўладилар. Бироқ инсонлар бу истеъдодларини тилга ҳам олмайдилар, чунки улар буни муҳокамага ҳеч қандай алоқаси йўқ деб ўйлайдилар. Агар бу ҳақида аниқлик киритилмаса, унда бу истеъдодларни мобилизация – жалб этиш имконияти қўлдан чиқарилади. Улар тўғридан-тўғри оиланинг интилишлари билан боғлиқ эмас, лекин мақсадга эришишда ёрдам берувчи кўшимча ресурслар ва анжомлар бўлиб хизмат қилишлари мумкин.

5.Маданият, шахсий тафсилотлар ва донолик. Бу кучли томонлар барқарорлик манбаси бўлиб ҳисобланади, шунингдек, шахснинг дунёдаги ўрнини кўрсатади. Тарих, афсона ва маданият қийинчиликларни енгишда ҳаётга мазмун ва илҳом бағишловчи таъсир кўрсатадиган манба бўлиб ҳисобланади.

6.Ғурур. Инсонлар қийинчиликларни енганларида ва тақдирнинг ўзгарувчанлигига қарши тура олганларида уларда ғурурланиш ҳисси ривожланиши мумкин ва у ҳаётда ютуққа эришиш тушунчаси пайдо бўлади. Одатда, уялиш пардаси ортида алоҳида ҳиссиёт – «омон қолиш ғурури» ни аниқлаш мумкин.

7. Жамиятдаги ўзаро мулоқотлар. Ўзаро мулоқот давомида инсоннинг жисмоний, шахслараро ва институционал кучли томонлари эътиборга олиниши керак. Инсонлар фақат олиш билан эмас, балки ниманидир бериш билан ҳам фойда чиқарадилар, чунки бу жамиятга бўлган мансубликни мустаҳкамлайди, уларга куч беради ва уларнинг имкониятини кенгайтиради. Патронаж ҳамшираси ўз фаолияти доирасида айрим оилаларнинг ҳимоячиси бўлади.

- Оила эҳтиёжлари тўғрисида яхши хабардор.
- Давлат ва нодавлат ташкилотлар орқали ресурсларга эга бўлиш мумкинлигини билади.
- Мижоз/оилаларга мавжуд хизматларни олишга ҳалақит берадиган асосий тўсиқларни билади.

Натижада, баъзан ўз оилалари бошқа муассасалар номидан ҳаракат қилиши мумкин. Масалан, ижтимоий жиҳатдан ажралиб қолган оилаларга муниципал (ҳудудий/махаллий) хизматдан туғилганлик ҳақидаги гувоҳномани ёки бошқа шахсий ҳужжатларни олишга ёрдам бериши; ривожланишида оғир нуқсонлари мавжуд бўлган боланинг оиласига мутахассиснинг уйда кўрувини ташкиллаштириш, транспорт масалаларида ёрдам кўрсатилишига кўмаклашиш; ёки болаларни ҳимоя қилиш ёки шу масала билан боғлиқ бўлган оилаларни қўллаб-қувватлаши мумкин. Агар бирор умумий салбий ҳолат, масалан, айрим маргинал (ҳар хил ижтимоий гуруҳлар/ тизимлар чегарасида туриш ва уларнинг қарама-қарши меъёр, қадриятларини ҳис қилиш), яъни оила болаларини мактабгача таълим

муассасасига қабул қилмаслик муаммосига дуч келса, ишлар қамровини кенгайтириш учун бу мавзуда тегишли органлар билан иш олиб бориши ва биргалашиб ота-оналар учун ахборот учрашувларини ташкил қилиши мумкин. Эрта ёшдаги болаларнинг соғлом ривожланиши учун ресурсларни ошириш, ота-оналар гуруҳлари ёки ота-оналарни қўллаб-қувватлаш гуруҳларини яратишга ёрдам бериш ва маҳаллий фуқаролик жамияти ташкилотлари билан ўзаро ҳаракатларни енгиллаштириши мумкин.

