

Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги  
Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими вазирлиги  
Республика "Оила" илмий-амалий Маркази

**1001**  
**САВОЛГА**

**ПСИХОЛОГНИНГ**

**1001**  
**ЖАВОБИ**

Психология фанлари доктори, профессор  
Ф.Б. ШОУМАРОВ таърири остида

Тошкент – "Меҳнат" – 2001

Китоб ЮНЕСКО, ЮНПФА лойиҳасига биноан  
ЧОП ЭТИЛМОҚДА

Китоб Файрат Шоумаров, Нурмат Соғинов, Эркин Сатторов, Шариф Баротов, Комилжон Пўлдошев, Эсонбой Усмонов, Бахриддин Умаров, Холмурод Каримов, Фахриддин Рўзикулов, Исмоил Ҳайдаров, Рустам Самаров, Марат Утепбергенов, Гулбаҳор Ниёзматова, Ёқутхон Нурмонова, Дилбар Абдуллаева, Нурҷаҳон Исмоилова, Феруза Акрамова, Файзулла Аҳиёуллоев, Шавбаҳор Салова, Гўзал Солихова, Рустам Душановлар томонидан тавёрланди.

*Тақризчилар:* **В. КАРИМОВА** — психология фанлари доктори, профессор, **М. ОТАЖОНОВ** — психология фанлари номзоди, доцент.

**1001 саволга психологининг 1001 жавоби:**  
(ЮНЕСКО, ЮНПФА лойиҳаси асосида) — Т.: Меҳнат,  
2001 — 192 б.

ББК 88.5

Ж  $\frac{0303020000-3}{M359(04)-2000}$  ЭЪЛОНСИЗ — 2001

ISBN 5-8244-1388-6

© «Меҳнат» нашриёти, 2001 й.

# КИРИШ

*XXI аср интеллектуал авлоднинг замони*

Ислом КАРИМОВ

Азиз китобхон! Ҳар биримиз ниҳоятда қисқа, шу билан бирга сермазмун, такрорланмас ва мураккаб бўлган ҳаётимизда жуда кўп жумбоқли вазиятларга дуч келамиз. Ўз-ўзидан улардан чиқиш йўлларини қидирамиз. Ҳаёт, тақдир қўйган саволларга жавоб нзлаймиз. Баъзан малакали маслаҳатчини топамиз. Гоҳида эса маслаҳатчиларимизнинг савияси мурожаат қилган масаламиз юзасидан ўзимизнинг билимларимиздан қолишмаслигига амин бўламиз. Натижада, нотўғри, бузилган тасаввурлар шаклланиб, у ҳаётгий муаммоларни тўғри талқин этиш ва ечишга имкон бермайди ёки зарар келтиради.

Жавобсиз қоладиган, малакали маслаҳатгўй топишда қийналадиган масалаларимизнинг аксарияти бевосита ўз шахсимиз, ўсиб-улғайишимиз, жинсимиз, атрофдагилар билан бўладиган муносабатларимиз, онла куришимиз, турмуш тарзимиз, ҳиссиётларимиз, шу жумладан севги-муҳаббатнинг ифодаланиши билан боғлиқ бўлади. Ёшлар учун бу масалаларни ниҳоятда долзарблиги ҳолида, айниқса, балогат ёшига етиш билан содир бўладиган ўзгаришлар, бўлажак ота-оналар соғлом болани дунёга келтириб, ундан баркамол шахсни шакллантириш эзгу орзу, муқаддас бурч ва долзарб вазифамиз эканлигини Президентимиз 2000 йил 24 февралда «Соғлом авлод Давлат дастури» бўйича тузилган республика комиссияси аъзолари билан учрашувда алоҳида таъкидлаб ўтдилар. Биз учун муҳим бўлган савол жавоби йиллар ўтганидан, фурсат бой берилганидан, масала-

ни долзарблиги йўқолганидан кейин эмас, балки ўша кун, ўша соатда зарур бўлади. Акс ҳолда баъзан тўғри талқин ва жавобни ўз вақтида топа олмаслик, ҳатто фожиали ҳодисаларга олиб келган мисолларни ҳам биламиз. Инсоннинг кўп ҳолларда атроф-муҳит, табиат ва унинг қонуниятлари, ўзгаришлари хусусидаги билими ўз шахсини англашига нисбатан бир неча баробар ортиқдир.

Парадокс, аммо факт шуки, энг саёз, нотўғри билим ва тасавурларимиз ўз шахсимиз ҳақидагилардир. Юқоридагиларни ҳисобга олиб, мавжуд муаммони бироз бўлса ҳам енгиллаштириш мақсадида, шахе ўзи ҳақида тўғри билимларга эга бўлиб, потенциал имкониятларидан ўзи, яқинларни, оиласи, Ватани, халқи учун янада самаралироқ фойдаланиш мақсадида «1001 саволга психологнинг 1001 жавоби» китобини бир неча қисмларда чоп эттиришни лозим топдик. Китобнинг VII бобини тайёрлашда А.Б.Ёрқулов таҳрири остида тайёрланган махсус адабиётдан айрим материаллар олинган.

Китоб ЮНЕСКО, ЮНИФА лойиҳасига кўра ўқувчи-ёшлар билан ўтказилган суҳбат ва уларнинг саволлари асосида тайёрланди. Ингит-қизларнинг берган саволларига илмий-оммабоп тарзда ифодаланган жавоблар мазкур тўпلامдан ўрин олган.

## СИЗНИ БЕФАРҚ ҚОЛДИРМАЙДИГАН ФИКРЛАР

❖ Агар аёл эркак устидан ҳукмронлик қилиш учун яратилган бўлганида, уни эркакнинг бошидан яратган бўларди. Агар эркакнинг қули сифатида яралганида, уни эркакнинг оёғидан яратган бўлар эди. Худо аёлни эркакнинг тенг ҳуқуқли дўсти, ёри сифатида яратгани учун ҳам уни эркакнинг қобирғасидан, юракка яқин жойидан яратди.

*(Августин)*

❖ Аёлнинг ўзга аёллардан фарқи бизни севиб қолишимизга сабабчи бўлса, унинг ўзга аёлларга ўхшашлиги (умумий томонлари) сеvgи ҳиселаримизнинг тез ўтиб кетишига имкон беради.

*(Ж.Деваль)*

❖ Аёл билан танишиш учун бир неча дақиқа етарли, уни яхши билиш учун йиллар керак, ҳаққоний ва тўлиқ билиш учун эса у билан ажралиш керак.

*(Х. Сафрин)*

❖ Аёл қалбини очадиган калит камдан-кам эркакларда бўлади. Аксарият эркаклар қалб қулфини лўм билан очадилар.

*(Л. Дзевецкий)*

❖ Аёллар эркакларни бахтли қилишнинг битта йўлини, бахтсиз қилишнинг эса мингта йўлини биладилар.

*(Г. Гейне)*

❖ Ақлли аёл учун эркак муаммо эмас, аксинча, муаммонинг ечимидир.

*(С. Габор)*

- 
- ◆ Аёлларнинг портлашига ишонамасангиз, биттасини ташлаб кўринг.  
*(Д. Либерман)*
  - ◆ Аёл танасининг эркаклар учун энг қадрли қисми — унинг оёқларидир, шу туфайли ҳам улар аёллар оёғига йиқиладилар. Аёллар эса эркак танасида унинг бошини қадрлайдилар, шу сабабли ҳам унинг бошига чиқиб олишга интиладилар.  
*(С. Врублевский)*
  - ◆ Аёллар учун бўйдоқларнинг икки тури мавжуд. Биринчилари тутиш қийин бўлган бўйдоқлар. Уларни аёллар тута олмайдилар ва шу бондан оила бўйинтуруғини сола олмайдилар. Иккинчиларини тутиб олиш жуда осон, аммо тутишдан фойда йўқ.  
*(А. Ратнер)*
  - ◆ Бир шахсини иккинчи шахсга жонли қизиқини учинчи одамнинг дунёга келишига сабабчи бўлади.  
*(Х. Ягодзиньский)*
  - ◆ Бир-бирини билиш — бу бир-бири ҳақида ҳамма нарсани билиш эмас; бу бир-бирига нисбатан ишончли ва ёқимли муносабатда бўлиш, бир-бирига ишониб демакдир. Одам бошқа шахсининг руҳий оламига бостириб кирмаслиги керак.  
*(А. Швейцар)*
  - ◆ Бўйдоқлик — бу аёлларга бўлган севги-муҳаббатнинг бениҳоя кучлилиги оқибатидир.  
*(А. Ратнер)*
  - ◆ Баъзан ҳаётда бениҳоя нафис гул кўчада очилади ва уни биринчи учраган одам узиб кетади.  
*(В. Гюсегорчик)*
  - ◆ Бўйдоқнинг уйлангандан фарқи нима? Бўйдоқ уй ишларининг ҳаммасини ўзи қилади, уйлангани эса хотини мажбур қилади.  
*(К. Мелихан)*
-

- 
- ◆ Беладонна: Италияда бу гўзал аёлдир, Англияда эса кучли заҳардир. Икки тил асосидаги бу ўхшашлик кишини ҳайратга солади.

*(А. Вирс)*

- ◆ Гўзал аёлни севмаслик жиноят ҳисобланса, уни севиш жазодир.

*(В. Девятый)*

- ◆ Гарчи шунча мағрур турса ҳам  
Пиёлага эгилур чойнак.  
Шундай экан манманлик нечун,  
Кибру ҳаво нимага керак?

Камтарин бўл, ҳатто бир қадам

Ўтма ғурур остонасидан.

Пиёлани шунингчун инсон

Ўпар доим пешонасидан.

*(Э.Воҳидов)*

- ◆ Дунёда аёл кишини мендан кўп биладиган эркекнинг ўзи йўқ. мен эса ҳеч нарса билмайман.

*(С. Хикс)*

- ◆ Ёмон хотин ҳаётни заҳарлайди, яхшиси эса жонга тегади. Улар орасидаги фарқ ана шунда, холос.

*(Л. Дзевецкий)*

- ◆ Келин-куёв ипкоҳга қадар ҳамма нарсага кўзларини каттароқ очиб қарашлари, никоҳдан кейин эса баъзан кўриб кўрмаганга олишлари керак.

*(Мадлен Скюдери хоним).*

- ◆ Камтарлик обрўни оширади, лаёқатсизликни яширади.

*(Ф.Ларошфуко)*

- ◆ Муҳаббат — гулшандир, чиройи ҳам этгай мафтун,  
Муҳаббат — гулдир, ажаб ҳиди маст этгай бутун.  
Муҳаббат — оловдир, ишқ ўти ёндиргай гулгун,  
Муҳаббат — ҳаётдир, билсанг қадрин бўлгай бутун.

*(И.Иномов)*

- 
- ◆ Муҳаббат энг қадимий ва навқирон тушунча. У шу кунгача қарнган эмас, бундан кейин ҳам қармайди. У ҳаминша офтоб янглиғ қалбга яқин, аммо ҳар бир замон, ҳар бир авлод ва ҳар бир қалб унинг янада янги, мазмунли, кўркам ва файзли бўлишига ўз ҳиссасини қўшади.  
*(Т. Қораев)*
  - ◆ Муҳаббат инсониятни ҳайвонот оламиндан суғуриб олган кучдир.  
*(З.Фрейд)*
  - ◆ Муҳаббат деган нарса жуда оз кишига насиб бўладиғон бир дурин бебаҳодир.  
*(А.Қодирий)*
  - ◆ Муҳаббатнинг минг қирраси бор, ҳар бири ўз нури, ўз ҳиссаси, ўз бахти ва ўз бетакрор бўйига эга.  
*(К. Паустовский)*
  - ◆ Муҳаббатнинг давоси никоҳ.  
*(А. Унековский)*
  - ◆ Никоҳ — ҳаёт мактаби бўлиб, унда ўқувчи роли кўнроқ эркакларга тушади.  
*(Ю. Булатович)*
  - ◆ Никоҳ узун бу оила занжирининг биринчи ҳалқасидир.  
*(Ж. Петан)*
  - ◆ Никоҳ бу сенинг телба эканлигингни аниқлаб берувчи энг қимматли усулдир.  
*(Д. Пешков)*
  - ◆ Никоҳ шундай бир романки, унинг бош қаҳрамони биринчи бобдаёқ ўлади.  
*(Л. Питер)*
  - ◆ Никоҳ қайчи каби турмуш ўртоқларни бир-биридан тез-тез узоқлаштириб туради, лекин уларнинг орасига туша кўрма.  
*(Инглиз афоризми)*
-



- 
- ◆ Никоҳ кечаси — бу икки бошида бир хаёл.  
(Я. Гросс)
- ◆ Одам сабрли ва яхши ахлоқли бўлмаса, ҳалол мол топиб, ҳалол касб қилмаса, бундай одамнинг уйланмагани яхшироқдир. Ундай одам уйланса, замон ва охиратига зарар етказди.  
(А. Доиши)
- ◆ Рашк бу бошқалардан кўра ўзига кўпроқ азоб бериш санъатидир.  
(А.Дюма)
- ◆ Рашкдан мақсад — хотиннинг ёмон йўлга киришининг олдини олшдир.  
(Аҳмад Доиши)
- ◆ Рашк касаллик каби кечга борганда кучаяди.  
(П. Лотан)
- ◆ Севиш дегани — бу ўзинидаги ва атрофимиздаги минглаб тўсиқларни енпиб ўтиш деганидир.  
(Ж.Ануи)
- ◆ Соф ёлғизлик — бу сени тушунмайдиган одам билан яшаш.  
(Э. Хаббард)
- ◆ Севги-муҳаббатга куч қолмаганда ҳам рашк қилиш учун куч топилди.  
(М. Домбровская)
- ◆ Тиббиёт фани кузатувларига кўра, буйдоқларнинг аксарияти ақдан озиб ўладилар. Уйланганларнинг аксарияти эса бу ёшга етишга улгурмайдилар.  
(А.Чехов)
- ◆ Уйланиш — бу ўз ҳуқуқининг ярмисидан кечиш, ўз вазифаларини эса икки баравар оширишдир.  
(А. Шопенгауэр)
-

- 
- ◆ Уйланиш — бу бамисоли лоторея, ammo унда ютук-сиз чиптани йиртиб ташлаш имконияти йўқ.  
(Л. Питер)
  - ◆ Уйланишга қарор қилиш эркак кишининг ҳаётида сўнгги мустақил қабул қилган қароридир.  
(В. Блоньская)
  - ◆ Уйланишдан, хотин олишдан ҳамманинг мақсади бир хил эмасдур. Баъзилари айш-ишрат қилиш, шахват нафсини қондириш учун уйланадилар, баъзилар хотин олган бой бўларкан деб, унинг молига қизиқарканлар. Яна бир хил одамлар фарзандталаб бўладилар. Баъзи бир одамлар гуноҳдан сақланиш учун уйланадилар. Яна бир қанчалари уй-рўзғор, саранжом-сарипшталиклари учун уйланадилар. Хотиннинг молига кўз тикиб уйланган кишидан кўра ақмоқроқ киши йўқдир.  
(А. Дошин)
  - ◆ Хушторингиздан ҳеч қачон у сизни нима учун севиниши сўраманг, агар у бу ҳақда чуқурроқ ўйлаб кўрса, балким сизда севинишга арзигулик ҳислатнинг ўзи топилмай қолиши мумкин.  
(К. Мелихан)
  - ◆ Хотин танлашда адашмаслик кафолати фақат Одам Атога насиб қилган ҳолос, чунки унда Момо Ҳаводан ўзга аёл бўлмаган.  
(Августин)
  - ◆ Эркакни миллионер қилиш ҳар бир аёлнинг қўлидан келади, агар эркак миллиардер бўлса.  
(Ч. Чаплин)
  - ◆ Энг яхши кун — бугун  
Энг катта хато — умидсизликка берилиш  
Энг катта ожизлик — нафрат  
Энг катта тинчликни бузувчи — кўп гапирадиган одам  
Энг хавфли одам — ёлгончи  
Энг катта ҳаёт — ҳамжиҳатлик ҳисси
-

- 
- ◆ Сен беришинг ёки олишинг мумкин бўлган энг катта совға — севги!  
(Ж.Ануй)
  - ◆ Эркак киши аёлни чанқоқдан азоб чекиб сувга интилаётган йўловчидек севади. Ундан ўз ҳирсини (эҳтиёжини) қондириб бўлганидан сўнг у ўзи талпинаётган предметга қизиқишини йўқотади. Аёл киши эркакни иссиқдан толиқиб салқинга интилаётган йўловчидек севади. У ҳатто ўзи хоҳлаган нарсага эришса ҳам у севгига тўймайди.  
(С. Сюэмо)
  - ◆ Эркакларнинг хотираси жуда заиф бўлади. Улар баъзан оилали эканликларини ҳам унутиб қўйишади.  
(С. Гитри)
  - ◆ Эр-хотин ёстиқдош бўлгунларига қадар бир-бирларининг одатлари, феъл-атворлари ва характерларини мукамал ўрганмаган экан, улар бахтли бўлолмайди.  
(Оноре де Бальзак)
  - ◆ Эркаклар аёллар учун биринчи бўлишни, аёллар эса эркаклар учун сўнггиси бўлишни орзу қиладилар.  
(О. Уайльд)
  - ◆ Эркаклар аёлларга нисбатан яхши ҳаёт кечирадилар, чунки улар биринчидан кечроқ уйланадилар, иккинчидан эса олдинроқ оламдан кўз юмадилар.  
(Г. Л. Менкен)
  - ◆ Эрини севадиган хотин эри учун ҳар нарсага тайёр. Фақат икки нарсадан воз кеча олмайди. Бу — эрини тарбиялаш ва унинг хатти-ҳаракатларини танқид қилишдир.  
(Д. Пристли)
  - ◆ Эркаклар ҳулқида мантиқ етишмайди: улар барча аёллар бир хил бўлади, дейишади-ю, аммо уларни доимо алмаштириб турадилар.  
(С. Колетт)
-

- 
- ◆ Эроген «зона»лар қаторига эркаклар ҳамёнини ҳам киритса бўлади.  
(Л. Кумор)
- ◆ Эллик ёшдаги эркаклар ўзга ёшдагиларга нисбатан анча хавфлидирлар, чунки улар қимматли тажриба ва маблагга эгадирлар.  
(О. Бальзак)
- ◆ Яқин одамга нисбатан бўладиган севгининг икки тури мавжуд: агар биз бошқа одамга нисбатан бўлган ўзимизнинг севги ҳиссимизни севсақ — бу севги, агар биз бошқанинг бизга нисбатан бўлган севгини севсақ — бу дўстлик.  
(В. Ключевский)
- ◆ Яхши оила қурмоқ учун биргина муҳаббат кифоя эмас. Катта дўстлик ҳам керак. Шундай ҳам бўлади: бир-бирларини севадилар, турмуш қуришни эса билмайдилар. Оила қуриш учун курашмоқ керак.  
(А. Корнейчук)
- ◆ Ўзгаларнинг бахтини ўйлаб, ўз бахтимизни топамиз.  
(Афлотун)
- ◆ Ҳаётда сени тўлиқ тушунадиган аёлни учратиш хавфлидир, чунки бу аксарият ҳолларда уйланиш билан тугайди.  
(О. Уайльд)
- ◆ Ҳеч бир аёл ақлсиз эркакни ақлли қила олмайди, аммо энг ақлли эркакни ҳам ақлу-хушини олиб қўйишга қодир.  
(В. Блонская)
- ◆ Аёл киши эркакни жаннатдан олиб чиқиб кетган. Аммо эркакни жаннатга олиб кирадиган ҳам аёлдир.
- ◆ Мутлақ вафоли эркакларни «Қизил китоб»дан қидириш лозим.
-

- 
- ◆ — Бир қарашдаёқ севиб қолиш мумкинми?  
— Бу қаерга ва қай муддатда қарашга боғлиқ.
  - ◆ Бир кўришдаёқ севиб қолишга айрим қизлар асосли равишда ишонмайдилар, чунки бир қарашдаёқ эркак кишини қанча даромад олишини аниқлаб олиш қийин.
  - ◆ Инсоният ўзининг пайдо бўлиши ва бахтли дақиқалари билан тунги соатлар олдида қарздордир. Эркак киши ўзини ёмон ҳис этса, аёл кишини қидиради. Агар жуда яхши ҳис этса, яна янгиларини қидиради.
  - ◆ Муҳаббат хасталигидан тезроқ қутулмоқчи бўлсангиз, севгилингиз шахсини яхшироқ ўрганинг.
  - ◆ Нима учун эркак ва аёл орасида маълум масофа сақланиши тавсия этилади? Чунки иккиси яқинлашган сари бир-бирини яхши кўра олмайди, бу эса муқаррар равишда кўнгилсиз тўқнашувларга олиб келади.
  - ◆ Одам Ато билан Момо Ҳаво жуда бахтли ҳаёт кечирришган, чунки уларда қайноналар ва қайнона-келин муносабатлари бўлмаган. Аммо улар бир масалада зеркишган, яъни ғийбат қиладиган одам бўлмаган.
  - ◆ Эркак бўйнига аёллар қанчалик кўп осилса, эркак ўзини шунча енгил ва мағрур ҳис этади.
  - ◆ Эркак киши аёлни ҳар томонлама ўрганиб бўлгач, ундан ақл қидира бошлайди. Шунинг учун бўлса керак ўта ақлли, зеҳли, истеъдодли аёллар оила қуришга қийналадилар.
  - ◆ Эркаклардаги муҳаббат ҳисларини узоққа чўзилмаслигининг сабаби улар севгидан эс-ҳушларини, шу жумладан хотирасини йўқотишади. Шу сабабли ҳам улар севгилисини тез унутишади.
-

- 
- ◆ Эгонист аёл «эркак киши мен учун яратилган» деб ҳисобласа, унинг альтруист дугонаси «мен эркак киши учун яратилганман» деб ҳисоблайди.
  - ◆ Эркак кишини қўлда ушлаш учун, аввало аёл ўзини қўлда тутта билиши керак.
  - ◆ Эркак кишини жаннат боғидан олиб чиқиб кетган ҳам ва уни ҳаётини жаннат ёки дўзахга айлантиришга қодир бўлган ҳам аёлдир. Шунин билан ҳолда турмуш ўртоғинини танлашда адашма!
  - ◆ Эр-хотин меҳмонларни яхши кўришарди, чунки меҳмон бўлмаган кунини уйда жанжал бўларди.
  - ◆ Қалбида ота-она йўқ аёлнинг ўзи йўқ, унга фақат ёқа билиш кулратига эга бўлмаган эркаклар бор.

# I БОБ

## СОҒЛОМ АВЛОДНИ ЮЗАГА КЕЛТИРИШ ШАРТЛАРИ

- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>1</b> | Олимдан ақли заиф ва аксинча, ақли заифдан олим туғилиши мумкинми? | 16 |
|----------|--|----|
- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>2</b> | Бола саломат бўлиши учун неча ёшда фарзанд кўриш тавсия этилади? | 17 |
|----------|--|----|
- 
- |          |   |    |
|----------|---|----|
| <b>3</b> | Нега айрим шимоллий камсонли халқларда эркак меҳмон уй бекаси билан тунаши керак? | 17 |
|----------|---|----|
- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>4</b> | Эр-хотин муносабатлари ҳомила саломатлигига таъсир қиладими? | 19 |
|----------|--|----|
- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>5</b> | Нима учун кенжа фарзандимизни «супрақокди», «тўрвақокди» деймиз? | 19 |
|----------|--|----|
- 
- |          |   |    |
|----------|---|----|
| <b>6</b> | Ёшликда заиф бўлиб ўсаётган бола барчаининг ҳавасини келтирадиган шахсга айланиши мумкинми? | 20 |
|----------|---|----|
-

Мазкур саволга жавоб беришдан олдин «ақли заиф» тушунчаси ҳақида тўғри тасаввур шакллантириб олишимиз керак.

Ақли заиф деб наслий, ҳомилалик, туғилиш ёки эрта ёшлик даврларида бош миёна патологик таъсирга учраши натижасида бидини фаолиятининг турғун пасайиши тушунилади.

Ота-оналари етак олимлар бўла туриб, фарзанди ақли заиф бўлган ҳолатлар ҳам учрайди. Бунинг сабаби турлича бўлиши мумкин. Жумладан:

— ота-оналарнинг олдинги авлодларида мавжуд бўлган генлардаги огишишлар билан белгиланиши;

— ҳомила юзага келиш даврида хромосомалардаги огишишлар натижасида ақли заиф бола туғилиши;

— насл соғлом бўла туриб, ҳомила шаклланаётган даврида рентген нурлари, алкоголь, гнѐҳванд моддалар, кимёвий таъсирлар, жароҳатлар, онанинг турли юқумли, вирусли касалликларга чалиниши ва бошқалар натижасида ақли заифлик юзага келиши мумкин.

Саволнинг иккинчи қисмига жавоб берадиган бўлсак, ақли заифдан олим туғилиши мумкин, ҳам мумкин эмас.

Бу ота-оналарнинг иккаласи ёки биттаси ақли заифлигига ва ақли заифлигининг табиатига боғлиқ.

Агар ота-оналардан бири ақлий жиҳатдан нормал бўлиб, иккинчиси ақли заиф бўлса, бундай оилада ақли заиф бола туғилиш хавфи камаяди.

Иккинчидан ва энг муҳими шундаки, агар ота-онадаги ақли заифлик уларнинг ҳар иккаласида наслий омиллар асосида юзага келган бўлса, бундай оилада олим туғилишини кутиш мўъжиза бўлишига ишонил билан тенгдир.



---

Агар ақли занфлик эр-хотинлардан бирида мавжуд бўлиб, у ҳам ҳаёт мобайнида, яъни туғилганидан сўнг юзага келган бўлса, бундай оилаларнинг аксариятида соғлом болалар туғилади ва улар орасидан олимлар ҳам етишиб чиқиши мумкин.

---

**2**

## **Бола саломат бўлиши учун неча ёшда фарзанд кўриш тавсия этилади?**

Боланинг соғлом бўлишини белгиловчи омилларга ота-она, айниқса, онанинг ёши киради. Физиологик нуқтаи назаридан эркак киши 60, 80, 90 ёшида ҳам фарзанд кўриши мумкин. Албатта, 30 ёшли даври билан 80 ёшли давридаги организмни физиологик, шу жумладан уруғнинг ҳолати орасидаги тафовут мавжуд. Лекин эркакнинг ёши аёлнинг соғлом бола кўришига кучли таъсир қилмайди.

Фарзанд кўриш учун аёлларнинг оптимал ёш даври 20-35 ёшни ташкил қилади. Эрта — 18 ёшгача ва 40 ёшдан кейин аёлларнинг фарзанд кўриши мақсадга мувофиқ эмас. Эрта фарзанд кўришда кўпчилик ёш оналар организмни ҳомиладорлик ва тугруқ жараёнига тайёр бўлмайди.

40 ёшдан кейин эса фолликулаларни тугаб бориши муносабати билан занф, касалманд ёки нуқсонли бола туғилиш ҳавфи кескин ошади.

Ўтказилган тадқиқот натижаларига кўра, Даун касаллиги (барчаси имбецил даражасидаги ақли занф бўлади) билан туғилиши 20 ёшли оналарга нисбатан 40 ёшли аёлларда 20 баробар ортиқ учраб экан.

Шунга асосан, репродуктив (бола туғиш) фаолиятини аёллар 20-35 ёш босқичида, ҳар бир бола орасида каминда 2-3 йил интергенетик даврга эътибор берган ҳолда олиб боришлари ва яқунлашлари керак.

---

**3**

## **Нега айрим шимолий камсонли халқларда эркак меҳмон уй бекаси билан тунаши керак?**

Россия Федерациясининг шимолий ҳудудида яшовчи айрим камсонли халқларда ҳозирги кунгача амал

---

қилинаётган урф-одатлардан бири — ўзга юртли меҳмон эркак бўлса, уй бекаси билан тунаши керак. «Бундай ўта ахлоқсиз, ғалати урф-одат қаердан келиб чиққан?», деган савол табиий ҳолда ҳар биримизда юзага келади. Турли халқлардаги урф-одатларни чуқур таҳлил қилсак, уларнинг моҳиятида қанчадан-қанча мазмун, маънавият мавжудлигини ўзимиз учун кашф этамиз. Уларнинг йиллар давомида авлоддан-авлодга ўтиб келишининг сабабини ҳам бир оз тушунамиз.

Юқоридаги биз учун «ғалати» бўлган урф-одатни илмий жиҳатдан таҳлил этадиган бўлсак, мазкур урф-одат ҳаётини заруриятдан — шу халқлар манфаатидан келиб чиққан. Халқларнинг кам сонли бўлгани учун улардаги никоҳлар қариндошлар орасида бўлиб, йиллар ўтиши билан қоннинг яқинлашиши интенсифлашадди, кучаяди. Қоннинг яқинлашиши, яқин қариндошлар орасидаги никоҳлар наслининг соғломлашиши эмас, аксинча, заифлашишига олиб келади. Бу ҳеч кимга янгилик эмас.

Муқаддас китобимиз Қуръони Каримда, наслнинг йилларнинг Инжилида, Абу Али ибн Сино, Абу Райҳон Беруний асарларида яқин қариндошлар орасидаги никоҳлар тавсия этилмаслиги баён этилган. Қариндош уруғлар орасидаги никоҳлар натижасида нуқсонли ёки касалманд болаларнинг туғилиши тиббиёт фанидаги илмий тадқиқотлар натижаларида ҳам ўз ифодасини топган.

Яна камсонли халқларнинг урф-одатига қайтсак, уларда қоннинг яқинлашиши ниҳоятда интенсиф бўлиб, халқ, миллат, элатни ер юзидан бутунлай йўқолиб кетиш хавфини юзага келтирган. Баъзилари эса бутунлай йўқолиб ҳам кетган. Бунинг олдини олиш мақсадида юқорида таҳлил қилинаётган урф-одат расм бўлган. Яъни ўзга юртдан келган меҳмон эркак бўлса, мезбон оиласидаги уй бекаси билан тунаши — фарзанди камсонли бўлган халқнинг генфондини бойитишга, наслини соғайтиришга ва такомиллаштиришга хизмат қилади. Агар бизда фарзандли ёлғиз аёлларнинг турмушга чиқмаган қизларга нисбатан турмушга чиқиш имкониятлари нисбатан камроқ бўлса, у халқларда, аксинча, фарзандли аёллар осонгина онла қурадилар, чунки уларнинг фарзанди борлиги турмушга чиқмаган қизларга нисбатан обрўйини оширади. Демак, қоннинг яқинлашиши интенсиф бўлиши бепуштлиқ фозинини ҳам оширади экан.

---

**4****Эр-хотин муносабатлари ҳомила саломатлигига таъсир қиладими?**

Эр-хотин муносабатларидаги сурункали низолар, уриш-жанжаллар, онанинг тез-тез стресс, ҳатто депрессия ҳолатида бўлиши, шунингдек, ўзини тинчлантириш мақсадида қабул қилган дорилар ёки алкоголь ичимликлар она қорнида шаклланаётган ҳомиланинг саломатлигига, аксарият ҳолларда, салбий таъсир этади. Шунинг учун ҳомилалар аёл ва унинг атрофидагилар ўзаро шахслараро муносабатларида нафақат ўзлари учун, балки энди шаклланаётган ҳомила, бўлажак инсон шахси учун ҳам, шунингдек мазкур авлоднинг давомчиси бўлган ва у орқали келгуси авлод саломатлиги таъминланиши учун ҳам масъулиятни ҳис этишлари лозим.

Ҳомилалар аёлни турли стресс ҳолатларидан сақлаш ва манзарали, табиати гўзал жойларда кўпроқ сайр қилиб юришини таъминлаш, унинг асаб системасини тинч, сокин бўлишини таъминлашга ҳаракат қилиш керак. Бу тавсия, аввало, ҳомилалар аёлларни ўзларига тегишлидир. Негакки, ҳомиланинг саломатлигини таъминлашда энг асосий масъул шахс — ҳомилалар аёлнинг, онанинг ўзидир.

Шуни яхши билган бўлгуси она ўз фарзандининг, у орқали авлодининг саломатлигини сақлаши лозимлигини билгани ҳолда, ўз зиммасидаги масъулиятни ҳис этиб, турли зарарли, салбий омил ва таъсиротлардан ҳомиласини асраши керак!

---

**5****Нима учун кенжа фарзандимизни «супрақоқди», «тўрвақоқди» деймиз?**

Ҳар бир оиладаги кенжа фарзанд «супрақоқди» (тўрвақоқди) бўлавермайди. Ҳақиқий «супрақоқди» фарзанд дунёга келганида онанинг ёши 40 дан ошган ва оилада сўнгги бўлиб туғилган болага айтилади. Оиладаги тўнғич болаларга нисбатан аксарият «супрақоқди»лар жисмоний жиҳат-

---

---

дан кичикроқ бўладилар, бот-бот касалланадилар. Ва энг ёш бўлса ҳам дунёга келиш жиҳатдан фарзандлар ичида энг «қариси», «оқсоқоли» ҳисобланадилар. Шунинг учун уларнинг кўпчилигида ўсиш, улгайиш ва қариш жараёни тез боради.

Аёл организмдаги фолликулалар сони чекланганлиги, 45 ёшларда уларнинг сони охирига қолгани ва онанинг шу ёш даврида дунёга келтирган фарзанди сўнгги туҳум ҳужайраларидан пайдо бўлганлиги учун уларни «супрақоқди», дейдилар. Кўп ҳолларда «супрақоқди»ларни ака ёки опаларига нисбатан ақлий ривожланиши тезроқ бўлади, ёш босқичларини илгарилаб ўтадилар.

Бунинг сабаби ота-оналарнинг тарбиячи сифатида олдинги фарзандларини тарбиялаш мобайнида орттирган тажрибасининг кўплиги; кенжа фарзандга ота-она, ака ва опаларнинг диққат-эътиборида бўлганлиги, донмо ўзидан катталар билан бўлган мулоқоти, улардан кўп нарсани ўргангани, оилада кенжа бўлганлиги сабабли ака-опаларига нисбатан демократик тамойиллар асосида тарбияланиши, кўп масалаларда эркинликка, шу жумладан ўз фикрини эркин, мустақил ифодалашга имконияти борлигидир. Оилада 13,15,16 нафар фарзанд бўлиб туғилган, дунёга машхур «супрақоқди» олим, бастакор, давлат арбоблари (Ньютон, Бах ва бошқалар) чиққанлиги ҳам кўпчиликка маълум.



## Ёшликда заиф бўлиб ўсаётган бола барчанинг ҳавасини келтирадиган шахсга айланиши мумкинми?

Бола заиф бўлиб туғилиши, бўйи, гавдаси тенгдошлариникига нисбатан кичикроқ бўлиши эҳтимолдан ҳоли эмас. Саломатлик жиҳатдан ҳам касалманд бўлиши мумкин. Аммо ўзи хоҳлаган спорт тури билан мунтазам шугулланиши, продасини чиниқтириш натижасида жисмоний жиҳатдан барча тенгдошларини ортда қолдириб кетиши мумкин. Бунинг ўзбекистон ифтихори бўлган бир қатор дунё, жаҳон, Осиё чемпиони мисолида кўрса бўлади.

Қорли Алп тоғларидан армяни олиб ўтиб, душманга зарба берган машхур рус саркардаси Суворов ҳам ёшликда касалманд бўлиб ўсган. Дунёга машхур физик олим

---

Эйнштейн ҳам мактабда физика фанидан қониқарсиз ба-  
ҳоларга ўқиган. Бунинг сабаблари нимада?

Айрим болалар табнатиан берилган озгина қобилият-  
ни катта меҳнат ва ирода туфайли юксак савияга етказадил-  
лар. Баъзиларнинг қобилияти, туғма лаёқати айрим сабаб  
ва омилларга кўра кўзга ташланмайди, ташқи ифодалан-  
майди, ўз вақтида тўғри йўналтирилмайди ёки ифодалани-  
шига шарт-шароит бўлмайди. Маълум ёшда зарур шарт-  
шароитлар тугилиб, шахс ўз устида ишлаши, уни спорт;  
фан, санъат, касб-маҳорати юксак чўққиларга олиб чиқи-  
ши мумкин.

Хулоса қилиб шунни айтиш лозимки, айримлар мав-  
жуд бой наслий дастурни рўёбга чиқармайдилар, баъзилар  
борки, озгина наслий дастурни меҳнат ва ирода туфайли  
ҳаётда тўлиқ намоён қилиб, ҳамма ҳавас қиладиган шахс-  
га айланади. Кимдир бой наслий мероси, генетик дастури-  
ни мақсадсиз сарфлайди, ўз фарзандларига ҳам яхши на-  
муна бўла олмайди, уларга ҳеч нарса бера олмайди, ким-  
дир ақл, ирода, меҳнат туфайли озгина наслий меросини  
ҳаёт давомида бойитиб, ўз фарзандларига намуна ҳам бўла-  
ди, етарли наслий мерос ҳам қолдиради. Демак, шахс учун  
муҳими ота-боболарининг обрўси билан ҳаётдан ўтиш эмас,  
балки ота-боболарига муносиб фарзанд эканлигини намо-  
ён қилиб, уларга халқнинг ҳурматини янада ошириб, қўли-  
дан келса, ота-боболаридан ҳам ортиқроқ ютуқларни кўлга  
киритиш орқали авлоднинг обрўсини оширишга ўз ҳисса-  
сини қўшишдир.

# II БОБ

## ОИЛА ПСИХОЛОГИЯСИ

1	Никоҳ-оила муносабатлари қандай юзага келган?	24
2	«Авесто»да оила-никоҳ масалалари қандай бўлган?	30
3	Ҳозирги замон оиласининг қандай турлари фарқланади?	31
4	Ҳозирги замон оиласининг қандай асосий функциялари мавжуд?	33
5	Оиланинг иқтисодий функцияси нимадан иборат?	34
6	Оиланинг репродуктив функцияси нимадан иборат?	35

---

<b>7</b>	<b>Оиланинг тарбиявий функцияси дейилганда нима назарда тутилади?</b>	<b>36</b>
<b>8</b>	<b>Оиланинг коммуникатив функцияси нимадан иборат?</b>	<b>37</b>
<b>9</b>	<b>Оиланинг рекреатив функцияси нимадан иборат?</b>	<b>38</b>
<b>10</b>	<b>Оиланинг фелицитологик функцияси нима?</b>	<b>40</b>
<b>11</b>	<b>Оиланинг регулятив функцияси нимага хизмат қилади?</b>	<b>41</b>
<b>12</b>	<b>Оиланинг релаксация функцияси нима?</b>	<b>42</b>

---

Махсус манбаларда қайд этилишича, ер юзида бундан 4 млрд. йиллар муқаддам ҳаёт нишонлари, жонзодлар юзага келган. Ҳозирги замон одамларининг дастлабки ибтидоий аجدодлари (Homo-sapiens) фикрловчи одам бундан 3 млн. йиллар муқаддам шаклланган. Узоқ муддат давом этган ибтидоий тараққиётдан сўнг аста-секинлик билан ибтидоий жамоалар, кичилик жамиятлари юзага кела бошлаган ва одамлар ўртасида дастлабки ўзаро муносабатлар, мулоқотлар шакллана берган. Лекин уларни ҳақиқатомандона инсоний муносабатлар деб бўлмас эди.

Умуман эркак ва аёлларнинг бир-бирларига нисбатан қарама-қарши жинс вакиллари сифатида ўзаро муносабатларининг илк кўринишларида, яъни никоҳ муносабатлари юзага келишининг илк босқичларида жинслар ўртасидаги муносабатлар, асосан биологик омиллар билан бошқарилган. Худди маймуларда бўлгани каби ибтидоий одамларнинг аёллари ҳам вақти-вақти билан, қисқа муддатли (ой давомида 4-5 кунгача, фақат айрим турлардагина 19 кунгача) эструс даврини ҳис қилганлар (эструс — қўшилишга мойилликнинг шиддатли, кучли намоён бўлиши). Бундай кунларда аёллар кимни хоҳласа ўшалар билан фарқлаб ўтирмай қўшилаверган, бошқа вақт эса қўшилиш бўлмаган. Одамларнинг тик юришга ўтиши билан улар организмида рўй берган ўзгаришлар, «илк аёлларни» кўз ёриш жараёнида кўп нобуд бўлишига ва оқибатда одамлар тўдасида уларнинг сонини кескин камайиб кетишига олиб келган. Шу билан эркаклар ўртасида аёл билан боғлиқ кўплаб низолар юзага келган, уларнинг кўпчилиги қонли тўқнашув иштирокчиларидан бирининг нобуд бўлиши билан тутаган. Бундай табиий танланиш эструс ҳодисаси узоқроқ муддат давом этган уруғларнинг кўпроқ яшаб қолишига олиб келган.