Ушбу мураккаб мажбуриятларни уддалаш учун қўшимча таълим олиш (масалан, ижтимоий ва болалар ҳимояси ҳамда муҳофазаси қоидалари, низоларни ҳал қилиш ва кескин вазиятдаги аралашув, ривожланишдаги тўхтаб қолишлар, шунингдек ногирон болалар оилаларини қўллаб-қувватлаш тўғрисида ва бошқалар) имкониятларини излаш лозим. Ҳамкорларнинг ёрдами талаб қилинадиган асосий эҳтиёжлар аниқлангандан сўнг, бирга бундай оилаларнинг мураккаб эҳтиёжларини қўллаб-қувватлаш учун жамоа яратиш мумкин. Вазиятни бошқарадиган менежер ролини бажарганда, вазиятларни бошқаришга оид тартиб-қоидаларга амал қилиш керак. Кўпинча, мураккаб эҳтиёжларга эга бола ва оила вазиятини бошқарувчи менежер вазифасини педиатр ёки бошқа мутахассис бажаради. Бундай вазиятларда патронаж ҳамшира жамоа аъзоси бўлиб қолаверади ва оила билан иш олиб бориш учун ишониб топширилган вақт давомида уларни парваришлаш узлуксизлигини таъминлаб туради.

Вазиятни бошқариш жараёни ҳар бир оиланинг аҳволини баҳолаш; режаларни ишлаб чиқиш; оила томонидан олинадиган барча хизматларни мувофиқлаштириш; оила билан олиб бориладиган барча фаолият турларини бошқариш ва мониторинг қилиш; оиланинг қўшимча хизматларга бўлган эҳтиёжларини баҳолаш ҳамда хизматларни доимо мониторинг қилиш ва кузатиб боришни ўзига киритади. Соғлигида муаммолари мавжуд бўлган, ногирон ёки ривожланиши орқада қоладиган янги туғилган чақалоқлари ёки эрта ёшдаги боласи бор бўлган оилалар учун эрта аралашувни қўллаб-қувватлаш бўйича ва мослашувчан кўп ҳамкорли тизим муҳим аҳамиятга эга. Асосий мақсад ҳар бир боланинг **халқаро фаолият юритиш таснифига (ХФТ)** мувофиқ жамият ҳаётида иштирок этиш ва фаолият юритиш қобилиятини мувофиқлаштириш учун унинг аклий, жисмоний, ҳиссий ва ижтимоий эҳтиёжларини қондиришдан иборат. ЖССТ доирасида ишлаб чиқилган бўлиб, ХФТ-индивидуал ва аҳоли даражасида саломатлик ҳамда ногиронлик ҳолатини баҳолаш ҳисобланади.

Патронаж ҳамширалари боланинг умумий эҳтиёжларини аниқлаш ва оилани хизматлардан баҳраманд бўлишга йўналтиришда муҳим рол ўйнайдилар. Мавжуд усул доирасида (бунда саломатлик ёки ривожланиш билан боғлиқ бўлган ҳар бир муаммони ҳал қилиш учун биттадан мутахассис қўшилади) мутахассислар билан кўп сонли учрашувлар, баҳолаш ва кўриклардан ўтиш, такрорлаш, қарама-қарши ҳаракатлар ва

аниқлик йўқлиги ҳолатларини оилалар эплей олмаслиги мумкин ҳамда буларнинг барчаси уларнинг руҳий таъсирланиши, саросимага тушиб қолиши ва хавотирланишини оширади. Шунингдек, бола шу қадар кўп сонли одамларнинг эътиборидан толиқиб қолиши мумкин.

Янги ёндашув кўп тармоқли мувофиқлаштиришни қўллайди. «Болага ёрдам бериш учун бир жамоага бирлашиш» (Teaming around child – ТАС) ёндашуви орқали турли ҳамкор ва идораларнинг хизматлар таъминотчилари кўп сонли касалликлар ҳамда чоралар тўғрисидаги фикрлардан бола эҳтиёжларини тўлиқ қондиришга ўтади. Бола ва оилани қўллаб-қувватлаш учун ягона идоралараро ҳаракатлар режаси яратилади ва амалга оширилади.

Патронаж ҳамшираси биргаликда ишлаб чиқилган ва қуйидагилардан иборат бўлган режага мувофиқ ишни таъминлаб берадиган жамоанинг аъзосига айланади:

- хонадонларга қўшимча ташриф қилиш;
- имкониятлари чекланган ёки ривожланишида муаммолари мавжуд бўлган болани тарбиялашда ҳиссий аспектларни енгиб ўтишда оилаларга ёрдам бериш;
- шароитлар ва парваришни мослаштиришда оилаларга кўмаклашиш;
- ёрдамчи хизматлар билан ишлашда оилаларга ёрдам бериш
- оилалар манфаатларини қўллаб-қувватлаш бўйича ишларни амалга ошириш.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР

1. https://www.issa.nl/modules_home_visitorsResource Modules for Home Visitors: Supporting Families for Nurturing Care
2. Буйруқ №420. Болаларга амбулатор-поликлиника муассасаларида тиббий хизмат кўрсатишни янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида. 2 ноябр 2015 й.
3. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/92106> БКИУОБ Болалар касалликларини интеграллашган усулда олиб бориш
4. Патронаж ҳамширалари амалиётида «БОЛАНИНГ СОҒЛОМ БЎЛИШ АСОСЛАРИ» модулини қўллаш асослари. Ўқув қўлланма. 2013й.
5. Бирламчи тиббий санитария ёрдами, ижтимоий ҳимоя, жамоа саломатлиги, шунингдек, тиббий-ижтимоий реабилитация хизматларини интеграллаш асосида мультипрофилли патронажи. Бирламчи тиббий санитария ёрдами муассасаларида амалга ошириш бўйича йўриқномалар. Астана, 2018 й.
6. Balmain, M. (2002). Age-by age guide to reading to your baby. AmericanBaby. Манба: [Ҳар хил ёшда сизнинг болангиз учун таълим

- бериш бўйича қўлланма. Америка боласи.] <http://www.parents.com/baby/development/intellectual/age-by-age-guide-to-reading-to-your-baby/>
7. Brown, N. (2002) The Power of Play: A Strategy to Meet the Developmental and Learning Needs of Young Children. UNICEF. [Браун, Н. (2002) Ўйин кучи: Кичик ёшдаги болаларнинг таълимга эҳтиёжи ва ривожланишдан қониқиш бўйича стратегия. ЮНИСЕФ]
8. Goodman, S.H. et al (2014). Maternal depression in association with fathers' involvement with their infants: spillover or compensation/buffering? *Infant Mental Health Journal*, 35(5), 495–508 (Гудман, С.Х. ва бошқалар. Оталарнинг болаларни парвариш қилишдаги иштироки нуқтаи назаридан оналарнинг тушкунлиги: ножўя таъсир ёки компенсация/буферизация? Гўдакларнинг рухий саломатлиги журнали)
9. Copple, C., & Bredekamp, S. (Eds.). (2009). Developmentally appropriate practice in early childhood programs serving children from birth through age 8 (3rd ed.). Washington, DC: National Association for the Education of Young Children. [Туғилгандан 8 ёшгача болалар учун илк болаликни ривожлантириш дастурларига мос келадиган амалиёт (3-нашр). Вашингтон, Колумбия округи: кичик ёшдаги болаларга таълим бериш бўйича миллий уюшма] cspc.gov
10. Day, C., Morton, C., Ibbeson, A., Maddison, S., Pease, R., Smith, K. (2014) Antenatal/Postnatal Promotional Guide: Evidence-based intervention. *Journal of Health Visiting*. 2(12):658-669.
11. DE MENDONÇA, J.S. ET AL. (2015). Father-child interactional synchrony in Brazilian families with maternal depression. *The International Society for Human Ethology*, 30(1) (ДЕМЕНДОНСА, Ж.С. ва бошқалар. Онаси депрессияга тушган Бразилия oilаларида ота-боланинг синхрон ўзаро муносабатлари. Инсон этологияси Халқаро жамияти) January 27, 2014 from <http://www.dspp.com/papers/fonagy2.htm> maternal and child depressive symptoms. *Depression and Anxiety*, 30(1), 31–38 (Гир, Дж.К. ва бошқалар. Она ва боладаги депрессия белгилари билан отанинг рухий саломатлиги ўртасидаги муносабатларнинг ҳимоя омили сифатида. Депрессия ва хавотир) *Growth in babies and Young Children*. Perseusbooks. Geneva: International Child Development Programmes and World Health Organization. [боланинг ривожланиши Халқаро дастурлари/ЖССТ (1997.).
12. Рухий саломатликни муҳофаза қилиш бўйича дастур: болаларни рухий-ижтимоий ривожланишини йўлга қўйиш мақсадида она/бола ўртасидаги боғлиқликни яхшилаш. Осло ва Женева: ЖССТ ва болаларнинг ривожланиши бўйича Халқаро дастурлар]
13. Kidshealth.org. Reading books to babies. . [Гўдакларга овоз чиқариб ўқиш.] 20 март 2015 йил кўриб чиқилган. http://kidshealth.org/parent/growth/learning/reading_babies.html# 384, 1775–1788 (Говард, ЛМ ва бошқалар. Туғуруқдан кейинги даврда психик бўлмаган рухий ўзгаришлар. Ланцет журнали).