---

Бироқ, бу биологик омил «илк ижтимоий» режадаги янги тўсиқларни юзага келтиради: ҳеч бир организм бундай узоқ вақт давом этган ўта шаҳвоний, асабий зўриқишларга дош бера олмас эди. Шунинг учун эструс муддатининг узайиши билан аёллар бу даврда «совуқроқ», ўзининг жинсий майлини назорат қиладиган ва энди ким тўғри келса ўша билан эмас, балки фақат ўзларига ёқадиган эркаклар билангина қўшиладиган бўлиб борганлар. Эркакларга нисбатан «танлаб» муносабатда бўлиш, — ўзига хос инсоний муҳаббатнинг биологик пойдевори юзага кела бошлаганлигидан далолат беради. Шу ўринда таъкидлаб ўтишимиз жоизки, ҳозирги одам тушунадиган, ҳис қиладиган «севги» ҳиссининг илк элементлари, аёлларнинг шу ҳолати хусусияти эвазига инсоният руҳиятига сингиб кетади. Шулардан сўнг, аста-секинлик билан, гарчи ҳеч қандай ижтимоий меъёрлар билан бошқарилмаса-да бир-бирларини шаҳвоний маъқул кўрадиган жуфтлардан иборат унчалик катта бўлмаган гуруҳлар ташкил топа бошлайди. Шундай қилиб, эструснинг узайиши ҳамма учун ҳам қулай, маъқул бўлмаган. Бу эса уруғ таркибига кирувчи эркаклар ўртасида яна жанжаллар, қон тўкилишларга сабаб бўладиган ҳолатларни келтириб чиқарган. Одамлар жамоаси хўжалик фаолиятининг жиддий бузилиши, уруғнинг яшаб қолиши учун хавфнинг рўёбга чиқишига олиб келди. Шу тарзда юзага келаётган жамиятда, уруғ ичидаги жинсий мулоқотни бошқариш, биологик инстинкт, зоологик индивидуализмни жиловлаш учун махсус ижтимоий меъёрлар шакллана бошлади. Ана шундай ижтимоий меъёрлардан бири мазкур уруғ ичида эркак ва аёлларнинг жинсий мулоқотларини маълум бир муддатга (овга тайёрланиш, ов вақтларида) таъқиқловчи жинсий табулар (таъқиқлаш)нинг юзага кела бошлаганлигидир.

Табу — ахлоқий меъёрлар ичида анча жиддий ва қаттиқ таъқиқдир. Ахлоқий меъёрларни бузувчиларни жамоа жазолаши, уни йўқ қилиб юбориши ҳам ёки кечириб тирик қолдириши ҳам мумкин. Кўпинча эса табуларни бузганлар, улар бунни билиб қилганми, ёки билмайми бундан қатъи назар сўзсиз жазоланган, йўқ қилиб юборилган.

Ишлаб чиқаришдаги жинсий табуларни юзага келиши уруғ ўртасида эркак ва аёлни маиший ажратиб қўйишда қузатилади. Табу вақтида эркакларга нафақат аёлларга тегиниш, балки уларга қараш, улар билан гаплашиш, улар тайёрлаган овқатни истеъмол қилиш, ҳатто улар билан бир том остида, яъни «бир уйда» бўлиш таъқиқланган.

---

---

Деҳқончиликнинг юзага келиши, мавсумий дала ишларининг ортиб бориши билан жинсий табулардан ҳоли вақтлар борган сари кам муддатли бўлиб борган. Эркакларда ҳам, аёлларда ҳам жинсий зўриқишнинг жадаллиги ортиб борган. Шунинг учун табулардан ҳоли қолган вақт оралиги ўзига хос шахвоний айшу-ишратларга айлана борган. Атоқли психолог З.Фрейд бу даврни ўзига хос байрамларга қиёслаган. Чунки аксарият байрамларда, бошқа кунлари таъқиқланган деярли барча нарсага рухсат берилади. Бу байрамларда ҳеч нима билан чекланмаган, жўшқин жинсий мулоқотлар амалга оширилган.

Шундай қилиб, қисқа муддатли эструс юзага келган, бироқ энди бу эструс биологик сабаблар билан эмас, ижтимоий сабаблар билан боғлиқ бўлган. Бу вақтларда ҳали на никоҳ, на оила мавжуд бўлган. Ўз навбатида табулар кейинчалик никоҳнинг илк турларидан бўлиш экзогам никоҳларини юзага келтирди (экзогам никоҳ — уруғларро, қабилаларро никоҳ). Чунки табулар фақат ўз уруғи учунгина тасвўқти бўлиб, унда қон-қариндошлар ўртасида жинсий мулоқот таъқиқланган, бошқа қабила ёки уруғ аъзоларига эса тааллуқли бўлмаган. Шунинг учун эркакларга қаердадир, овлоқ жойда бошқа уруққа мансуб бўлган аёлни учратиб қолиб, ундан шахвоний объект сифатида фойдаланиши мумкин бўлган. Мабодо, эркаклар узоқ муддат қишлоқ хўжалик ишлари билан банд бўлган вақтларида биров бир бегона эркак билан аёллар ҳам бу ишни қилишган. Табу давом этаётган даврда бир уруғ эркаги ўз аёлларидан узоқда, ўз кулбасида бошқа уруққа мансуб аёлни сақлаши мумкин бўлган. Кейинчалик бу тасодифий алоқалар қабила қондаларида одатий, зарурий, кўзда тутилган одатларга айланиб борди. Бу ўринда одамларга, бу «бошқа уруғдагилар» билан бўлган алоқалардан тугилган наслларга нисбатан бўйдор, бақувват абжир эканлиги сезилиб борди. Бу айнан ҳозирги замон одами гомосапиенс шакллана бошлаган даврга, тахминан бундан 42-45 минг йиллар муқаддам ўтган даврга тўғри келади.

Шундай қилиб эндогамия (фақат бир уруғ вакиллари ўртасидаги жинсий алоқа)дан, агомия, яъни жинсий муносабатларнинг вақтинчалик таъқиқланиши орқали экзогамия (турли қабила вакиллари ўртасидаги мунтазам жин-

---

---

сий алоқа) юзага келди. Бундан никоҳнинг гуруҳли никоҳ (дуально родовой) тури юзага келган. Гуруҳли никоҳда бир уруғ эркаклари бошқа уругнинг барча аёллари учун эр ва аксинча, иккинчи уругнинг эркаклари биринчи уруғ аёлларининг эрлари ҳисобланган.

Гуруҳли никоҳнинг юзага келиши қайтанга никоҳ жуфтлари доирасини маълум бир гуруҳ аъзолари билангина чегаралаб бирмунча қисқартиради. Бундай ҳолларда бошқа уруғдаги «эркак» бу қабилага фақат битта мақсадда, «никоҳ» мақсадидагина келар эди, ўзлари эса она оилаларида яшарди ва ишлашарди, улар «хотин»лари яшайдиган оилада ҳеч қандай ҳуқуққа эга эмас эдилар.

Гуруҳли никоҳ икки уругнинг никоҳ алоқаларидан иборат бўлган никоҳ муносабатларининг биринчи шакли бўлган. Албатта бундай уруғларни ҳали моддий неъматлар ишлаб чиқиш эмас, балки болаларни дунёга келтиришгина боглаб турган. Ишлаб чиқариш ва болаларни дунёга келтириш муносабатлари бир-бирдан ажратиб қўйилган эди. Жинсий алоқалар эса фақат бир-бирлари билан мулкий ишлаб чиқариш ишлари билан боғланмаган одамлар ўртасидагина мавжуд бўлган.

Гуруҳли никоҳ шахсий никоҳ бўлмаган, яъни унда бирон бир доимий «эр-хотинлик» жуфтлари мавжуд бўлмаган. Ҳар бир аёлнинг никоҳ жуфти айнан ким бўлишлигини уруғ томонидан белгиланмаган, бу фақат одамларнинг ҳолис хоҳишлари, истаklarининг намоён бўлиши бўлган, ҳолос. Уруғ фақат зўравонлик, мажбурлаш ҳоллари кузатилгандагина аралашини мумкин бўлган, яъни ҳар бир индивидга ўзи қандай хоҳласа, шундай йўл лугиш ҳуқуқи таъминланган. Бундай муносабатларни ҳозирги замон тили билан «никоҳ», деб аташ мушкул, чунки бундай муносабатлар жуфтлардан на ҳуқуқ, на мажбурият ва на ўзаро масъулиятни талаб қилмаган. Шунингдек, онла деб аташ мумкин бўлган, болаларни боқиш ва тарбиялаш билан боғлиқ алоҳида бир муҳаббат ҳам бўлмаган.

Табииyki, гуруҳли никоҳда у ёки бу боланинг отаси ким эканлигини аниқлаш ҳам мушкул бўлган, шунинг учун болаларнинг келиб чиқиши фақат она томонидангина ҳисобланган. Уругнинг фақат аёлга тегишли томони тан олинган. Болалар фақат ўз онасинигина билишган. Уларнинг сингиллари, сингилларининг болалари, туғишган

---

---

ака-укалари ва бошқа қариндошлар она уруғини ташкил қилган.

Гуруҳли никоҳнинг моддий асоси бўлиб, асосан уй хўжалигини юритиш ҳисобланган, чунки бу вақтга келиб овчилик ҳамма вақт ҳам уруғ эҳтиёжини қондира олмай қолган. Бу даврда аёл уй хўжалик ишлари билан боғлиқ бўлган барча ишларни бажарган ва шу билан боғлиқ ҳолда уруғ аъзолари ўртасида ўзига хос ҳурматга эга бўлган, уруғ оқсоқоллари кенгашида эътиборли ўрин эгаллаган. Матриархат (оналик) даври бир неча ўн минг йиллар давом этган.

Кейинчалик гуруҳли никоҳ доирасида ўзаро майллар заминида етарлича доимий жуфтлар шакллана бошлади. Бундан пайдо бўлган жуфтли никоҳ даставвал бир эркак доимо фақат битта аёл билан яшашлигини билдирмаган. Эркак киши бир неча аёл билан бўлиши мумкин бўлган, худди шунингдек аёл ҳам бир неча эркак билан муносабатда бўлган. Аниқроғи бундай никоҳни жуфтли никоҳ эмас, балки ибтидоий-эгалитар, яъни тенг ҳуқуқли никоҳ дейиш тўғрироқ бўлади. Табиийки, уруғнинг бир мунча баобрў аъзолари бир неча аёлга эга бўлиши мумкин бўлган. Бу даврга келиб кўп эрлилик камроқ учраган. Бундай жуфт никоҳлар тахминан бундан 25-24 минг йиллар муқаддам уруғ ичида хўжалик ва иқтисодий муносабатларнинг янги шаклларига ўтиш билан хусусий мулкчиликнинг юзага келиши билан боғлиқ бўлган. Бу йўлда қўйилган биринчи қадам «совға айрибошлаш» деб аталган одат бўлган.

Деҳқончилик ва чорвачиликнинг ривожланиши билан уруғиш, қабилани бир аъзоси меҳнатининг маҳсулдорлиги сезиларли даражада ортган ва бу ортиқча истеъмол маҳсулотларининг юзага келишига олиб келган. Ҳар бир ишчи ўзи яратган маҳсулотни қабиланинг «умумий қозониغا» ташлайдиган эскича тақсимот шакли энди ишлаб чиқаришни янада ривожланишига тўсқинлик қила бошладди (чунки бу қабиланинг нопок, дангаса аъзоларини ҳам ишлаб чиқиш фаолиятидан жазосиз қутулиб қолишлигига олиб келган). Шунинг учун қабила ортиқча маҳсулотни маълум бир қисмини қабила мулкига ўзининг абжирлиги, чаққонлиги ишлаб чиқариш фаолиятида кўпроқ муваффақиятларга эришганлиги билан фарқланиб турган аъзоларига «мукофот» тариқасида тақсимлашга рухсат беришга маж-

---

---

бур бўлган. Ҳаммага тенг тақсимлаш билан бирга аста-секин одамнинг имкониятига, унинг қabila мулкига қўша-ётган улуши миқдорига қараб «меҳнат ҳақи» тақсимлана бошланган.

Агар тенг тақсимланишда жамоа маҳсулотидан улуш олиш «хуқуқи» мазкур уруққа тааллуқлилигига қараб берилган бўлса, (жамоа мулкига қанча ҳисса қўшганидан қатъи назар) энди бу «хуқуқ» маҳсулот яратишдаги иштирокига асосланадиган бўлди. Уруғнинг айрим аъзоларида ортиқча маҳсулот, шахсий мулкнинг пайдо бўлиши, оиланинг шаклланиши томон қўйилган янги қадам бўлган «совга айрибошлаш»ни юзага келтирди. Эркак киши бошқа уруғдаги «ўз аёлига» ўзининг «мукофотини» совга қилган, шунингдек аёл ҳам ўзиникини унга берган. Токи, улар ўртасида совга айрибошлаш давом этар экан, эркак билан аёл ўртасидаги жинсий алоқа ҳам давом этаверган. Совга айрибошлашнинг тўхтатилиши эса улар ўртасидаги алоқанинг ҳам тугагини билдирган. Шундай қилиб никоҳнинг яна бир тури — индивидуал жуфт никоҳ юзага келган. Бунда аёлнинг ўз қондош-қариндошлари, яъни ўз уруғи эркаклари билан тенг тақсимлаш муносабатлари, бошқа уруғдаги эркаклар билан эса совга айрибошлаш муносабатлари боғлаб турган.

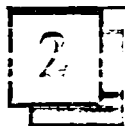
Шуни айтиб ўтиш жоизки, жуфтли оиланинг юзага келиши, бошиданоқ, уни ўз уруғига қарши қўйишни ва оналик уруғи асосларининг бузилишига олиб келишини билдирган. Яъни эркак киши ўз мукофотини бошқа уруғдаги «ўз аёли» ва унинг болаларига қанчалик кўп берса, унинг ўз оналик уруғига шунчалик кам улуш қолган. Бироқ «эр» ҳали «хотиннинг» ва унинг болаларини ягона боқувчиси бўлмаган. Жуфтли оилаларни янада асослироқ бўлиши учун совга айрибошлаш ноадекват бўлиши керак эди, яъни эр-хотинига, хотин эрига берганга қараганда кўпроқ бериши лозим эди, шундай қилиб у (эр) хотиннинг болаларини боқувчиси бўлиб қолиши, совга айрибошлаш муносабатлари боқувчилик муносабатларига айланиши лозим эди. Шу билан бирга эркакни хотин ва унинг болалари билан алоқаси мунтазам ва узоқ муддатли бўлиб борди. Ниҳоят (дуально родовой) қабилалараро никоҳ заминида доимий ўрин олган хўжалик бирлиги — жамоа ташкил топди, унга эрлар ўз хотинлари ва уларнинг болалари билан

---

---

кирди. Эркаклар ўз сингилларидан, аёллар эса мос равишда ўз ака укаларидан ажралишди. Янги иқтисодий ҳўжалик бирлиги ёки оиланинг яна бир тури — жуфт оила юзага келди, унга, асосан эр, хотин ва унинг болалари кирди.

Энди никоҳ ўзига хотиннинг болаларини тарбиялаш ва боқишни таъминлашни мақсад қилиб қўйган эркак ва аёлнинг иттифоқига айланди. Бунинг учун эр-хотиннинг ҳар бири ўз уруғидан олган улушидан, маҳсулотидан фойдаланишган. Бундай иттифоқни юзага келишининг объективлиги меҳнатига яраша тақсимот ролини ортиши ва тенг тақсимлаш ролининг пасайиши билан ортиб борди. Жуфт никоҳнинг юзага келиши билан жуфтлар ўртасидаги жинсий муносабатлар нафақат шунчаки ахлоқий меъёрлар билан бошқариладиган доираларга, балки, ижтимоий-иқтисодий доирага (рамкага) киритилди.



---

### «Авесто»да оила-никоҳ масалалари қандай бўлган?

«Авесто»да оила, эр-хотин муносабатлари етарли ўз ифодасини топган.

Унда аёлга муносабат, аёлнинг роли, вазифалари, никоҳ қуриш ёш даврлари белгиланган.

Никоҳ шартномаси тузилган ва ундаги шартларга кўра аёл ҳуқуқий, иқтисодий, ижтимоий, ахлоқий томондан эри билан тенг ҳуқуқли бўлган.

Эр хотинини тенг ҳуқуқли, сеvimли хотин ва хурматли шахс сифатида оиласига олиб кирган.

Байналмиёнал никоҳларга қаршилиқ кўрсатилмаган.

Никоҳ шартномасига кўра эр хотинининг розилигисиз такрор уйланиш ёки аёл кишини хизматкорликка олиш ҳуқуқига эга бўлмаган.

Никоҳ шартномаси, оиланинг мустаҳкамлигига хизмат қилиб, рашк ҳиссини кўзғатувчи, мулоқот одобига риоя этмаслик, шахсиятга тегиш каби салбий ҳодисаларнинг олдини олишга қаратилган.

Никоҳни ажралишига салбий қаралган, аммо ажралиш оқибатида аёл ва эркакнинг манфаатлари никоҳ шартномасида ҳуқуқий қафолатланган.

---

«Авесто»да кўрсатилишича, оилада ота етакчи бўлган. «Авесто»да ифодаланган оила ва оилавий муносабатларга ҳамма риоя қилиши лозим бўлган.

Бу эр-хотинни содиқликка даъват этиб, уларни бир-бирларига ғамхўр ва меҳрибон бўлишга чақирган.

Диққатга сазовор жойи шундаки, аёлнинг ҳақ-ҳуқуқини ҳимоя қилиш ўша даврда ҳам қонун даражасига кўтарилган.

Зардуштийлик даврида оила қуришнинг қуйидаги мотивлари мавжуд бўлган:

- а) ота ёки ҳомийнинг хоҳиш-иродаси туфайли;
- б) севги-муҳаббат туфайли;
- в) қаровсиз қолганлиги туфайли (аёллар);
- г) фарзандли бўлиш хоҳиши туфайли.

Умуман олганда, зардуштийликда аёл ва оила масаласига катта эътибор қаратилган бўлиб, аёл ва оиланинг жамиятда тутган ўрни ва мавқеини мустаҳкамлаш учун ўша даврлардан бошлаб замин яратила бошлаганлигини таъкидлаш лозим.

---

### 3

### Ҳозирги замон оиласининг қандай турлари фарқланади?

Оила уни характерловчи турли мезонларга кўра қуйидагича фарқланади:

1. Тўлиқлигига кўра: тўлиқ, нотўлиқ ва қайта тузилган (иккинчи никоҳ) оилалар.

2. Бўғинлар сонига кўра: нуклеар (ота-она ва болалардан иборат бўлган) ва кўп бўғинли (икки ва ундан ортиқ авлоддан иборат оила аъзолари бирга яшовчи) оилалар.

3. Болалар сонига кўра: фарзандсиз, бир болали, икки болали, 3-4 болали, 5 ва ундан ортиқ болали оилалар.

4. Эр-хотиннинг ижтимоий келиб чиқишига кўра: ишчилар, деҳқонлар, хизматчилар, зиёлилар оиласи, тадбиркорлар, аралаш турдаги оила.

---

5. Эр-хотиннинг маълумот савиясига кўра: олий маълумотлилар, ўрта-махсус, ўрта, тугатилмаган ўрта, махсус ёрдамчи мактаб маълумотига эга бўлган қайлиқлардан ташкил топган ва аралаш турдаги оила.

6. Oilанинг «ёшига» кўра: ёш оила (1 йилгача, 3-5 йиллик, 6-10 йиллик турмуш тажрибасига эга бўлган оилалар), ўрта ёшдаги оила, етук ёшдаги оила (қариялар оиласи).

7. Қайлиқларнинг ота-онаси оиласининг моддий таъминланганлик даражаси жиҳатидан қудаларнинг бир-бирига мос эканлиги ёки улар орасида катта тафовут мавжудлиги бўйича бир-бирига мос ва мос бўлмаган оилалар.

8. Регионал жиҳатларига кўра: шаҳар, қишлоқ, аралаш типдаги оила.

9. Никоҳдан қониққанлик савиясига кўра, ажралиш савиясида — никоҳдан қониққанлик даражаси қуйи савияда бўлган оила, ўрта савияда ва никоҳдан қониққанлик даражаси юқори савиядаги оила.

10. Oilада аёл ёки эркак етакчилигига кўра: эр етакчи бўлган оила, хотин етакчи бўлган оила, эр ва хотин етакчиликини бирга бажарадиган (биархат) оила.

11. Oilада эр-хотин орасидаги муносабатларига кўра: авторитар, демократик, либерал, аралаш типдаги оилалар.

12. Эр-хотинларнинг миллатига кўра: бир миллатли ёки байналминал оилалар. Байналминал оилаларни ўз навбатида иккига бўлиш мумкин: дини, урф-одатлари ёки тили бир гуруҳга кирган миллат вакиллари орасида никоҳлар, масалан, ўзбек-тожик, ўзбек-қозоқ, ўзбек-туркман, рус-украин, ўзбек-татар ва бошқалар, дини, урф-одатлари ёки тили бир гуруҳга кирмаган миллат вакиллари орасидаги никоҳлар, масалан, ўзбек-рус, ўзбек-украин, ўзбек-эстон, ўзбек-немис ва бошқалар.

13. Юридик расмийлаштирилганлигига кўра: синовдаги оила (бирга яшашди, аммо ҳали никоҳни расмийлаштирмаган, чунки бир-бирларини норасмий никоҳда синашяпти), расмийлаштириш арафасидаги оила (бирга яшашди, оила қуриш мақсади аниқ, аммо айрим объектив сабабларга кўра расмийлаштириш кечиктириляпти),



---

никоҳдаги оила, никоҳдан ташқари оила (айрим эркак кишиларнинг иккинчи, учинчи, юридик жиҳатдан норасмий оиласи). Никоҳдан ташқари оилаларнинг айримлари пинҳона бўлса, кўпчилиги ҳақида эркак кишининг биринчи оиласи ва қариндошлари билишади.

**4**

### **Ҳозирги замон оиласининг қандай асосий функциялари мавжуд?**

✓ Ҳар бир оила ижтимоий тизим сифатида жамият олдида маълум бир функцияларни бажаради. Оиланинг ижтимоий функциялари ҳақида гапирганда, бир томондан жамиятнинг оиллага таъсирини, иккинчи томондан эса умумий ижтимоий тизимда оиланинг ўрнини, оиланинг ҳал қиладиган ижтимоий (жамоатчилик) функцияларини ҳисобга олиш лозим. Оила қуйидаги асосий функцияларни бажаради: иқтисодий, репродуктив, тарбиявий, рекреатив, коммуникатив, регулятив (бошқарув).

Албатта, бу санаб ўтилганлар ҳозирги замон оиласини асосий функцияларининг ягона классификациясини ташкил эта олмайди. Чунки айрим манбаларда: насли давом эттириш, тарбиявий, хўжалик ва ўзаро ёрдам каби функциялар ҳозирги замон оиласининг муҳим функциялари сифатида кўрсатиб ўтилса, яна бошқа оилашунос мутахассислар ҳозирги замон оиласи функцияларини: инсон зотини давом эттириш, болаларни тарбиялаш ва хўжалик функцияларини фарқлайдилар. Шунингдек, оила функцияларини: болаларни дунёга келтириш, хўжалик-маиший, тарбиявий, оила аъзолари дам олиши ва уни ташкил этиш, маънавий мулоқот, сексуал, тарбия жараёнидаги ҳамкорлик, уй хўжалигини юртиш учун зарур воситаларни таъминлаш, ўзаро моддий ва маънавий қўллаб-қувватлаш кабилардан иборат эканлигини таъкидловчи классификациялар ҳам мавжуд. Юқоридагилардан кўриниб турибдики, оилашунос мутахассислар томонидан оиланинг асосий функциялари турлича классификация қилинмоқда. Бу

---

Ўринда оила функцияларини шунчаки санаб ўтиш билан кифояланмай, балки уларни бир томондан одамларнинг моддий, ҳўжалик-маиший ва иккинчи томондан эмоционал ва ижтимоий-психологик эҳтиёжларини қондирувчи функцияларга фарқлаш муҳим.

Шуни ҳам айтиб ўтиш жоизки, ҳозирги замон оила-сида эмоционал ва ижтимоий-психологик жараёнларни қондириш функциясининг аҳамияти ортиб бормоқда. Ҳатто соф моддий характерга эга бўлган функцияларда ҳам ҳиссийлик кўпроқ ривожланиб бормоқда. Ҳиссий, эмоционал контактларнинг аҳамияти шаҳар оилаларида кучлироқ эканлиги англаноқда. Қишлоқ оилалари эса уй ҳайвонлари ва томорқа ерларининг борлиги эвазига шаҳар оилаларига караганда жамиятнинг ишлаб чиқарувчи бўғинлигини, ишлаб чиқарувчилик функциясини кўпроқ сақлаб қолмоқда.

✓ Инсоният тараққиётининг ҳозирги босқичида замонавий оиланинг асосий функциялари қаторида қуйидагиларни санаб ўтиш мумкин: иқтисодий, репродуктив, тарбиявий, рекреатив, коммуникатив, регулятив (бошқарув), фелицитологик кабилар. ✓



## Оиланинг иқтисодий функцияси нимадан иборат?

✓ Оиланинг иқтисодий функцияси унинг асосий функцияларидан бири ҳисобланади. Оила иқтисоди, бюджети, даромадини режали сарфлаш, кундалик харажатга, зарур буюмларга пул ажратиш, бир неча йилдан сўнг олинган нарсаларга маблағ йиғиш, тежамли рўзгор юритиш эрхотиннинг катта тажриба, малакага эга бўлишига боғлиқ. Шунингдек, оилада ўсаётган фарзанд ҳам мана шу малака ва кўникмаларга эга бўлиб бориши зарурлигини унутмаган ҳолда ўғил-қизга иқтисодий масалаларни ҳал этишни ўргата бориш лозим. Кейинги йилларда рўзгорда юзага келаётган иқтисодий муаммолар оиладаги шахсларо муносабатларга салбий таъсир этиши билан биргаликда фарзандлар билим савиясининг пасайишига ҳам олиб келмоқда. Бундай ноҳуш ҳолатларнинг олдини олиш мақсадида моддий қи-

---

йинчиликлар туфайли ҳосил бўладиган муаммоларни бар-  
тараф этишда одамларга психологик ёрдам кўрсатиш лозим.

✓ Оила ўзининг шу функцияси туфайли жамиятга, дав-  
латга катта иқтисодий фойда келтиради. Масалан, бола тар-  
бияси, болани иқтисодий таъминлаш борасидаёқ унинг  
жамиятга келтирган фойдаси катта миқдорни ташкил эта-  
ди. Бунинг даъват томонидан, давлат муассасаларида (бола-  
лар уйларида) бир болани 16-18 йил тарбиялаб, ишчи кучи  
сифатида етиштириш учун (уни боқиш, кийинтириш,  
ўқитиш, моддий таъминлаш ва ш.к.) давлат томонидан ҳар  
бир болага сарфланадиган маблағ ва айнан шундай ишчи  
кучини онлада тарбиялаш учун бериладиган нафақа пулла-  
ри миқдорини солиштирадиган бўлсак, ўртадаги фарқ би-  
ринчилар фойдасига бир неча юз минг сўмни ташкил қилади.

Тасаввур қилишга осонроқ бўлиши учун айтиш мум-  
кинки, ҳар бир болани вояга етказиш учун оила давлатга  
камидан битта «Нексия» автомашинаси қиммати миқдорига  
иқтисодий фойда келтиради. Бу борадаги, яъни ҳар томон-  
лама камол топган маънавий-ахлоқий етук, жисмоний-пси-  
хологик соғлом шахсни етиштиришнинг маънавий-ахло-  
қий қимматини эса ҳеч қандай иқтисодий мезон билан ўлчаб  
бўлмайди.

Бу оилани иқтисодий функциясини атиги биргина  
шахсни шакллантиришдаги фойдасини кўрсатади холос.  
✓ Оилада ҳўжалик юмушларини юритиш, рўзгорнинг йўлга  
қўйилиши, онлада моддий неъматлар ишлаб чиқариш,  
фермер ҳўжалиги, шахсий ишлаб чиқариш кабилар унинг  
жамият олдидаги иқтисодий функцияси ва аҳамиятини то-  
бора орттираверади. ✓

---

**6**

## Оиланинг репродуктив функцияси нимадан иборат?

✓ Оиланинг муҳим бўлган функцияларидан яна бири  
— бу унинг репродуктив (жамиятнинг биологик узлуқсиз-  
лигини таъминлаш, болаларни дунёга келтириш) функ-  
циясидир. Бу функциянинг асосий моҳияти инсон насли-  
ни давом эттиришдан иборатдир. Оиланинг вазифаси фа-  
қатгина янги авлодни дунёга келтирибгина қолмасдан,

инсоният пайдо бўлган даврдан бошлаб яшаб келаётган илмий ва маданий ютуқлари билан таништирган ҳолда, уларнинг саломатлигини сақлаб туришдан ҳам иборатдир. Табиатан берилган авлод қолдириш инстинкти инсонда фарзанд кўришга, уларни ўстиришга ва тарбиялашга бўлган эҳтиёжга айланади. Бу эҳтиёжларни қондирмасдан туриб, киши одатда ўзини бахтиёр ҳис қила олмайди. Шунингдек, эр-хотинда фарзанд туғилиши билан боглиқ ҳолда бутунлай янги ҳиссиётлар: аёлда — оналик, эракда — оталик ҳисси пайдо бўлади. Фарзанд эр-хотин муносабатларини янада мустақамловчи асосий омил ҳамдир.

Оиланинг жамият олдидаги репродуктив функцияси ва унинг бажарилиши дейилганда аҳоли сонининг қайта тикланиши учун ҳар бир оилада нечтадан фарзанд бўлиши лозимлиги назарда тутилади.

Статистик маълумотларга кўра, агар ҳар бир оилада биттадан фарзанд бўладиган бўлса, бундай халқ саккизинчи авлоддан кейин йўқ бўлиб кетиши мумкин экан. Ҳар бир оилада иккитадан фарзанднинг бўлиши ҳам аҳоли сонини сақлаб туришни таъминлай олмайди. Демографларнинг таъкидлашларича, оила ўзининг репродуктив функциясини бажариши учун ҳар бир оиллага ўртача 2,6 та фарзанд туғри келиши керак.

Албатта, фақат оилагина жамият олдидаги функцияларини бажариб қолмасдан, балки жамият ҳам оилаларга функцияларини муваффақиятли удалашлари учун зарур бўлган шарт-шароитларни яратиб бериши лозим. Бу ўринда ҳукуратимиз томонидан юритилаётган демографик сиёсат, иқтисодий, ижтимоий ва ҳуқуқий тадбирлар бунга яққол мисол бўла олади. Бундай сиёсатнинг асосий йўналишлари оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, кўп болали ва кам таъминланган оилаларнинг моддий аҳволини яхшилаш, ёш оилаларга, оналарга яратилаётган имтиёзлар ва шу кабилардан иборат.

**7**

## **Оиланинг тарбиявий функцияси дейилганда нима назарда тутилади?**

✓ Болаларнинг ақлий, жисмоний, ахлоқий, эстетик тарбиясига оилада асос солинади. Оила инсон деб аталув-

---

чи бинонинг фақат пойдеворини қўйиш билан чекланмасдан, балки унинг сўнги гишти қўйилгунча жавобгардир. Ота-она — санъаткор, бола — санъат асари, тарбия жараёни эса санъатнинг ўзидир. Мустақилликка эришганимиздан сўнг миллий қадриятларимизнинг тикланиши ва халқимиз азалдан эъозлаб келаётган миллий урф-одатларимиз, анъаналаримиз (бола тарбиясида ота-онадан ташқари, буви-бува, қариндош-уруг, маҳалланинг ҳам таъсири) бу борада катта аҳамиятга эга. Лекин баъзан онла тарбиявий функциясининг сусайиши ва тарғибот-ташвиқот ишларининг камлиги натижасида онла аъзолари ҳуққида ёмон одатларнинг (ичиш, чекиш, наркомания, турли диний оқимлар таъсирига берилиш, маънавий бузуқлик йўлига кириш) пайдо бўлиши ташвишланарли ҳоллардан биридир. Жамиятнинг камил фуқаросини шакллантириш, тарбиялаш ҳозирги замон онласининг муҳим функцияси даражасига киради. Чунки шахснинг ижтимоийлашуви даставвал онлада амалга ошади. Онладаги тарбия орқали шахсга маълум бир сиёсий-гоявий дунёқараш, ахлоқий меъёрлар ва ҳуққ намуналари, жисмоний сифатлар сингдирилади. Халқ қимизда «қуш уясида кўрганини қилади», деб бежиз айтилмаган. Онлада амалга ошадиган ижтимоийлашув жараёни натижасида шахе ижтимоий меъёрлар ва қадриятларни ўзлаштиради, ижтимоий ҳаётга кириб боради.

---

## 8

### Онланинг коммуникатив функцияси нимадан иборат?

✓ Онланинг коммуникатив функцияси онла аъзоларининг ўзаро мулоқот ва ўзаро тушунишга бўлган эҳтиёжини қондиришга хизмат қилади. Психологик тадқиқотларда таъкидланишича, турли ижтимоий ориентациялар, «установка»лар, ҳиссий маданият, одамнинг ахлоқий, маънавий ва психологик саломатлиги - онладаги ўзаро, ички мулоқот характери, хонадондаги ёши катталарнинг ўзаро муносабатларида психологик «установка»ларни намоён қилишлари онладаги ахлоқий-психологик иқлимга тўғридан-тўғри боғлиқдир.

Инсоният тараққиётининг ҳозирги босқичида фантехника тараққиётининг юксалиб, одамларнинг кундалик

жаётининг урбанизациялашувининг (радио, телевидение, видео, компьютер ва бошқалар) ортиб бориши, оилаларнинг тобора нуклеарлашиб\* бораётганлиги билан оиланинг коммуникатив функциясининг аҳамияти, оила аъзоларининг бир-бирлари билан «одамларча» суҳбатлашиб олишининг аҳамияти тобора ортиб бормоқда. Бу ўринда ўзбек оиласининг ўзига хос хусусияти: кўп авлодлилик, кўп фарзандлилилик кабилар бундай оилалар аъзолари ўртасида ўзаро мулоқотни тўлароқ амалга ошишига асос бўлади, уларнинг ўзаро мулоқотга бўлган эҳтиёжларини қондиришда муҳим рол ўйнайди| Бироқ сўнгги йилларда баъзи оилаларда ота-оналар ва болалар ўртасида мулоқотнинг қамлиги, бир-бирига эътиборнинг пасайиши, оила аъзолари ўртасида фикр эркинлигининг чекланганлиги (айниқса, қишлоқ оилаларида), ҳолатлари ҳам мавжуд. Ҳатто оиладаги ўзаро муносабатларнинг ёмонлашуви натижасида оила аъзоларини айримларида стресс (асабий таранглик), суицид (ўз жонига қасд қилиш) каби нохуш ҳолатларнинг келиб чиқиши ҳам кузатиламоқда. Бундай нохушликларнинг олдини олиш учун, энг аввало, оила аъзолари ўртасида ошқора, яқин, ўзаро тушунарли, ишончли мулоқотнинг амалга ошиши учун зарур шарт-шароитларни яратиш, лозим бўлса бу борада ёшларга тегишли билимларни бериш аҳоли учун психологик маслаҳатхоналар фаолиятини йўлга қўйиш, тренинглар ташкил этиш, «Ишонч телефонлари», «Қалб марказлари» кабиларни ташкил этиб, улар фаолиятини такомиллаштириш лозим.

## 9

### Оиланинг рекреатив функцияси нимадан иборат?

✓ Никоҳ-оила муносабатлари юзага келган дастлабки, ибтидоий замонлардан буён унга характерли бўлиб келган хусусиятлардан бири, ундаги шахслараро муносабатлар талабларидан бири уни ўз аъзоларининг ахлоқий-психологик ҳимояланишини таъминлаш, ёш болаларга ва меҳнатга

\* Нуклеар (nucleus) — ядро деган маънони англатиб, нуклеар оила — ота-она ва болалардан иборат бўлиши тушунилади.

---

яроқсиз кишилар ёки кекса қариндошларга моддий-маънавий ва жисмоний ёрдам кўрсатиш кабилардан иборат бўлиб келган.

Бу ҳолат ўз навбатида оиланинг асосий функцияларидан бирини, унинг рекреатив функциясини ташкил қилади. Оиланинг рекреатив функцияси - ўзаро жисмоний, моддий, маънавий ва психологик ёрдам кўрсатиш, бири-бирининг саломатлигини мустаҳкамлаш, оила аъзоларининг дам олишини ташкил этиш демакдир. Бу функция кейинги йилларда янада муҳим аҳамият касб этмоқда. Оила аъзолари саломатлигини мустаҳкамлаш, оила аъзоларининг дам олишини ташкил этиш, оила аъзоларининг бевосита меҳнат, ўқиш ва бошқа ижтимоий фаолиятларидан ҳоли ҳолда, яъни бўш вақтларни биргаликда ўтказишларини қандай ташкил қилишлари, унда буларнинг ўзаро муносабатлари характери қандай эканлиги бугунги кун оиласи мустаҳкамлиги учун муҳим аҳамиятга эга бўлган омиллардан ҳисобланади. Бўш вақт жамиятнинг ниҳоятда муҳим ижтимоий қадриятларидан биридир. Бу қадриятдан одамлар турлича фойдаланадилар. Бўш вақтини мунтазам равишда қандай ўтказишига қараб ҳар бир одамнинг етуқлик даражасига, маънавий дунёсига баҳо бериш мумкин. Бу борада эришилган ютуқларимиздан бири шуки — дам олиш ва соғломлаштириш ишларига давлат миқёсида аҳамият берила бошланди. Лекин кўпчилик турли сабаблар билан (уларнинг ўзлари кўпроқ моддий сабабни кўрсатишади) маданий дам олишга эътибор бермай қўйганлигини ҳам айтиб ўтиш лозим. Ҳозирги вақтда оилавий дам олиш, оилавий туризм ва қатор оилавий тадбирлар доираси кенгайиб бормоқда.

Шуни ҳам таъкидлаб ўтиш жоизки, ҳозирги вақтда оиланинг рекреатив функциясини кўп ҳолларда давлат ва ижтимоий ташкилотлар ўз зиммасига олмоқда. Жамият аъзоларининг хавфсизлигини таъминлаш, қарияларга бепул тиббий ёрдам кўрсатиш (бизнинг миллий хусусиятларимизга ёт бўлса-да, қариялар уйларининг очилиши), одамлар дам олишлари ва ўз соғлиқларини тиклаб олиш имкониятларини берадиган дам олиш уйлари ва санаторийларнинг очилиши кабилар шулар жумласидандир. Лекин шу билан бирга оиланинг ўз аъзоларининг ахлоқий-психологик ҳимояланганлигини таъминлашдаги роли тобора ор-

---

---

тиб бормоқда. Чунки инсон фақат ўз оиласидагина ва фақат ўз яқинлари қуршовидагина ўзини том маънода хотиржам, эркин ҳис қила олиши мумкин холос. Бу борада оиланинг ўрнини ҳеч бир ижтимоий муассаса боса олмайди.

**10**

## Оиланинг фелицитологик функцияси нима?

✓ Ҳозирги замон оиласининг тобора аҳамияти ортиб бораётган функцияларидан бири унинг фелицитологик функциясидир (итальянча «феллиците» — бахт дегани). Шахсий фаровонликка эришишга интилиш оилавий муносабатлар тизимида кўп жиҳатдан ҳал қилувчи омил бўлиб бормоқда. Бахт нима ўзи? Ҳозирги замон оиласи ўз аъзоларининг бахтини таъминлашда қандай рол ўйнайди? Бахтга интилиш ҳар бир инсон устун табиийдир ва айни шу бахтга интилиш уларни оила қуришга унданди. Инсон ўзига ато этилган бахтнинг тўртдан уч қисмини оиладан, чорактага етар-етмас қисмини бошқа нарсалардан топади. Оилада эр-хотиннинг бир-бирини тўлиқ тушуниши — уларнинг ўзларини бахтли ҳис қилишларини таъминлайди. Шунингдек, ўзидаги мавжуд табиий-ижодий имкониятлар (иқтидор)ни рўёбга чиқариш, жамият ва оила доирасида сарфлаш ҳам инсонга ўзини бахтли ҳис қилиш имконини беради. Кейинги вақтларда инсоннинг имкониятлари ортган сари унинг бахтга интилиш даражаси ҳам ортиб бормоқда. Лекин баъзан нопок йўллар билан пул топиш орқали бахтли бўлишга интилиш ёки ўзгалар ҳисобига шахсий бахтга интилиш каби салбий ҳолатлар ҳам учраб туради. Баъзан эса оила аъзоларининг (айниқса, эр-хотиннинг) шахсий бахтга ўз майлича интилиши оилаларда нохуш ҳолатлар (хиёнат каби)ни ҳам келтириб чиқариши мумкин. Шунинг учун ҳар бир шахс ўзида кўпроқ виждонлилиқ, поклик, ҳалоллик каби маънавий-ахлоқий фазилатларни тарбиялашга эътибор бериши лозим. ✓



## Оиланинг регулятив функцияси нимага хизмат қилади?

✓ Оиланинг регулятив функцияси оила аъзолари ўрта-сидаги ўзаро муносабатларни бошқариш тизимини, шунингдек бирламчи ижтимоий назоратни, оилада устунлик ва обрўни амалга оширишни ифодалайди. Бунда катталар томонидан ёш авлодни назорат қилиш ва уларни моддий ҳамда маънавий томондан қўллаб-қувватлаш назарда тутилади. Ўтган замонларда оиланинг бошқариш функцияси маълум даражада расмий тарзда белгилаб ҳам қўйилган. Унга кўра, оилада ким хонадон бошлиғи бўлишлиғи, унинг обрўси ва устунлиги қайд этилган ва оиланинг шу аъзоси (асосан ота) бутун умри давомида ўз фарзандлари ва оила аъзолари хатти-ҳаракати, хулқи учун жавобгар бўлган. Унда ота-онасига бўйсунмаганларни жазолаш ҳоллари ҳам назарда тутилган.

Ҳозирги замон эгалитар оилаларида эса оиланинг бошқарув функцияси асосан ахлоқий меъёрлар, оила аъзоларининг шахсий обрўси ва биринчи навбатда, ота-оналарнинг болаларга нисбатан бўлган муносабатларидаги обрўси кабилар ёрдамида амалга оширилади. Шунга кўра, баъзи оилаларда оилани бошқариш, унга бошчилик қилиш оила аъзоларининг қизиқиш ва имкониятларини ҳисобга олган ҳолда амалга оширилса, баъзи оилаларда (эр-хотиннинг алоҳида-алоҳида) етакчиликка интилиши натижасида оилавий низоларнинг ортиб бориши, болаларнинг ҳар томонлама эътибордан четда қолиши, натижада жиноятчилик кўчасига кириб кетиши кабилар кузатилади. Баъзи оилаларда аёл устунлигининг мавжудлиги ўғил бола шахсида аёлларга хос хусусиятларнинг кўпайиб боришига олиб келиши мумкин.

✓ Шу билан бирга оиланинг бошқарув функцияси оила аъзоларининг хулқи, масъулияти, мажбурияти кабиларни ҳам бошқаришни, назорат қилишни ўз ичига олади. Одам оила қурганидан сўнг, албатта, унинг ижтимоий мавқеи ўзгаради. Энди у «уйланмаган йигит», «турмушга чиқмаган қиз» эмас, балки «оилали» одамдир. Шунга кўра у ўзининг хатти-ҳаракатлари, хулқини ҳам оилали одамга хос тарзда

---

қайтадан кўриб чиқади. Оила қуриш туфайли унинг масъулияти ортади. Эрнинг ва хотиннинг хулқи ҳам энди ўзига хос тарзда бошқарилади.

---

12

## Оиланинг релаксация функцияси нима?

Ҳозирги замон оиласининг энг асосий функцияларидан яна бири релаксация функциясидир. Бу дегани оила аъзоларининг жинсий, эмоционал фаолиятини, руҳий-жисмоний қувватини, меҳнат қобилиятини яна қайта тиклаш демакдир. Маълумки, фан-техника тарққиётининг ҳозирги босқичида, ишлаб чиқариш муносабатларининг жадаллашуви, халқ хўжалигининг турли жабҳаларида янги технологияларнинг жорий этилиши ва шу каби қатор омиллар инсон руҳиятига олдингиларига қараганда кўпроқ жисмоний, руҳий зўриқишлар бермоқда. Бугунги ва эртанги кун саноати, ишлаб чиқариши ишчи ходимдан бор имкониятнинг сафарбар қилиб, бутун вужуди билан ишлашни ва ўзининг касб-хунар маҳоратини мунтазам ошириб боришни тақозо қилади. Ишлаб чиқариш жараёнлари жадаллигининг бундай тарзда давом этиши шу жараёнлар иштирокчиси, бошқарувчиси инсонни тезда толиқиб, ўзининг меҳнат қобилиятини йўқотишига олиб келиши мумкин. Иш кунни давомида кўтаринкилик, кучли зўриқиш билан ишлаган ходим ишдан сўнг ўз уйида, оила аъзолари қуршовида бошқа ташвишларни унутиб, унга кўрсатиладиган меҳроқибатдан баҳраманд бўлган ҳолда, улар билан бўладиган ўзаро мулоқот, улар томонидан бўладиган эмоционал қўллаб-қувватлаш, бериладиган далдалардан руҳий қувват олиб, эртанги кун меҳнат фаолиятига ўзини қайта тиклаб олиши лозим бўлади. Бунинг учун эса унинг оиласида тинчлик-тотувлик, бир-бирини тушуниш, ўзаро ҳурмат, меҳроқибат, ижобий психологик иқлим ҳукм сурмоғи лозим. Акс ҳолда инсон бу оилада эмоционал жиҳатдан, руҳий жиҳатдан ўзини қайта тиклаб ола олмайди. Бу эса оқибатда одамнинг меҳнат фаолиятида турли хатоларга, ишда сифатсизлик, жароҳатларга йўл қўйишига, турли касалликларга дучор бўлишига олиб келиши мумкин. Юқоридаги

---

---

функцияларнинг муваффақиятли бажарилиши ҳар қандай оила бахтини таъминловчи мезон ҳисобланади. Шунинг ҳам назарда тутиш керакки, оила — жамиятнинг бир бўлаги, унинг асосий ячейкаси.

Шунинг учун оиланинг ўз функцияларини муваффақиятли бажариши нафақат унинг ички ҳолатига, шу билан бирга жамиятнинг ижтимоий соғломлигига ҳам таъсир этади. Шундай экан, жамиятни соғломлаштириш учун, энг аввало, оилавий муносабатларни йўлга қўйиш, оиланинг фақат ички муаммоларинигина эмас, балки умумижтимоий муаммоларни ҳам ҳал қилишга ҳисса қўишини таъминлаш лозим.

# III БОБ

## ЎСМИР ПСИХОЛОГИЯСИ

1

Фарзанднинг ота-онаси унинг ота-она сифатида шаклланишига таъсир қиладими?

46

2

Ўсмирлик даври қайси ёшларин ўз ичига олади?

47

3

Ўсмирлик даври нима учун «ўтиш даври», «огир давр», «шиқироз даври» каби номлар билан аталади? Бу даврнинг «огирлиги», «кескинлиги», «мураккаблиги» нималар билан асосланади?

47

4

Ўсмирлик даврида ўсмир организмда қандай ўзгаришлар рўй беради?

48

5

Ўсмирлик автономиялари нима ва улар қандай намоён бўлади?

51

6

Менструал цикл даврида ўсмир қизларда қандай ўзгаришлар кузатилади?

55

**7****Ўсмирларда менструация цикли қандай кечади?****57****8****Ўсмирларда жинсий балоғатга етишнинг эрта ёки кеч юзага келиши қандай ҳолатларни юзага келтиради?****60****9****Жинсий балоғатга етиш нима ва у қандай амалга ошади?****64****10****Жинсий балоғатга етиш қандай босқичларда амалга ошади?****65**

## Фарзанднинг ота-онаси унинг ота-она сифатида шаклланишига таъсир қиладими?

Оилада фарзанд туғилар экан, энг аввало, онани энага сифатида шаклланишига, онага хос меҳр манбаларининг очилишига, она шахсида тарбиячилик малакаларининг шаклланишига таъсир этади. Оилада бир нечта фарзанд бўлгач, уларнинг орасида низоли вазиятлар вужудга келиши мумкин, ана шунда онада болалар орасида адолатли ҳакам бўлиш малакаларининг шаклланишига, ҳар бир боланинг минглаб саволларга жавоб беришга мажбур бўлганда эса билим ва маълумотлар манбаи сифатида шаклланишига, оилада қизларни тарбиялаш жараёнида аёл шахси қандай бўлиши кераклиги, оилада ўғил бола бўлганда эса оилада аёл киши, она қандай бўлиши кераклигини, ўғил учун она образи, аёл образи шаклланишига жуда катта таъсир кўрсатади.

Шундай экан, фарзанд онани она шахси сифатида ва отада отага хос бўлган хислатларни шакллантиришга, отани оила бюджетини таъминловчи ҳомий сифатида, фарзандлар юзага келар экан, фарзанд билан боғлиқ бўлган анъанавий тадбирларимиз, тўй-маъракаларимизнинг ташкилотчиси ва ҳомийси сифатида ва шу тадбирларни ўтказиш мобайнида ундаги кўникма ва малакаларнинг шаклланиши ва ниҳоят, фарзандлари учун оилада эркак образи, эркак шахси қандай бўлиши кераклигининг намунаси сифатида ота катта рол ўйнайди. Умуман, оилада фарзандларнинг мавжудлиги, фарзандларнинг ота-она билан мулоқоти, ота билан она шахсини тўлақонли ота-она сифатида, ота шахси, она шахси сифатида тўлақонли шахс сифатида шаклланишига бевосита таъсир кўрсатади.

---

**2**

**Ўсмирлик даври қайси ёшларни ўз ичига олади?**

Ўсмирлик даври инсонни болалиқдан — ёшлиққа ўтувчи ва ўз навбатида бошқа даврлардан ўзининг нисбатан кескинроқ, мураккаброқ кечилиши билан фарқланиб турувчи инсон онтогенетик ривожланишининг энг характерли даврларидан биридир. Бу давр психологик педагогик адабиётларда «ўтиш даври», «оғир давр», «инқироз даври» каби иборалар билан аталади. Бу давр тахминан болаларнинг 5-8-синфларда ўқиш пайтларига тўғри келади ва 11-12 ёшдан 14-15 ёшгача бўлган давр оралиғида кечади. Айрим болаларда бу давр 1-2 йил эртароқ ёки кечроқ кузатилиши ҳам мумкин. Шунинг учун ҳисобга олган ҳолда айтиш мумкинки, ўсмирлик даври айрим болаларда (аксарият ҳолларда қиз болаларда) 9-10 ёшлардан бошланиб, яна бошқаларида 16-17 ёшларгача давом этиши мумкин. Ўсмирлик даврининг бошланиши қиз болаларда ўғил болаларга нисбатан 1—2 йил олдин бўлиб беради.

---

**3**

**Ўсмирлик даври нима учун «ўтиш даври», «оғир давр», «инқироз даври» каби номлар билан аталади? Бу даврнинг «оғирлиги», «кескинлиги», «мураккаблиги» нималар билан асосланади?**

Ўсмирлик даврининг оғир, мураккаб давр эканлиги кўплаб психологик, физиологик, ижтимоий омиллар билан боғлиқ. Бу даврда ривожланишнинг барча жиҳатлари: жисмоний, ақлий, ахлоқий, ижтимоий ва шу қабиларнинг мазмун моҳияти ҳам ўзгаради. Бу даврда ўсмир ҳаётида, унинг руҳияти, организмнинг физиологик ҳамда ижтимоий ҳолатида жиддий ўзгаришлар содир бўлади. Аксарият ҳолатларда уларда бир-бирига қарама-қарши бўлган турли хил ҳолатлар кузатилади. Бу даврга келиб бола энди «бола»

---

эмас ва шу билан бирга ҳали «катта» ҳам эмас. Унинг ўз-ўзига ва атрофдагиларга нисбатан бўлган муносабатлари бутунлай бошқача характер кашф этиб боради. Унинг қизиқишлари тизими, ижтимоий йўналганлиги қайтадан шаклланади, ўз-ўзини англаши, ўз-ўзини баҳолаши, қадриятлари тизими ўзгаради. Унинг учун ўз «мен»и ва шу «мен»нинг аҳамияти ортади.

4

## Ўсмирлик даврида ўсмир организмда қандай ўзгаришлар рўй беради?

Ўсмир организмда рўй берадиган ўзгаришлар шундан иборатки, бола ривожланишининг аynи шу даврида биологик, физиологик етуклиги борасида туб ўзгаришлар амалга ошади. Физиологик ривожланиш ва жинсий балоғатга етиш жараёнининг аynи босқичи бошланади. Организмдаги ўзгаришлар бевосита ўсмир эндокрин системасининг ўзгариши билан бошланади. Бу даврда ички секреция (эндокрин) безларидан бири гипофиз безининг функциялари фаоллашади. Унинг олд қисмидан ажралиб чиқадиган гормон организм тўқималарининг ўсиши ва бошқа муҳим ички секреция безлари (қалқонсимон без, буйрак усти ва жинсий безлар) ишлашини кучайтиради. Уларнинг фаолияти ўсмир организмда кўплаб ўзгаришларни юзага келтиради, жумладан бўй ўсишининг кескин тезлашини (бир йилда ўғил болаларда 4-5 см, қизларда 3-4 см ўсиши кузатилади), жинсий балоғатга етиш (жинсий органларнинг ривожланиши ва иккиламчи жинсий белгиларнинг пайдо бўлиши) амалга ошади. Бу жараёнлар қиз болаларда 13-15 ёшларда нисбатан жадал кечади. Жисмоний ривожланиш ва жинсий етилишнинг акселерациялашуви кузатилаётган ҳозирги вақтда айрим қизлар 9-10 ёшда, ўғил болалар эса 11-12 ёшларида жинсий балоғатга етишнинг бошланиш босқичида бўлиши мумкин.

Бўйнинг ўсиши, вазннинг ортиши, кўкрак қафасининг кенгайиши — буларнинг барчаси жисмоний ривожланишнинг ўсмирлик ёшига хос хусусиятларидир. Шулар туфайли ўсмирнинг ташқи кўрinishи боланинг ташқи



---

кўринишига қараганда фарқ қилади: тана пропорцияси катталарга хос кўринишга эга бўлади. Шунингдек, ўсмирнинг юз тузилиши ҳам ўзгариб бош суягининг юз қисми жадал ривожлана боради. Ўсмирлик ёшида умуртқа поғонасининг ўсиши бўйнинг ўсиш суръатидан орқада қолади. Чунки 14 ёшгача умуртқа поғоналари ўртасидаги ораликлар тоғайлар билан тўлган бўлади, бу эса ортиқча жисмоний зўриқиш, тана ҳолатининг нотўғри туриши туфайли умуртқа поғонасининг нотўғри ривожланишига мойиллигини билдиради. Умуртқа ривожланиши бузилишининг энг кўп ҳолати 11-15 ёшларга тўғри келади ва аини шу ёшларда рўй бериши мумкин бўлган нуқсонларни бартараф этиш осон кечади. 20-21 ёшларга етиб тоз суякларининг ўсиши яқунланади (шу даврда қизларнинг жинсий органлари ҳам етилади).

Мускул вазни ва мускул кучларининг ортиши жинсий балоғатга етишнинг охирларида нисбатан жадалроқ амалга ошади. Бунда ўғил болаларда мускулларнинг ривожланиши эркакларга хос типда, қиз болаларнинг юмшоқ тўқималари эса аёлларникига хос типда амалга ошади. Бу эса ҳар бир жинс вакилига ўзига хос эркаклик ва аёллик сифатларини беради. Бу жараёнларнинг ниҳоясига етиши эса ўсмирлик давридан кейин амалга ошади.

Мускул кучларининг ортиши ўсмир жисмоний имкониятларини кенгайтиради. Буни болалар жуда яхши англайдилар ва уларнинг ҳар бири учун бу жуда муҳим аҳамиятга эга. Бироқ ўсмир мускуллари катталарникига қараганда тез толиқувчан бўлади ва давомли кучланишларга дош беролмайдиган бўлади. Шунинг учун спорт ва жисмоний меҳнат билан шуғулланишда буни инobatга олиш лозим.

Турли орган ва тўқималарнинг ўсиши юрак фаолиятига ҳам юқори талаблар қўяди. Ўз навбатида юрак мускуллари ҳам қон томирлари диаметрига қараганда тезроқ ўсади. Бу жараён юрак қон-томир системаси фаолиятидаги функционал бузилишларга сабаб бўлиши, юрак уришининг тезлашиши, қон босимининг ортиши, бош оғриғи, бош айланиши, тез толиқувчанлик кабилар кўринишида намоён бўлиши мумкин.

Шунингдек, ўсмирлик даврида ички секреция безлари фаолияти билан боғлиқ равишда организмда кескин ўзгаришлар рўй беради. Айниқса, қалқонсимон без ва жин-

---

---

сий безлар ажратиб чиқарадиган гормонлар организмда модда алмашинишининг катализатори вазифасини бажаради. Чунки эндокрин ва нерв системалари бир-бирига узвий боғлиқдир. Шунга кўра ўсмирлик даври бир томондан қувватнинг кескин ортиши ва иккинчи томондан патоген таъсирларга ўта сезгирлиги билан характерланади. Шунинг учун ақлий ёки жисмоний ортиқча толиқиш, узоқ муддатли асабий зўриқиш, аффектлар, кучли салбий ҳиссиётлар (қўрқиш, газаб, хафагарчилик) эндокрин бузилишларга (менструал циклнинг вақтинча бузилишига) ва нерв системаси функциясининг бузилишига сабаб бўлиши мумкин. Бундай бузилишлар таъсирланувчанликнинг ортиши, ўзини тута билмаслик, парижонхотирлик, ишда маҳсулдорликнинг пасайиши, уйқунинг бузилиши кабиларда намоён бўлади.

Ўсмирлик даврида эндокрин ва нерв системалари фаолиятининг болалик даврида мавжуд бўлган мувозанат бузилади, янги эса эндинга ўрнатилмаётган бўлади. Бундай қайта қурилишлар албатта ўсмирнинг ички ҳолати, кайфияти, руҳиятига таъсир кўрсатади ва кўпинча унинг умумий нотурғунлигига, таъсирланувчанлигига, сержаҳл-лигига, ҳаракат фаоллигига, вақти-вақти билан ҳамма нарсаларга бефарқ бўлиб қолишлиги ва ланжлигига асос бўлади. Бундай ҳолатларнинг юзага келиши кўпинча қизларда менструал цикл бошланишидан бир оз олдинроқ ёки цикл даврида кўпроқ кузатилади.

Жинсий балогатга етиш ва жисмоний ривожланишдаги ўсиш ўсмир руҳиятида янги психологик тузилишларнинг юзага келишида муҳим аҳамиятга эга. Биринчидан, бу ўсмир учун жуда сезиларли бўлган ўзгаришлар бўлиб, улар ўсмирнинг катта бўлганини ҳис қилишининг юзага келишининг объектив манбаи бўлиб хизмат қилади (унинг асосида ўсмир ўзининг катталарга ўхшашлигини ҳис қилади). Иккинчидан, жинсий балогатга етиш бошқа жинс вакилига қизиқишни ривожлантиради, янги кечинма, ҳиссиёт, туйғуларни юзага келтиради. Ўсмирнинг ички бандлиги ва янги таассуротлар, кечинмаларга муносабати даражаси уларнинг ўсмир ҳаётидаги ўрни кенг ижтимоий шароитлар билан, ўсмир ҳаётининг конкрет индивидуал шароитлари, унинг тарбияси ва мулоқоти хусусиятлари билан белгиланади. Бу ўринда ўсмир шахси шаклланишига фақат кат-

---

---

талар учун мўлжалланган китоблар ва кинофильмлар салбий таъсир кўрсатиши мумкин. Буларнинг барчаси, шунингдек ўртоқлари билан севги ва жинс муаммолари ҳақида гаплашишлари ўсмирларда одамлар муносабатларининг интим жиҳатларига кўтаринки қизиқишни юзага келтириши, эротик анъаналар ва илк сексуалликни ривожлантириши мумкин. Ҳар иккала жинс ўсмирлари учун бу даврда илк романтик ҳисларнинг юзага келиши «биринчи муҳаббат»га дуч келиши, биринчи бўса кабилар мсъёрий ҳол ҳисобланади.

---

**5**

## **Ўсмирлик автономиялари нима ва улар қандай намоён бўлади?**

Ўсмирлик даврининг характерли хусусиятларидан яна бири — бу даврда ўсмирларда кузатиладиган ўсмирлик автономияси ҳолатидир. Ўсмирлик автономиясининг ҳуқуқий автономия, иқтисодий автономия, эмоционал автономия, маконий автономия каби турлари фарқланади.

Маълумки, бола дунёга келган кундан бошлаб кимнингдир қарамоғига муҳтож бўлади. Ота-онаси ва бошқа яқинлари уни озиқлантиради, кийинтиради, тарбиялайди ва уни мунтазам назорат остида тутлади. Улар болани ҳар томонлама қўллаб-қувватлаши боис бола бундай эътиборга, далдаларга муҳтожлик ҳис этиб туради.

Ўсмирлик даврида эса бола ўз ҳаётини, хавфсизлигини таъминлаш борасида мустақилликка эришади. Энди у ўзини ўзи ҳимоя қила олиши, лозим бўлса ўзи ўз имкониятлари даражасида меҳнат қилиб, етарли даражада даромад қилиши, ўз эҳтиёжларини мустақил равишда ўзи қондира олиши мумкин бўлади.

Юқорида келтириб ўтилган ҳуқуқий автономия айни вақтда бола ўсмирлик ёшига етиши билан унга қатор ҳуқуқий имкониятлар берилиши билан характерланади. Бу даврда бола юридик шахс ҳисобланиб, овоз бериш ҳуқуқига ҳам эга бўлади. Мабодо, бу даврда ўсмирнинг ота-онаси ажралиб кетгудек бўлса, ўсмирнинг қаерда ва ким билан қолиши унинг хоҳишига қараб ҳал этилади. Шунингдек,

---

бола бу даврда ўз имкониятидан келиб чиққан ҳолда расмий равишда жисмоний меҳнат билан шуғулланиши ҳам мумкин. Лозим бўлса, улардан ўз хатти-ҳаракати, қилиқлари учун жавоб бериши ҳам талаб қилинади. Шу каби ҳуқуқий имкониятларга эга бўлиш ва бундан ўсмирнинг хабардорлиги унинг ҳуқуқий автономиясининг юзага келишини таъминлайди. Бундай автономияга эга бўлиш ўсмирда ўз хатти-ҳаракати учун жавобгарлик, масъулиятлилик ҳиссини юзага келтиради.

Иқтисодий автономия ҳам маълум даражада ҳуқуқий автономияга боғлиқ ҳолда юзага келиб, бевосита ўсмирнинг ўз моддий эҳтиёжларини бошқалар, ота-она ёрдами-сиз қондира олиши мумкинлиги билан боғлиқ. Ўсмир энди ўз эҳтиёжларини қондириш учун ота-онасига тўла тобе бўлмайди. Ўзи ишлаб топган даромадлари ҳисобига ўз эҳтиёжларини қисман бўлса-да қондириши, ўзининг шахсий маблағига, жамғармасига эга бўлиши ва айрим ҳолларда бу маблағлардан хоҳишига кўра фойдаланиши мумкин. Айниқса, ҳозирги бозор иқтисодиётига ўтиш даври билан боғлиқ равишда ўсмирлар ўртасида тижорат ишлари билан, турли даромадли ишлар билан шуғулланиш ва улар орқали ўзларининг кундалик эҳтиёжларини қондира олиш, ҳатто ўз эҳтиёжларидан ортиқроқ маблағга эга бўлиши ҳам мумкин. Бундай ҳолатлар ўсмирларда иқтисодий автономиянинг юзага келишини таъминлайди.

Ўсмирлик автономияларидан яна бири — эмоционал автономиядир. Маълумки, бола дунёга келган ондан бошлаб у онаси ва атрофидагиларнинг эмоционал, ҳиссий қўллаб-қувватлашига, меҳр-муҳаббатини намоён қилишига, эркалашига эҳтиёж ҳис қилади. Шунинг учун ҳам илк болалик ёшидаги, мактабгача ва кичик мактаб ёшидаги болаларни суйиб, эркалаб уларни кучиб, бошини силаб, ёқимли гаплар ва муомала билан уларга ҳиссий яқинлик намоён қилинса, улар бундан қувониб, хурсанд бўладилар ва эркалаётган шахсга нисбатан талпиндилар. Буни ёш болаларнинг онасига суйкалиши, уларнинг пинжига суқилиши, уларга эркаланиши ҳолларида кузатишимиз мумкин. Шунингдек, болалар ўз тенгдошлари билан бўладиган ўзаро муносабатларида низо-тортишувларга дуч келганида ва айниқса, тенгдошларидан «жабрланганда», «енгила бошлаганидан», ота-онасидан ва атрофидаги яқинларидан эмо-

---

---

ционал далда, ҳиссий қўллаб-қувватлаш кутади ва бу бо-  
рада уларга мурожаат қилади. Агар ўз вақтида шу ҳиссий  
далдани ола олса, ўзини эркин, тетик, голиб ҳис қилади  
ва улар билан қувониб юради. Ўзининг кичкинагина ҳаёти-  
да дуч келган «муаммоларини» ҳал қилишда катталар ёрда-  
мига муҳтожликни ҳис қилади, улардан мунтазам фойда-  
ланишга интилади.

Ўсмирлик даврида эса аксинча, ўсмир энди «ёш бола»  
эмас, энди у «катта одам», катта одам эса мустақил бўли-  
ши, ўз муаммоларини ўзи ҳал қилиши керак. Бу даврда  
катталар ёрдамига мурожаат қилиши тенгдошлар томони-  
дан қораланади. Ва буни ўсмирнинг ўзи ҳам хоҳламайди. Бу  
даврда ўсмирларга катталар томонидан олдингидек кўрса-  
тиладиган илтифот, эркалашлар эриш туюлади. Энди улар  
ўзларини эркалаб, силаб сийпашларини, «арзимаган нар-  
салар» учун катталар томонидан билдириладиган олқиш-  
ларни «ёқтирмайди». Энди улар атрофдагиларни ҳиссий  
қўллаб-қувватлашларидан ҳолироқ бўлишга, ўз муаммола-  
рини ўзлари шахсан ҳал қилишга интиладилар. Олдинлари  
кўчада, боғчада, мактабда юз берган воқеалар ҳақида уйи-  
дагиларга шикоят қилиб, ота-онасидан ёрдам сўраган бўлса-  
лар, энди оиладан ташқарида биронтасидан дакки эши-  
тиб, калтак еб келган тақдирда ҳам бу ҳақда ота-онасига  
билдирмасликка ҳаракат қилади ва имкон қадар ота-она-  
ларини унинг «ишларига» аралашмасликларини хоҳлайди.  
Буларнинг барчаси ўсмирларда бевосита кузатиладиган  
эмоционал автономиянинг таъсиридир.

Ўсмирларда кузатиладиган автономия ҳолатининг яна  
бири маконий автономиядир. Бунга кўра ўсмирлар имкон  
қадар ўз хонасида ёлғиз қолишга; бирон бир ишни бажа-  
раётган ёки бирон бир жойда бўлган вақтларида имкон қадар  
ёлғиз қолишга, айниқса, ўз ота-онаси, оила аъзолари на-  
заридан четроқда бўлишга, ўз ўй-ҳаёллари билан машғул  
бўлиб вақт ўтказишни истайди. Сухбатлашса ҳам асосан ўз  
тенгдошлари, яқин ўртоқлари билангина мулоқотда бўлиб,  
ота-онаси билан имкон қадар камроқ мулоқотда бўлишга  
интилади ва ўзи билан ўзи овора бўлиб қолади. Айни вақт-  
да ўсмирда кузатилаётган бу ҳодисаларнинг асл сабабини  
тушунмаган айрим ота-оналар уларнинг бундай ҳолатидан  
хавотирланиб, фарзандлари билан олдингига қараганда

---

кўпроқ қизиқиб қолишади. Бошқача қилиб айтганда, уларнинг автономиясига «бостириб кирадилар». Буни эса ўсмирлар ёқтирмайди. Бундай ҳолатлар ўсмирлар ва уларнинг ота-оналарини ўртасидаги ўзаро муносабатларида келишмовчиликлар, низоларнинг юзага келишига асос бўлиши мумкин.

Юқорида қисман тўхталиб ўтганимиздек, ўсмир руҳиятида кузатиладиган характерли хусусиятлардан, яъни бири уларнинг ўта таъсирланувчан, жиззакни, кўрс, сал нарасага хафа бўлиши ҳиссий нотурғунлигидир. Бундай ҳолатларнинг юзага келиш сабабларидан бири бевосита жинсий балоғатга етиш, ички секреция безлари, айниқса, жинсий безлар функцияларининг фаоллашуви ва шулар билан боғлиқ ҳолда ўсмир организмда рўй берадиган психофизиологик ўзгаришлар билан боғлиқдир.

Маълумки, ўсмирлик даврида ўсмирнинг «мен»ни қайтадан шакллана боради. Унинг атрофидагиларга айниқса, ўз ўзига бўлган муносабати, қизиқишлари, қадриятларининг йўналишини кескин ўзгаради, ўз шахсига бўлган эътибори кучаяди. Ўсмирлик даврида шахс эгоцентризми бошқа даврдагиларга қараганда энг юқори даражага етади. Бу даврда ўсмир ўз шахсиятини бошқалардан устун қўядиган, ўзига кўпроқ бино қўядиган бўлиб қолади. Шу даврда ўғил болаларда ҳам, қиз болаларда ҳам шунчаки катталарга тақлид қилиб эмас, балки том маънода ўзининг хатти-ҳаракатини назорат қилиш ўзининг юриш-туриши, кийиниши, ташқи кўринишига астойдил эътибор бериш, пардоз-андоз билан шуғулланиш каби ҳолатлар кузатилади. Бироқ бу даврдаги эндокрин системаси фаолияти, эпофиз, жинсий секреция безлари ажратиб чиқарадиган гормонлар таъсири остида ўсмир организмда ва тана тузилишида ўзгаришлар рўй беради. Унинг тана тузилиши пропорцияси бузилади (у нисбатан бесўнақайроқ бўлиб қолади), товушлари ўзгариб, дўриллаб қолади. Жинсий балоғатга етишнинг бошланиши билан юзларига сепкиллар чиқа бошлайди. Буларнинг барчаси ўсмир учун қутилмаган, хоҳланмаган ҳолатлардир ва улар ўсмирнинг таъсирланувчанлигини, жиззакчилигини ортишига олиб келади. Шу даврда ўсмирнинг ташқи кўриниши, шахсиятига онд билдирилган арзимаган ноҳўя гап унинг учун жиддий салбий кечинмаларнинг юзага келишига асос бўлиши мумкин.

---

## Менструал цикл даврида ўсмир қизларда қандай ўзгаришлар кузатилади?

Ўсмирлик даврининг характерли жиҳатларидан яна бири жинсий балоғатга етиш, (қизларда) менструал циклининг бошланиши билан боғлиқ. Маълумки менструал цикл билан шахе руҳияти ўртасида узвий боғлиқлик мавжуд.

Қизларда, аёлларда кузатиладиган менструал цикл 4 босқичдан иборат бўлиб, ўртача 28 кун давом этади ва бу босқичларда шахс руҳиятида кузатиладиган ўзгаришларни шартли равишда йилнинг тўрт фаслидаги об-ҳаво ўзгаришларига қиёслаш мумкин. Жинсий безлар эстроген ва андроген гормонларини ажратиб чиқаради. Эстроген гормонлари одамда руҳий қувватни оширувчи гормонлар бўлса, андроген гормонлари аксинча, руҳий қувватни емирувчи гормон ҳисобланади. Уларнинг ажралиб чиқиш миқдори менструал циклининг турли босқичларида турлича бўлади.

Менструал цикл тугагандан кейинги биринчи ҳафтада эстроген гормонларининг ажралиб чиқиши кўпайиб аёл, ўсмир қиз организми табиат худди қишдан кейинги баҳор кунларида яйраб-яшнаб, янги қувватларга тўлиб боргани каби яшнаб-йираб руҳий қувватларга тўйиниб боради. Бу даврда қизларнинг ўз-ўзига ва атрофидагиларга нисбатан бўлган муносабатлари яхшиланиб, уларнинг ўзига ишончи, ўзини ўзи баҳолашлари ортиб боради.

Навбатдаги иккинчи ҳафтани ҳаёт енгил ва ёқимли бўлган ёз фаслига қиёслаш мумкин. Бу даврда андроген миқдори жуда камайиб, эстроген энг кўп миқдорда ажралиб чиқарила бошлайди. Инсоннинг руҳияти ҳам энг яхши даражада бўлади. Бу босқичда қизларнинг ўзига ишонганлиги циклининг бошқа даврларига қараганда энг юқори даражада бўлади. Бу кунлар, қизлар учун энг кўп қувватга, завқ-шавққа тўлган, атрофдагилар билан дўстона муносабатда бўлган ва ўз-ўзини баҳолаши кўтарилган вақтлардир.

Давр ўрталарига бориб оптимизм ўзининг энг юқори чўққисига етади. Бу «ёз» кунларида қизларнинг атрофдагилар, айниқса, қарама-қарши жинс вакиллари билан бўладиган муносабатлари энг аъло даражада бўлади.

---

Табиатда иссиқ ёз ўрнини ўзининг изғирин шамоллари билан куз эгаллаганидек, менструал циклнинг учинчи ҳафтасида организм учун қувват манбаи бўлган эстроген миқдори камайиб, андрогеннинг ажралиб чиқиши кучая боради. У эстроген таъсирини камайтириб, ҳайз кўриш бошланиши олдидан руҳий сиқилишлик ҳолатини юзага келтиради, организмни қишга, яъни навбатдаги менструацияга тайёрлайди. Бу даврда ўсмир қизлар руҳиятида тажанглик, жиззакилик, бифарқлик, ўз-ўзига нисбатан ҳам, атрофдагиларга нисбатан ҳам ишончсизлик ортиб боради. Ўз-ўзини баҳолаш кескин пасаяди. Бу ҳолат қизларда нафақат ноқулайлик ҳиссини, балки «Мен ҳеч кимга керак эмасман!», «Нақадар хунукман», -деган фикрларни ҳам тугдиради. Бундай фикр, бундай баҳо ўсмир қиз учун қай даражада оғир эканлигини фақат шу ҳолатни бошидан кечирганларгина ҳис қила олиши мумкин.

Айни шу даврда атрофдагилар, синфдошлари, ўқитувчилар, ота-оналар томонидан усмир қиз шахсиятига тааллуқли бўлган арзимаган гап ҳам унга ўта ҳақоратдек туюлиши ва фожеали оқибатларга олиб келиши мумкин. Бу ҳолат ҳафта давомида кучайиб бораверади.

Тўртинчи ҳафта менструация цикли бошланганда эса бу ҳолатлар янада кучаяди. Бу даврда ўсмир қизларнинг ўз-ўзини баҳолаш даражаси ниҳоятда пасайиб, улар нафақат атрофдагиларни, ҳатто ўз-ўзини ҳам ёмон кўриб кетадилар. Ўзларини ўта ноқулай, ўта хунук, ёлғиз, ҳеч кимга керак эмас, деб ҳис қиладилар. Айни шу вақтларда ўз руҳиятида, организмида рўй бераётган бундай ўзгаришларнинг асл сабаби ва моҳиятини тушуниб етмаган айрим ўсмирлар атрофдагилар билан бўладиган ўзаро муносабатларининг бузилишига, айрим нохуш ҳодисаларнинг содир этилишига йўл қўйишлари мумкин.

Жинсий балоғатга етиш даврида ўсмир организмида, унинг руҳиятида рўй берадиган бундай табиий ўзгаришлардан хабардор бўлишлик, уларнинг сабаблари, ички кечинмалари ҳақида аниқроқ маълумотларга эга бўлишлик «ўсмирликдек» оғир, мураккаб даврни жиддий, салбий асоратларсиз кечишини таъминлайди. Бунинг учун биринчи

---



---

навбатда шу ўсмирларнинг яқин кишилари, ота-онаси, ўқитувчилари ҳозирги кун ўсмир психологияси, психофизиологияси масалаларига оид энг замонавий илмий маълумотлардан хабардор бўлиши ва ўсмирлар билан бўладиган ўзаро муносабатларда улардан ўринли фойдалана олиш маънакаларига эга бўлишлари лозим.

## 7

### Ўсмирларда менструация цикли қандай кечади?

Менструация ўртача 2 кундан 5 кунгача давом этади. Бу вақтда 50-150 см.куб атрофида қон ажралиб чиқади. Агар менструация тўла шаклланган бўлса, унда тахминан ҳар 24-28 кунда қайталаниб туради. Менструация бир хил вақт оралигида бошланади ва бир хил миқдордаги кунларда, бир хил жадалликда кечгудек бўлса, унинг цикли нормал ҳисобланади. Даставвал менструация 7-8 кун давом этиши, бир неча ой, йил, ҳатто ундан ҳам кўпроқ вақтга тўхтаб қолиши ҳам мумкин. Фақат аста-секинлик билан унинг доимий цикли тикланади. Ўғил болаларда эса бу босқичда сперматогенезнинг тўла ривожланиши амалга ошади.

Жинсий балоғатга етиш даврида айниқса, унинг II-III босқичларида ўсмир организмнинг барча физиологик функциялари сезиларли даражада ўзгаради.

Ўсмирларда суяк скелетлари ва мускул системасининг жадал ўсиши ортида унинг ички органлари — юрак, ўпка, ошқозон-ичак йўлларининг ривожланиши ҳамма вақт ҳам улгуравермайди. Юракнинг ўсиши қон-томирлари ўсишидан илгарилаб кетади, оқибатда қон босими ортади ва биринчи навбатда юракнинг ишлаши қийинлашади. Юракнинг ётарлича ишлай олмаслиги эса ўғил ва қиз болаларда кўпинча бош айланиши, рангнинг оқариш ҳолатларининг кузатилишига олиб келади. Бундан бош оғриғи, тез толиқиш, вақти-вақти билан ланжланиб туриш кабилар келиб чиқади. Жинсий балоғатга етиш даври тугаши билан бундай ўзгаришлар одатда изсиз йўқолиб кетади.

Ривожланишнинг бу босқичида гипоталамуснинг фаоллашуви муносабати билан марказий нерв системаси

---

функцияси ҳам сезиларли даражада ўзгаради. Эмоционал жиҳатлар ҳам ўзгаради. Ўсмирнинг ҳиссиёти ўзгарувчан, қарама-қарши бўлиб қолади: ўта таъсирланувчанлик кўпинча жиззакилик, тортинчоқлик билан уйғунлашиб кетади. Ҳаддан ташқари танқидийлик ва ота-онасининг қарамоғига бетоқатлик намоён бўлади. Баъзан ишчанликнинг пасайиши, асабийлик, сержаҳллик, йиғлоқлик (айниқса, қизларда менструация даврида) кабилар кузатилади. Бу даврда ўсмир шахси жадал шакллана боради, катталиқ ҳисси юзага келади, қарама-қарши жинс вакиллариға муносабат ўзгаради, уларға қизиқувчанлиги ортади.

Жинсий балоғатға етиш даврида ўсмир организмининг нормал жисмоний ривожланиши муҳим рол ўйнайди. Бу даврда турли хил, сервитагин овқатларни етарлича истеъмол қилиш, шунингдек, очиқ ҳавода сайр қилиш, спорт билан шуғулланиш зарур. Жинсий балоғатға етишнинг алоҳида эътибор талаб қиладиган жиҳатлари ҳам мавжуд.

Қиз болаларда илк менструация вақтида умумий аҳволининг ёмон бўлиши, ҳолсизланиши, оғриқлар ёки кўп миқдорда қон келиши кутилади. Гоҳида иситма чиқиши, қайт қилиш, ич кетиши ёки ичи қотиб қолиши, бош айланиш каби ҳолатлар кузатилиши мумкин.

Менструация даврини, албатта, ётиб ўтказиш керак, деган фикрлар у қадар тўғри эмас. Одам ўзини яхши ҳис қилаётган бўлса, одатдаги турмуш тарзини давом эттириши, эрталабки гимнастика билан шуғулланиши, унчалик мураккаб бўлмаган жисмоний машқларни бажариши мумкин. Фақат бу вақтда сакраш, велосипед ҳайдаш, оғир юк кўтариш ман этилади. Узоқ масофаға пиёда юриш, катта сув ҳавзаларида чўмилиш, ванна қабул қилиш, офтобда қорайиш тавсия этилмайди.

Асабий зўриқиш, кучли жисмоний оғриқ, узоқ масофаға кўчиб ўтиш кабилар менструал циклни бузиши мумкин. Узоқ вақт ва оғир меҳнат, кучли толиқиш менструацияни тўхтаб, узилиб қолишиға олиб келиши мумкин. Агар менструация жуда оғриқли, кўп қон кетадиган ҳолатда кечса, шифокорға мурожаат қилиш лозим. Менструация вақтида организмнинг умумий ҳолатининг ёмонлашуви кузатилади, қизлар машғулотлардан ёки ишдан озод қилинади. Менструация вақтида қизлар ўзларини, айнақса,

---

оёқлари ва қориндан паст қисмини совуқдан сақлашлари лозим. Бунинг учун узун ва иссиқ кийимлар кийиш, совуқ тош ёки муздек нарсаларга ўтирмаслик лозим.

Қизлар бу кунларда ўткир таомлар, қалампир, мурч, укус, горчица емаслиги, алкоголь ичимликлар (пиво, вино, шампан ва бошқалар) ичмаслиги шарт. Чунки булар қон ҳаракатини кучайтириб, менструал қон кетишига олиб келиши мумкин. Сийдик пуфаги ва тўғри ичак йўлларини ўз вақтида тозаланиб туришига алоҳида эътибор бериш лозим, чунки уларнинг тўлиб, тўсилиб қолиши бачадоннинг тўсилиб қолишига, оғриқларнинг пайдо бўлишига, ажралишнинг кечикишига сабаб бўлиши мумкин.

Менструация вақтида ўз бадани тозалигига алоҳида аҳамият бериш керак, чунки қон келаётган вақтда бачадоннинг ички юзаси ўзига хос ярали юзага айланиб қолади ва унда микробларнинг ривожланиши учун қулай муҳит ҳосил бўлади.

Жинсий балоғатга етиш даврида ўғил болаларда беихтиёр уруғ ажралиш ҳоллари - поллюция рўй бериши мумкин (лот. Pollutio - булғаниш). Поллюция кўпинча уйқу вақтида рўй беради. Биринчи поллюциянинг юзага келиши ўғил болаларда сперматозоидлар ажралиб чиқа бошлаганидан далолат беради. Уруғдонлардан ажралиб чиққан уруғ пуфакчалари ва пубертат безлари аралашиб улар уруғ кўринишида жинсий йўлларда тўпланади ва жинсий аъзо таранглашуви билан табиий равишда тунги беихтиёр ажралишлар кўринишида ажралиб чиқади.