14. Jones, I. et al. (2014). Bipolar disorder, affective psychosis, and schizophrenia in pregnancy and the post-partum period. TheLancet, 384, 1789–1799. Джонс, Ай. Ва бошқалар. Ҳомиладорлик ва туғуруқдан кейинги даврларда биполяр ўзгаришлар, аффектив психоз ва шизофрения. Ланцет журналли.

Қўшимча маълумот ёки видеомаълумот учун

- 1.Center on the Developing Child: Harvard University website: <http://developingchild.harvard.edu/>
- 2.Child development Institute. [Институтразвитияребенка.] <http://childdevelopmentinfo.com/> child-development/play-work-of-children/pl5/
3. Irwin, L. G., Siddiqi, A., & Hertzman, C. (2007). EARLY CHILD DEVELOPMENT: A POWERFUL EQUALIZER FINAL REPORT FOR THE WORLD HEALTH ORGANIZATION'S COMMISSION ON THE SOCIAL DETERMINANTS OF HEALTH. Retrieved from World Health Organization
4. Nurse Family Partnership website: <http://www.nursefamilypartnership.org/>
5. The Institute of Health Visiting website: <http://www.ihv.org.uk/>
6. The international council of nurses website: <http://www.icn.ch/>
7. Илк ёшдаги болаларнинг ривожланиши бўйича етакчи тажрибалар маркази(CEECD) <http://www.excellence-earlychildhood.ca>
8. Гарвард университетида болалар ривожланиши бўйича марказ (CDC / Гарвард) <http://developingchild.harvard.edu> 200. babycentre.co.uk

МУНДАРИЖА

1. Илк болалик йиллари
2. Ривожланиш жабҳалари
3. Бола ривожланишининг дастлабки уч йилида мия ривожланиши
4. Эрта болаликка йўналтирилган сармоянинг самарадорлиги
5. Болани тарбиялаш санъати
6. Болалар билан ижобий муносабатларнинг аҳамияти
7. Ота-оналар ва болалар ўртасидаги муносабатлар
8. Болалар билан сўзлашиш
9. Болалар билан ўйинлар ўйнаш
10. Болалар учун китоб ўқишнинг аҳамияти
11. Уй мухити ва хавфсизлик
12. Жароҳатлар ҳақида умумий маълумот
13. Бола парваришига оталарни жалб қилиш