Биринчи поллюциялар ўртача 15-16 ёшларда рўй беради. Шу фурсатдан бошлаб поллюция узоқ муддат жинсий танаффусда бўлган катта ёшдаги эркекларда ҳам рўй бериши мумкин. Тунда уруғнинг ажралиши мутлақо нормал, физиологик ҳодисадир. У жинсий ҳаёт билан яшамайдиган ҳар бир йигит ёки эркекда кузатилади. Шунинг учун поллюциядан хавотирланиш ҳам керак эмас. Улардан сўнг ҳеч қандай бузилиш рўй бермайди.

Поллюциялар одатда, ойда 1-3 марта рўй бериши мумкин. Улар бундан қамроқ ҳам, 1,5 - 2 ойда бир марта ҳам бўлиши мумкин. Ўртача поллюция 10 кундан 60 кунгача оралиғида бўлади. Агар поллюция ҳар кеча ёки бир кечада бир неча марта рўй бергудек бўлса, унда шифокорга муро-

---

жаат қилиш лозим. Поллюция воситасида организм ортиқча уруғ сууюқлигидан ва жинсий зўриқишдан халос бўлади. Бу организмнинг мақсадга мувофиқ ва табиий реакцияси бўлиб, жинсий тўхталиш учун физиологик шароит яратади.

Поллюция ҳаддан ташқари тез такрорланмаслиги учун йингитларга ётишдан олдин ўткир таомлар истеъмол қилиши, кўп сууюқлик ичиши, иссиқ кўрпага ўраниши, плавка ёки баданга зич ёпишиб турадиган трусикда ётиш тавсия этилмайди. Ётиш жойи ўта юмшоқ ҳам бўлмаслиги керак. Бундан ташқари жинсий органларни тоза сақлаш керак.

Шуни ҳам назарда тутиш жоизки, биологик жинсий етилишни ижтимоий етилиш билан уйғунлаштириб юбормаслик керак. Менструация циклининг бошланиши билан қиз бола ҳомиладор бўлиши мумкин. Бироқ унинг организми ҳали нормал жинсий ҳаётга тайёр эмас. Бу ҳолат ўғил болалар, ўсмирларга ҳам тааллуқли. Ўғил болалар — ўсмирларнинг жинсий балоғатга етиши физиологик жиҳатдан ҳам бутун ёшлик даври давомида амалга ошади. Ижтимоий жинсий етуқлик деб, фақат шахснинг шаклланиши ниҳоясига стиб, ахлоқий ва фуқаролик етуқлиги шаклланган ёшини ҳисоблаш мумкин. Ижтимоий жинсий етуқлик фақат болани дунёга келтириш имконияти билан эмас, балки уни ҳар томонлама нормал ривожланиши учун энг мақбул шароитларни яратиб бера олиш билан белгиланади.



## **Ўсмирларда жинсий балоғатга етишнинг эрта ёки кеч юзага келиши қандай ҳолатларни юзага келтиради?**

Маълумки, ўсмирларда жинсий балоғатга етиш индивидуал хусусиятларга эга. Умуман, жинсий етилиш ўғил болаларда 11-12 ёшдан 18-19 ёшгача, қиз болаларда 9-10 ёшдан 16-17 ёшгача бўлган ораликда рўй беради. Шунга кўра, у айрим ўсмирларда эртароқ, айримларида эса кечроқ бошланиши мумкин. Жинсий етилиш эртароқ ёки кечроқ бошланган болалар одатда, маълум бир ноқулайликни юзага келтирадиган психологик муаммоларга дуч келадилар. Бу борада алоҳида эътибор қаратиладиган 4 хил ҳолатни кузатиш мумкин.

---

**Жинсий балоғатга етиши кечикаётган ўғил бола.** Бундай ўсмир, унинг ўртоқлари, тенгдошлари етилиб, катталар қаторига қўшилган айни вақтда у ҳали ҳам болалигича қолаётганини жуда яхши тушунади. У ким биландир гаплашиб қолгудек бўлса (айниқса, телефонда), овозининг ингичкалиги туфайли иккинчи томон уни қиз бола деб ўйлаши ҳам мумкин. Ёки унга қиз бола деб мурожаат қилади. Унинг учун бу ўта ҳақоратдир! У спорт билан шуғулланишга жуда қизиқади, бироқ у ўз тенгдошлари билан мусобақалаша олмайди, чунки улар унга қараганда анча гавдали. Чўмилиш жойларида ечиниш, кийим алмаштириш хоналарида болалар унинг мускулларининг заифлиги, жинсий аъзоси бошқа болаларникидан кичиклигини кўрсатишиб, унинг жигига тегишади. Бундай вазиятларда, ўсмирда, ўзининг ҳақиқий ҳолати, аҳволининг номуносиблигини ҳис қилиш чуқурлашади: мана иккинчи йилки, унинг бўйи ҳатто кўпчилик қизларникидан ҳам паст, улар ҳам бунга қараганда тез ўсишяпти. Бошқаларда кузатилаётган ўзгаришлар ва ўсишлар унда ҳали кузатилганича йўқ. У ўзида мутлақо нотўғри нимадир содир бўлаётганлигидан хавотирланади, бироқ бу ҳақда биров билан ўртоқлашишга журъат эта олмайди. Бундай ҳолат ўта нохушдир. Бунақа бола кўпинча мактабда содир этилиши мумкин бўлган кўнгилсизликларнинг манбаига айланиб қолиши мумкин, чунки доимо атрофдагиларнинг (айниқса, тенгдошларининг) унинг эркак эканлигидан шубҳаланишларини инкор этишига, уларга у ҳам «эркак» эканлигини таъкидлаб туришига тўғри келади.

**Жинсий балоғатга етиши кечикаётган қиз бола.** «Ички соати» кечикиб қолаётган қиз учун ҳам яшаш осон бўлмайди. У ўзининг текис кўкрагига тез-тез кўз ташлайди, сўнг кўкраги бўртиб чиққан, бюсти «рисоладагидек» дугонасига боқади. Мана икки ёки уч йилдирки, унинг дугоналари ўзларида рўй бераётган менструация билан боғлиқ кечинмалар ҳақида ўзаро фикр алмашади, у эса бундай муҳокамаларда қатнаша олмайди. Унинг юз тузилиши худди «ёш боланикидек» эканлигини юзига солишиб жаҳлини чиқаришади. Ҳақиқатан ҳам, унинг юзи саккиз яшар боланикидек кўринадди. Агар ўсмир ёши учун ўз-ўзини баҳолашда болани жисмоний жозибadorлиги, ўз чиройини баҳолашини қандай муҳим аҳамиятга эга эканлигини ҳисобга оладиган

---

---

бўлсак, унда бундай қиз, ҳатто у табиатан чиройли, гўзал бўлган тақдирда ҳам ўз нуқсонини қандай ҳис қилишини тушуниш осон. Бундай вазиятларда бу қиз энди «ҳеч қачон катта бўлмайман, ҳаммадан орқада қолдим», — дея адашаётганлигини кимдир унга оқилона тарзда, илмий асосланган ҳолда тушунтириб бериши лозим.

**Тенгдошларидан олдин жинсий балоғатга етган қиз.** Жинсий балоғатга етиши бошқалардан олдинроқ бошланган 10-11 ёшлардаги қиз бола ҳам қатор психологик муаммоларга дуч келади. Одатда, қизларнинг жинсий балоғатга етиш даври ўғил болаларникидан 1-2 йил олдин бошланади, шунинг учун бу даврга ўз тенгдошларидан олдинроқ кириб борган қизлар одатда ўз тенгдошларининг ақсарият қисмидан ўзининг жисмоний ривожланганлигига кўра анча илгарилаб кетади. Бироқ жисмоний ривожланишда илгарилаб кетиш унга ҳеч қандай афзаллик келтирмайди. Жисмоний ривожланишда ўз тенгдошларидан илгарилаб кетган қиз бола 2-3 йил давомида ўз тенгдошлари ва атрофидагилар билан ҳамқадам кетмаётганини туфайли турли ноқулайликларни бошдан кечиради. Бизнинг этник хусусиятимиз, болалар ва ўсмирлар ўртасида жинсий тарбия ишларининг йўлга қўйилмаганлиги, жинс психофизиологиясига оид маълумотларнинг аянчли даражада пастлиги, ота-оналар, ҳатто педагог-тарбиячиларнинг ҳам бу борада етарли илмий асосланган маълумотга эга эмаслиги, бу ўринда жиддий муаммоларнинг юзага келишига асос бўлиши мумкин. Жинсий етилиш даврига эрта етишган қиз бола ҳали бу ҳақда, бу даврда рўй берадиган ўзгаришлар, бу даврда ўзини қандай тутиш, нималар қилиш кераклиги хусусида маълумотларга эга бўлмаслиги мумкин. Ўзларида кечинаётган ҳолатлар ҳақида тенгдошлари билан ўртоқлашай деса, бу ҳолатлар уларга мутлақо ёт. Мисол учун айтишимиз мумкинки, республикамиз қишлоқ ҳудудларининг биринида илк бор менструацияни бошидан кечирган 6-синф ўқувчиси ўтирган жойида ва кийимида қон изларини кўрган синфдошлари уни бузуқликда, қизлик ифратини йўқотганликда айблашиб, унинг устидан мазах қилишган. Узида рўй бераётган ўзгаришлар сабабини тушунмаган ва тенгдошлари ҳақоратига чидай олмаган қиз шу кунгёқ ўзига ўт қўйган.

Шунга ўхшаш ҳолатлар ўсмирлик давридаги ва ундан олдинроқ ёшдаги болаларни жинс психологияси, жин-

---

---

сий тарбия масаласига оид билимлар билан имкон қадар эртароқ куроллантириш нақадар муҳим эканлигини билдиради.

**Тенгдошларидан олдин жинсий балоғатга етган ўғил бола.** Жинсий ривожланишда ўз дугоналаридан илгарилаб кетган қизлардан фарқли ўлароқ, жинсий етилиш аломатлари ўз тенгдошларидан эртароқ намоён бўлаётган ўғил бола ўз тенгдошларига қараганда анча афзалликларга эришаётганидан хурсанд бўлади. У ўзининг тенгдошлари жисмонан кучли бўлишни хошлаётган, шундай бўлишга интилаётган айни бир вақтда жисмонан бақувват бўла боради. Унинг ўзига ишончи спортда, жисмоний ўсишда янгидан-янги муваффақиятларга эриша бориши, мускулларининг катталashiши, шунингдек атрофдагилар ўртасида машҳур бўлиб бораётгани кабилар эвазига тобора ортиб бораверади. Эрта жинсий ривожланиш бундай болани унинг ўз синфидаги шу муаммолар билан қизиқаётган қизлар билан тенг шароитга қўяди. Ҳаммаси унинг фойдасига ҳал бўлади ва у тахминан 2-3 йил давомида вазиятнинг хўжайини ҳисобланади. Тадқиқотларнинг кўрсатишича, жисмоний ва жинсий етилиш даври тенгдошларидан эртароқ бошланган болалар одатда ҳиссий ҳолатларининг турғунлиги, ўзига ишонганлиги ва ўз тенгдошларига қараганда атрофдагилар томонидан кўпроқ тан олинганлиги билан фарқланадилар. Шунингдек, бундай болалар кейинги йилларда ҳам, яъни улар катта бўлганларида ҳам ҳаётда кўпроқ устунликка эришадилар.

Ўсмирлик даври арафасида кузатиладиган, юқорида айтиб ўтилган айрим ҳолатлар, яъни жинсий балоғатга етишнинг эрта ёки кеч рўй бериши бу саломатликнинг бузилиши ёки нормаллигини билдирмайди. Улар фақат жинсий балоғатга етиш, жисмоний ва жинсий ривожланишнинг индивидуал хусусиятларга эга эканлигининг кўринишлари холос. Шунинг учун уларнинг эрта ёки кеч бошланиши ҳеч қандай хавотирланиш, кўрқиш, шубҳага асос бўла олмайди.

Ўсмирлик даврида кузатиладиган характерли ҳолатлардан бири жинсий балоғатга етишдир. Жинсий безлар ва у билан боғлиқ бўлган жинсий белгилар бола ҳали она қорнидалигидаёқ пайдо бўлиб, бола туғилганидан бошлаб, то ўсмирлик давригача жинсий ривожланишни белгилаб беради. Жинсий безлар ва уларнинг функциялари болани ривожланиш жараёнининг яхлитлиги билан узвий боғлиқдир. Онтогенетик тараққиётнинг маълум бир босқичида жинсий ривожланиш кескин жадаллашади ва физиологик жинсий етуклик амалга ошади. Жинсий ривожланишнинг тезлашиши ва унинг юқори босқичга етиш даври жинсий балоғатга етиш даври деб аталади ва у аксарият ҳолларда ўсмирлик ёшига тўғри келади. Қиз болаларнинг жинсий балоғатга етиш даври угил болаларга қараганда 1-2 йил илгарилаб кетади. Жинсий балоғатга етиш нисбатан индивидуал характерга эга бўлиб, у вақти ва суръатига кўра, турли болаларда турлича кечиши мумкин.

Жинсий балоғатга етиш муддати ва унинг жадаллиги турлича бўлиб, у кўплаб омилларга: саломатлик ҳолати, овқатланиш характери, иқлим, маънавий ва ижтимоий-иқтисодий шароитларга боғлиқ. Бунда наслий хусусиятлар ҳам муҳим рол ўйнайди.

Ноқулай маънавий шароитлар, етарлича ва тўғри овқатланмаслик, таомда зарур витаминларнинг етишмаслиги, оғир ёки қайталанувчан хасталиклар жинсий балоғатга етишни кечиктириб юборади. Одатда, катта шаҳарларда ўсмирларнинг жинсий балоғатга етишиши қишлоқ жойлардагига қараганда эртароқ амалга ошади.

Жинсий балоғатга етиш даврида гипофиз ва қалқонсимон безлар ажратиб чиқарадиган гормонлар таъсири остида ўсмирда бўйиннинг ўсиши, иккиламчи жинсий белгиларнинг ривожланиши, овознинг ўзгариши, мускул кучларининг ортиши, тананинг айрим қисмларини жун босиши, кўкрак безларининг ривожланиши кузатилади.



## Жинсий балоғатга етиш қандай босқичларда амалга ошади?

Жинсий балоғатга етиш бир текис кечиладиган жараён эмас. У маълум бир босқичларга бўлинади ва уларнинг ҳар бири ички секреция безларининг ва бутун организмнинг ўзига хос функцияларининг босқичлари билан характерланади. Бу босқичлар бирламчи ва иккиламчи жинсий белгилар мажмуи бўйича белгиланади.

Ўғил болаларда ҳам, қизларда ҳам жинсий балоғатга етишнинг 5 босқичи фарқланади.

I босқич — пубертат олди босқичи (жинсий балоғатга етишдан олдинги давр). Бу давр иккиламчи жинсий белгиларнинг бўлмаслиги (намоён бўлмаслиги) билан характерланади.

II босқич — пубертат бошланиши. Ўғил болаларда тухумдон ҳажми бир оз катталашади. Қовнинг жун босиши минимал бўлади. Жунлар ҳар жой, ҳар жойда ўсади. Қизларда кўкрак безларн тўлиша боради. Жинсий лаблар атрофини бир оз жун босади. Бош мия асосида жойлашган ички секреция безларидан бири гипофиздир.

Гипофизда гонадотроп ва соматотроп гормонларини ишлаб чиқаради. Гонадотроп (гонадалар) гормонлар жинсий безлар фаолиятини бошқаради. Соматотроп (ўсиш) гормони гавданинг ўсишини тезлаштиради. Соматотроп гормонлар ажралишининг кучайиши бу босқичда қизларда кўпроқ кузатилади. Бу эса уларда бўй ўсиш жараёнининг кучайишини таъминлайди. Жинсий гормонларнинг ажралиши кучаяди, буйрак усти безининг функцияси фаоллашади.

III босқич — ўғил болаларда тухумдоннинг катталашини давом этади. Жинсий аъзонинг катталашини бошланади, асосан у узая боради. Қовда жунлар қалинлашиб, дағаллашиб, уларнинг майдони кенгайиб боради. Қиз болаларда сут безларининг ривожланиши давом этади, жун қоплаши қов томон кенгайиб боради. Қон таркибида гонадотроп гормонлар миқдори ортади. Жинсий безлар функ-

---

цияси фаоллашади. Ўғил болаларда соматотроп гормонининг ажралиши кучаяди, бўйининг ўсиши тезлашади.

IV босқич — ўғил болаларда жинсий аъзо энига кенгая боради, товуш ўзгаради, юзларга сепкил тоша бошлайди, юзларида, қўлтиқ ости ва қовларида жун ўсади. Қиз болаларда сут безлари жадал ривожланиб, баданнинг баъзи жойларини жун босиши катталарникига ўхшаган бўлади, бироқ камроқ тарқалади. Бу босқичда андроген ва эстроген гормонлар кучли ажралиб чиқа бошлайди. Ўғил болаларда бўйни жадал ўсишини белгилаб турувчи соматотропиннинг юқори даражаси сақланиб қолади. Қизларда эса соматотропин миқдори камаяди ва мос равишда бўйнинг ўсиши ҳам секинлашади.

V босқич — ўғил болаларда жинсий органлар ва иккиламчи жинсий белгилар тўла ривожланиб бўлади. Қизларда сут безлари ва жинсий аъзоларнинг жун билан қопланиши катта аёлларникидек бўлади. Бу босқичда қиз болаларда менструация турғувлашади. Менструациянинг юзага келиши жинсий балоғатга етилиш бошланганидан даволат беради. Бу вақтга келиб тухумдонлар уруғланишга тайёр бўлган етилган тухум ҳужайраларини етилтириб чиқара бошлайди.

# IV БОБ

## НИКОҲ ОЛДИ ОМИЛЛАРИ

1

Никоҳ олди омилларига нималар киради? 68

2

Никоҳга етуклик қандай белгиланади? 68

3

Шахснинг психологик етуклиги ёки никоҳга психологик жиҳатдан етуклик нима? 70

4

Никоҳлар қандай мотивлар туфайли юзага келиши мумкин? 71

5

Севги, моддий ёки ўзга манфаатдорлик туфайли, стереотип бўйича қурилган оилаларнинг қай бири мустаҳкамроқ бўлади, яъни қайси мотив никоҳ оила мустаҳкамлигини кучлироқ таъминлайди? 72

---

**1****Никоҳ олди омилларига нималар киради?**

Никоҳ олди омиллари у ёки бу никоҳнинг юзага келишига асос бўлган кўплаб ижтимоий, иқтисодий, биологик, физиологик, маънавий, ахлоқий ва бугунги кунимиз учун энг муҳим ҳисобланган психологик омилларни ўзида мужассамлаштирган, кўп қиррали омиллар комплексидан иборат бўлиб, оила қураётган ёшларнинг ўзлари қураётган биргаликдаги турмушга қай даражада «етилган»ликларини белгилаб беради. Бу ерда энг муҳими шу ёшларнинг оилавий ҳаётга, эр-хотин бўлиб яшаш талабларига қай даражада жавоб бера олишлиги назарда тутилади.

Шунингдек, никоҳ олди омиллари қаторига шу оила қураётган ёшларнинг: оилавий ҳаётга етуклиги; уларнинг оила қуриш мотивлари; уларнинг оила қуришгунига қадар бир-бирларини танишлик муддати (қанча вақт бир-бирини яхши билиши) шартлари ва шароитлари; уларни ўзларининг бўлғуси оилавий ҳаётлари ҳақидаги тасаввурлари кабиларни киритиш мумкин. Албатта, бу омилларнинг ҳар бири турли ёшларда турлича характерда бўлиши мумкин, шу билан бирга уларнинг ҳар бири ўз навбатида яна бир неча турларга фарқланади.

---

**2****Никоҳга етуклик қандай белгиланади?**

Никоҳга етуклик тушунчаси ўта мураккаб ва нисбий тушунчадир. Чунки одам доимо ривожланиб, такомиллашиб боровчи, касб-ҳунар фаолиятида ёки маънавий ва ахлоқий ривожланишида мунтазам янгидан-янги чўққиларга

---

---

эришиб борувчи мавжудотдир. Агар инсонни у ёки бу фаолиятга «тўла етуклиги» хусусида гапирадиган бўлинса, демак бу унинг маълум бир чегарага эришгани ва ундан ортиқ ривожланиш мумкин эмаслигини билдиради. Шунинг учун ҳам одамнинг никоҳга ёки бирон-бир фаолиятга етуклиги ҳақида гапирилганда «етуклик» тушунчаси том маънода ўринли бўла олмайди. Шунинг учун ҳам кишининг «етуклиги», айниқса, никоҳга, оилавий ҳаётга «етуклиги» масаласида фикр юритилганда бу тушунчадан маълум бир умумқабул қилинган андоза, ўртача меъёр, маълум бир шартли «ўлчов бирлиги», кўрсаткичлар ва шу кабилар сифатидагина фойдаланилади.

Масалан, барча ўқув юртлари (мактаб, лицей, коллеж, институтлар) учун битириш имтиҳонлари (давлат имтиҳонлари тизими, диплом ишлари ҳимояси тизимлари кабилар) мавжуд бўлади ва улар ёрдамида битирувчилар томонидан ўзлаштирилган ўртача билимлар ва малака йиғиндисини аниқлаш мумкин. Бу эса уларга кейинчалик яна ўқишни давом эттириш ёки маълум бир мутахассислик бўйича ишлаши мумкинлиги борасида маълум бир ҳуқуқ беради. Шу нуқтан-назардан олинганда «етуклик» — ривожланишнинг маълум бир босқичи, фазаси, чегарасига етилганликнинг сифатий ва миқдорий характеристикасини маълум бир аниқликда белгилаб берувчи кўрсаткич бўлиб хизмат қилади. Одамнинг никоҳга, оилавий ҳаётга етуклиги масаласи эса ўта мураккаб бирон-бир қатъий меъёр билан ўлчаб бўлинмайдиган индивидуал характерга эга бўлган кўрсаткичдир.

Масалан, никоҳга етуклик дейилганда оила қурувчи ёшларнинг: жисмоний (физиологик), жинсий, ҳуқуқий, иқтисодий, маънавий-ахлоқий, психологик каби етуклик жиҳатларини фарқлаш мумкин. Буларнинг орасида ҳуқуқий, жинсий етуклик кўрсаткичлари етарлича аниқ аломатларга, белгиларга эга бўлган ва булар ҳақида тегишли ҳуқуқий, табиий, психологик адабиётларда кўплаб маълумотлар берилган жиҳатлар бўлса, иқтисодий, маънавий-ахлоқий, психологик жиҳатлар биров мураккаброқ, қатъий бир кўрсаткич, чегарага эга эмаслиги билан характерланади.

Масалан, одамнинг жинсий етуклиги ўзига хос омилларга эга. Клиник кузатишда олинган маълумотларга кўра,

---

---

ҳозирги замон қизларида жинсий етуклик (балогатга етиш) 12-14 ёшгача, ўғил болаларда эса 14-16 ёшга тўғри келади. Албатта, бу етуклик баъзи бир болаларда эрта-роқ, бошқа бирларида кечроқ рўй бериши мумкин. Бу кўрсаткичлар  $\pm 2$  ёшга фарқ қилиши эҳтимолдан ҳоли эмас. Айрим тиббиёт олимлари болаларни тўла жинсий етилишлари учун яна 2-3 йил керак бўлади, деб ҳисоблашади.

Жинсий етилиш қатъий жинсий эҳтиёжларнинг шаклланишига олиб келади. Бу даврга келиб болаларда иккиламчи жинсий аломатлар намоён бўла бошлайди. Жинсий секреция безларининг фаоллиги ортади. Қиз болаларда ойлик цикллари (менструация), ўғил болаларда поллюциялар рўй бера бошлайди. Бошқача қилиб айтганда, уларда пубертат давр бошланади. Демак, бу даврга келиб болаларнинг моддий ва маънавий қизиқишлари ўсиб бориши билан бир қаторда, жинсий эҳтиёжлар шахс фаоллигининг кучли манбатаридан ҳисобланиб, у турли психологик ва психоморф шаклларда намоён бўла бошлайди.

Жинсий майлнинг, жинсий эҳтиёжнинг юзага келиши одамни биологик ривожлана бошлашининг ўзига хос босқичидир. Улар бола руҳиятининг ривожланишига, унинг шахс сифатида шаклланишига, ҳаёт фаолиятининг бошқа жиҳатларига катта таъсир кўрсатади.



### **Шахснинг психологик етуклиги ёки никоҳга психологик жиҳатдан етуклик нима?**

Шахснинг психологик етуклиги дейилганда, даставвал, унинг турли ҳаётний вазиятлар ва шароитларни ҳушёр баҳолай олиши назарда тутилади. Бу ҳушёрлик амалийлик, воқеликни тўғри баҳолай олиш, шахсда ўзининг ютуқ ва камчиликларини, билим, малака ва қобилиятларини етарлича объектив баҳолай олишда ҳам намоён бўлиши керак. Афсуски, кўпинча ёшлар ўз қобилиятларини ортиқча баҳолаб, олдиларига эришиб бўлмайдиган мақсадларни қўйиб олиш ҳолларига дуч келинади. Айниқса, онлавий ҳаётни тасаввур қилиш, унда ўз ўрнини баҳолаш масаласида ёшларимиз кўпроқ хатога, ўзларини орттириб баҳолашга,

---

онлавий ҳаётдан мумкин бўлганидан кўпроқ нарсани кутиш ҳоллари кўпроқ кузатилади. Натижада муваффақият-сизликлар, пушаймон бўлишлар, асаб бузилишлар юзага келади. Психологик етук шахс эса аксинча, ўз олдига эришиши муқаррар бўлган, бунга имкониятлари етарли бўлган мақсадларни қўяди, ўз ҳаёт йўлини ва унга эришиш воситалари ҳамда усулларини тўғри белгилайди. Бундай шахс ўз ҳиссиёти, кечинмаларини етарлича назорат қила билишлиги, яъни ички интизомининг юқори ривожланганлиги билан характерланиб туради. Психологик етуклик ўзга шахсларнинг хоҳиш, истаклари, кечинмаларини тушуниш билан маълум даражада боғлиқ. Бу ўз навбатида мулоқотнинг, ҳамкорликнинг яхши йўлга қўйилишига, онлада, турли гуруҳларда гормоник муносабатларнинг ўрнатилишига имкон беради. Турли ёшдаги, мансаб, лавозим, тоифадаги одамлар билан, қизиқиши, одати, таъби, турмуш тарзи мутлақо бошқача бўлган одамлар билан эркин ва мантиқли муносабатда бўла олиш — шахс психологик етуклигининг асосий хусусиятларидан биридир.

Ёшлар оила қураётганларида бу хусусиятлар ҳал қилувчи бўлиб ҳисобланади. Албатта, бундай қобилиятлар бир кунда шаклланмайди. Улар олдинги ҳаёти давомида унга берилган тарбия таъсирида аста-секинлик билан шаклланади. Психологик етуклик, шахс ҳулқини турли яшаш шартларига мослашувчанлигида ифодаланади. Психологик етуклик шахснинг бошқаларга нисбатан бўлган ижобий муносабатлари: ҳамдардлик, ҳамфикрлик, ғам-ташвишга шерик бўла олиш, ўзаро ёрдам кабилар тарзида намоён бўла оладиган маънавий сифатларнинг таркибий жиҳатларини ўзида бириктиради. Психологик етукликнинг муҳим мезонларидан бири-шахсда онлавий муаммоларни адолатли ҳал этишга хизмат қилувчи ўз мустақил фикри, қарashi, позициясини бўлиши, зарур бўлганда оила манфаатида ўз қарашларини ота-оналари олдида ҳимоя қила олишидир.

---

**4**

## **Никоҳлар қандай мотивлар туфайли юзага келиши мумкин?**

Никоҳ олди омилларида яна бири - шу никоҳ қурилишига асос бўлган никоҳ мотивларидир. «Мотив» ибора-

---

си психологияда маълум бир хулқ, фаолиятнинг юзага келишига асос бўлган куч, туртки, манба, асосни билдиради. Психологик адабиётларда бир неча ўнлаб никоҳ мотивлари фарқланади. Лекин улар умумлаштирган ҳолда уч классификацияга фарқланади. Булар: севги туфайли оила қуриш, яъни ёшлар оила қуришдан аввал бир-бирларини севиб, маълум бир муддат севиб-севилиб юрганларидан, сўнг шу ўзаро севгининг маҳсули сифатида бир-бирларининг висолига тўй қилиб, турмуш қуриб етишадилар.

Мотивларнинг иккинчи классификацияси моддий ёки ўзга манфаатдорлик туфайли оила қуриш. Бунда ёшлар оила қурар эканлар ниманидир ҳисобга олган ҳолда, маълум бир мақсадни кўзлаб оила қуришлари мумкин, масалан, бойликни, мансабни, моддий ёки ижтимоий манфаатдорликни кўзлаган ҳолда «Агар шу йнгитга турмушга чиқсам, бойбадавлат яшайман» ёки «Шу қизга уйлансам, унинг ота-онаси ёрламида маълум бир мансаб, мавқега эришаман», деган фикрлар асосла ўзининг ижтимоий-иқтисодий ҳаётидан қутулини, «ёнизиликни қутулини» ва бошқалар. Бундай ҳисобга олинадиган нарсаларни қўлаб санаб ўтиш мумкин.

Никоҳ мотивлари классификациясидан яна бири — стереотип бўйича оила қуриш деб аталади. Бу тоифа ёшларда олдинги мотивларнинг иккаласи ҳам кузатилмаслиги мумкин. Улар оила қуришар экан, стереотипларга қарайдилар. Бундай ёшлардан нима учун оила қурганликлари сўралса, одатда «Ҳамма тенгдошларим уйланаётганди, мен ҳам уйландим!» ёки «Ҳамма дугоналарим турмушга чиқишаётганди, мен ҳам турмушга чиқдим!», қабилда жавоб берадилар.

---

**5**

**Севги, моддий ёки ўзга манфаатдорлик туфайли, стереотип бўйича қурилган оилаларнинг қай бири мустаҳкамроқ бўлади, яъни қайси мотив никоҳ оила мустаҳкамлигини кучлироқ таъминлайди?**

Албатта, бу саволга ёшларнинг аксарияти, биринчи мотивни, яъни севги мотивини кўзлаб жавоб беришади.



---

Чунки улар севги туфайли оила куриш никоҳ мустаҳкам-лигини таъминловчи энг ишончли, мустаҳкам пойдевор деб ҳисоблайдилар. Зеро, севгининг оила мустаҳкамлигидаги ўрни беқиёсдир. Ҳақиқатан ҳам, севги — бу ўта қудратли кучдир. У туфайли инсон нималарга қодир эмас?! Инсоният ўз тараққиётида эришган энг юксак чўққилар ҳам муҳаббат туфайлидир. З.Фрейд таъкидлаганидек, «Севги-бу инсониятни ҳайвонот олаmidан суғуриб олган кучдир!». Инсон яратган буюк мўъжизаларнинг барчаси севги туфайлидир.

Билдирилган фикрлардан кўриниб турибдики севги туфайли оила куриш бахтли ва мустаҳкам никоҳнинг асосини таъминлайди.

Албатта, севишиб турмуш қурган жуфтларнинг аксарияти бахтли ҳаёт кечирадилар. Лекин статистик маълумотларга қараганда, ажралишнинг аксарият қисми ҳам худди шундай севишиб оила қурган жуфтларга тўғри келар экан. Ҳўш, нега энди севишиб оила қурган жуфтлар оилавий ҳаётларида ҳамма вақт ҳам бахтли бўлаверишмайди? Нега кечагина бир-бирларини севиб, бир-бирларисиз яшай олмаслигига тўла амин бўлган йигит қизлар бугун никоҳларини бекор қилиш ҳусусида судга ариза беришяпти? Уларнинг муҳаббатига нима бўлди? Севги - ўзи нима? У бор нарсам ёки йўқми? Шу ўринда ҳақли равишда «Севги оилавий ҳаётнинг мустаҳкам бўлишига ёрдам берадими ёки ҳалақит қиладими?», деган савол тугилади. Бу каби саволлар азал-азалдан ёшларни, умуман инсониятни қизиқтириб келган. Ўтмиш мутафаккирларимиз, олиму, шоир, ёзувчиларимизнинг асарларидан, халқимизнинг доно маънавий меъросларида бу хусусда кўплаб мисолларни кўришимиз мумкин.

Севги, агарда у ҳақиқий бўлса, севишганлар бир-бирларини ҳурмат қилиб, тушуниб, бир-бирларини эъзозлаб, авайлаб, керак бўлса бири иккинчисининг бахти, шодлиги, қувончи, манфаати учун ўз манфаатидан воз кечиб, ўта нозик бўлган туйғу севгини ҳар куни, ҳар доим парвариш қилиб яшасалар, унда севги уларнинг муносабатларини янада яқинлашишига, оилавий ҳаётининг мустаҳкамланишига ва биргаликдаги турмуш ҳаётларида энг олий завқ-шавқларни ҳис қилишларига асос бўлиши мумкин. Бу эса,

---

албатта, ёшлардан сабр-тоқат, чидам, ўз севгисини сақлаб қолиш ва уни янада ривожлантириш учун тинимсиз изланиш, меҳнат қилиш, «жафо чекиш»ни талаб қилади. Шундагина севги ўзининг лаззатли меваларини бериши, ўзининг куч-қудратини кўрсатиши мумкин. Албатта, ҳар бир йигит-қиз ўзаро оила ришталарини боғлар экан, улар ўз ҳаётларидаги бу муҳим воқеага умид, орзу билан ёндашувни табиий.

Агар ўзаро аҳду паймон қилганлар оила қурганларидан кейин «мурод-мақсадимга эришдим» деб, севгисини ҳимоя қилишни, уни парвариш қилишни унутса, унинг учун курашмаса, қаровсиз қолган ҳар бир нозик ниҳол нобуд бўлганидек, энг нозик туйғу бўлган севги ҳам нобуд бўлади. Шундан сўнг севги номи билан қилинган орзу-ниятлар саробга айланади, ёшларнинг оила, никоҳ, севги фониди шаклланган тасаввурлари «нотўғри» бўлиб чиқади. Оқибатда оилавий ҳаётдан кутган нарсалари қолиб кетиб, кўтлақ кутмаган нарсаларига диққат қилишлари кузатилади. Бундай ҳолатда севги ёшларнинг бахтига, уларнинг биргалликдаги ҳаётига ҳалақит бериши мумкин.

Навбатдаги мотив моддий ёки ўзга мақсадлар туфайли оила қуришдир. Бу мотивнинг оила мустаҳкамлигига таъсири унинг кейинчалик қай даражада амалга оширилишига боғлиқ. Оила қуришдан олдин ёшларнинг ҳисобга олган, кўзда тутган нарсаларининг ҳаммаси рўёбга чиқарверса, бу мотив маълум даражада никоҳ мустаҳкамлигини таъминлашга хизмат қилиши мумкин. Афсуски, оилавий ҳаётда ҳамма нарса ҳам йигит-қизлар кутганидек бўлавермайди. Бу ўринда Л.Н.Толстойнинг: «Бадний асарларда, романларда, киноларда сюжет воқеалар ривожланиб-ривожланиб бориб, охирида ҳаммаси тўй билан, яхшилик билан тугайди. Ҳаётда эса аксинча, ҳамма нарса тўйдан кейин бошланади», деган фикрини таъкидлаш мақсадга мувофиқ.

Шунинг учун ҳам оилавий ҳаётда кутилган, ҳисобга олинган нарсаларга ҳамма вақт ҳам эришиб бўлавермайди. Ниманидир ҳисобга олиб турмуш қурган ёшларнинг оилавий ҳаётда ана шу ҳисобга олганлари амалга ошмай қолгундек бўлса, унда уларнинг турмуши ғурбатга, турган-битгани азобга, низо-жанжалга айланади. Улар учун бундай

---

---

оилада яшагандан кўра яшамагани афзал кўринади. Бу ҳам охир-оқибат оилаларнинг инқирозига ва «ҳисоб» пойдевори устига қурилган иморатнинг қулашига олиб келади.

Статистик маълумотларга кўра, юридик жиҳатдан энг мустаҳкам, турғун оилалар стереотип бўйича оила қурган жуфтларга тўғри келар экан. Бундай оилаларда ажрашишлар миқдори олдинги икки мотив асосида қурилган оилаларга қараганда жуда кам кўрсаткични ташкил қилади. Чунки улар «ҳамма қатори» оила қуришган. Қарашсаки, «ҳамма бинойидек яшаяпти» — булар ҳам яшайверишади. Бундай мотив асосида қурилган оиладаги эр-хотинлар ўта бахтли ҳам, ўта бахтсиз ҳам бўлишмайди. Лекин биргаликдаги ҳаёт туфайли эр-хотин ўртасида бир-бирларига мослашиш, бир-бирини тушуниш, бир-бирига нисбатан меҳр-оқибат юзага келиб, улар ривожланиб юқорида айтганимиздек, севги-муҳаббат даражасига ўсиб етиши ҳам мумкин. Бундай ҳолатлар, шубҳасиз, бу тонфа оилаларни нафақат расмий, юридик жиҳатдан, балки эмоционал, психологик жиҳатдан ҳам турғун бўлишини таъминлаши мумкин.

# У БОБ

## СЕВГИ-МУХАББАТ ПСИХОЛОГИЯСИ

- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>1</b> | Севги-муҳаббат дегани нима? Унинг ягона бир «формуласи» ёки таърифи борми? | 78 |
|----------|--|----|
- 
- |          |   |    |
|----------|---|----|
| <b>2</b> | Севги-муҳаббат туйғуларининг қандай турлари мавжуд? | 79 |
|----------|---|----|
- 
- |          |   |    |
|----------|---|----|
| <b>3</b> | Севги-муҳаббат туйғулари турли жинс ва ёш вакилларида қандай намоён бўлади? | 80 |
|----------|---|----|
- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>4</b> | Севги-муҳаббат туйғуларининг намоён бўлиши даврларга боғлиқми? | 83 |
|----------|--|----|
- 
- |          |  |    |
|----------|--|----|
| <b>5</b> | Муҳаббат қандай босқичларда намоён бўлади? | 84 |
|----------|--|----|
- 
- |          |   |    |
|----------|---|----|
| <b>6</b> | Севги-муҳаббат туйғуларининг намоён бўлиши шахсининг, яъни шу севги субъектининг индивидуал психологик хусусиятларига боғлиқми? | 88 |
|----------|---|----|
-

---

**7**

Севги-муҳаббат туйғуларининг маълум бир белги, аломатлари мавжудми? 89

---

**8**

Нега севишиб оила қурганлар ҳам гоҳида ажрашиб кетишади? Севги туйғуси ўз ривожланиш йўлида қандай ўзгаришларга дуч келади? 92

---

**9**

Рашк ҳисси нима? Унинг севгига қандай таъсири бор? 95

## Севги-муҳаббат дегани нима? Унинг ягона бир «формуласи» ёки таърифи борми?

Қайси мутафаккир ёки олим, шоир ёки ёзувчининг асарини олиб кўрманг, уларнинг ҳеч қайсиси ўз ижодий фаолиятида инсон ҳиссиётларининг энг кучли ва сирлиси, сержило ва сеҳрлиси ҳисобланган муҳаббатни четлаб ўта олмаган. Инсоният бор экан, муҳаббат одамни сирли туйғулар одамига етаклаган, уни енгиб бўлмас говлардан ўтишига ва юксак чўққиларни забт этишига ундаган, уни рағбатлантирган, унга бахтиёр онларни тўхфа этган. Ҳатто ўлим тўшагида ётган кишига ҳам умид бағишлаб, ҳаёт нашъасини сурдирган, оддий кунларига камалак жиллоларини арғумон этган, унинг атроф-муҳитни ҳамда ўзлигини идрок қилиши учун туртки бўлган. Шахс руҳиятида ҳатто ўзига ҳам номаълум бўлган қудратни кашф этган. Кўҳна ва ҳаминша навқирон ҳисобланган бу инсоний туйғу барчага баробар азиз ва муқаддасдир.

Буюк олим Абу Али ибн Сино ўз асарларидан бирида кучли муҳаббатни изоҳлар экан, уни касаллик сифатида таърифлайди ва «даволаниш» йўлларини кўрсатиб ўтаркан, муҳаббат ўтида қийналиб азоб чекаётган икки қалбни бирлаштиришни маслаҳат беради. Шунингдек, у маълум объектив сабабларга кўра, яъни динидаги, саломатлигидаги, ёши ва ижтимоий келиб чиқишидаги ва шу каби тафовутларга асосланиб қалбларни бирлаштириш имкони бўлмаса, унда одамнинг руҳий хусусиятларига кўра, турлича даво чораларни қўллашни тавсия этган. Масалан, ҳиссиётни бошидан кечираётган одамни севгилисидан совиштиш, ҳиссиётни заифлаштириш, ҳиссиётни бошқа шахсга кўчириш, чалғитиш, органик эҳтиёжларни қондириш орқали муҳаббат ҳисларини сусайтириш шулар жумласидандир.

---

Шуниси таассуфланарлики, ҳозирги кунга қадар муҳаббат тушунчасига ягона илмий таъриф-тавсиф берилмаган, бевосита унга бағишланган илмий асарлар ниҳоятда кам. Кишилар онгида бўлгани каби бадий асарларда ҳам муҳаббат ҳақидаги турлича, кўпинча бир-бирига зид фикр ва таърифларни учратиш мумкин. Бу борадаги фикрларни биз китобнинг дастлабки бобида бир мунча ёритиб ўтишга ҳаракат қилдик.

Классик асарларда, жумладан, қадимги ҳинд трактатида муҳаббатга бирмунча тўлиқ таъриф берилади: «Ақл майли ҳурматни туғдирса, қалб майли дўстликни, тана майли хоҳишни туғдиради. Ақл, қалб ва тана бир бўлиб севги муҳаббатни туғдиради». Вольтер: «Севги-муҳаббат — бу ҳам қалб, ҳам ақл ва танага бир вақтнинг ўзида ҳужум қилинадиган энг кучли, завқли ҳис-туйғулардан биридир», деб таъриф беради. Бу таърифларни ўзаро таққослаш ва руҳий таҳлил қилиш, севги муҳаббатда зарурий руҳият компоненти билан бир пайтда физиологик компонент ҳам ҳисобланади.

Қадимги юнонлар севги-муҳаббатни қандай йўналишда кетишига қараб икки турга - «эрос» ва «агапе»га бўлганлар, ваҳоланки, улар муҳаббатнинг икки муҳим томонидир, яъни «эрос» - муҳаббат объектига эга бўлишга, уни ўзиники қилиб олишга қаратилган бўлса, «агапе» - ҳиссиётни бошидан кечираётган шахснинг ҳиссиёт объектига ўзини бағишлашдир. Ана шу ҳиссиёт ҳар бир одамда учрайди. Шу ҳиссиётларда қайси бири устунлик қилишига қараб, кишидаги муҳаббатни, аниқроғи ҳиссиётни бошидан кечираётган шахсни ва унинг муҳаббатдаги истиқболини ҳам олдиндан айтиб бериш мумкин. Башарти, «агапе» устунлик қилса, ҳиссиётнинг умри узоқ бўлиши ва аксинча, «эрос» устун бўлса, тез орада ҳиссий қониқиш содир бўлиб, бундай одамдаги муҳаббат ҳисларининг умри ниҳоятда қисқа бўлиши мумкинлиги кузатилади.

---

## 2

### Севги-муҳаббат туйғуларининг қандай турлари мавжуд?

Махсус адабиётларда севги - муҳаббат туйғуларининг куйидаги турлари фарқланилади:

---

---

1. ЭРОС — кучли севги-муҳаббат ҳислари бўлиб, бу ҳислар асосида ётган мотив муҳаббат объектига жисмоний эга бўлиш. Бунда жинсий интилиш етакчилик қилади.

2. ЛЮДУС — севги ҳисларини унчалик чуқур бўлмаган муҳаббат ўйини сифатида идрок қилинадиган, севги ҳислари объекти осон алмашиши мумкин бўлган тури.

3. СТОРГЕ — ташқи кўринишидан кучли ифодаланмаган, аммо ишончли муҳаббат-дўстлик тури.

4. ПРАГМА (Л+С) — людус ва сторгелардан иборат доимо онг назоратида бўлган, севган шахсининг манфаатларини кўзлаган мақсадлари асосида юзага келган севги ҳисларишир.

5. МАНИЯ (Э+Л) — эрос ва людусдан иборат бўлиб, севган киши севги объектидан тобелиги билан характерланади. Аммо эрос ва людусдан бу турнинг фарқи севган шахсда ўзига ишонч ҳислари етарли бўлмайди.

6. АГАПЕ (Э+С) — эрос ва сторгелар йиғиндисидан иборат кучли ифодаланган севган киши муҳаббат объектига ҳамма нарсасини ва ҳатто узини ҳам бағишлашга тайёр бўлган ҳислар тури.

Шунингдек, айрим адабиётларда севги муҳаббатнинг бошқа кўлаб турлари ҳақида ҳам маълумотларни учратиш мумкин.



### **Севги-муҳаббат туйғулари турли жинс ва ёш вакилларида қандай намоён бўлади?**

Кузатишларга кўра, эркакларнинг севги муҳаббат ҳисларида кўпроқ қисмини эрос ва людус, аёлларда эса прагма, сторге ва мания турлари ташкил этади. Усмир ва ўспирин ёшидаги ўғил ва қиз болаларда кўпроқ мания тури, катта ёшдагиларда эса бошқа турлар кузатилади.

Бир шахеннинг ҳаётида муҳаббатнинг юқоридаги бир неча турлари алоҳида кузатилиши мумкин. Баъзиларда эса фақат битта тур учрайди. Бизнинг фикримизча, муҳаббат турлари севган ва севилган кишиларнинг ёшига, ҳуснига, маълумотига, маданий савиясига, жамиятда тутган мавқеига, ҳаёт тарзига, дунёқарашига, қайси муҳитда тарбия кўрганлигига, характериға, жинсий хулқиға, қарама-қар-



---

ши жинс ҳақидаги тасаввурига, нерв системасига, миллий психологик хусусиятларига боғлиқ. Баъзи йигит ва қизларда севги ҳислари бир турда бошланиб, маълум вақтдан сўнг ўзга турга ўтиши мумкин. Масалан: «Эрос» турида бошланиб «агапе»га айланиш ёки «людус» тарзида юзага келиб, «сторге» турига ўтиши мумкин.

Муҳаббат онтогенезига назар ташланганда, севги ҳиссининг илк куртаklarини боғча ёшидаги болаларда ҳам кўриш ва буни ҳар бир тарбиячидан сўраб, ишонч ҳосил қилиш мумкин. Лекин табиийки, бу ҳали тўлақонли муҳаббат бўла олмайди. Болаликдаги севги ҳисларида физиологик компонент, яъни жинсий интилиш деярли бўлмайди. Улардаги ҳиссиётнинг аксарият қисми руҳий компонентдан иборат.

Мактаб ёшидаги ўғил ва қиз болалар ўртасидаги муҳаббат ҳислари эса бир мунча фарқ қилади. Ўспиринлик ёшидаги қизларда руҳий компонент жинсий компонентдан устунлик қилса, ўғил болаларда ҳиссиёт дивергенцияси — бўлиниши кузатилади. Яъни улар муҳаббат ҳисларини битта қизга нисбатан бошидан кечирсалар, жинсий интилишни катта ёшли аёлга нисбатан ҳис этадилар, улардаги ҳиссиёт икки объектга бўлинади. Бу фақат ўғил болаларга хос бўлиб, қизларда бундай ҳол кузатилмайди.

Усмирлик ёшидаги ўғил болаларда гиперсексуаллик натижасида уларнинг ҳиссиётида жинсий интилиш устунлик қилади ёки унинг аҳамияти кескин ортади. Қиз болаларда эса руҳий компонентнинг устунлиги сақланиб туради. 17-25 ёшли йигит-қизларда ўз жуфтини топишга интилиш ва ҳирс кескин ортади. Севиш ва севилишга бўлган эҳтиёжнинг кучайиши натижасида ёшлар ўз маҳбубасини тезроқ қидириб топишади ва оила қуришади, баъзан бундай ёшлар қисқа вақт ичида ажралишга ҳам улгуришади.

25 ёшдан кейин қизларнинг оила қуриш имкониятлари анча камайиб боради. Унда бўлғуси куёвга (йигитга) нисбатан талабчанлик ошиб, танқидий қараш кучаяди. Энди унда ҳисларга берилиш камайиб, унинг ўрнига бўлғуси турмуш ўртоғига бутунлай бошқача қарай бошлайди. Бундай руҳий ўзгаришлар йигитларда ҳам кузатилади, аммо қизлардан фарқли равишда уларнинг оила қуриш, уйланиш имкониятлари камаймайди, аксинча бирмунча ортади. Чун-

---

---

ки бу ёшда уларнинг кўпчилиги олий ўқув юртини ёки ўрта махсус билим юртини битириб, маълум бир ихтисосни эгаллаган, меҳнат фаолиятини бошлаган бўладилар. Яъни оилани мустақил тебратиш имконига эга бўладилар.

Муҳаббат ҳислари эркак ва аёлларда ўзига хос шахвоний ҳирс уйғотади. Эркак кишида деярли доимо физиологик компонент устунлик қилади. Жинсий интилиш, жинсий ҳаёт улар ҳиссиётида ниҳоятда муҳим ўрин эгаллайди. Йиғит севган қизнинг ташқи кўринишига кўпроқ эътибор беради.

Юқорида санаб ўтилган хусусиятларга қизлар ҳам бифарқ қарашмайди. Бу хусусиятларнинг йиғит томонидан гидрок этилиши аёл учун катта аҳамиятга эга. Аммо шу билан бирга аёлларнинг эркаклардан фарқ қилувчи томонларидан бири шундаки, улар кўпроқ йиғитнинг бўй-бастига, хулқига, муомаласига эътибор берадилар.

Эркакларда жинсий (физиологик) интилиш устунлик қилгани учун уларда ҳиссий қониқни теъроқ юзага келса керак, деб тахмин қилинади. Аёлларда эса аксинча, руҳий интилиш етакчи бўлгани учун уларнинг муҳаббат ҳислари эркакларникидек тез орада сўнмайди ва нисбатан узоқ давом этади. Аммо сўнгги йилларда аёллар ҳиссиётида, жумладан, муҳаббатда ҳам жинсий ҳаётнинг ва унинг асоси ҳисобланган жинсий интилишнинг аҳамияти кескин ошиб бораётганлигини кўриш мумкин.

13-14 ёшли ўғил болаларнинг 40%, қизларнинг 26% илк севги ҳисларини бошидан кечираётган ёки кечирган бўладилар. Бу ҳол 15-16 ёшли ўғил болаларда — 17%, қизларда 30%, 17-24 ёшли йиғитларда — 10%, қизларда — 9%ни ташкил қилади.

А.Р.Лемехова қизлар ва йиғитлар орасидаги ўзаро муносабатларни ўрганиб, уни уч турга бўлади\*.

1. Уйғун тур — бунда қиз ва ўғил болаларда ахлоқий тушунчалар шаклланган, ҳиссиёт маданияти ривожланган бўлиб, улар муҳаббатга, қарама-қарши жинсга, онлавий ҳаётга бирмунча аниқ қарашади.

---

\* А. Лемехова. Нравственная подготовка учащихся вечерней школы к личной жизни. Автореп. канд. дисс., М., 1973.

---

2. Оилавий романтик тур — бунда муҳаббат, жинслар орасидаги муносабатлар ҳаётдан юлинган ҳолда, ниҳоятда идеаллаштирилиб олинган бўлиб, ҳаётдаги мавжуд борлиқ билан тўқнашганда эса барча тасаввурлари парчаланиб, руҳан тушкунликка учрайди.

3. Маънавий камбағал тур — бунда ёшлар муҳаббатни нотўғри тушунадилар. Муҳаббатда маънавий яқинликни, руҳий омилнинг аҳамиятини кўра билмайдилар. Муҳаббатда асосий ролни жинсий яқинлик ўйнайди, деб билладилар. Бундай тоифадаги ёшлар кўп ҳолларда жинсий ҳаётни эрта бошлайдилар.

Ўғил ва қиз болаларнинг турли ёш босқичларидаги ўзаро муносабатларни ўсиб ривожланишига назар ташлайдиган бўлсак, қуйидагича яққол ифодаланган манзарани кўришимиз мумкин.

Боғча ёшидаги қизлар ўғил болалар билан бирга ўйнаш жараёнида жуда яқин муомалада бўлишиб, бир-бирлари билан дўстлашадилар. Ҳатто баъзан болаликнинг илк севги ҳисларини ҳам бошларидан кечиришади. Бу, албатта, уларнинг катталарга ҳавас қилиши, уларга тақлиди оқибатида келиб чиқади.

Бошланғич синфлардан ўсмирлик ёшигача ўғил болалар кўпинча ўғил болалар билан, қиз болалар эса қиз болалар билан яқин муносабатда бўлиши туфайли жинсларнинг бир-бирларидан узоқлашиши кузатилади.

Ўсмирлик ёшидан бошлаб улар орсиде яқинлашиш майли пайдо бўла бошлайди. Ўсмирликнинг биринчи даврида болалар ўзаро бирор нарсадан қўрққан тенгдошига «қиз боламисан, қўрқасан», «ўз сўзининг устидан чиқмаган қиз бола» каби ибораларни қўллашади. Бу жумлалар уларнинг ўз жинсини устун қўйишга интилиши, қиз болаларни тан олмаслигини кўрсатса, қизлар ҳам ўз навбатида ўғил болаларни назар-писанд қилмасликларини кўраимиз.

---

**4**

### **Севги-муҳаббат туйғуларининг намоён бўлиши даврларга боғлиқми?**

Агар муҳаббат турига назар ташлайдиган бўлсак, эркин муҳаббатнинг шаклланиши ўрта асрларга тўғри келади.

---

---

Хусусий мулкчиликнинг равнақи, антогонистик синфларнинг мавжудлиги, аёлларнинг ҳуқуқсизлиги эркин муҳаббатнинг равнақ топишига тўсқинлик қилади. «Юсуф ва Зулайҳо», «Лайли ва Мажнун», «Тоҳир ва Зуҳра», «Фарҳод ва Ширин», «Ромео ва Жульетта» кабиларни эркин муҳаббатнинг юзага келиши ва унинг тақдири ҳақидаги илк асарлар деб айтиш мумкин.

Тараққий этган жамиятда янги тартибларга асосан юзага келган оила, эркак ва аёл ўртасидаги мавжуд тенгсизликларни йўқотиш муҳаббатнинг юқори даражада равнақ топишига зарурий шарт-шароит яратади. Лекин афсуски, баъзи ёшлар «эркин ҳаёт», «эркин муҳаббат» каби руҳият омилларини нотўғри тушуниб, маънавий ахлоқсизликка майл қўйишяпти, инсонлар ўртасидаги энг нозик бўлмиш жинсий муносабатлардан эса «бойлик ортириш», «гўзал ҳаёт» кечириниш манбаи сифатида фойдаланишмоқда. Бу ахлоқий тубанлик, носоғлом дунёқараш оқибатидир. Бу ҳол баъзи оилаларда маънавий тарбия масаласи унутиб қўйилганлигининг, айрим таълим-тарбия муассасалари ва уларнинг педагогик жамоаларининг ўз вазифаларини етарли даражада уддалай олмаётганликларини натижасидир.



## Муҳаббат қандай босқичларда намойн бўлади?

Тўлақонли севги-муҳаббатни ҳис этган ҳар бир инсон муҳаббатнинг бошланғич, алангаланган ва ўзаро ҳурмат босқичларини босиб ўтади. Бошланғич босқич ҳақиқий, истиқболи порлоқ, бир умрлик соф муҳаббатнинг бошланиши ёки аксинча, шунчаки бир ҳавас бўлиши ёки умри қисқа севгининг бирор-бир кўриниши бўлиши мумкин. Мазкур босқич муҳаббатнинг «агапе» турининг бошланиши ёки «людус» турининг ўзгинаси бўлиши мумкин.

Бу албатта, севиб қолган одамнинг дунёқарашига, унинг ўзига хос хусусиятларига, яъни тез севиб қолишига, ҳиссиётни пайдо қилган омилларга, яъни ўз шахсини тасдиқлаш, ўзгалардан қолишмаслик, бўш вақтнинг хурсандчилик билан ўтказиш, оила, ота-оналар исканжаси ёхуд

---

назоратидан озод бўлиш, эркинликни қўлга олиш, оила қуриш, ҳақиқий умр йўлдошини учратиш, бир умр унга гамхўрлик қилиш, унга ҳаётини бағишлаши ва ҳоказоларга боғлиқ.

Биринчи босқични ўтиб иккинчи ва учинчи босқичларга ўтиши зарурми, ёки йўқми, деган савол кўпчиликни қизиқтиради. Биринчи босқичда, юқорида айтганимиздек, ҳаммаша ҳам тўлақонли муҳаббат бўлавермайди. Иккинчи босқичга ўтгандагина уни ҳақиқий тўлақонли муҳаббат дейиш мумкин.

Биринчи босқич кўп кишиларда кузатилади ва иккинчи босқичга ўтмасдан сўниб қолади. Муҳаббатнинг бу босқичи эстетик дидимизга бирмунча тўғри келадиган, эстетик ва жинсий эҳтиёжларни қондириш (жинсий яқинлик шарт эмас) мумкин бўлган икки жинсни маълум вақтгача бўлган ўзаро муносабати натижасида юзага келадиган ҳиссиётдир. Бу кўпинча муҳаббатнинг «людус» турини ташкил қилади. Лекин кўчада учратиш, бирдан ёқтириб қолиш каби ҳолларни биринчи босқичга киритиб бўлмайди.

Иккинчи, яъни алангаланган босқичдан биринчи босқичга қайтилмайди. Иккинчи босқичдан фақат учинчи — ўзаро ҳурмат босқичига ўтиш мумкин, холос. Демак, фақат биринчи босқичгина қайтиш характериға эга, иккинчи босқичдан бошлаб ҳиссиёт ортга қайтмас хусусият касб этади. Фақат маълум сабабларга қўра бу босқичлар «тез» босиб ўтилиши мумкин. Бу айниқса, ёшлиқда илк севги — муҳаббатни бошдан кечиришда ёки бирдан севиб қоладиган енгил табиатли кишиларда учраши мумкин. Буни бирдан аланга олиб тез сўнган гулханга ўхшатиш мумкин. Демак, бундай ҳиссиёт узоқ давом этмайди. Бундан «муҳаббат ўткинчи туйғу экан-да», деган хулоса келиб чиқмаслиги керак.

Биринчи босқичнинг ўртгача давом эттириш вақти ҳиссиётни бошидан кечираётган шахснинг ёшига, жинсига, ҳаёт тарзига, шахсий хулқ-атвориға, шунингдек бир қанча ташқи ва ички сабабларга боғлиқ бўлиб, баъзида ҳатто бир неча соатдан бир неча кунгача, бир неча йилгача давом этиши мумкин. Бунинг аниқ ўлчови бўлиши мумкин эмас.

Қизлар ҳиссиётидаги руҳий омил йигитлардагига нисбатан кучли бўлганлиги ва оилавий ҳаёт билан оилавий

---

---

бахт қызлар ҳаётида муҳим ўрин эгаллаши сабабли севган кишисига фидойилик, унинг манфаатларини ўз манфаатидан юқори баҳолаш, севган кишисига ўзини бағишлаш фазилатининг кучлироқ ифодаланиши сабабли қўпроқ қизларда бу босқич тезроқ ўтади.

Ҳаётда қўп қизларнинг алданмиш оқибатида ҳомилдор бўлиб қолиши. Йиғитларнинг бошқа қиз билан турмуш қуриб кетиши бу босқичнинг қизларда нисбатан тез кечишини кўрсатади. Бунинг сабабини қизларнинг шунчаки енгилтаклигидан қидирмаслигимиз, бу севги муҳаббатдаги руҳий жараёнга боғлиқ эканлигини тушунишимиз лозим.

Биринчи босқични нисбатан тезроқ босиб ўтган қизлар учун иккинчи босқич йиғитлардагига нисбатан узоқ давом этади. Бунинг сабабини қуйидагича тушунтириш мумкин:

\* аввало, қизларда руҳий омилнинг жинсий омилга нисбатан устунлиги кўпинча жинсий ҳаёт уларда ҳиссиётини иккинчи босқичда бошланади. Йиғитларнинг ҳиссиётда жинсий омилнинг кучлилиги сабабли руҳий қониқиш тезроқ кечади, чунки руҳий омил миқдорининг ўзи камдир;

\* жинсий ҳаёт кечирishi билан ҳис-туйғулар йиғитлар учун оила қургандан сўнг пайдо бўладиган янгилик эмас, чунки уларнинг баъзилари уйланмасдан олдин ҳам анча мунча тажрибага эга бўладилар.

Қизлар эса оила қурганларидан, яъни жинсий ҳаёт кечира бошлаганларидан сўнг илгари уларга батамом номаълум бўлган ҳис-туйғулар оилавий ҳаётнинг аҳамиятини янада оширади. Эрга бўлган меҳр-муҳаббат янада ошадди. Шу бонс қизларда иккинчи босқичнинг умри узаяди.

Учинчи босқич иккинчи босқичдан ҳиссиётнинг кучи ва ташқи ифодаланишининг бирмунча сусайиши билан муҳаббат объектини идеаллаштирган тарзда эмас, балки севгилисининг шахсидаги ютуқ ҳамда камчиликларини объектив идрок қилиниши билан фарқ қилади.

Аксарият севишганлар ва эр-хотинлар учун иккинчи босқичдан учинчисига ўтиш улар орасидаги муносабатлар сақланиб қолишига шубҳа туғдиради. Бу шубҳа босқичдан-босқичга ўтишда эмас, балки ҳар бир севишган жуфтларда

---

---

муқаррар юзага келадиган севгини ўзаро ҳурмат босқичига ўтишини олдиндан билмаслик, ўтишдаги ҳиссий ўзгаришларни нотўғри талқин этиш, «муҳаббат объектини танлашда адашдим шекилли», каби янглиш фикрларни юзага келишидадир.

Аксарият ёш оилаларда шундай вақтда эр-хотин орасида келишмовчиликлар кўпаяди ва кўпчилик ёшлар бундай вазиятда оиладан четда янги севги-муҳаббат объектини қидириб қолишади. Айрим оилалар эса бу ўзгаришларни нотўғри талқин этиб, ажралиб ҳам кетишади. Шунинг учун ёшлар муҳаббат ҳисларини турли босқичларда бўладиган ўзгаришларни олдиндан билишлари ва ўз ҳиссиётларини олдиндан қурбон қилмасликлари керак.

Учинчи босқич умрнинг охиригача давом этиши ёки турли ва четдан бўладиган таъсирларга кўра барҳам топиши мумкин. Агар эр-хотинларнинг бирида «янги муҳаббат» тугилиб қолса, турмуш бузилиб кетиши мумкин. Ўртада «янги муҳаббат»га сабабчи учинчи шахс пайдо бўлмаса оила бузилмайди. Чунки одам қариганда ёлғиз қолишдан, ўғил-қизлар, келинлар, набиралар, таниш-билишлар олдида гап-сўз бўлишдан, обрўни йўқотишдан қўрқади. Бундай тўсиқларни енгиб ўтиш учун эса, албатта, ўртада муҳаббат бўлиши керак. Акс ҳолда онлавий бурч зўрма-зўраки бажариб борилади, холос.

Узоқ йиллар учинчи босқичда яшаган эр-хотинлар иккинчи босқичга қайтишлари мумкин эмас.

Иккинчи босқич конкрет севгилиси билан бир мартаба бошдан кечирилиб, шу шахс билан иккинчи босқичга қайтиш бўлмайди.

Алангаланган босқични одам ўз ҳаётида бир неча мартаба ҳис этиши мумкин, аммо ҳар бирида янги севги бўлади.

Учинчи босқични узоқ йиллар давомида бирга яшаган оилаларда кузатиш мумкин. Бунда эрнинг хотинига ёки хотиннинг эрига бўлган ҳиссиёти кескин кучаяди. Яъни ҳиссиётда умрнинг айрим ёшларида кўтарилиши кузатилади. Бу айниқса, ташқи сабабларга кўра маълум вақт айрилиқда яшаганда юз беради. Оилавий ҳаётдаги майда-чуйда нарсалар илгариги аҳамиятини йўқотганда, ўртадаги севги муҳаббат ҳислари қайта тикланади. Ва ҳатто зўрайиб кетади.

---

Баъзан эса бу ҳол катта фожеаларни бошдан кечирриш яқин кишиларини йўқотишдан сўнг ҳам бўлиши мумкин. Эр-хотинлардан бирининг онладан ташқари жинсий муносабатда бўлганидан сўнг ҳам ўз турмуш ўртоғига бўлган ҳиссиётининг кучайиши кузатилиши мумкин. Эр-хотин ўртасидаги ҳис-туйғуларнинг сусайишига ўта фаол жинсий ҳаёт кечирриш, онлада бўлиб турадиган майда-чуйда келишмовчиликлар ҳам сабаб бўлади. Никоҳгача бир-бирларига яхши кўриниш дилни ром қилиш мақсадида чиройли кийиниш пардоз андозга зўр бериш, хулқ - ативорнинг фақат яхши томонларини кўрсатишга уриниш, тўйдан кейин сал вақт ўтмай маълум бўлиб қолади. Яъни инсоннинг асли намоён бўла бошлайди. Ҳатто «бир-биримизсиз яшай олмаймиз», деганлар бир-бирини ҳақорат қилишгача боради. Буларнинг бари ўртада чин севги бўлмаганидан ёки уни асрай олмагликдан далолат беради.



### Севги-муҳаббат туйғуларининг намоён бўлиши шахснинг, яъни шу севги субъектининг индивидуал психологик хусусиятларига боғлиқми?

Севги-муҳаббат туйғуси олий инсоний туйғу сифатида ўзининг намоён бўлиши, ифодаланиши келишига кўра ўз субъектининг психологик хусусиятлари билан маълум даражада боғлиқликка эга бўлади. Шу билан бирга севги муҳаббатнинг пайдо бўлишини шахснинг асосий индивидуал-психологик хусусиятларидан бири, унинг миждзи билан бевосита боғлаш ҳам хато, лекин миждзи билан ҳиссиётнинг ифодаланиши орасида боғлиқликни ҳам инкор этиб бўлмайди.

Холерик ва сангвиник тонфадаги ёки уларнинг аралашувидан иборат тонфадагилар ўзгалар билан тез ва осон тил топишади. Бу тонфадаги эркак ва аёллар ўзларига дўст топишда унчалик қийналмайдилар. Шунингдек, бундай тонфадаги одамлар флегматик ва меланхоликларга нисбатан тез ва осон севиб қоладилар. Чунки уларда ҳиссиёт ташқи томондан кучли ифодаланган ва шу сабабли ҳам ҳиссий қониқиш осонроқ ва тезроқ содир бўлади. Бундай-



---

лар юқоридаги айтиб ўтилган босқичларни бирмунча тезроқ босиб ўтишлари ҳам мумкин.

Флегматик ва меланхоликлар эса ўзгалар билан тил топишишлари анча қийин. Улар дуч келган кимса билан дўстлашиб кетавермайдилар. Аммо дўстликнинг қадрига етиб арзимаган сабаб учун дўстликдан кечмайдилар. Бу тоифадаги кишиларда ҳиссиёт ниҳоятда чуқур ва пинҳона кечадик, буни бошқаларнинг ташқи томондан сезиш қийин. Бунни худди дарё чуқурлигини унинг сатҳига қараб билиб бўлмаганига ўхшатиш мумкин.

Муҳаббатнинг қай даражада ифодаланиши миқоз туридан ташқари ўша одам яшаётган шароит, муҳит, товарак-атрофдагилар қарши, ижтимоий, ахлоқий ва миллий мезонларга ҳам боғлиқ бўлади. Масалан, баъзи миллатларда қизларнинг никоҳгача жинсий ҳаёт кечирганлигига ёки бу борада маълум тажриба орттирганлигига одатий ҳол сифатида қаралса, баъзи жойларда эса бундай қизларга нафрат билан қаралиб, уларнинг бу иши шармандалик ҳисобланади. Жумладан, Кавказ ва Осиё мамлакатларида маҳаллий миллатлар учун қиз боланинг никоҳгача жинсий ҳаёт тажрибасига эга бўлиши ахлоқсизлик, деб қаралади. Ҳатто Ўзбекистоннинг баъзи қишлоқларида «қиз йиғит билан юрак эмиш», деган миш-мишларнинг ўзи шу қизга совчи келмаслигига, боқиралик обрўсининг тушишига, турмушга чиқиш имкониятининг кескин пасайишига олиб келади.

---

**7**

## **Севги – муҳаббат туйғуларининг маълум бир белги, аломатлари мавжудми?**

Ҳиссиётдаги айрим босқичларга кўра муҳаббат турини, босқичини ва умуман сеvgи ҳисларининг бор-йўқлигини аниқлаш, Ибн Сино каби «оғир хасталик»ка ташхис қўйиб, уни даволаш чораларини кўриш мумкин. Бу ҳиссиётларнинг айримлари аслида биринчи босқичдаёқ кузатилади ва иккинчи босқичида ниҳоятда кучли ҳамда ҳар томонлама ифодаланади. Улар қуйидагилардан иборат:

1. «Биргалик» эффекти. Бундай ҳолларда муҳаббат ҳисларини бошдан кечираётган шахснинг онгида, тасаввурини

---

да, хаёлида доимо севикли ёри гавдаланиб туради. Нима иш қилмасин ва қаерда бўлмасин, ҳатто ёридан жуда узоқ масофада бўлса-да, хаёлан у билан гаплашади, яшайди.

2. Идрокнинг идеаллашиши. Бундай ҳолларда севилган инсон идеаллаштирилган ҳолда идрок этилади. Такрорланмас даражадаги шахс сифатида, ҳар томонлама мукамал шаклланган, ниҳоятда чиройли, ақлли, одобли ва ўзга ижобий хислатларни мужассамлаштирган йигит ёки қиз сифатида гавдаланади. Улар феъл-атворидаги салбий томонлар ёки бирор жисмоний нуқсонлар камчилик сифатида эмас, балки бетакрор ноёб фазилат сифатида идрок этилади. Севгилиси ва у билан боғлиқ барча нарсалар (унинг қарама-қарши жинсдаги тенгдошларидан ташқари) ва яқин кишилари ҳам фақат ижобий жиҳатдан идрок этилади.

3. Альтруизмнинг кескин ифодаланганлиги. Бу босқичда альтруизмнинг оғирлик маркази муҳаббат тимсоли бўлган қиз ёки йигитга йўналган бўлади. Альтруизм ниҳоятда кучли бўлганда инсон севган кишиен учун ҳамма нарсасига таяёр бўлади. Унинг манфаатини ўзиникидан устун кўяди ва бунинг биринчи даражали зарурат ҳисоблайди.

4. Муҳаббат кучига чексиз ишониниш. Бундай ҳолатда муҳаббат ҳисларини бошдан кечираётган шахс ўз севгилис билан бирга бўлишни, бўш вақтларини бирга ўтказишни, тезроқ у билан онла қуришни ва умрининг охиригача бирга бўлишни орзу қилади, шунга интилади, у кўпинча бу режасини амалга оширади. Бундай олий бахтга эришиш йўлида турли тўсиқлар учраши муқаррардир. Чунки ҳаёт битмас-тугунмас, турли-туман қийинчиликлар ва қарама-қаршиликлардан, жумладан ота-оналарнинг қаршилиги, севгисининг ўзга киши билан никоҳда эканлиги, иккаласининг ҳам никоҳ ёшида эмаслиги, ижтимоий ва иқтисодий етукликка эришмаганлиги, уй-жойнинг йўқлиги, бирининг ўзга шаҳардан ёки қишлоқдан келганлиги, ўзга миллатга мансублиги ва ҳоказолардан иборатдир.

Юқоридаги сабаблар севги ҳиссиётини бошидан кечираётган ёшлар учун тўсиқ бўла олмайди ва улар бу тўсиқларнинг барига эътиборсизлик билан қарашади. Уларнинг фикрича, муҳаббат барча нарсасга қодир, жами тўсиқларни енга олади, айни вақтда муҳаббатлари ҳақиқий бўлса улар барча қийинчиликларга биргаликда бардош беришади.

---

---

Ҳақиқатан ҳам чин муҳаббат бу тўсиқларнинг сўзда ёки тасаввурда эмас, балки ҳаётда, амалда енгиб ўтади ва оила қуришда, ҳаётний қийинчиликларни енгиб ўтишда катта омил ҳисобланади. Лекин ёшлар икки нарсани олдиндан кўра билмайдилар: 1) муҳаббатнинг ҳиссий кучи учинчи босқичга ўтгандан кейин бирмунча сусайишини; 2) ҳиссиёт кучи сусайиши билан ҳаёт қийинчиликлари аҳамиятининг кескин ошиши ва севишганларнинг ўзаро муносабатларига салбий таъсир кўрсатишини, кўпгина севишганлар ўз муҳаббатларини бошқаларникидан устун қўйишади ва умрларининг охиригача шундай қолади, деб ўйлайдилар.

5. Севгилисда бошқалар кўрмаган жиҳатларни кўриш, ўзгалар аҳамият бермаган хислатларни сезиш, ҳали яққол ифодаланмаган қобилиятни аниқлаш, унинг қандай мутахассис бўлиб етишишини олдиндан кўра билишнинг барчаси муҳаббат зийраклигининг намоён бўлишидир. Бу, албатта, ёқтирган одамнинг қандай кўз билан қарашига боғлиқ. Бу қарашнинг ўзига хос руҳий томони шундаки, у башарти ижобий томонларини бўрттириб кўрсатса, салбий томонларга эътибор бермайди. Шулар туфайли кўпинча севгилиснинг ота-онаси ҳам кўра билмаган истиқболини айтиб бера олади.

6. Севган одамда ҳаётга нисбатан муҳаббат кучаяди. Бунни қуйидагиларда кўриш мумкин: уларда руҳий жиҳатдан кескин ўзгариш содир бўлади, дунёни ўзгача тасаввур қилишади, ҳаётни чуқурроқ идрок эта бошлайдилар, ўзгаларни қалбдан тушуниш, уларга ҳамдардлик билдириш кучаяди, илгари яққол ифодаланмаган раҳмдиллик ҳислари пайдо бўлади ва ортади. Ўзгаларга ёрдам қўлини чўзиш, теварак-атрофдаги гўзалликни кўра олиш — эстетик идрок қилиш кучаяди. Ахлоқий қарашлар юксалади, олдинги ёмон одатларини ташлайди (бу муҳаббатнинг тарбиявий таъсири ўзгаларга бўлган ҳурматнинг ошиши туфайлидир), ижодий фаолияти ва иш қобилияти ортади (чунки муҳаббат киши фаолиятига кучли таъсир қилади) ва ҳ.к.

## Нега севишиб оила қурганлар ҳам гоҳида ажрашиб кетишади?

### Севги туйғуси ўз ривожланиш йўлида қандай ўзгаришларга дуч келади?

Табиятда йил фаслларининг ўзгариб туриши, ҳар бир фаслнинг ўзига хос такрорланмас гўзалликлари борлигини биламиз. Табиатдаги ўзгаришларни орзиқиб кутамиз, улардан завқланамиз. Лекин ўз руҳий оламимизда содир бўладиган ўзгаришларни кўра билмаймиз. Бу эса бизнинг ҳиссиётларимизга, оилавий ҳаётимизга салбий таъсир кўрсатиши мумкин. Бу ўринда сўз муҳаббатдаги фасллар ўзгариши, ундаги энг мураккаб ва хавфли бўлган иккинчи босқичдан учинчи босқичга ўтиш ҳақида борапти.

Ўтиш ҳар қандай давр учун маълум бир инқирозлар билан кечгани сабабли бу босқичда ҳам қатор қийинчиликларга, турмуш уринишларига рўбарў келиш мумкин. Чунки айнан шу даврдан бошлаб севгилисини идеаллаштириб идрок қилишга мойиллик камайиб боради. Энди шахс қандай бўлса, шундайлигича, реал, аниқ ва холисона идрок қилинади. Меҳр-муҳаббатнинг йўналиши ўзгариб, у фарзандлар томонга оғади ва турмуш ўртоғига нисбатан эса камайиб боради. Руҳий тўйиниш — эр-хотиннинг бир-биридан тўйиб қолишидан, оиладаги турли иккир-чикирлардан низолар келиб чиқа бошлайди.

Эр-хотин қанчалик ёш бўлса, бу давр шунчалик оғир ўтади. Ўзаро келишмовчиликлар кўпаяди. Уларнинг ёшлиги, ҳаётний тажрибаларининг йўқлиги оқибатида «муҳаббатимиз ўлди» ёки «муҳаббатда, умр йўлдоши танлашда адашдим, мен ҳали ёшман хатоимни тўғрилаб оламан», деб оилавий ёнғинни аланга олдириш билан аҳвол янада оғирлашади. Куёв ўзича: «Кўча тўла хотин», деса, келин: «Эр қуриб қолибдим, кўчага чиқсам сон мингта эр, хоҳласам эртагаёқ биронтасига тегиб оламан» деган хаёлга боришлари мумкин. Натижада тўйинишга учраган ҳиссиётларни ва ўзаро муносабатларни руҳий жиҳатдан таҳлил қилиб, тўғри хулоса чиқариш ўрнига салбий муносабатлар юзага келади ва икки ёш ҳам бу муносабатнинг қулига айланиб қолишади.

---

Бунда, албатта, келин ёки куёвнинг ота-онасидаги камчиликлар, дўсти ёки қариндошининг никоҳдан аввал огоҳлантиргани ёки тўйгача севишганлар орасида бўлиб ўтган майда-чуйда гаплар куёв ва келин маълумотидаги тафовутлар: «Саводсиз бўлмаса шу ишни қилармиди?», «Олий маълумотли хотин олгандан кўра уйланмасдан ўтган яхши»; ёш орасидаги тафовутлари: «Хотининг педагог бўлса, бир умр тарбиялайди», «Эринг санъаткор бўлса, оилавий ҳаётинг саҳнага айланади, хотининг санъаткор бўлса, вафосизлик соя каби ажралмайди»; миллий тафовутлар: «Ўз миллатим билан турмуш қурганимда шундай хорланмас эдим»; ота-онага алоқадорлик: «бадмаст отанинг ўғли ким бўларди?», «ит эмганига тортади» ва шу каби ўзини оқлаб, бор гуноҳни умр йўлдошига ағдаришга интилиш салбий муносабатларнинг шаклланишига имкон яратади.

Бундай муносабат шакллангандан сўнг оилавий ҳаётдаги ҳар қандай келишмовчилик ва низолар худди шу муносабат заминида ҳосил бўлаётгандек идрок этилади. Бунга тааллуқли бўлмаган воқеалар хотирада сақланмайди, унга алоқадорлар эса узоқ муддатгача ёдда муҳрланиб қолади. Шундан сўнг эр-хотин салбий муносабатлар қулига айланишади. Бу эса аста-секин оила пойдеворини емириб, унинг барбод бўлишига олиб келади. Энди ўзаро эр-хотинлар эмас, балки улар орасида юзага келган салбий муносабатлар қурашади. Эр ва хотин эса мазкур муносабатларнинг «жасур жангчилари»га айланади. Улар орасидаги ихтилоф муҳаббат тамомила барбод бўлгунича давом этаверади. Лекин барча оилаларда ҳам ўтиш даври юқорида ифодалангандек кечармайди.

Юқорида севишганлар ўртасидаги салбий муносабат ва унинг оилавий муносабатга зарбасини айтиб ўтдик, холос. Аммо муносабатлар ижобий ҳам бўлади. Муҳаббатнинг биринчи босқичида ҳиссиётли инсон ижобий муносабатлар таъсирида ва айниқса, иккинчи босқичда ўзининг юқори нуқтасига етади. Аммо баъзи эр-хотинлар (кўпинча аёлларда) учинчи босқичга ўтишда ва ўтгандан сўнг атрофдаги эр-хотинларга ҳавас билан қарайдилар, уларни ўз эрларига ўрнак қилиб кўрсата бошлайдилар. Бунда аксарият аёл кишининг ўз ҳаётига ҳолисона кўз билан қарамасдан чиқарган хулосалари устунлик қилади. Бундай аёл ва эркак ўз

---

---

эри ёки хотинига уларнинг ҳамкасблари, дўстлари, таниш-билишлари кўзи билан қараб кўришлари керак. Шунда улар ўз умр йўлдошларида қанчадан-қанча ижобий хислатларни кўрадилар, улардан бошқаларда бўлмаган, бироқ ўзларни қадрлай билмаган қимматли томонларни топадилар.

Халқимизда «Олдиндан оққан сувнинг қадри йўқ», деган мақол бор. Бу энг аввало оилавий ҳаётга, эр-хотин ўртасидаги муносабатларга тааллуқлидир. Шунинг учун доимо ўртадаги севги-муҳаббатнинг, қадр-қимматини арзимас сабабларга кўра йўқолишига йўл қўймаслик, кўнгилсизликларнинг олдини олиб яшаш керак. Акс ҳолда кейинги афсус ва пушаймонлар бир умр руҳий азоб беришини, йўл қўйилган бу хатони бир умр тузатиб бўлмаслигини ёддан чиқармаслик керак. /

Ҳаёт мураккаб жараён, унда нималар бўлмайди, дейсиз. Арзимас сабаблардан жанжал чиқаришга, уни авж олдиришга ҳарқат қилмаслик керак. Бизда «эр-хотиннинг уриши - дока рўмолнинг қуриши», деган ибратли гап бор. Хусусан, ўртада фарзандлар пайдо бўлгандан кейин жуда эҳтиёт бўлиш зарур. Барбод бўлаётган муҳаббат туйғусини ҳеч бўлмаганда норасида гўдаклар ҳурмати учун, улар тақдирини ўйлаб ҳам асраб қолиш шарт. Лоақал оила сақлаб қолинмаганида ҳам севги-муҳаббат ҳисларининг нафратга айланиб кетмаслигига йўл қўймаслик зарур.

Оилавий ҳаётдаги хурсандчиликларни, ўтиб кетган ширин дамларни, илиқ муносабатларни эслаш ҳам арзимас низолар рўёбга чиқишининг олдини олади. Бу ўринда эр-хотин бир-бирларининг хулқ-атворларидаги ижобий хусусиятларини эслаб туришлари ҳам муҳим рол ўйнайди. Шунини эслатиб ўтиш керакки, муҳаббатнинг иккинчи - алангаланган босқичи умрини узайтиришга, ўзаро ҳурмат босқичига инқирозсиз, низоларсиз ўтишга ёшларни тайёрлаш зарур. Бу эса оиланинг тотув яшашига ёрдам беради. Бунинг зарурий шартлари ўта маданиятли бўлиш, оилавий турмушга ижодий ёндошишидир.

## Рашк ҳисси нима? Унинг севгига қандай таъсири бор?

Севишганлар ёки оила қураётганларнинг ўзаро муносабатларини характерловчи вазият, шароитлардан бири бу — рашкдир. Севикли одамидан айрилиб қолиш, уни йўқотиб қўйиш хавфини ҳеч қачон бошдан кечирмаган одам рашкни қандайдир тушунарсиз ақлсизликдек тасаввур қилиши мумкин. Севикли кишидан айрилиб қолиш нима эканлигини бир марта бўлса ҳам бошидан кечирган одам эса рашкчини осонгина тушунади ва унга маълум даражада ҳамдардлик билан муносабатда бўлади. Олдинги вақтларда, айниқса, собиқ иттифоқ даврида (40-60 йилларда) айрим салмоқли адабиётларда, рашк — бу «ўтмишнинг жирканч қолдиғи», «қолоқлик», «хусусий мулкчилик асосида туғилган паст ҳиссиёт»дир, одамнинг шахсий эркинлигини ва бошқа одамлар шахсиятини ҳурмат қилиш даражасига эришилса, рашк ҳақидаги гаплар ўз-ўзидан йўқ бўлиб кетади, чунки бунақа шароитларда унинг юзага келиши учун ҳеч қандай асос бўлмайди, деб ёзилар эди.

Ҳақиқатан ҳам, рашк аксарият ҳолларда хусусий мулкчилик психологияси изларини ўзида намоён қилади, айрим одамларда «рашк қиладими — демак севади!», деган қараш ҳозир ҳам мавжуд. Кўпчилик одамлар учун гўё рашк—севгининг ўзига хос зарурий «зиравор»ларидан биридир.

Ҳозирги вақтларга келиб бу ўтмиш «қолдиғи» аста-секинлик билан қайта оқланмоқда. Нафақат бадий адабиётларда, балки публицистик ва илмий асарларда ҳам бу ҳиссиётнинг яшашга, мавжуд бўлишга ҳаққи борлиги тез-тез қайд этилмоқда. Ўз навбатида А.И.Герцен рашк ҳақида гапириб, «Рашкни бир ёқлама қатъий йўқ қилиб юбориш, шу билан бирга аёлга, эркакка бўлган севгини жинсга бўлган севги билан аралаштириб, уни бутунлай йўқ қилиб юборишдир», деган эди. Севувчи ва шу севган одамга нисбатан ҳеч қачон рашкчини ҳис қилмаган, севган одами хулқига нисбатан безътибор муносабатда бўлган бирорта шахсни топиш қийин, рашк бу севгини ҳимоя қилувчи восита сифатида вужудга келган. Шунинг учун ҳам уни фақат севги билан биргаликдагина йўқотиш мумкин. Бу ўринда Аҳмад

---

Донишнинг «Рашкдан мақсад — хотинни ёмон йўлга киришининг олдини олишдир» деган фикрини ёдга олиб ўтиш лозим.

Умуман олганда, рашкчи одамларга ҳавас қилиб бўлмайди. Ўзидаги бу ҳисни енга олмайдиган одамлар — доимо хавотирда, ҳадикда яшайдиган бахтсиз инсондир. Уларнинг икки қарра бахтсизлиги яна шунда ҳамки, улар бир вақтнинг ўзида ҳам жабрланувчи, ҳам азоб берувчи, ҳам зўравон, ҳам қулдирлар. А.Дюма таъкидлаганидек, «Рашк бу бошқалардан кўра ўзига кўпроқ азоб бериш санъатидир».

Эркаклар ва аёллар ишончсизлик, доимо хиёнат, шубҳаланиш муҳитини юзага келтирар эканлар, бундан энг аввало уларнинг ўзлари биринчи азобланадилар. Эр-хотин арзимаган баҳона туфайли ёки унинг бўлиши ёки бўлмаслигидан қатъи назар, ёлғиз ёки ошқора жанжалларни юзага келтиришга доимо тайёр бўлишади. Бу эса уларнинг уйда, ишда ва бутун ҳаётида бошқа одамлар билан бўладиган узаро муносабатларига, жумладан жинсий муносабатларига ҳам жиддий таъсир қилади ва кўпинча аянчли психологик ҳас-таликлар, шикастланишларга ҳам олиб келиши мумкин. Бундай ҳолатларда ҳар икки жинс вакиллари ўз жуфтига рашк қилиш учун ҳеч қандай сабаб, асос, баҳона яратиб қўймасликка ҳаракат қилиши, айниқса, «севгининг уйқу» даврида кўпроқ илиқлик, сабр-тоқат, чидамлилиكنи намён қилишлари лозим бўлади.

Психологлар рашкни золимона рашк ва «иззат-нафси паймол қилинганликдан» бўладиган рашкларга фарқлайдилар. Золимона рашкни одатда худбин (эгоист), қайсар, золим, ҳиссий совуқ ва бегоналашиб кетган, ётсирайдиган, етарлича авторитар шахслар юзага келтирадилар. Бундайлар одатда турмуш ўртоқларига фақат бир буюмдек, ўз манфаати, фароғатини қондириш объекти, шахсий мулкидек қарашади. Уларда бошқа одамнинг шахсий хусусиятларини сезиш, ҳурмат қилиш қобилиятлари ривожланмаган бўлади. Иззат-нафси, шаъни камситилганликдан бўладиган рашк — бу одатда ҳаяжонланадиган, ҳар нарсадан гумонсирайверадиган, ўзига ишонмайдиган, хавф-хатар ва нохушликларни бўрттиришга мойил, нуқсонлар комплексидан жабрланувчи одамларга хосдир. Уларнинг

---



---

рашки унчалик газабли, қаҳрли бўлмаслиги, бироз юмшоқроқ намоён бўлиши мумкин. Бироқ унинг ҳам ўз моҳиятига кўра оилавий бахт учун захри, зарари кам эмас.

Баъзан «ундалма» деб номланувчи рашк ҳам фарқланади. Бундай рашкнинг манбаи бўлиб, ўзининг турмуш ўртоғига вафосизлигини унга кўчириб ёки ўзининг ишончсизлиги турмуш ўртоғига доимо хиёнат қилишга тайёрлиги кабилар хизмат қилиши мумкин. Бу никоҳдан олдинги «бой» сексуал тажрибанинг хавфли асоратларидан ҳисобланди.

Лов этиб ёнган рашк мумкин бўлган барча «далил»ларнинг «қулоғидан» тортиб, турмуш ўртоғининг энг арзимаган, беозор хатти-ҳаракатлари, қилиқларини ўзининг ёвуз, золим, тубан нурлари, ранглари билан талқин қилиб, арзимаган нарсаларни шубҳа ботқоғига булғаб, улардан ўзининг намоён бўлиши учун қўшимча қувват манбаи сифатида фойдаланади. Ишдан озгина кечкииб келиш, дўстлар даврасидаги беозор имо ишора ёки сўз аллақачон унутиб юборилган болалик иштиқлари ва шу каби ҳаёт иккир чиқирларининг ҳаммаси ғоят даражада пухталиқ билан ўз турмуш ўртоғига қарши, уни айбловчи актларнинг қалин жилдига йиғилади.

Қизиги шундаки, бундай рашкка қарши кучли асосланган таъсирлар ҳам, уни тўхтатиб қолишга уринишлар ҳам қайтанга уни кучайтиради ва янада қиздириб юборади. Худди қологон итти занжирга боғлаб қўйилса, баттар даргазаб бўлиб «тартиб бузувчиларига» ташланиши ва даргазаб хуриши, ичиб олган жанжалкаш одамнинг қўлидан тутиб турилса ўз тажовузкорлигини янада кучли намоён қилганидек, рашк ҳам шунга ўхшаш ҳолатни намоён қилади.

# VI БОБ

## МЕХР ВА УНИНГ ИФОДАЛАНИШИ ҲАҚИДА

- 
- |   |  |     |
|---|--|-----|
| 1 | Жамият, инсоният учун меҳрни эркакларга нисбатан аёлларда кўпроқ ифодаланиши мумкинми? | 101 |
|---|--|-----|
- 
- |   |  |     |
|---|--|-----|
| 2 | Нима учун баъзи одамлар бемехр бўлишади? | 102 |
|---|--|-----|
- 
- |   |  |     |
|---|--|-----|
| 3 | Турмуш ўртоқларидан бирининг меҳрсизлиги иккинчисини вафосизликка ундаши мумкинми? | 104 |
|---|--|-----|
- 
- |   |   |     |
|---|---|-----|
| 4 | Инсонга меҳр табиатан берилгани ёки у ҳаёт давомида шаклланадими? | 104 |
|---|---|-----|
- 
- |   |   |     |
|---|---|-----|
| 5 | Ақлий етишмовчилик билан меҳрсизлик ўртасида боғлиқлик борми? | 105 |
|---|---|-----|
- 
- |   |  |     |
|---|--|-----|
| 6 | Нима учун айримлар меҳрни ифодаланиши билдирмайди? | 106 |
|---|--|-----|
-

- 
- 7** Меҳрни ифодалаш хусусиятлари миллатга ёки этник хусусиятларга боғлиқми? 106
- 
- 8** Ота-онасиз, меҳрибонлик уйларида яшаш болада меҳрнинг шаклланишига таъсир қиладими? Агар бунинг салбий таъсири бўлса, унинг олдини олиш учун нималар қилиш керак? 107
- 
- 9** Меҳрсизлик наслдан наслга ўтадими? 109
- 
- 10** Меҳрни ифодалаш ёшга боғлиқми? 110
- 
- 11** Меҳрнинг шаклланишида ва ифодаланишида фарзандларнинг таъсири борми? 111
- 
- 12** Болада меҳрнинг ифодаланишига уйда ҳайвон, қушлар ва баллиқларни боқиш таъсир кўрсатадими? 112
- 
- 13** Қотиллик меҳрсизлик оқибати? 112
- 
- 14** Меҳр танқислиги салбий оқибатларга олиб келиши мумкинми? 114
-

---

**15****Ўта меҳрлилиқдан ўта меҳрсизлик пайдо бўлиши мумкинми?****114**

---

**16****Нега ота-оналар ўз болаларидан воз кечишади?****116**

## Жамият, инсоният учун меҳрни эркакларга нисбатан аёлларда кўпроқ ифодаланиши муҳимми?

Умуман олганда ҳайвонларнинг барча турлари (айримларидан ташқари) ва инсонларда ҳам болаларни дунёга келтиришда, эрта ёшлигиданоқ уларни парвариш қилишда асосий ролни оналар бажарадилар. Бола туғилгандан бошлаб, энг меҳртлаб кун, ой ва йиллари кўпроқ она билан ўтади. Шу сабабли ҳам меҳрни хоҳ ҳайвонот олами бўлсин, хоҳ инсоният жамияти бўлсин, бола, шахс манфаати, келгуси авлодлари манфаатида аёлларда кўпроқ ифодаланиши ва болаларини меҳр танқислигига учратмаслик учун аёлларда кўпроқ ифодалангани мақсадга мувофиқдир.

Меҳрни аёлларда кўпроқ ифодаланиши юқоридаги фикримиздан келиб чиқиб уни узоқ йиллик филогенетик тараққиёт билан боғлиқ. Шу билан бирга, эслатиб ўтиш жоизки, инсоният жамиятида, турмуш тарзининг ўзгариши, аёлларнинг эркаклар билан барча соҳаларда тенглашиши, фан-техниканинг ривожини, жамиятдаги урбанизация жараёни ва бошқа қатор омиллар аёл ҳамда эркакларда меҳр ҳисларининг шаклланишига ўз таъсирини кўрсатапти. Инсон омилнинг аҳамияти ошиб бориши билан меҳр ва унинг ифодаланиш қиймати жамиятда ўсиб боради.

Ҳаётга бир назар ташлайлик, ҳайвонларни муҳофаза қилиш халқаро жамиятлари мавжуд бўлган пайтда инсоннинг хавфсизлиги қафолатланмаса, ҳайвонлар учун махсус овқатлар тайёрланиб телевидение орқали катта пул эвазига реклама қилинаётган вақтда бошқа бир жойда инсон боласи очликдан ўлса?!

Юқоридагилардан фарқли равишда инсон — инсонга, жумладан яқинларига бўлган муносабатида меҳр маб-

---

лағ талаб қилмайди, шахсдан ортиқча ирода, сабр чидам ёки матонат талаб қилмайди, аммо у қай даражада юксак баҳоланади, инсонга сув билан ҳаводек зарур. Кишини бахтли ёки ақсонча, бахтсиз қиладиган энг муҳим мезонлардан бири ҳам уни меҳрга бўлган эҳтиёжининг қондирилиш даражасидир. Наҳотки, шуни етарли тушунмасак, наҳотки, меҳрга муҳтож бўлганларга нисбатан шу даражада бепарво, баъзиларимиз эса бағритош бўлсак?! Шундай бепарволик, баъзиларимиз эса бағритошлик билан ўзимизни тўлақонли инсон деб аташга ҳаққимиз бормикин, деган саволни ҳар биримиз, хоҳ аёл, хоҳ эркак бўлайлик, ўзимизга беришимиз ва бу саволга аниқ жавоб топиб, тегишли хулоса чиқариб олишимиз зарур.

---

**2**

## **Нима учун баъзи одамлар бемеҳр бўлишади?**

Ҳар бир одамда меҳрни ифодаланиш даражаси кўпинча туғма бўлади. Мазкур фикрнинг далили сифатида бир оиладаги бир ота-оналарнинг болаларини кўришимиз мумкин. Ота-оналари томонидан бир хил меҳр миқдорини кўрган, бир хил ардоқланган фарзандлар эрта ёшлигидан турли миқдорда меҳр ифодалайдилар. Бу эса меҳрни ифодаланиш миқдорини генетик, биологик асослар белгилашини кўрсатади. Бу «наелий мерос» бир оиладаги болаларга ҳам ота-онасидан турли миқдорда берилади.

Меҳрнинг ифодаланиши фақат биологик омиллар билан чекланмасдан, унга бир қатор ижтимоий омиллар ҳам кучли таъсир қилиши мумкин. Масалан, эрта ёшлигидан ота-онасиз, етим бўлиб ўсган, ота-она меҳрига тўймаган ёки уни умуман кўришга, ҳис этишга, баҳраманд бўлишга имкони бўлмаган болаларда ота-она меҳрига тўйиб ўсган болаларга нисбатан бемеҳрлик кескин ифодаланган бўлади. Бу Ўзбекистонда психолог Исмоил Ҳайдаров (1996 й.) томонидан олиб борилган диссертацион тадқиқот натижаларида ҳам ўз тасдиғини топган.

Меҳрсизлик билан меҳрни ифодаланиш билмаслигининг фарқига бормоқ лозим. Баъзиларнинг қалбида меҳр

---

меъеридан ортиқ бўлса-да, уни ифодалашни билишмайди, чунки уларда меҳрни ифодалаш малакалари шаклланмаган бўлади. Бу ҳам кўп ҳолларда қайси оилада, қандай ота-оналар томонидан, қандай тарбия кўрганлигига боғлиқдир. Агар ота-она ёшлигидан болаларига ва эр-хотин сифатида бир-бирларига ўзаро меҳрини ташқи ифодалаб келган бўлсалар, бола ҳам улардан андоза олади ва унда меҳрни ифодалаш малакалари етарли шаклланади. Агар ота-она бир-бирига меҳрни ифодаламаса, бундай оилалардаги болаларнинг аксариятида меҳрни ифодалаш малакалари етарли шаклланмайди.

Меҳрнинг ифодаланиши нафақат оилага, балки ота-онанинг маданий ва маълумот савиясига, миллатига, оила яшаётган ҳудудга, ҳамда шахснинг жинсига ҳам боғлиқ бўлади. Шаҳар ва қишлоқ, Шарқ ва Ғарб, аёллар (қизлар) ва эркеклар (ўғил болалар), зиёлилар ва ишчи-деҳқонлар орасида меҳрни ифодаланиш шакл ва хусусиятларида муайян фарқ бўлади. Шахснинг ўсаётган оиласи, уни ўраб турган муҳитнинг маданий савияси қанчалик юқори бўлса, унда меҳр шунчалик кучлироқ ифодаланади.

Жуда ёшлигидан меҳрибонлик уйларида вояга етган болаларда меҳрнинг шаклланиши ва унинг ифодаланишида оилада ўсган болаларга нисбатан сезиларли фарқ кузатилади. Бу мамлакатимиз махсус тадқиқот ўтказган психолог Исмоил Ҳайдаровнинг диссертациясида ҳам ўз ифодасини топган. Бунинг бир неча сабаблари бор. Биринчидан, эрта ёшлигидан катталарнинг, яъни ота-она меҳрини кўрмаслиги оқибатида меҳр андозасидан маҳрум бўлади. Меҳрни ифодалашни ўрганадиган одами бўлмагани учун ҳам уларда бу хислат шаклланмайди.

Иккинчидан, меҳрибонлик уйида болалар орасида мавжуд бўлган муҳит, болаларни ўзлари мустақил — ота-оналарсиз яшашлари болалар орасида ифодаланадиган меҳрни бирмунча қадрлансизлантиради. Меҳрибонлик уйларидаги болалар жамоасида меҳр эмас, балки куч, зўрлик кўпроқ қийматга эга бўлади. Бу эса меҳрибонликдан кўра аксинча, меҳрсизликни кўпроқ шаклланишига ва ифодаланишига олиб келади.

---

---

**3**

### Турмуш ўртоқларидан бирининг меҳрсизлиги иккинчисини вафосизликка ундаши мумкинми?

Умуман вафосизлик, никоҳдан ташқари муносабатлар шахснинг ҳаёт тарзи, унинг ҳаётий қийматлари, унинг индивидуал-психологик хусусиятларидан келиб чиқади. Лекин шу билан бирга, оилада турмуш ўртоқларидан бирининг иккинчисига нисбатан меҳрсизлиги вафосизликка ундовчи омил вазифасини ўташи мумкин. Агар мазкур фикрни конкретлаштирадиган бўлсак, масалан, ўз турмуш ўртоғидан етарли меҳр, диққат-эътибор, ҳурмат, яхши ва маданиятли муомалани кўрмаган, ифодасидан баҳраманд бўлмаган аёл ёки эркак ҳаёт тақозоси билан маълум бир ўзга, айнан шу меҳр танқислигига учраган, бошқа бир ўта меҳрибон аёл ёки эркак билан муносабатда, оддий мулоқотда бўлиши натижасида ва оилада кўрмаган меҳрни ундан кўриши натижасида ёки оилада ўзига нисбатан бирмунча кўпол муносабатда бўлишларидан безиб, ўзга бир эркакдан ёки аёлдан ўзига нисбатан ўта меҳрибонлигининг ифодаланганлигидан баҳраманд бўлса ва бу аёл ёки эркак орасидаги бир-бирига бирмунча ёқин ҳислари ҳам пайдо бўлса, бу уларни никоҳдан ташқари муносабатларга ундовчи ўзига хос омил вазифасини ўташ мумкин. Шунинг учун бу бевоқифа асосий сабаб бўлмасдан, лекин шунга мойиллик бўлса, сўзсиз энг муҳим омил вазифасини ўташи мумкин.

---

**4**

### Инсонга меҳр табнати берилгани ёки у ҳаёт давомида шаклланадими?

Оилада бир нечта фарзанд бўлиши мумкин ва уларнинг ота-онасига нисбатан, бир-бирига нисбатан, қолаверса ўзга кишиларга нисбатан меҳр ҳисларининг ифодаланиши турлича бўлади. Бунинг ҳар бир ота-она тасдиқлаши мумкин. Шунинг учун оилада болаларнинг ўсаётган, тарбия олаётган муҳити, ота-онаси, уларнинг муносабати бир хил бўлса-да, лекин улардаги меҳрнинг ифодаланиши,



---

унинг шаклланиши, аниқроқ қилиб айтадиган бўлсак, унинг асоси бир-бирдан кескин фарқ қилиши кузатилади. Шундан келиб чиқиб айтиш мумкинки, меҳр фақатгина ҳаёт давомида шаклланмасдан, меҳрнинг асоси кўп жиҳатдан наслга боғлиқдир. Меҳр кўп жиҳатдан болага табиатан, яъни биологик, туғма берилади. Лекин шу туғма, биологик берилган меҳрни ҳаёт давомида шаклланиши ва ифодаланиш формалари, ундан ўзгаларга наф тегиши, унинг меҳридан ўзгаларнинг баҳраманд бўлиши кўп жиҳатдан онладаги муҳитга, яъни шу шахснинг шаклланаётган микроижтимоий муҳитига боғлиқ бўлади. Шунинг учун бу саволга жавоб берар эканмиз, авваламбор меҳрнинг асосини, биологик, туғма омил ташкил этадиган бўлса, бу туғма берилган меҳрнинг ифодаланиши ва унинг ташқи ифодаланиш малакаларининг шакллантирилиши кўп жиҳатдан онлага, ота-онага, онладаги муҳитга, улар ўртасидаги муносабатларга, уларнинг маданий, ахлоқий, маънавий савиясига боғлиқ бўлади.

---

**5**

### **Ақлий етишмовчилик билан меҳрсизлик ўртасида боғлиқлик борми?**

Бу саволга жавоб берар эканмиз, сўзсиз меҳр фақат ақлий савия билан ўлчанмаслигини, шу билан бирга ақлий етишмовчилик билан меҳрсизлик орасида боғлиқлик ҳам мавжудлигини таъкидлаш лозимдир. Ақлий етишмовчилик қай даражада оғир бўладиган бўлса, меҳрсизлик ҳам шу даражада кескин ифодаланиши мумкин. Лекин биз бу ўринда кўпроқ боланинг меҳрсизлигидан эмас, болани ўша агрессивлик (тажовузкорлик) аломатларини ўзгаларга қай даражада зарарли эканлигини, унинг асоратлари ҳаёт учун, ўзгалар учун хавфли эканлигини етарли тушунмаслик сабаблари ташкил этади. Бу ақлий етишмовчилик билан меҳрсизлик орасида боғлиқликнинг биринчи томони бўлса, иккинчи томони ундаги меҳрибонлик эмас, балки унинг акси бўлган агрессивликни ифодаланиши асосида ақлий етишмовчилик ва ўзгаларга қай даражада унинг хатти-ҳаракатлари зиён ва зарар етказиши хавфли эканлигининг туб моҳиятини

---

тушуниб етмаслик ташкил этади. Фикримизни тасдиқловчи далил сифатида шунн келтириш мумкинки, аксарият оналар ўз фарзандларини туғилиши биланоқ ташлаб кетиш ҳоллари ёки ўз фарзандларини маълум сабабларга кўра, ҳаёт қийинчиликлари натижасида ёки турмуш ўртоғи билан турли низолар оқибатида ўчни фарзандларидан олиб, ўз боласининг қотилига айланган аёллар ҳам кўп жиҳатдан маълумот, маданий ва маънавий савияси жиҳатдан ва энг муҳими ақлий жиҳатдан етарли савияга эга бўлмаган охи-залар тоифасига киради. Бу эса юқоридаги ақлий заифлик билан агрессивлик орасидаги боғлиқликни тасдиқловчи далилдир.

---

**6**

### **Нима учун айримлар меҳрни ифодалашни билишмайди?**

Меҳрни ифодалашни билмаслик кўп жиҳатдан шу шахснинг вояга етган, шахс сифатида шакланган микро-ижтимоий муҳитга боғлиқ бўлади. Бу муҳитнинг асосини онла ташкил этади. Онлада, ота-она орасида меҳрни бир-бирига ифодаламаслиги, меҳрни ифодалаш малакаларининг ота-оналарида, ака-укаларида шакланмаганлиги шу онлада ўсаётган болани меҳрни ифодалаш малакаларининг шакланмаслигига олиб келади. Сўзсиз бола фақатгина онла биланмас, балки ўзга референт гуруҳлар давраси — қариндошлари, мактаб, адабиёт, санъат, кино ва ўзга омиллардан ҳам олиши мумкин. Ва онлада етишмаган малакаларни ўзга омиллар орқали шаклантириши мумкин. Лекин шу билан биргаликда унинг асоси кўп жиҳатдан онлада шаклланади. Шунинг учун меҳрни шаклантирувчи энг асосий омил онла ҳисобланади.

---

**7**

### **Меҳрни ифодалаш хусусиятлари миллатга ёки этник хусусиятларга боғлиқми?**

Ҳар бир миллат, халқ меҳрни ифодалашнинг ўзига хос нормаларига эга. Шунинг учун бир халқ ё миллатда

---

меҳрни ифодалаш малакалари шу халқ ёки миллат учун норма ҳисоблансада, ўзга бир миллат, халқда бу тарзда меҳрни ифодалаш ахлоқсизлик деб саналиши ёки баҳола-ниши ҳам мумкин. Шунинг учун бир миллатнинг меҳрни ифодалаш малакалари, унинг шакл, форма, хусусиятлари иккинчи бир миллатга тўғри келмаслиги мумкин. Лекин шу билан бирга миллий нормативлардан, миллий мезон ва меъёрларидан ташқари меҳрни ифодалаш қарашда, оҳанг-да, юз мимикаларида, қўл ҳаракатлари, умуман ҳиссиётда яққол ифодаланади. Шунинг учун меҳрни ифодалаш мала-калари миллатга боғлиқ. Шунга қарамасдан, барча миллат-лар учун умумий ҳисобланадиган мезонлар ҳам борки, бу барча учун бир хилдир. Ва бу умумий бўлган мезон, форма, шакллардан биз шахс манфаатида, меҳрни шакллантириш, шахснинг маънавияти, инсоннинг бахт-саодати, унинг ру-ҳан тинчлиги, манфаати йўлида қўллашимиз, фойдалани-шимиз зарур.

---

## 8

**Ота-онасиз, меҳрибонлик уйларида яшаш болада меҳрининг шаклланишига таъсир қиладими? Агар бунинг салбий таъсири бўлса, унинг олдини олиш учун нималар қилиш керак?**

Меҳрибонлик уйларида тарбияланувчиларнинг харак-терида шахе сифатида меҳр етарли ифодаланмаслигига 3 омил таъсир этади. Булар:

1. Биологик-наслий омил. Болаларнинг ота-оналари кўп жиҳатдан ўзида меҳр бўлмаганлиги туфайли ҳам бола-ларни ота-онасиз қолдириб кетган, туғилиши билан таш-лаб кетган, ўз фарзандларига нисбатан меҳри етарли бўлма-ган ёки турли жинсий ишлар билан ёки ҳаётда алкоголизм, наркоманияга берилпб, ўзи ота-оналик ҳуқуқидан маҳрум бўлган ота-оналардан иборат бўлганлиги туфайли ўз фар-зандларига наслий бўлган меҳрни ҳам наслий жиҳатдан бермаган.

2. Ота-оналарнинг ёнида бўлмаслиги туфайли ота-она меҳридан баҳраманд бўлмаслиги, ота-онада меҳрни ифодалаш малакаларининг андозасини кўрмаслиги, идрок

---

этмаслиги, улардан ўрناق олмаслиги иккинчи омилни ташкил этади.

3. Бола меҳрибонлик уйларида яшаётганидан кейин фақат болалар жамоасида тарбия кўраётганида болада меҳрибонлилик, меҳрлиликдан кўра меҳрсизлик қиймати кучлироқ бўлади, яъни ўта меҳрибонликка нисбатан баъзан меҳрсизлилик туфайли ўз шахсини болалар жамоасида тасдиқлайди. Бунинг устига бу омилга таъсир этувчи биринчи омил, яъни у ерда аксарият болаларнинг ўзида наслий меҳрнинг ўзи етарли бўлмаганлигидан, наслий меҳр манбасининг ўзи ниҳоятда саёз бўлганлиги учун бундай болаларда меҳрнинг қийматини баҳолаш ҳам етарли бўлмайди. Шунинг учун бу омил ҳам катта салбий таъсир кўрсатади.

Шу салбий таъсирларнинг олдини олиш учун нима қилиш лозим? Бунинг учун меҳрибонлик уйларида ўтказиладиган турли хил тарбиявий тадбирлар ҳар жиҳатдан болада биологик жиҳатдан меҳр етишмаслигини ва ота-онасиз ўсаётганлигини, яъни ижтимоий муҳитни ҳисобга олган ҳолда, бу болаларнинг нафақат ўзлари, балки уларнинг кейинчалик оила қуриб, ўз фарзандлари манфаатларида, болалардаги энг муҳим бўлган хислатлардан бири — меҳрни ифодалаш, меҳрни ифодалаш малакаларининг шаклланишига алоҳида эътибор берган ҳолда ташкил этилиши лозим. Бунинг учун улар ногиронлик уйларига, ногирон болалар уйларига боришлари, ногирон болалар уйларига ёрдам кўрсатишлари, ногирон кишиларни парвариш қилишлари ва шунга ўхшаган турли тадбирларда фаол қатнашишлари улардаги мудраётган, манба етарли бўлмаган меҳрни ифодалашга ва ифодалаш малакаларини шаклланишига хизмат қилади. Бундан ташқари ўта меҳрсиз ва ўта агрессив бўлган болалар билан мутахассис психолог алоҳида дастур асосида ишлаши лозим деб биламиз. Буларнинг барчаси меҳрибонлик уйларидаги амалга оширилган чоратадбирлар, тарбиявий жараёнлар шу муассасанинг номига қилаётган ишимиз мазмунининг мутаносиб бўлиши, уйғун бўлишига хизмат қилиши мумкин ва зарур.

Меҳрсизлик болага нафақат онадан, балки отадан ҳам ўтиши мумкин. Бунини бевосита она андозасини ёки ота андозасини сифатида ифодалаш мумкин. Лекин бу билан меҳрсизлик фақатгина онадан ёки фақатгина отадан ўтади, деб бўлмайди. Бола меҳрсизликни қисман ота уруғидан, қисман она уруғидан олган бўлиши мумкин. Энг муҳими, унинг қайси наслга кўпроқ тортганлиги, қайси уруғ кўпроқ доминантлик қилганлиги ва қайси уруғ қайси сифатларни асосини белгилашда асосий рол ўйнаганлигига боғлиқ бўлади. Меҳрибонлик уйларида тарбияланувчилар билан ўтказиладиган чора-тадбирларга қўшимча: меҳрнинг шаклланиши, меҳрнинг етарли ифодалаш, ифодалаш малакаларининг шакллантирилишини мақсад қилиб қўяр эканмиз, энг асосий вазифаларимиздан бири, хоҳ болалар жамоасида бўлсин, хоҳ ота-оналар жамоасида бўлсин, хоҳ ўзга ерда бўлсин, энг муҳими — меҳрнинг қийматини ошириш, меҳрнинг юқори қиймат даражасига етказишдир. Агар биз меҳрлиликни, меҳрнинг ҳақиқий қийматини ошира олсак, бу билан болада ва одамларда муомалада, муносабатда, оила ва эр-хотин муносабатларида ҳам меҳрнинг ифодаланишига хизмат қилган бўламиз.

Агар биз жамиятда, оилада ёки болалар уйларида меҳрнинг ижтимоий қийматини етарли даражада ошира олмас эканмиз, унинг етарли савияда болаларга кўрсата олмас эканмиз, унинг қиймат даражасини очиб бера олмас эканмиз, меҳрнинг ифодалаш ёки ифодалаш малакаларининг шакллантирилишида қуруқ гапдан нарига ўта олмаймиз ва биз кўраётган чора-тадбирлар ҳам самарасиз бўлиб қолаверадилар. Биз меҳр қийматини болалар кўз ўнгидан оширишимиз муҳим. Меҳрнинг ҳақиқий қийматини кўрсата олиш, болада шу қийматлиликка эришиш мақсадларини ҳам уйғота олиш демакдир.

Меҳрни ифодалаш, меҳрга бўлган эҳтиёж ёшга боғлиқ бўлади. Айниқса, мактабгача ёшдаги болаларда, уларнинг мактабгача ёш даврининг биринчи қисми меҳрга ниҳоятда қаттиқ бир эҳтиёжни кўришимиз мумкин. Ва айнан мана шу ёшларда меҳр танқислиги ота-она меҳрига тўймаслик боланинг характерида, унинг шахсида кейинчалик меҳрнинг ифодаланишига жуда катта салбий таъсир кўрсатиши мумкин. Шу билан бирга маълум бир ёшда меҳр муҳаббат билан бирга келади ва кучли ифодаланади. Маълум бир ёшдан кейин, масалан, етуқлик ёши, фахрийлик ёши, кексалик ёши давларида ҳам меҳрга бўлган эҳтиёж кескин ошади. Бунда кўпроқ ота-оналар, меҳнат фахрийлари, собиқ иш жойидан, жамоасидан, фарзандлари ва набираларидан моддий таъминот эмас, диққат-эътиборни, меҳр-муҳаббатни, улар билан бўладиган муносабатда меҳрга ниҳоятда муҳтожликни ҳис этадилар, улар учун моддий таъминот масалалари иккинчи даражали бўлиб қолади. Бунини ҳар бир киши билиши ва ўз хатти-ҳаракатини шунга мувофиқ белгилаши лозим.

Меҳрнинг ёшга таъсири сифатида психологик мелодрамалар, психологик фильмлар, айниқса, киши психикасига, ҳиссиётларига кўпроқ ва кучлироқ таъсир этадиган ҳинд фильмларини кўришимиз мумкин. Бунда биз йнглаш, кўз ёш қилиш, таъсирланишни ёши улугларда, кексаларда кузатишимиз мумкин. Бу ҳам юқоридаги фикримизнинг далилидир. Меҳрга бўлган эҳтиёжнинг ниҳоятда кучайиши, меҳрни ўзгага бўлган манбаининг очилиши, етуқ ёшларда ва баъзан ёши 55-60 ларга яқин бўлганларда яққол ифодаланишини биз бува, бувиларимизда кўришимиз мумкин, яъни улар ўзларининг фарзандларига нисбатан ифодалай олмаган, қалбидан ҳис этмаган меҳр-муҳаббатини ўз набираларига нисбатан ҳис этадилар ва ўз фарзандларидан кўра набираларининг суратларини олиб юриш, уларга бутунлай ўзгача муносабатда бўлиш, ниҳоятда меҳрли бўлиш, набиралар учун ҳар нарсага тайёр бўлиш, уларга бўлган муҳаббатининг ниҳоятда кучли ифодаланишини набира

---

кўрганларда учратишимиз мумкин. Бу эса маълум бир ёшда унинг ишлаб чиқариш муносабатлари, касб фаолияти ҳаммаси иккинчи даражали бўлиб, ҳаётга фалсафий қараб, ёши маълум бир ёшга етгандан кейин ҳаётни бошқача идрок этиши ва бу ҳам шу шахсдаги меҳрнинг ифодаланишида кучли таъсир этиши, меҳрнинг кучайишига, меҳрибонлигининг зўрайишига, бу туйғуларнинг янада кучли ташвиқи ифодаланишига ўз таъсирини кўрсатади. Шунинг учун фарзандини шу даражада сева олмаган ёки ўз фарзандига шу даражада меҳр-муҳаббатни ифодамай олмаган шахс ўз набираларини шундай севадики, бу севгининг ўз фарзандига нисбатан бўлган севгидан бир неча бор ортиқлигини уларнинг ўзлари ҳам ҳис этади. Бу ҳам меҳрнинг ифодаланиши ёш хусусиятларига боғлиқ эканлигини ифодалайди.

---

**11**

### **Меҳрнинг шаклланишида ва ифодаланишида фарзандларнинг таъсири борми?**

Меҳрнинг шаклланиши ва ифодаланиши, умуман болаларга бўлган муносабатимиз ёшга, оилавий ҳаётга қараб ўзгариб боради. Биз кўпинча болаларни тарбиялаш жараёнида ўзимиз ҳам тарбияланамиз. Нафақат биз болаларга, бола шахсга таъсир этамиз, балки бола шахси бизга ҳам ўз таъсирини кўрсатади. Лекин ота ёки она сифатида шаклланаётган бола, ота-она ва болаларнинг ўзаро муносабати, мулоқоти ҳисобланади. Шунинг учун тарбия жараёни ота-она ва болалар орасидаги муносабат жараёни бир томонлама эмас, икки томонлама ҳисобланади. Айнан шу боисдан фарзанд кўрган, фарзанд ўстирган, фарзандга таълим-тарбия берган ота-она билан фарзанд кўрмаган ота-она ўртасида маълум бир фарқ бўлади.

Фарзанд кўрмаган ота-онада ҳам худди шу сифатлар, хислатлар мавжуд, лекин фарзанд кўрмаганлиги уларда шу сифат ва хислатларнинг тўлиқ намоён бўлиши ва шаклланишига имкон бермайди. Фарзанди бўлиши ва улар билан донмо мулоқотда бўлиш тарбия жараёнида бевосита қатнашиш уларнинг ота-она сифатида шаклланишига, тўлақонли ота ёки она сифатида шаклланишига, намоён бўлишига

---

хизмат қилади. Таъкидлаш лозимки, оилада фақат ўғил ўстираётган ота ёки она билан фақат қиз ўстираётган ёхуд ўғил-қиз ўстираётган ота-оналарнинг ўз меҳрини ифодалашда жиддий фарқ бўлиши мумкин. Шу ўринда қизнинг нозик муносабатлари, меҳрибонлиги, яъни қизларнинг отага бўлган муносабати, мулоқоти, меҳрининг ифодаланиши фақат қиз ўстирган оталарга маълум. Ўғил ўстирган оталарда бу сифат мавжуд бўлолмайди, чунки у буни ҳис эта олмайди, у буни кўра олмайди.

---

**12**

**Болада меҳрининг ифодаланишига уйда ҳайвон, қушлар ва балиқларни боқиш таъсир кўрсатадими?**

Бизга маълумки, ҳайвонлар олами инсондан фарқли равишда, меҳрни тил билан ифодалашга ожиздир. Шунинг учун уларнинг эмоционал реакциялари, ҳиссиёти, уларнинг меҳри ёки агрессиясини (таъовузкорлиги) тана ҳолати билан, танадаги туюқларининг ҳолати билан, бошининг ҳолати билан, масалан, бошини одамнинг оёғи устига келиб қўйиши, боши ёки думи билан одамларга келиб суйкалиши каби хатти-ҳаракатларида уларнинг инсонга бўлган муносабатлари яққол ифодаланади. Уларнинг ҳиссиётини шу ҳолатларда кўриб, тушуниб етган бола ҳайвонларнинг ҳиссиётини тушунар экан, одамларнинг меҳрини ёки бу меҳрининг ифодаланишини ва улардаги малакаларнинг шаклланишига ҳам сўзсиз ижобий таъсир қилади. Шунинг учун уйда ҳайвон асраш, улар билан мулоқотда бўлиш, ҳайвонларни тушунишга ҳаракат қилиш, ҳайвонларнинг уларга бўлган муносабатини идрок этиши болада, албатта, уларда мавжуд бўлган, уларга табиатан берилган меҳрни ифодалашга ва ифодалаш малакаларининг шаклланишига, меҳрни тўлақонли ифодаланишига ижобий таъсир кўрсатади.

---

**13**

**Қотиллик меҳрсизлик оқибатими?**

Қотиллик содир этилган хатти ҳаракатлар натижаси бўлиб, унинг асосини меҳр — муҳаббатдан тортиб энг куч-



---

ли инфодаланган агрессивлик ташкил этиши мумкин. Шунинг учун ҳам бир қатор жинсий ишларни кўриб чиқишда суд психологик экспертиза хизматига мурожаат қилинади. Масалан, ўз муҳаббат ҳислари рад этилгани учун севги муҳаббат объектини ўлдириш ёки ўз маҳбубасининг қалбидан жой ололмаганлиги учун ундан қасд олиш мақсадида унинг яқинларини жазолаш ёки севги ҳисларини бирга ишлайдиган шифокор томонидан рад этилгани учунгина ундан ўч олиш мақсадида шу шифокор даволаётган ўнга яқин беморларни дорининг дозасини ошириш йўли билан ҳаётдан маҳрум қилиш кабилар ёки аксинча, муҳаббат объектининг ҳаётини сақлаб қолиш, ҳимоя қилиш мақсадида унинг душманини ўлдириб ўзи қотилга айланиши кабиларнинг асосида севги муҳаббат ётади. Аммо бир ўринда муҳаббат, муҳаббат объектини сақлаб қолиш мақсадида қотиллик қилса, аниқроғи севгинини ҳаётини сақлаб қолиш мақсадида қотиллик содир этилса, иккинчи ҳолда муҳаббат ҳислари ўзига жавоб топа олмаганлиги сабабли агрессия ҳисларига айланиб, муҳаббат объектига қарши йўналтирилади.

Юқоридагилардан қотилликнинг асосини нафақат муҳаббат асослари ташкил этганлигини таҳлил қилганимизда нималарга эътибор бериш лозим? Аввало муҳаббат ҳисларининг сифатига, яъни муҳаббат агрессияга айланганми, айланмаганми? Иккинчидан муҳаббат ҳислари агрессияга айланган бўлса, кимга қарши йўналтирилган. Ва ниҳоят, юзага келган агрессия ҳислари кимга ва нимага хизмат қилади? Демак, фақат севги — муҳаббат асосини ташкил этган қотиллик ҳам ва уни таҳлил қилиб, унга баҳо беришимиз ҳам аввало нима асосида юзага келганлиги, шахсий сифати, унинг мақсади, унинг ички психологик мотивлари вазиятини чуқур ўрганиш, таҳлил этиш асосидагина адолатли ҳукм ва қарор чиқаришга олиб келиши мумкин. Юқоридаги саволга жавоб берар эканмиз, биз фақат муҳаббат асосида юзага келадиган қотиллик ҳақида гапираямиз. Ваҳоланки, бир қатор қотилликлар ўзга одамни ўлдириш, ўч олиш, ўзи бойиши, шахсий манфаатини кўзлаши, гувоҳлардан халос бўлиш каби бир қатор криминал жинсий мақсадлар асосида юзага келади. Бу сўзсиз ўта меҳрисизлик асосида юзага келадиган қотилликдир.

---

---

**14**

## Меҳр танқислиги салбий оқибатларга олиб келиши мумкинми?

Меҳрсизлик катта салбий оқибатларга олиб келади. Турмуш ўртоқларида меҳрнинг етишмаслиги улар орасидаги эр-хотин муносабатини қуруқ, дағал, қўпол бўлишига, натижада улар оилавий бахтни тўлиқ ҳис эта олмаслигига олиб келади.

Эр-хотинлардан бирининг меҳрсизлиги улар орасидаги ҳатто жиҳсий ҳаётга ҳам салбий таъсир қилиб, бундай оилалардаги баъзи аёллар узоқ йиллар давомида эри билан жиҳсий ҳаёт кечирishiга қарамадан умр бўйи оғазм туйғусини умуман ҳис этмаган бўлиши мумкин.

Меҳрсизлик ота-онада ифодаланган тақдирда болаларини ўзларига меҳрибон қилиб тарбиялашлари қийин бўлади. Бундай оилادا вояга етган фарзандлар катта бўлиб, ўзлари оила қурганиларида ўз фарзандларига меҳрдан кўра меҳрсизлигини кўпроқ ифодалашга мойил бўладилар. Меҳрсизлик кескин ифодаланган оилаларда тарбияланган фарзандларда турли неврозлар юзага келиши мумкин.

Тарбиячи, ўқитувчи шахсидаги меҳрсизлик ўқувчилар шахсидаги меҳрибонлик ва уни ифодалаш малакалари шаклланишига салбий таъсир қилади. Педагоглардаги меҳрсизлик тарбияланувчи ва ўқувчиларда мустақил фикрлаш, ўз фикрини эркин ифодалаш, катталар билан эркин мулоқотга киришиш, соғлом мунозара қилиш, маълум масалалар бўйича мунозарада қатнашиш, зарур бўлганда ўз позицияси, фикри, қарашларини асослаш, ҳимоя қилиш, тунштириш малакаларининг шаклланишига салбий таъсир қилади. Меҳр тугаган ерда тошбағирлик, агрессия бошланади. Шунинг учун унутмайлик.

---

**15**

## Ўта меҳрликдан ўта меҳрсизлик пайдо бўлиши мумкинми?

Меҳр ҳар бир нарсада, айниқса, шахс маънавиятини шаклланишида сув ва ҳаводек зарур. Шу билан бирга ҳар

---

---

бир нарсани меъёридагиси маъқул бўлгани каби меҳр ҳам меъёридан ошиб кетмаслиги мақсадга мувофиқдир. Биринчидан болани ота-она, бува-бувилар, ака-опалар меҳрига энг муҳтож сезгир бўлган мактабгача ёш даврини бой бермаслик зарур. Айнан шу даврда бола меҳрга тўйиниши керак. Агар бола шу даврда меҳрга тўймаса, кейинги ёш босқичларида унга нисбатан ифодаланган меҳр мактабгача ёш даврини ўрнини боса олмайди. Ғўза парваришида бир неча бор суғоришни талаб қилиб бир суғоришни ўрнини иккинчисини қоплай олмагани каби болани ҳам мактабгача ёшда меҳрга қондириш зарур. Шу билан бирга баъзи оилаларда кузатилишича меҳрни меъёридан ортиқ ифодаланиши кўйидаги кўнгилсиз оқибатларга олиб келиши мумкин:

1. Меъёридан ортиқ меҳр ифодалаган ота-оналар болага 100 % итоат қилиб, хоҳлаган нарсаларини бажо келтириб болани ота-она, тарбиячиси эмас, балки қули, хизматкорига айланади. Бундай муҳитда дастлабки 2-3 йил эмас, балки вояга етгунча ўсган бола тарбияси бузилади. Ўзи меҳр ифодалашга эмас, балки фақат ўзгалар меҳридан баҳраманд бўлишга, шундай қилмаган одамга эса салбий муносабатда бўлиб, меҳрсизликдан агрессивликка бўлган хатти-ҳаракатни ифодалаш мумкин.

2. Баъзи ота-оналардаги ўта меҳрибонлик, айниқса болада унга эҳтиёж бироз камайгандан кейин ҳам илгаринги кучда ота-онаси томонидан ифода этилаётган меҳр болани тенгдошлари олдида ноқулай вазиятга тушириши мумкин. Синфдошлари, қизлар томонидан танқидий муҳокама, қулги объектига айланиб қолиши мумкин. Бу эса унда ота-она меҳрига жавобан меҳрсизлик билан жавоб бериш каби ҳолларни, шахсини «протести» «нсён» тарзида меҳрсизликни ифодаланишига олиб келади.

Шундай қилиб организм учун зарур бўлган нарсалар миқдори организмда меъёридан ортиб кетганда аллергия реакция кузатилгани каби меъёридан ортиқ меҳр ўринсиз ифодаланганда тескари натижани келтириб чиқариб, кутилмаганда агрессив хулқ-атворни гувоҳи бўлишимиз мумкин.

Ўз болаларидан воз кечадиган ота-оналарни икки катта гуруҳга бўлиш мумкин.

1. Носоғлом турмуш тарзи туфайли ҳаётни қийинчиликлар ичида фарзандларидан кўра алкоголь, гиёҳванд моддалар қимматроқ бўлгани сабабли болаларидан воз кечадиганлар. Буларга алкогольлик, наркоман, доимий уй-жойи бўлмағи кўчада юрадиган («БОМЖ»)лар, эркин яшашдан кўра қамоқни афзал кўрганларнинг маълум қисми. Уларни талайгина қисми болаларни манфаатида ота-оналик ҳуқуқидан маҳрум қилинади.

2. Режалаштирилмаган, кутилмаган, никоҳсиз ҳомилаларнинг олдини олиши воситаларидан фойдаланиш ҳақида билим ва тасаввурлари етарли бўлмай, етиш-елми ҳаёт кечирадиганлар, айрим тажрибали йигитлар қўлида кўғирчоқ бўлиб, уларнинг ганига ишониб, муҳаббатда алданиб, ҳомилаларлик юзага келгандан сўнг ташлаб кетилганлар ва бошқалар.

Юқоридаги икки топфадаги ота-оналар, кўпроқ оналарга хос битта умумий хусусият — ота-оналик инстинктининг шаклланмаганлигидир. Биринчи гуруҳи фарзанд кўриб, у билан мулоқотда бўлишига қарамасдан, ота-оналик меҳри шаклланмаган бўлса, иккинчи гуруҳда ота-оналик тажрибаси бошдан кечирилмаганлиги учун уларда боласига бўлган меҳр шаклланмаган.

Биринчи гуруҳ ота-оналари болалари билан яшайдан кўра алоҳида яшашгани маъқулроқ.

Иккинчи гуруҳ ота-оналар яхши, меҳрибон ота-она бўлишлари мумкин, ҳали кўп яхши фарзандларни дунёга келтириб вояга етказадилар. Уларнинг аксарияти ўз ишини қолдириб кетган боласини қалбида бир умр сақлайдилар. Вақти-вақти билан она қалби эслаб эзилади. Агар яқинлари, ота-оналари, опа, акалари орасида битта ҳаётга реал фалсафий кўз билан қарайдиган маслаҳатгўй топилса, улар шуни қилмасликлари, фарзандлари онасидан айрилмаслиги

---

мумкин эди. Афсус «иснод», «шарманда», «одамлар нима дейди?» — кабилардан қўрқиб ўз фарзандини бегона одамлар қўлига топшириб кетади.

Қизининг келгуси онлавиий бахтини ўйлайдиган она ҳеч бўлмаса неварасини болага муҳтож яхши одамлар қўлига топширишмайдими? Бундай ҳолатлар олдини олиш учун ота-оналар ва ўқитувчилар ўқувчилар ўртасида жинсий тарбияни олиб бориш, ҳомиладорликдан сақланиш воситалари хусусида билим бериши, уларни никоҳгача тасодифий жинсий алоқалардан сақланиши борасида зарур билимларни беришлари керак. Эл-юрт гап-сўзидан, ташқи билимлар, қаршиликлардан чўчиб кечириб бўлмайдиган хато қилишдан сақланиш лозим.

# VII БОБ

## РЕПРОДУКТИВ САЛОМАТЛИК

1	Репродуктив саломатлик нима?	120
2	Контрацептив воситалар нима?	122
3	Кутилмаган ҳомиладорликдан сақланишнинг аъъанавий усулларига нималар кирази?	123
4	Презерватив нима?	125
5	Диафрагма ва цервикал қалпоқчалар нима, улардан қачон ва қандай фойдаланиш керак?	126
6	Бачадон ичи спирали нима?	128

---

<b>7</b>	<b>Инъекцияли контрацептивларга нималар киради?</b>	<b>128</b>
<b>8</b>	<b>Спермацид воситалар</b>	<b>128</b>
<b>9</b>	<b>Гормонал сақланиш воситалари қандай воситалар?</b>	<b>130</b>
<b>10</b>	<b>Соғлом боланинг дунёга келиши учун нималарга эътибор бериш керак?</b>	<b>132</b>

Гап репродуктив саломатлик хусусида борганда, айримлар уни оилада туғилиши лозим бўлган болалар сонини чеклаб қўйиш деб тушуниши ҳам мумкин. Репродуктив саломатлик, яъни аёлнинг қачон ва қандай шароитларда она бўлишини назорат қилиш, онанинг ҳам ва ундан туғилмак боланинг ҳам саломатлиги учун мақбул шарт-шароитларни яратини дегани, бу — «Аёл кишига қачон ва қанча бола туғишни белгилаб, кўрсатиб бериш, ўргатиш» дегани эмас. Қачон ва қанча фарзанд кўриш масаласини ҳал қилиш бу биринчи навбатда аёлнинг ўзига ҳавола, бу унинг ҳуқуқи бўлгани боис фақат ўзи ҳал қилиши лозим ва унга ҳеч ким ўргатиши, аёл учун уни белгилаб, чегаралаб бериши керак эмас. Лекин аёлларимиз бу масалани оқилона ҳал эта оладиларми, уларнинг ҳаммаси ҳам фарзандни дунёга келтиришдек, фақат аёлнинггина қўлидан келадиган ўта нозик масалани мақсадга мувофиқ ҳал эта олиш борасида етарли билимларга эгами? Бу билимлардан хабардор бўлиш, уларни ўзлаштириш, бу борадаги махсус адабиётлар, газета журналлар ўқиш учун аёлларимиз вақт топа олишадиларми?

Репродуктив саломатлик масаласи фақат оилада туғилмак болалар сонини чеклашгина эмас, балки у ўз ичига кенгроқ масалаларни қамраб олади. Бунда асосий эътибор оилада оилалар фаровонлигини таъминлаш, уларда ижобий психологик иқлимнинг ҳукм суриши, оналар ва болалар саломатлигини сақлаш, оилаларнинг том маънода мустаҳкамлигини таъминлаш кабилар назарда тутилади.

Маълумки, онанинг фарзанд кўриш ёши, уни фарзандларининг сони, болалар туғилиши орасидаги муддат



---

ҳамда аёл ва бола саломатлиги ўртасида маълум бир боғлиқлик мавжуд. Албатта, 16-18 ёшларда аёл киши организм соғлом фарзанд кўриш учун ҳали тўла етилган бўлмайдди. Эрта фарзанд кўриш ёш она саломатлигига ҳам, ундан туғилажак бола саломатлигига ҳам маълум даражада хавф туғдириши мумкин.

Ҳомиладор бўлиш, ҳомилани етилтириб ва зурриётни дунёга келтириш билан боғлиқ жараёнларда она организмни ўзидан жуда кўп миқдорда қувват сарфлайди, «толиқади». Кўз ёрган аёл организмни ўзини яна тўлиқ тиклаб олиши учун, яъни у навбатдаги фарзанд кўришга тўла тайёр бўлиши учун, унга камидан 3-4 йил вақт зарур бўлади. Демак, ҳар 3-4 йил оралиғи билан фарзанд кўриш она организмни учун ҳам, туғилажак фарзанд учун ҳам нормал муддат ҳисобланади.

Олдинги вақтларда (бу ҳақда бувиларимиз, мўътабар онахонларимиз гувоҳлик беришлари мумкин) оналар болаларини 3-4 ёшга киргунларига қадар кўкрак сути билан боққанлар. Бу эса, бир томондан болаларнинг она сутига эмин-эркин тўйиб ўсишларини таъминлаган бўлса, иккинчи томондан бола эмизаётган аёлнинг навбатдаги ҳомиладорликдан сақлаган.

Она сутининг бола шахси шаклланиши ва ривожланишидаги аҳамияти беқиёсдир. Она сутни таркибида, айниқса, оғиз сутни таркибида махсус иммунитетив гормонлар бўлиб, улар бола организмни ҳар хил касалликларга қарши кураша оладиган, гўдакни ўз ҳаётининг дастлабки кунлариданоқ соғлом, бақувват бўлиб ўсишини таъминловчи ҳал қилувчи омил бўлиб ҳисобланган. Она сутининг яна бир бебаҳо ҳислати шундан иборатки, у болани ақлий имкониятларининг ортишида, яъни бола интеллектуал коэффициентининг (IQ) юқори бўлишида муҳим омил бўлиб хизмат қилади.

Агар аёллар «йилига туғаверишса», яъни бола 3-4 ойлик бўлмасиданоқ она ҳомиладор бўлиб қолгундек бўлса, оғир оёқ аёлнинг сутни ўз хусусиятини йўқотгани боис бола учун зарарли бўлиб қолади. Бундай вазиятларда аксарият оналар боласини кўкрак сутни билан озиқлантиришни тўхтадилар. Оқибатда болалар ўзларининг саломатлиги ва ақлий ривожланиши учун энг муҳим неъмат бўлмиш «ОНА СУ-

---

ТИ»дан бебахра қолишади. Бу ўринда нафақат онанинг, балки гўдакнинг ҳам манфаатини, унинг саломатлигини кўзлаган ҳолда фарзанд кўриш ўртасидаги муддатни узайтириш мақсадга мувофиқ бўлади.

Ўзининг бор имкониятларини олдинги боласига «сарфлаб бўлган» она организми, бир-бир ярим йил ичида дунёга келадиган навбатдаги боланинг ҳомилада ривожлантириши, унинг дунёга келиши ва ҳаётининг дастлабки кунлари, ойларида олшин лозим бўлган физиологик, жисмоний, эмоционал-психологик қувватни бера олмайди. Бундан ташқари ҳали ёшига етмаган болани парвариш қилиш ҳам оналардан кўп вақт, куч, эътибор, эмоционал зўриқишларни талаб қилади. Ёш бола тарбияси билан боғлиқ равишда она кечинадиган салбий руҳий эмоционал ҳолатлар, асабийлик, эмоционал зўриқишлар, шубҳасиз ҳомиладаги боланинг ривожланишига ҳам ўзининг салбий таъсирини кўрсатмай қолмайди. Ҳали тўла тикланиб улгурмаган оналардан «йилига тутилмаверган» болалар аксарият ҳолларда нимжон, нозик, ҳар хил касалликларга чидамсиз бўлиб бораверади. Бундай оилаларда оналар ва болалар ўлими кўрсаткичлари ҳам туғилишлар оралиғидаги фарқ 3-4 йил бўлган оилалардагига қараганда кўпчиликни ташкил қилади.

---

## 2

### Контрацептив воситалар нима?

Репродуктив саломатликни таъминлашда, яъни унинг энг асосий йўналишларидан бири бўлмиш қутулмаган ҳомиладорликдан сақланишда фойдаланиладиган воситалар контрацептив воситалар дейилади. Уларнинг анъанавий ва замонавий усуллари фарқланади. Ҳозирги вақтда турли оммавий ахборот воситалари, кенг оммага мўлжалланган кўплаб илмий оммабоп, илмий услубий қўлланмалар, рисоаларда, тиббий адабиётларда контрацептив воситалар ҳақида мунтазам материаллар бериб борилмоқда. Уларни янада кенгроқ тарғиб қилиш учун «Қизил олма» каби реклама-тарғибот хизматлар кенг йўлга қўйилган.

---

Кутилмаган ҳомиладорликдан сақланишнинг анъанавий усулларига ҳайз циклини назорат қилиш (даврий сексуал абстенция), бола эмизиш (лактация), жинсий алоқани олдиндан тўхтатиш кабилар киради. Заонавий усулларга презервативлар, диафрагма ва сервикал қалпоқчалар, спремацит воситалар ва гормонал сақланиш воситалари киради. Бу усулларнинг ҳар бирини ўзига хос афзалликлари ва нуқсонлари мавжуд.

---

**3**

### **Кутилмаган ҳомиладорликдан сақланишнинг анъанавий усулларига нималар киради?**

Кутилмаган ҳомиладорликнинг олдини олишнинг анъанавий усулларига даврий сексуал абстенция (ҳайз циклини назорат қилиш, тақвим усуллари), бола эмизиш, жинсий алоқани олдиндан тўхтатиш кабилар киради. Бу анъанавий усулларнинг ўзига хос афзал ва камчилик жиҳатлари мавжуд. Куйида шулар хусусида қисқача тўхталиб ўтамиз.

**Таъсир қилиш механизми:** Тақвим усули ҳайз циклининг давомийлигини ҳамда ҳомиладор бўлиш эҳтимоли юқори даражада бўлган даврни аниқлаш билан биргаликда айти шу кунлар жинсий алоқа қилмаслик усулидир. Цервикал шиллиқ ва овуляция вақтини белгилаш усули эса (Беллингсов усули) уруғланиш кунини, цервикал шиллиқ миқдори ва констенциясини назорат қилиш билан аниқлашдан иборат. Базал ҳароратни ўлчаб боришда ҳароратни ҳар кунини ўлчаб, ҳарорат кўрсаткичларини мунтазам қайд қилиб бориш ва уруғланиш вақтини белгилаш учун ҳароратнинг кўтарилиши аниқланади.

Симпато-терминал усулга ҳароратни ўлчаш усули билан бирга ёки бир неча табиий усулларни биргаликда қўллаш киради.

**Самараси ва афзалликлари:** Мазкур усуллар ҳомиладорликдан сақланиш учун жуда ишончли ҳисобланмасда, бироқ бошқа йўллардан фойдаланишни истамаган эр-хотинлар учун қулай ҳисобланади. Бу усулнинг афзаллиги — организмнинг бошқа тизимларига умуман таъсир қилмайди.

---

**Камчиликлари:** Эр-хотин ҳар бир ҳайз цикли мобайнида камин билан 14 кун жинсий алоқадан тийилиши керак. Бундан ташқари, юқоридаги усулларни тўла эгаллаб олиш учун улар бир неча ой давомида ўз устида ишлаши ҳамда тажриба қилиб кўриши зарур.

Эмизиш, қин инфекциялари, иситма чиқиши каби ҳоллар цервикал симптомларни ўзгаришига сабаб бўлади. Бу эса ўз навбатида, уруғланиш эҳтимоли юқори бўлган кунларни қайтадан ҳисоб-китоб қилиб, аниқлаш кераклигини тақозо этади.

Текширишлар анъанавий усуллар замонавий усулларга нисбатан ишончсиз эканлигини кўрсатди. Шунинг эътиборга олган ҳолда юқори самарага эришмоқ учун онлада эр-хотинларнинг биргаликда даврий равишда жинсий алоқадан воз кечиш туриши лозим бўлади. Бу ҳолат эса инсондан ўта талабчан ва руҳий турғун бўлишини талаб этади.

**Таъсирлар:** Юқорида келтирилган усуллардан аёлларнинг тўғри фойдаланишлари учун уларга тўғри маънада ҳат бериш лозим. Бу усулни то аёллар узларида овуляция, яъни уруғланиш эҳтимоли юқори бўлган кунларни адашмай ҳисоблаш олгунларига қадар самара бермайди. Ҳомиладорликдан сақланишнинг анъанавий усулларининг самарасини ошириш учун аралаш усуллардан фойдаланиш, яъни бир вақтнинг ўзида эркак ва аёллар учун мўлжалланган механик воситаларни қўллаш мақсадга мувофиқдир.

**Бола эмизиш (лактация).** Бола эмизиш ҳозиргача туғруқлар орасидаги танаффусларни чўзишда муҳим аҳамиятга эга бўлиб келмоқда. Аксарият ривожланаётган мамлакатларда бу усуллар бошқа усуллардан кўра муҳимроқдир.

**Таъсир қилиш механизми.** Болани эмизиш физиологияси тухумдонлар вазифасининг нисбатан камайиши ва ановуляция содир бўлиши билан боғлиқдир. Ановуляция туғруқдан кейинги 4-21 ойдан то 24 ойгача давом этади.

**Самараси ва афзалликлари.** Болани эмизиш туғилишини назорат қилишнинг энг муҳим самарали усулларидан бирига айланиши мумкин. Эмизиш даврида ҳомиладор бўлиб қолиш ҳар 100 та аёлдан фақат 2-12 тасидагина кузатилаганлиги бу усулнинг бошқа усулларга самараси жиҳатидан тенглашишига далил бўла олади.

---

---

**Камчиликлари ва самарасизлиги:** Баъзи аёллар кўкрак сути билан эмизишда тажрибаси бўлмаганлиги сабабли ушбу усулнинг самарасиз чиқиши ҳоллари содир бўлади. Кўкракда аҳён-аҳёнда эмизиш, қўшимча овқатлантириш каби омиллар ҳайз циклининг қайта тикланишига олиб келади. Натижада аёлнинг ҳомиладор бўлиб қолиш хавфи туғилади.

**Тавсиялар:** Эмизикли давр аменореясини тез-тез ва қисқа ёки узок муддатли эмизиш билан сақлаб қолиш мумкин.

**Жинсий алоқани олдиндан тўхтатиш.** Тараққий этган ҳамда ривожланаётган мамлакатларда кенг тарқалган усул.

**Таъсир қилиш механизми.** Жинсий олат шаҳват тўкилишидан олдин чиқариб олинади.

**Самараси ва афзалликлари.** Бу усулнинг самараси паст ҳисобланади. Аммо эркак ўзини бошқара олсагина, бу усулнинг самараси бирмунча ортади.

**Ноҳуш таъсирлари.** Юқорида келтирилган усул ҳеч қандай кўнгилсиз тиббий оқибатларга олиб келмайди-ю, лекин эр-хотин орасида жинсий қониқмаслик ҳолларига сабаб бўлиши мумкин.

**Тавсиялар.** Ҳомиладорликдан сақланишнинг бошқа усуллари билан фойдаланиш имкони бўлмаган ҳоллардагина бу усулдан фойдаланиш маъқулдир.

---

## 4

### Презерватив нима?

Презерватив фақат бир мартагина ишлатилиши шарт. Жинсий алоқа вақтида презерватив йиртилиб кетса, аёл дарҳол қин ичини кучсиз кислотали эритма (ачиган сут, сирка, лимон кислоталари) билан ювиб ташлаши лозим. Ушбу усулнинг самараси спермацидлар билан биргаликда қўлланганда ортади.

Ҳозирги вақтда ишончли ва самарали бўлиб ҳисобланган ҳомиладорликдан сақланиш усуллари билан яна бири — бу эркак ва аёллар учун мўлжалланган презервативлардир. Улардан кўпроқ ривожланган мамлакатларда фойдаланилади. Айниқса, ОИТС (СПИД) касаллигининг бутун

---

дунё миқёсида кенг тарқалганлиги натижасида бу усулдан фойдаланувчилар сони кун-сайин ортиб бормоқда.

**Таъсир қилиш механизми.** Аёл қинига сперматозондининг киришига тўсқинлик қилиш унинг асосий механизми бўлиб ҳисобланади. Презервативлар латексдан ишланган бўлиб, кўпчилиги спермацид билан (шаҳватни ўлдирадиган модда) шимдирилган бўлади. Улар эркакларнинг олати таранглашганидан кейин кийгизилади. Аёлларга ишлатиладиган презервативлар эса бевосита жинсий алоқадан олдин қин ичига тикиб қўйилади.

**Самараси ва афзалликлари.** Ҳомиладорликдан сақланишдан ташқари, жинсий алоқа орқали юқадиган турли касалликлар, хусусан, ОИТСдан ҳимоя воситаси ҳам бўлиб, у етарли даражада ишончли ва афзал усулдир. Улар арзон, ишлатиш учун қулай, организмга зарарли таъсирни бўлмайди.

**Камчиликлари.** Презервативлар жинсий фаолликни ўзгартириб, жинсий қониқни ҳиссини камайтириши мумкин. Ишлатилган презервативдан қайта фойдаланиш мумкин эмас.

**Нохуш таъсирлари.** Қин шиллиқ деворининг яллиғланиш эҳтимоли бўлиши мумкин.

**Тавсиялар.** Ҳар қайси аёл ва эркак, бирон-бир таносил касаллигига дучор бўлган бўлса, ёхуд биттадан ортиқ жинсий алоқада бўлиб турса. Унда латексдан қилинган юқори сифатли презервативлардан фойдаланиши керак.



## **5 Диафрагма ва цервикал қалпоқчалар нима, улардан қачон ва қандай фойдаланиш керак?**

Диафрагма-резинадан тайёрланган гумбазсимон, те-вараги эгилувчан ҳалқадан иборат бўлиб, жинсий яқинлашувдан олдин қинга киритилади. Цервикал қалпоқча бачадон бўйнига кийгизилиб, сперматозонларнинг бачадон бўйнига ўтишига тўсқинлик қилади.

**Таъсир қилиш механизми.** Диафрагма ва қалпоқча бачадон бўшлиғи ҳамда шаҳват-сперма орасида тўсиқ ва-зифасини ўтайди. Диафрагма ва қалпоқча билан биргалик-

---

да спермацидларни қўллаш ҳам шахват фаоллигининг ниҳоятда пасайишига сабаб бўлади.

**Самараси ва афзалликлари.** Диафрагма ва цервикал қалпоқчаларнинг самараси бошқа турдаги тўсиқли усуллар каби ишончли ва афзалдир. Ушбу усулдан ҳам туғиш ёшидаги аёллар ва номунтазам равишда жинсий алоқада бўладиган аёлларнинг динмий равишда фойдаланишлари мақсадга мувофиқдир. Бу организмнинг бошқа системаларига таъсир этмайди.

Эркаклар презервативдан кўра қулайроқ ва устунроқ томонларидан бири, алоқа пайтида ўз-ўзини бошқариш ва жинсий яқинлашувдан анча олдин қинга киритиб қўйиш имкониятига эгаллигидир.

**Камчиликлари.** Диафрагма ва қалпоқчалар мутахассис шифокор томонидан, ҳар бир аёл бачадонининг ўзига хос хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда унга тегишли катта-кичикликда танланиши, ундан фойдаланиш йўл-йўриқлари ўргатилиши керак. Бу усул айниқса, анъанага кўра жинсий органларга қўл билан тегиш ман этилган гуруҳларга тааллуқлидир.

**Нохуш таъсирлари.** Жинсий алоқадан сўнг диафрагма қин ичига 6 соат, қалпоқча эса 24 соат давомида қолиши мумкин. Агар бундан кўпроқ вақт қолиб кетадиган бўлса, қўнгиленс асоратлар қолдиради: аллергия реакциялар, микротравмалар ва баъзида инфекция токсик шокни келтириб чиқариши мумкин.

**Тавсиялар:** Туғруқдан сўнг, бола тушиши ёки сунъий олдириш ва кичик тос соҳасида ўтказилган ҳар хил жароҳлик муолажалари, бачадон ўлчамининг ўзгаришига сабаб бўлади. Шунинг учун диафрагма ва цервикал қалпоқчаларнинг ўлчамлари юқоридаги каби ҳолатлардан сўнг, албатта қайта текланиши даркор. Шунингдек, бу усулдан қўйидаги сабабларда: спермацид ёки диафрагма ва қалпоқчаларга нисбатан шахсий сезгирлик кучайганда, қин автономияси ўзгарганда, жинсий яқинлик пайтида оғриқ ҳисси пайдо бўлганида, анамнездаги инфекция-токсик шок ҳолати кузатилганда ҳамда туғруқдан сўнг дастлабки 12 ҳафта давомида фойдаланиш ман этилади.

---

**6**

## Бачадон ичи спирали нима?

Бачадон ичи спирали — атрофида мис сим ўралган кичкина пластмасса мосламадир. У шифокор томонидан аёлнинг бачадонига ўрнатилади. Бачадон ичи спирали ҳозирги вақтда энг кенг тарқалган, кўпчилик аёллар томонидан фойдаланилаётган восита ҳисобланади.

Унинг афзаллиги шундаки, у узоқ муддат давомида ҳомиладор бўлиб қолишдан сақланиш имкониятини беради.

Камчилиги: у бачадон яллиғланиш хавфини ошириши мумкин. Ундан фойдаланадиган баъзи аёлларда ҳайз қони одатдагидан кўпроқ ва узоқроқ бўлади. Тери-таносил касалликлари, жинсий алоқа йўли билан юқадиган касалликлардан ҳимоя қилмайди.

---

**7**

## Инъекциялар: контрацептивларга нималар киради?

Инъекция (укол қилдириш) усули ҳар 2-3 ёки ҳар ойда укол қилдириш орқали амалга оширилади. Бу усул одатда 35 ёшдан катта аёлларга тавсия этилади.

Бу усулнинг самараси шундан иборатки, укол қилдирилгандан кейин, кўрсатилган муддат ичида кутилмаган ҳомиладорликдан сақланишнинг бошқа усулларида фойдаланишга ҳожат қолмайди. Уколни албатта тиббиёт ходими қилиши керак.

**Салбӣй асоратлари.** Инъекция ҳайз мунтазамлигининг бузилишига олиб келиши мумкин. ОИТС, ЖАБИУКлардан ҳимоя қилмайди.

---

**8**

## Спермацид воситалар

Замонавий спермацидлар қатор мамлакатларда ишлатилади. Улар крем, галвирак, кўпик ҳосил қилувчи таблеткалар, тампонлар, желе, эритмалар кўринишида маъ-



---

лум ва турли презервативларга қўшимча мослама сифатида ишлаб чиқарилади.

**Таъсир қилиш механизми:** Маълумки, қин ичида доимий махсус муҳит мавжуд. Жинсий яқинлашувдан 10-15 дақиқа олдинроқ қинга юборилган спермацидлар, айнан шу муҳитни ўзгартириш ҳисобига шаҳват фаолиятни тўхтатади. Ғалбирок ўз таркибида замонавий спермацид — ноноксинол — 9ни тутиб, бевосита сперматазоид мембранасини бузади ва натижада унинг фаолиятини заифлаштиради. Мазкур восита қинга киритилиб, бачадон бўйнига бириктирилишидан аввал, спермацид фаоллигини ошириш мақсадида сувда ҳўлланади.

**Самараси ва афзалликлари.** Келтирилган бу усул, айниқса, катта ёшдаги аёллар ёки номунтазам жинсий яқинликда бўладиган аёллар учун жуда қулай ва энг мувофиқ усулдир. Бу усул организмнинг бошқа системаларига таъсир қилмаслиги, тиббиёт ходимларига мурожаат қилмасдан фойдаланиш мумкинлиги билан афзал ҳисобланади. Ғалбирок қин ичида 24 соат давомида сақланиши мумкин бўлиб, таркибида спермацид бўлиши таносил касалликларидан муҳофаза қилиш таъсирига эгадир.

**Камчиликлари:** Жинсий алоқа вақтида турли ноқулайликлар туғдириши мумкин. Ғалбирок бошқа воситаларга нисбатан қимматроқ. Шунинг учун бу воситадан истаганча фойдаланиш чекланган. Бу усулнинг оз самара бериши уни бошқа хил тўсиқли усуллар билан биргаликда қўллашга мажбур этади.

**Нохуш таъсирлари:** Қин девори яллиғланиши ёки умуман аллергияк реакциялар кўринишида асоратлар кузатилиши мумкин.

**Тавсиялар:** юқорида таърифланган бу усулнинг самарасини ошириш мақсадида уни презерватив, диафрагма, цервикал қалпоқчалар билан биргаликда қўллаш мумкин. Ғалбирок ҳар бир жинсий яқинлашувда қайта ишлатилади ва қин ичида 24 соатгина туриши мумкин, холос. Спермацидлардан туғруқдан кейинги дастлабки 6 ой давомида, ҳомила олдириш, ҳомиланинг тушиши ва ҳайз кўриш вақтида фойдаланиш қатъиян ман этилади.

---

Мураккаб гормонал сақланиш воситалари (МГСВ). Гормонал сақланиш воситалари таркибига аёллар тухумдонидида ишлаб чиқариладиган гормонларнинг, яъни эстроген ва прогестероннинг, синтетик аналоглари киради.

Ҳозирги даврда гормонал воситалар таркибини асосан кам дозали эстрогенлар (ЕЕ), яъни этинилэстрадиол ва гестагенлар — 19 - нортестостеронлар, яъни норэтинодрел (I авлод), норэтистерон, этинодиол диацетат, ленеистренол, левоноргестрел норгестрел (II авлод), дезогестрел, гестоден, норгестимат (III авлод) ва 17-гидроксипрогестерон, медроксипрогестеронацетат ва бошқалардан ташкил топган. Улар бир қатор хусусиятлари билан бошқа воситалардан афзодроқдир. Учинчи авлод гестагенлари прогестерон рецепторларига оз миқдоридида ҳам кучли таъсир қилиб, овуляцияни тўхтатиш хусусиятига эга бўлиши билан I ва II авлод гестагенларидан фарқ қилади. Мутахассисларнинг фикрича, ушбу воситаларнинг аҳамияти сўнгги ўн йиллик ичидида юқори поғонага кўтарилди. Сабаби бу воситалар кўпгина ижобий хусусиятларга эга. Аввало, бу воситалар микрограммларда қўлланади, липид модда алмашинувини бузмайди, андроген фаоллиги ниҳоятда кам бўлади ва қолаверса, юрак қон томири системасидида патологик ўзгаришларни келтириб чиқармайди.

**Таъсир қилиш механизми:** Гормонал воситаларнинг таъсиридида бутун ҳайз цикли давомидида тухумдонлардан ишлаб чиқариладиган эстрогенларнинг миқдори ниҳоятда кам бўлиб эрта фолликул фазасига тўғри келади, натижадида овуляция рўй бермайди. Бунинг оқибатидида бачадон бўйни шиллигининг зичлашуви ва қуюқлашуви юз бериб, сперматозоиднинг бачадон ичига ўтишини чеклайди. Шунингдек, эндометрийнинг функционал ва морфологик ўзгариши имплантация жараёнига тўсқинлик қилади. Гормонал ўзгаришлар таъсиридида бачадон найининг ҳаракатланиши ва бачадон танасининг қисқариши нотабий тусе олади,

---

шунингдек, сперматозоид ҳамда тухум ҳужайраларининг тўғри йўналиши бузилади.

**Самараси ва афзалликлари:** Гормонал сақланиш воситаларини мунтазам тўғри қабул қилиш усулнинг самарадорлигини таъминлайди. Гормонал воситалар юқори самарадорлиги, қабул қилишнинг қулайлиги, организмнинг олдинги ҳолатини тиклаш мумкинлиги ва ниҳоят хавфсизлиги билан ажралиб туради.

Ушбу воситалардан фойдаланишда: ҳайз ва ҳайз ўртасидаги оғриқларнинг камайиши, ички жинсий аъзоларнинг ўткир яллиғланиш касалликларига чалиниш эҳтимолини, хусусан тухумдон ва эндометрий хавфли ўсмаларининг (рак 50%гача) қисқариши, хавфсиз ўсмаларнинг, хусусан киста ва сут безларининг фиброаденомаси касалликларининг камайиши ҳамда ҳайз циклининг тўғри тартибга солиниши, темир етишмовчилиги анемиясининг кескин камайиши кузатилади.

**Камчиликлари:** Ҳомиладорликдан сақланиш учун мўлжалланган барча воситалар сингари, гормонал таблетка — препаратлар ҳам ўз камчиликларига эга. Уларга: гормонал препаратларни олдиндан, эҳтиёждан кўпроқ миқдорда жамғариб олиш, уларни сақлаш, мазкур препаратларнинг қимматлиги, уларни ҳар куни мунтазам равишда қабул қилиб туриш шarti, қабулдан сўнг баъзан қўшимча нохуш таъсирларнинг пайдо бўлиши, ОИТСдан ҳимоя қилмаслиги ва депрессия ҳолатлари келиб чиқиши киради.

**Нохуш таъсирлари:** Гормонал воситаларнинг қўшимча таъсирларини келтириб чиқариш хусусияти аёл организмида жинсий гормонларнинг камайиши ёхуд кўпайиши билан изоҳланади. Энг кўп учрайдиган асоратлар таркибига сут безларининг қаттиқлашуви, кўнгил озиши, бош айланиши, қусиш, тана вазнининг ортиши, жинсий иштиёқнинг сўниши ёки кучайиши, баъзида депрессия, бош оғриғи, тери қичиши аломатлари, ҳайз ўртасида қонли ажралмаларнинг пайдо бўлиши киради.

**Тавсиялар:** Замонавий гормонал воситалардан фойдаланишда уларнинг таркибидаги гормонлар миқдорининг камлиги сабабли, кўпгина аёлларга манзур бўлмоқда. Бу усулни илк бор қўлламоқчи бўлган ҳар бир аёл унинг таъриф-

---

номаси ҳақида маълумотларга тўла эга бўлмоғи лозим. Шу билан бир қаторда, мутахассис томонидан бу усулни қўлланиши мумкинлигини аниқлаш мақсадида текширилиши ҳамда бу усулдан тўғри фойдаланиши йўл-йўриқлари ўргатилиши, аёлга мос келадиган хили танланиб берилиши керак.

Биринчи марта гормонал препарат ҳайз циклининг 1-кунидан бошлаб 21 кун давомида, кунига 1 таблеткадан бир хил вақтда истеъмол қилиб борилади. Мабодо, баъзи сабабларга кўра бирон кун таблетка ичилмай қолса, дарҳол кўш доза қабул қилиниши лозим бўлади. Воситани қўллаш давомида, дастлабки уч ой мобайнида аёл мутахассис назорати остида бўлиши, кейинчалик, шахсий эҳтиёжга қараб шифокор қабулига бориб туриши керак.



## Соғлом боланинг дунёга келиши учун нималарга эътибор бериш керак?

1. Эрта онла кўриш (18 ёшгача) ва дарҳол фарзанд кўришдан сақланиш керак.

2. Қариндошлар ўртасидаги никоҳга йўл қўймаслик (хоҳ қайнона, қайнота, хоҳ бўлажак келин ёки куёв бўлинг) лозим.

3. Ўзингиз ва турмуш ўртоғингизнинг яқин қариндошларида наслий касаллик, туғма ногиронлик бор-йўқлиги ва унинг бўлажак фарзандларингиз саломатлигига салбий таъсир этиш даражасини аниқлаш мақсадида генетик маслаҳатхоналардан ўтиш керак.

4. Агар шундай хавф мавжуд бўлса, ҳомиладорлик даврида ҳомилангизни саломат эканлигига иқроор бўлиш учун тиббиёт соҳасидаги мутахассисларга мурожаат қилишингиз ва махсус текширувдан ўтишингиз даркор.

5. Ҳар бир аёл ўзининг саломатлиги бола кўриш фаолиятига тўғри келиши юзасидан мутахассислардан маслаҳат олиши керак. Акс ҳолда айрим гуруҳ оналар фарзандли бўламан, деб ўзларини нобуд қилишади.

6. Фарзандлари орасидаги ён фарқи камида 3 йилни ташкил этиши керак, чунки она организми ҳомиладорлик

---

ва туғиш жараёнидан сўнг тикланиши, ўз ҳолига қайтиши, ўзини тўлиқ тиклаб олиши керак. Шу билан бирга яна бир муҳим масала — бола она сутига тўйиши лозим. Юқоридагиларга эътибор берилмаса, кейинги фарзанд кутилгандек саломат бўлмаслиги, аввалги бола эса она сути, унинг меҳри ва парвариши етарли бўлмаганлиги сабабли турли касалликларга учраши мумкин.

7. Аёллар репродуктив (бола кўриш) даврининг сўнгги йилларида ҳомиладор бўлмаслиги ва фарзандли бўлишдан сақланиши керак.

8. Аёлни ҳомиладорлик даврида турли стресс ҳолатлардан, меҳнат фаолиятида ҳомилага салбий таъсир этиши мумкин бўлган алкоголь ичимликлари, никотин, гиёҳвандлик моддаларидан, меҳнатнинг айрим турларидан, турли вирусли, юқумли касалликлардан, сурункали дардларнинг (агар бўлса) хуруж қилишидан, таносил ва аёллар хасталиklarидан, овқатланиш, дам олиш, ухлаш режимининг бузилишидан, нурланиш, кимёвий моддалар шу жумладан, ҳомилага ва ҳомиладорликнинг кечишига салбий таъсир этувчи айрим дори-дармонлардан сақланиши тавсия этилади.

# VIII БОБ

## ОИЛАВИЙ НИЗОЛАР

1

Оилавий низолаarning қандай турлари  
фарқланади?

136

2

Қандай низолада Сирқитирувчи низола  
дейлади?

136

3

Қандай низола ажратувчи низола  
дейлади?

137

4

Ота-оналар ва фарзандлар ўртасида юзага  
келадиган низолага нималар сабаб бўлиши  
мумкин?

138

5

Нима сабабдан қайнона билан келин ўртасида  
низола юзага келади?

139

6

Қайнона-куёв ўртасида ҳам келишмовчилик-  
лар бўладими ва улар қандай рўй беради?

144

---

**7**

**Нима учун оилалар бузилади? Оилаларнинг ажралишига йўл қўйиш керакми?**

**146**

---

**8**

**Ажралиш қандай оқибатларга олиб келиши мумкин?**

**147**

**1****Оилавий низоларнинг қандай турлари фарқланади?**

Оилавий низоларда кимлар иштирок этаётганига кўра уларни қуйидагича асосий турларга ажратиш мумкин:

- \* эр-хотин ўртасидаги низолар;
- \* қайнона-келин ўртасидаги низолар;
- \* қайнона-куёв ўртасидаги низолар;
- \* овсинлар ўртасидаги низолар;
- \* ота-оналар ва фарзандлар ўртасидаги низолар;
- \* фарзандлар орасидаги низолар.

Албатта, бу рўйхатни яна давом эттиравериб мумкин, ҳар қандай оилада эр-хотиннинг ўзаро муносабатларида низоли вазиятларнинг юзага келиши муқаррар. Лекин шу низоларнинг характери, уларнинг оқибатларига кўра турли оилалар ва улардаги оилавий муносабатлар бир-бирларидан фарқланади. Муваффақиятли оилалардаги низолар бириктирувчи ва муваффақиятсиз оилалардаги низолар эса ажратувчи характерга эга. Шунинг учун ҳам психологик адабиётларда низолар шартли равишда «конструктив» («бириктирувчи») ва «деструктив» («ажратувчи») низоларга фарқланади. Улар, ўзларининг юзага келишига асос бўлган муаммолар, бу муаммоларнинг ҳал этилиши, кечиниши, иштирокчилари, оқибатлари ва бошқаларнинг характери-га кўра бир-бирларидан фарқланади.

**2****Қандай низоларга бириктирувчи низолар дейилади?**

Бириктирувчи низоларнинг юзага келишига сабаб бўлган муаммолар ва уларнинг ҳал қилиниши ҳам эрнинг, ҳам хотиннинг, бутун оиланинг манфаатларига қаратил-



---

ган бўлади. Агар улар ҳал этилса; бунинг оқибатида оиланинг умумий манфаатларига оид муаммолар ўз ечимини топади. Бундай низоларга оиладаги тартиб, интизом, озодалик, оила бюджетини юритиш, саранжомлик, тежамкорлик, исрофгарчиликка йўл қўймаслик, бола тарбияси ва бошқа шу каби масалалар тоифасидаги низолар мисол бўла олади. Улар асосан эр-хотин ўртасидагина юзага келади, уларнинг иштирокчилари ҳам фақат эр-хотинларнинг ўзларигина ҳисобланадилар. Бундай низоларнинг муваффақиятли ҳал этилишида эр-хотинларнинг бир-бирларини янада яқинроқ билиб, тушуниб, бир-бирларининг салбий ва ижобий хусусиятларини ўрганиб бориш, бир-бирларига мослашиш, муаммоларни ҳал этиш борасида ҳамкорлик қилиш каби оилавий ҳаёт мустақамлигини таъминлашга хизмат қилувчи жараёнлар амалга ошади. Бошқача қилиб айтганда, бундай низолар «эр-хотиннинг уруши — дока рўмолнинг қуриши» каби низолар тоифасига киради. «Дока рўмолнинг қуриши» эр-хотин ўртасидаги ҳамкорликни ривожлантиради.

---

### 3

### Қандай низолар ажратувчи низолар дейилади?

Ажратувчи низоларда уларнинг юзага келишига сабаб бўлган муаммо ва унинг ечими эр-хотинлардан бирининг манфаатига қаратилган бўлади. Бундай низоларда бир томон манфаатининг ҳал этилиши кўпинча, иккинчи томон манфаатининг бой берилиши ҳисобига амалга ошади. Масалан, эрни ёки хотинни шахсан ўзи учун бирон нима харид қилиши, эрнинг ёки хотиннинг иши туфайли, ўзбек оиласи учун характерли бўлган низолардан бўлмиш эр ёки хотиннинг қариндош уруғлари билан бўладиган муносабатлар туфайли юзага келадиган низолар шулар жумласига киради. Бундай низоларнинг ҳал қилиниши, яъни бир томон манфаатларининг қондирилиши кўпчилик ҳолатларда иккинчи томон манфаатларининг бой берилиши ҳисобига амалга ошади. Бундай вазиятларда манфаати бой берилган томонда норозилик, эътироз сақланиб қолади ва бу кейинча-

---

лик яна кучайиб навбатдаги низони юзага келишига асос бўлиб хизмат қилиши мумкин. Ажратувчи низоларда, низо ҳал этилгани билан, низолни вазият сақланиб қолаверади.

Шунингдек, ажратувчи низолар уларни юзага келтирган сабаблар бевосита эр-хотинларнинг ўзаро муносабатлари доирасидан ташқаридаги омилларга ҳам боғлиқ бўлади. Уларнинг сабабчилари ва иштирокчилари ҳам баъзан эр-хотиндан ташқари учинчи одам бўлиши мумкин, уларнинг ҳал этилиши ҳам эр-хотинларнинг ўзларигагина эмас, балки шу учинчи (бошқа) одамга боғлиқ бўлади. Буларнинг оқибаотида низоларни янада кучайиши, сонининг ортиши кузатилади

Ажратувчи низолар, аксарият ҳолларда «чегараланмаган» низолар бўлиб, ўз характери, иштирокчилари, ҳал этилиши ва оқибаотларига кўра эр-хотин муносабатлари доирасидан четга чиқади. Бундай эр-хотин низоларига онланинг бошқа аъзолари: қайнона, қайнсингил, овсинлар ва бошқалар ҳам аралашади.

Ажратувчи низолар эр-хотин орасидаги меҳрни сусайтиб, йўқолиб боришига олиб келади. Бу эса ота-она ва фарзандлар орасидаги муносабатларга ҳам салбий таъсир қилади.



## **Ота-оналар ва фарзандлар ўртасида юзага келадиган низоларга нималар сабаб бўлиши мумкин?**

Бундай келишмовчиликлар учун замин бўлиб қуйидагилар хизмат қилади.

1. Дунёқарашлар орасидаги мавжуд фарқни ҳисобга олинмаслиги;

2. Ёшларнинг бўш вақтини мустақил ташкил этиши, дўстлар танлашдаги мустақиллиги, ҳиссиёт соҳасидаги мустақиллиги, модага, бугунги кун талабига мос кийиниши, касб танлашдаги мустақиллиги, умр йўлдоши танлашда мустақиллик учун ота-оналари билан баъзан кураш олиб боришнинг хуш келмаслиги;

3. Ота-оналар ичкиликка ружу қўйиши ёки ор-номусни йиғиштириб қўйиб, бузуқчилик қилиши;

4. Баъзи болаларни меҳнат қилишга ўргатилмаганлиги ва бунинг оқибаотида енгил-елпи ҳаёт кечирishiга ўрганиб қолиши;

---

5. Айрим ёшларнинг фарзандлик бурчини унутиб қўйиши ва ҳоказо.

6. Ота-оналарнинг психологик-педагогик билим савиялари етарли даражада эмаслиги натижасида юзага келадиган келишмовчиликлар.

Ота-оналар ва болалар муносабатига оид юқоридаги каби камчиликлар натижасида оиладан ҳаловат йўқолади, ўртага совуқчилик тушади. Фарзандлик бурчини бажармаслик у ёқда турсин, ҳатто ичиб келиб, ота-онасига қўл қўтарадиган фарзандлар, ота-онасини шарманда қилаётган суyoқoёқ фоҳишапарастлар борлигига нима дейсиз?

Баъзи ота-оналар болалардаги 3, 6, 13-14 ёшларда муқаррар равишда бўлиб ўтадиган кризисларни билишмайди. Бу ёш босқичларида бола руҳиятида янги психологик қўшилмалар юзага келади. Бу эса уларнинг катталар, жумладан ота-оналар билан бўлган муносабатларида кўзга ташланади. Буни сезмаган баъзи ота-оналар «болам ниҳоятда қайсар, қулоқсиз бўлиб қолди», деб ўйлайдилар ва шикоят қилишга тушадилар. Бунга қарши ўзларича чоратадбирлар белгилашлари натижасида ота-она ва бола бир-бирларини тушунолмай қоладилар. Боланинг ота-онадан бешиш ҳоллари кузатилади.

---

**5**

### **Нима сабабдан қайнона билан келин ўртасида низолар юзага келади?**

Оилага янги тушган келинларнинг қўпчилиги юзага келадиган баъзи қийинчиликларни осонлик билан енгиб, келинлик вазифаларини кўнгилдагидай эплаб кетадилар, қайноналарини рўзғор ташвишларидан халос қиладилар, тезда уларнинг меҳрига сазовор бўладилар. Қайноналар ҳам бундай келинни «қизим» деб бағриларига оладилар, билмаганини ўргатадилар, қийналганида ёрдам берадилар, ҳаётий йўл-йўриқ кўрсатадилар. Уларга уй-рўзғор ишларида ва болалар тарбиясида яқин кўмакдошга айланадилар. Бироқ ҳаётда қайнона-келин орасида турли тўқнашувлар ҳам содир бўлиб туради. Гап қайнона-келин ўртасида борар экан, шунини айтиб ўтишимиз лозимки, бу масала азал-азалдан одамларнинг, инсониятнинг атоқли намоёндала-

---

рининг диққат эътиборида бўлиб келган муаммолардан биридир. Жумладан, XIX асрнинг иккинчи ярмида яшаб ижод этган шарқ мутафаккирларидан бири Аҳмад Дониш ўзининг «Наводир ул вақое» (Нодир воқеалар) номли китобида қайнона келин-низолари ҳақида ёзар экан шундай дейди: «Қайнона-келин низолари бундан олдинги оилаларда ҳам бўлган, ҳозир ҳам бор ва бундан кейин ҳам бўлади. Улар доимо уришаверадилар. Улар нима учун уришадилар? Чунки улар нима учун уришишаётганликларини ўзлари ҳам билмайдилар. Шунинг учун урушадилар». Демак, бу ўринда қайнона-келин низолари, сабабларини аниқлаш, уларни бартараф этиш алоҳида аҳамиятга молик масала эканлиги кўриниб турибди. Бундай келишмовчиликларни келтириб чиқарувчи сабаблардан айримларини кўриб чиқамиз.

1. Баъзи қизларда никоҳгача оилавий ҳаётга, қайнонага, қайнона-келин муносабатларига нисбатан салбий тасаввур шаклланган бўлади. Айниқса, ёшлар қайнонани олдиндан фақат салбий қиёфа сифатида тасаввур қиладилар. Кейин эса оила қуриб, тасаввурдаги эмас, балки ҳаётдаги қайнона билан яшай бошлайдилар. Оқибатда улар ўз тасаввурдаги қайнонага хос бўлган камчилик ва иллатларни ҳаётдаги қайнонадан ахтара бошлайдилар. Бориники топишлари аниқ, ҳатто йўғини ҳам топишга ҳаракат қиладилар. Чунки тасаввурлари уларни алдаганини тан олишни истамайдилар.

Ҳаётда камчиликсиз одам бўлган эмас, бўлмайди ҳам. Идеал қайнона, идеал келин ҳам бўлиши мумкин эмас.

Келинлар ўзлари тушган янги оила аъзоларига илк таассурот асосида баҳо беришга ошиқмасликлари лозим. Акс ҳолда, пашшадан фил яшаш ҳам ҳеч гап эмас. Келинлар оғир босиқ, сабр-тоқатли бўлишлари иложли борича ўзлари тушган хонадон аъзоларининг яхши томонларини кўришга интилишлари, эри шу хонадон аъзоси эканлигини унутмаслиги лозим. Ана шунда бу оила тинч-тотув бўлади. Зотан, келин бу хонадонга беш кунлик меҳмон эмас, балки бир умрлик аъзо бўлиб келганлигини унутмаслиги керак.

2. Қайнона-келиннинг дунёқарашлари ва уй-рўзгор тутишлари орасида келишмовчилик пайдо бўлади ва кескинлашади.

---

Икки авлоднинг дунёқараши, ҳаётий тамойиллари ўртасида тафовут бўлиш табиий ҳолдир. Аммо аксарият ҳолларда қайнона-келинлар кўп жиҳатдан бир-бирининг акси бўладилар. Айрим ҳолларда эса қайнона-келин андишани йиғиштириб қўйиб, ҳар бирлари ўз гапларини ўтказишга ҳаракат қиладилар. Бундай келишмовчиликларнинг олдини олиш учун катталар ёшларни кийиниши, соч турмаклаши, ёқтирган қуй ва қўшиқларини тинглаши ва шу каби бошқа маласаларда уларни ўз ҳолига қўйишлари лозим. Ёшлар ҳам ўз навбатида иложи борича ота-оналарини тушунишга интилишлари уларни гашига тегадиган ноўрин қилиқ ва одатлардан қайнонага хуш келмайдиган салбий «хойи-ҳаваслардан» ўзларини тийишлари керак.

3. Баъзи келинлар келинлик ва оналик вазифаларини бажаришга тайёр бўлмайдилар. Шундай келинлар бўладики, улар на овқат пиширишни, на кир ювишни, на катталар билан муомала қилишни биладилар.

Келин келинлигининг биринчи куниданоқ ҳамма нарсани кераклигича билиши ва катта тажрибага эга бўлган қайнонаси даражасида туриши жуда қийин. У даражада билмаса ҳам майли-я, лекин билишни истамаса қийин. Шунинг учун никоҳгача оналар қизларига ош-овқат пиширишни, мева сабзавотлардан қишга шарбат, тузлама, мурабболар тайёрлашни, уй-жойни сарамжон - саришта тутишни, дид билан меҳмон қутишни, тежамкорликни, оила бюджетини иқтисод қилишни, уй анжомлари, жиҳозларидан асраб-авайлаб фойдаланишни ва шу каби уй-рўзгор ишларини ўргатишга алоҳида эътибор беришлари зарур. Чунки эл орасида «қиз бировнинг хасми, бошқа оилага тушиши бор», деган ҳикмат бор. Шунини доимо эсда тутиб қизларни рўзгорга тутишга пухта тайёрлаш керак.

Қайноналар ҳам келинлардан ҳадеб камчилик ва қусур ахтармасдан, уни ўз фарзандидай кўриб, билмаганини сабр-тоқат билан ўргатиб бориши лозим. Камчиликларини юзига солавермасдан, яхши томонларини эслаб туришлари керак. Яхши сўз ҳам, ёмон сўз ҳам бир оғиздан чиқади. Қайноналар келинларида ҳосил қилинган кўникма ва малакаларнинг ўғли учун ва келажақда набиралари учун хизмат қилишини эсда тутишлари керак.

4. Айрим ҳолларда қайнона-келин болалар тарбияси масаласида келиша олмай қоладилар. Айрим оилаларда бола-

---

---

лар ё бобо-бувилар ёки ота-оналар томонидан меъёридан ортиқча эркалатиб юборилади. Натижада ота-оналар билан бобо-бувилар ўртасида «болага ким тарбия бериши керак», деган масалада келишмовчилик келиб чиқади. Аслида улар ҳам, булар ҳам болаларни келажакда яхши кишилар бўлиб етишишини истайдилар, танлаган йўллари эса турлича, бироқ улар бир битимга келиб олишмаса, бола тарбиясининг ҳолига вой деяверинг. Бунинг учун улар боладан ҳали жойда бир мурасага; якдил қарорга келиб олишлари лозим. Ана шунда бобо-бувилар ҳам, ота-оналар ҳам аҳиллик билан бола тарбияси борасида ўзаро мос чора-тарбирларни белгилаб олишлари лозим. Бунда бола қандай муҳит ва шарт-шароитда, даврда ўсаётганини, миждози турини ҳисобга олиш зарур.

5. Баъзан катта хонадонда овсинлар, қайнона илтифотини қозониш йўлида бир-бирларидан рашк қилишларини асосида келишмовчиликлар келиб чиқади.

Оилада инки ва ундан ортиқ келин бўлса, қайнона уларнинг ҳаммасига бир хилда қарай олмаслиги табиий ҳолдир. Келинлардан биронтаси қайнонанинг дидига яқинроқ, баъзиси узоқроқ бўлади. Аёллар ўта руҳий сезгирликлари туфайли бунни тезда сезадилар. Натижада «ўғай» келин билан қайнона ўртасида келишмовчилик бошланади. Бундай ҳолнинг олдини олиш ва овсинлар орасига совуқчилик туширмаслик учун қайнона ўз келинларига мумкин қадар бир хилда муносабатда бўлиши (аммо бу ерда ҳар бир келиннинг муомаласи, муносабатини, қайнонага бўлган меҳрини ҳисобга олиш инкор этилмайди) рашк қилишларига имкон яратиб қўйишдан эҳтиёт бўлишлари керак. Бу ўринда шахсан келинлардан ҳам ақл-идрок, мулоҳазалилик ва сабр-тоқат талаб қилинади.

6. Баъзи ҳолларда қайнона келиннинг ёш хусусиятларини, қизиқишини, орзу-ҳавасларини, ишлашни ёки ўқишини ҳисобга олмайди.

Қайноналар орасида умр бўйи уй бекаси бўлганлари ҳам бор. Улар ишлаш билан уй-рўзғор ишларини баравар олиб боришни ўз бошидан ўтказмаган. Ана шундай қайноналар ёшлигида ўзларини рисоладагидай келин бўлганман деб биладилар. Қайнота-қайноналарини қандай иззат қилганликларини «уларнинг сояларига кўрпача солганларини»

---

(ростми-ёлғонми, барибир) тез-тез эслашни яхши кўрадилар ва келинларининг ҳам «ўзларидай» бўлишини истайдилар. Баъзан эса уни ўғли орқали очикдан-очик талаб қиладилар. Бунга келинларининг имкони борми, йўқми, ўйлаб ҳам кўрмайдилар. Бундай қайноналар «эхтиёжини» қондириш имкониятига эга бўлмаган келинлар уларнинг газабига учрайдилар. Келини ҳақида бўлар-бўлмас гапларни ўғилларининг қулоғига қуядилар. «Ўғлимга айтиб сени қўйдириб юбормасам, юрган эканман», дея дўқ-пўписа қиладилар. Баъзи ҳолларда мақсадларига эришадилар ҳам. Бундай қайноналар ўғиллари, набиралари бахтидан кўра ўз ҳузур-ҳаловатларини кўпроқ ўйлайдилар. Бунинг олдини олиш учун ўғилдан гоят зукколик талаб қилинади.

7. Айрим келинларнинг янги оилага мослашиши қийин бўлади, оқибатда қайнона-келин орасида келишмовчиликлар келиб чиқади. Ҳар бир оиланинг ўзига хос муҳити, қонун-қоидалари, анъаналари, атрофда юз бераётган воқеа-ҳодисаларга берадиган баҳо мезонлари, ҳатто фақат шу хонадон аъзолари тушунадиган, шартли равишда қабул қилинган сўз, иборалари бўлади. Янги тушган келин ўзи билан ўз туғилиб ўсган уйининг муҳитини, одат-кўникмаларини ҳам олиб келади. Шунинг учун ҳам айрим ҳолларда келин билан қайнонанинг оилавий муҳитлари мос келмай қолади.

Ота-оналар иқтисодий, моддий, ижтимоий савияси орасидаги тафовут ҳам аксарият келин-куёв орасидаги муносабатларнинг кескинлашувига таъсир қилиши мумкин. Бунда иқтисодий омил шу билан ифодаланадики, келин янги тушган хонадонда қизлик хонадонидаги иқтисодий мўл-кўлчиликни кўрмасдан, ўз турмушидан совиши мумкин.

Шунинг учун ҳам донолар «Қиз берсанг ўзингдан бир поғона баландга бер, сенинг хонадонингда кўрмаганини янги хонадонида кўриб, янги хонадонга кўникиши осон кечади. Қиз олсанг ўзингдан бир поғона пастдан ол. Шунда келин ўз уйида кўрмаган мўл-кўлчиликни сенинг хонадонингда кўриб, бу муҳитга тез кўникади», дейишган.

Маданий ижтимоий омил. Куёв маълумотли, маданиятли оиладан бўлиб, келин аксинча деҳқон, ишчи ёки савдогар оиладан бўлса ёки эр-хотиндан бири шаҳардан, иккинчиси қишлоқдан бўлса бу ижтимоий-маданий тафовут-

---

---

лар ҳам эр-хотин ўртасидаги ихтилофларни келтириб чиқариши мумкин. Келин-куёвлар ижтимоий келиб чиқишида ҳам, иқтисодий таъминланганликда ҳам бир-бирига муштарак бўлишлари мақсадга мувофиқдир.

Борди-ю, келин бошқа миллатга мансуб бўлса, унинг янги оиллага мослашиши жуда қийин бўлади. Масалан, ўзбек халқида кекириш тўйганлик — шукроналик белгиси ҳисобланиб келган. Рус халқида эса бу одат ўта одобсизлик ҳисобланади. Шу сабабли янги оиллага мослашиш ҳам осонликча кечавермайди. Бунинг устига келин учун бу оила янги, аynи пайтда «бегона»дек туюлади. Келиннинг янги оиллага мослашиши унинг миқжози турига ҳам боғлиқ. Масалан, кўпроқ холирик миқжозга мансуб бўлганлар тез мослашадилар. Бирок енгилроқ, тезроқ ва андишасиз келинларни янги оиллага мослашиши қийинроқ кечади. Янги шароитга осон мослашадиган ҳамда уни осонгина ўзлаштиришга тайёр бўлганлар сангиник миқжоздир.

Флегматик миқжоз эса вақтин, оғир қарвон бўлгани учун янги оила шароитига оскинлик билан мослашади. Бир мослашиб олганидан кейин эса уни ўзгартиришни сира-сира истамайди, унча-мунча гап-сўзга парво қилмайди. Меланхолик миқжозлар ҳам шунга яқин. Аммо сал нарсадан уларнинг руҳи тушиб кетади, бўлар-бўлмасга хафа бўлаверади. Руҳий жиҳатдан эса ниҳоятда сезгир бўлишади.

Ҳар бир миқжоз турининг юқорида берилган қисқача шартли характеристикасини, уларнинг ўзига хос хусусиятларини билиб олган қайнона-келинларнинг тил топиб кетишлари осон кўчади. Баъзи қайноналар ўғлини келинидан қизғанади ва оқибатда келини билан келишолмасдан қолади. Бундай низолар, одатда камфарзанд ёки ёлғиз ўғил отасиз оиллада ўсган тақдирда кўпроқ учрайди.



## Қайнона-куёв ўртасида ҳам келишмовчиликлар бўладими ва улар қандай рўй беради?

Келишмовчиликлар қайнона билан куёв орасида ҳам бўлади. Ичкуёв баъзи ҳолларда келин хонадонига моддий жиҳатдан қарам бўлади (ҳеч бўлмаганда уй-жой масаласи-



---

да). Қайнона ҳамиша ҳам зийрак ва андишали бўлавермайди. Куёвнинг психологик хушёрлиги ошади, эрки эса бирмунча қисилади. Буниси етмагандай, баъзан қайноналар куёвга ноўрин гапларни айтиб юборади, кесатади (қизим сенга айтаман, келиним сен эшит, қабилида). Бетайин қайнонанинг ёшларнинг оилавий ҳаётига бундай қўпол равишда аралашishi туфайли турли низоларни юзага келтиради. Бундан келин ҳам оғир аҳволга тушади. Бир ёқда эри, иккинчи томонда тукқан волидаси ўртада қозилик қилишга ҳаракат қилади. Бундай қобилият эса ҳаммада ҳам бўлавермайди. Келин оқибатда ё онаси, ёки эри томонига ўтади. Ҳар иккала ҳолда ҳам оила барбод бўлиши мумкин.

Шундай ҳолларнинг олдини олиш учун қайнона ёшлар ҳаётига камроқ аралашмоғи керак. Баъзи қайноналар қизини (айниқса, рус оилаларида) куёвидан ёки аксинча ўғлини келинидан рашк қилади. Оқибатда эса яна низолар пайдо бўлади. Бунда биринчи ҳолда рашк қиз онанинг ёлғиз фарзанди эканлигидан келиб чиқади. Илгари қизи фақат онаси билангина маслаҳатлашган, дардлашган бўлса, улар орасига куёв киради. Қизнинг бутун диққат эътибори куёвга — эрига қаратилади. Бунда қайнона куёвни рақиб деб билади. Унинг ҳар бир хатти-ҳаракатини кузатади. Қизининг олдида унинг обрўсини туширмоқчи бўлади, камситади. Бундай ҳолларда баъзи қайноналар нима сабабдан куёвининг қасдига тушиб қолганини ўзлари ҳам била олмайдилар, бунга турли баҳоналар топадилар. Аслида эса бунинг битта-ю-битта сабаби бор — рашк, фақат қизини қизганишдир. Бундай ҳолатни келин эрнинг уйида яшаган жуфтларда ҳам кузатиш мумкин. Бунда юқорида баён қилинганидек, қайнона ўғлини келинидан қизғанади.

Бунинг олдини олиш учун қизлар турмушга чиққанларидан сўнг, айнақса, онаси билан бирга турадиган бўлса, ундан ўз диққат-эътиборини, фарзандлик меҳр-муҳаббатини дариг тутмаслиги, ёлғизлатиб қўймаслиги лозим. Қайноналар ҳам аввало, ўз ёшлиklarини эслашлари, қолаверса, қизининг куёвига, ўғлининг хотинига меҳр муҳаббати, эътибори улар оиласи бахт-саодатининг, иқболининг гарови эканлигини унутмасликлари керак. Айрим қайноналар онгсиз равишда куёвини ўз эри билан таққослайдилар. У бадавлатликда, жамиятда эгаллаган мавқеи ва бошқа бир

---

жиҳатлари билан фарқ қилиши мумкин. Натижада қайнона назарида куёвнинг обрўи пасаяди, қараб турибсизки, яна келишмовчиликлар чиқишига сабаб бўлади.

7

## Нима учун оилалар бузилади? Оилаларнинг ажралишига йўл қўйиш керакми?

Ажралиш муаммоси ҳозирги замон инсонийлик жамиятининг энг муҳим ижтимоий муаммоларидан бири ҳисобланади. Шунинг учун чет элларда ҳам, Ўзбекистонда ҳам ажралиш муаммосини ўрганишга кенг илмий жамоатчилик эътибори қаратилиб келинмоқда. Бу муаммони турли соҳа мутахассислари: юристлар, демографлар, иқтисодчилар, социологлар, психологлар ва бошқа фан соҳалари мутахассислари ўрганмоқдалар. Уларнинг эътибори бу ҳолисга сабаблари, омиллари, мотивларини ўрганиш, уларни бартараф этиш, ажралишларнинг салбий асоратларини камайтириш масалаларига қаратилган. Чунки оилаларнинг бузилиши туфайли нафақат шу ажралишган эр-хотин ва уларнинг фарзандлари, балки жамият ҳам кўп зарар кўради. Ажралишлар кўплаб нохуш ҳодисалар: нотўлиқ оилалар сонининг ортиши, болалар ва ўсмирлар ўртасида қонунбузарликнинг кўпайиши, педагогик назоратсиз қолган болалар сонининг ортиши, ёлғизлик, собиқ эр-хотинлар ва қариндошларнинг ўзаро муносабатларининг ёмонлашуви кабиларнинг юзага келишига сабаб бўлиши мумкин.

Бу ўринда ҳақли равишда агар ажралишлар шу қадар салбий оқибатларни юзага келтирадиган бўлса, уни расмий равишда таъқиқлаб қўйса бўлмайдими? деган савол юзага келиши мумкин. Албатта мумкин, масалан, дунёнинг айрим давлатларида, жумладан, Италия, Нидерландияда яқин-яқин замонларгача ажралиш ҳуқуқий жиҳатдан ниҳоятда мураккаб жараён эди. Бироқ, бу усул оила мустаҳкамлигини таъминлашда кутилган натижаларни бермайди. Ажралишни таъқиқлаш, ажралиш эркинлигини бермаслик, ўз навбатида никоҳ ёшининг ўсишини, оила қурмаслик, никоҳгача ва никоҳдан ташқаридаги жинсий алоқа,

---

психологик носоғлом оилалар миқдорининг ортиши никоҳ-оила муносабатлари замирида юзага келадиган жиноятлар, қотиллик, хиёнат кабиларнинг ортишига олиб келади. Албатта, буларнинг ҳам шахе, инсон руҳияти, оилада бола тарбияси, қолаверса жамият учун зарари олдингилардан кам эмас. Шунинг учун ҳам ҳозирги вақтда ажралиш эркинлиги деярли барча давлатлар никоҳ-оила қонунчилигида қайд этилган. Бу ўринда муҳими ажралишни таъқиқлаш ва унга расмий равишда ҳалақит қилиш эмас, балки ажралишларнинг олдини олиш, унга олиб келадиган сабаблар ва омилларни бартараф этишдир. Шундай қилиб ажралиш фожеами ёки фожеадан қутулишими? Айримлар агар оилада фарзандлар бўлмаса бу фожеадан қутулишдир, эр-хотинларнинг ўзаро муносабатлари мақсадга мувофиқ равишда шакланмаётган бўлса, уларда ўзаро тушуниш, ўзаро ҳурмат, бир-бирларига нисбатан эмоционал яқинлик, меҳр-оқибат бўлмаса, оила ўз функцияларини бажармаётган бўлса, бундай жуфтлар ажралиб кетгани маъқул, деб ҳисоблайдилар.

Ажралишларнинг ўзига хос ижтимоий-психологик ва этнопсихологик хусусиятлари мавжуддир. Бу хусусиятлар оилаларнинг бузилишига олиб келадиган сабаблар, уларнинг амалга ошиш жараёни, оқибатлари, ажралишгача ва ундан кейинги даврлардаги эр-хотинларнинг аҳволи кабиларда ифодаланади. Шундай хусусиятлардан бири ажралиш ниятини билдириб расмий ташкилотларга мурожаат қилувчи ажралиш ташаббускори ким эканлигида намоён бўлади. Шарқ оилаларида, айниқса, ўзбек ва қишлоқ оилаларида ажралиш ташаббускори кўпроқ эркаклар бўладилар ва аксинча, Европа халқлари оилаларида, ёш оилаларда ва урбанизациялашув даражаси юқори бўлган шаҳар оилаларида ажралиш ташаббускори кўпроқ аёллар бўлади.

---

**8**

## **Ажралиш қандай оқибатларга олиб келиши мумкин?**

Ажралишларнинг сабаб-оқибатлари ҳақида фикр-мулоҳазаларимизни билдиришдан олдин ўзбек оилаларида ажралишларнинг ўзига хос характери, яъни бошқа (айниқ-

---

са, чет мамалакатларидан) миллатлардан фарқ қилувчи жиҳатларига тўхталиб ўтсак. Бу қуйидаги объектив омилларга боғлиқ бўлиши мумкин: биринчидан, қишлоқ жойларда ажрашган аёл эркакка нисбатан жамоатчилик томонидан кўпроқ танқидий муҳокама қилинади. Иккинчидан, қишлоқ жойларда ажралишгандан сўнг аёлларнинг аҳволи эркакларга нисбатан ёмонлашади, негаки ўзбек миллатидаги ўзига хос урф-одатлар ўзбек аёлининг уй-жойларни эрига қолдириб, ўз ота-онасиникига (унинг ака-укалари ўз оиласи, хотини, болалари билан яшаётган ва ажрашган аёл учун аҳволни янада жиддийлаштирувчи жойга) бориб яшашга мажбур бўладилар. Учинчидан, қишлоқ аёлларида ажралишгандан сўнг қайта оила қуриш имкони ниҳоятда камдир. Мана шу объектив сабабларни ҳисобга олган ҳолда қишлоқ жойлардаги ўзбек аёллари муаммоли (эр-хотин орасидаги муносабатлар ниҳоятда зиддиятли, низоли, улар орасидаги меҳр-оқибат етарли ифодаланмаган оила) никоҳга ҳам кўникиб яшайверадилар.

Баъзи аёллар, аслида эри билан бирга яшамётган бўлсаларда (ҳатто йиллаб), эрларидан «ўч олиш» мақсадида, унинг бошқага уйланишига йўл қўймаслик учун расмий равишда, суд орқали ажралишга кўнмайдилар. Қишлоқ жойлардаги ажралишган эркаклар аёлларга нисбатан бир мунча имтиёзли вазиятда бўладилар: улар ажралишгандан сўнг ўз яқинлари томонидан кўпроқ қўллаб-қувватланади. Боласи йўқ бўлган ҳолатда эса ажралишган эркак учун турмушга чиқмаган аёлга уйланиш унчалик муаммо туғдирмайди. Бундан ташқари у ажралишдан сўнг олдинги шароитда — ўз (ота-онасининг) уйида қолади ва навбатдаги янги оила қуриш имконига эга бўлади. Шунинг учун қишлоқ жойларда ажралишларнинг ташаббускорлари кўпроқ эркаклар бўладилар.

Агар ажралиш «озодлик» деб ҳисобланадиган бўлса, унда ҳозирги замон никоҳ-оила қонунчилигига кўра, бу «озодлик» «кимга қанчага тушади?» Шаҳар жойларда истиқомат қиладиган Европа халқларига мансуб бўлган ёш оилаларда бу қуйидаги формула тарзида бўлиши мумкин.

Аёллар учун:

Ажралиш = озодлик + бола + алимент ± уй + ёлғиз оналарга бериладиган имтиёзлар + янги оила қуриш муаммоси.

---

Эркаклар учун:

Ажралиш = озошлик - бола ± алимент ± уй + янги оила қуриш имконияти.

Агар ажралишларнинг аёл ва эркакка кўрсатадиган асосий таъсирларини санайдиган бўлсак, улар қуйидагича бўлади:

Жамият учун — нотўлиқ оилалар сони кўпаяди, оилалараро ёки қариндошлараро адоват юзага келади, бир жинснинг иккинчи жинсга нисбатан нафрати пайдо бўлади, фоҳишабозлик ортади, тери-таносил касалликларнинг ортиши кузатилади, шахснинг ижтимоий фаоллиги сусаяди.

Эркак учун — ёлғизлик ҳиссининг ортиши, гиёҳвандлик ва ичкиликбозликка берилиш, турли касалликлар.

Аёллар учун — ёлғизликни ҳис қилишнинг ортиши, қайта оила қуриш имкониятининг чекланганлиги, неврозлар, стресслар, турли хасталиклар, ўз жонига қасд қилиш.

Юқоридагилар билан бирга, ўзбек оилалар ажралишганда ўзгача хусусиятлар ҳам кузатилади. Психолог олим Фахриддин Рўзиқулов ажралишнинг асоратлари мавзусида ўтказган махсус тадқиқот натижаларига кўра аксарият ҳолда ажралиш қурбони аёл бўлади. Яъни, ажралиш эркакларга нисбатан аёлларни келгуси оилавий бахтига, болаларнинг тарбиясига, оила бюджетига, аёлнинг саломатлигига, ўз ота-онаси билан бўлган ота-она ва фарзанд муносабатларига, ажралишган аёлнинг руҳиятига кучли салбий таъсир кўрсатади. Шу билан бирга аёл учун катта ҳаётий муаммоларини — қайта оила қуриш ва ёлғизлик муаммосини келтириб чиқаради. Бу қишлоқ ва шаҳар аёлларида деярли бир хил ифодаланади. Аммо шаҳарлик аёллар шаҳар турмуш тарзида жинсий ҳулқ жиҳатдан бир мунча эркин бўлганлари ҳамда ўз касб фаолиятлари билан фаол шуғулланганлари туфайли қишлоқ аёлларига нисбатан ёлғизликдан камроқ жабр кўрадилар.

Нотўлиқ оиладаги болалар тарбияси. Нотўлиқ оила ҳақида гапирилганда шуни алоҳида таъкидлаб ўтиш жоизки, нотўлиқ оилалар ҳам турлича юзага келади. Оилалар эр-хотинлардан бирининг вафот этганлиги туфайли ёки уларнинг ажралиши туфайли нотўлиқ бўлиб қолиши мумкин. Албатта оилада ота ёки онанинг вафот этиши бу улкан фожеа, аввало, бу фожеа ҳеч кимнинг бошига тушмасин,

---

лекин бундай оилаларда марҳумнинг руҳи ҳурмати, унга нисбатан, унинг шаънига ижобий муносабатлар сақланиб қолади. Бироқ эр-хотиннинг ажралиши сабабли юзага келган ногўлиқ оилаларда «тирик етим» болалар қолади. Биринчидан, «тирик етимлик» жамоатчилик ўртасида, айниқса болалар жамоаларида (боғчада, мактабда, тенгдошлар даврасида) нисбатан кучлироқ қораланади. Иккинчидан, бундай оилаларда ота ёки она томонидан, уларнинг яқинлари томонидан собиқ турмуш ўртоғи шаънига, унинг шахсиятига салбий бўёқлар берувчи муносабатлар шаклланади. Собиқ эр-хотинлар томонидан бир-бирларини қораловчи фикр-мулоҳазалар кўпроқ билдирилади. Булар албатта, бу тонфа ногўлиқ оилалардаги ўзаро муносабатларнинг шаклланишида қатор нохушликларни юзага келишига асос бўлади.

Ажралиш фақатгина ажралган эр-хотинлар эмас, балки ажралиш оқибатида отасиз яшаётган фарзандларга ҳам салбий таъсир кўрсатар экан. Айниқса, ажралиш натижасида отасиз ўсаётган қиз боланинг ҳис-туйғуларига, отасига бўлган меҳрига, қиз болада шаклланидиган ота образига ва отасиз ўсаётган қизнинг руҳиятига кучли салбий таъсир қилади. Бу эса нафақат қиз боланинг болалик даврида балки келгусида ўзи мустақил оила қурганда ҳам ўз асоратини ифодалашни мумкин. Кўп тадқиқот натижаларининг кўрсатишича ва ривоятларда ифодаланишича ҳамда Ф.Рўзиқулов тадқиқотларида илмий жиҳатдан ўз тасдиғини топганлиги асосида ўз отасига меҳр ва ҳурмати етарли равишда шаклланмаган қиз келажакда оила қурганда турмуш ўртоғига ҳам ҳурматини етарли равишда ифодалай олмайди.

Шу билан бирга ажралиш келин-куёвларнинг ота-оналарини руҳиятига, саломатлигига, қудалар орасидаги муносабатига, қариндошлар ва жамоа орасидаги обрўси ва оила бюджетига салбий таъсир қилади. Ўзига хос хусусиятларидан бири куёв томонга нисбатан кўпгина мезонлар бўйича келин томон, яъни келиннинг ота-оналари руҳан кўпроқ жабрланар экан.

Маълумки, ўзбек оилаларида ажралишлар миқдори бошқа миллатлар, масалан рус оилалариникига қараганда икки марта кам. Лекин ҳар бир ажралишган оилага тўғри келадиган «тирик етим» болалар сони ўзбек оилаларида 2-

---

---

2,5 мартага кўп. Шу билан бирга, «ажралиш маданияти»ни қуйи савияда эканлиги ва ўзига хос миллий хусусиятлари билан ифодаланиши ўзбек оилаларида кўпроқ салбий оқибатларга олиб келади. Шунга кўра, ажралишларнинг салбий асоратлари ўзбек оилаларида бошқа миллатларга нисбатан кучлироқ ифодаланади.

Шунинг учун ҳам ҳозирги вақтда ажралиш муаммосини илмий асосда ўрганиш масалаларига алоҳида эътибор берилмоқда. Бу ўринда ажралиш омиллари ва сабабларини аниқлаш муҳим аҳамиятга эга. Чунки аксарият ҳолларда маҳаллаларда никоҳни бекор қилиш борасида ўтказиладиган суд ишларида ажралмоқчи бўлган оилани бузилишининг асл сабабини аниқлаб, никоҳни бекор қилиш ишларида оддий хатоларга йўл қўйилмоқда.

С

# IX БОБ

## ЭР-ХОТИН МУНОСАБАТЛАРИ

1

Эр-хотин муносабатларига таъсир этиш мақсадида кўпчилик қўлайдиган «иссиқ-совуқ» қилишлар ёрдам берадими? 153

2

Эр-хотин муносабатларида муомала маданияти ва унинг психологик имкониятлари ҳақида нималарни билиш лозим? 154

3

Юқоридагилардан келиб чиққан ҳолда эр-хотинларга ва айниқса, аёлларга нималар тавсия этилиши мумкин? 155



## Эр-хотин муносабатларига таъсир этиш мақсадида кўпчилик қўлайдиган «иссиқ-совуқ» қилишлар ёрдам берадими?

«Иссиқ-совуқ қилиш», «ўқиб қўйиш» кабилар айрим-ларга самарали ёрдам беради. Бундай гуруҳдаги одамлар ўзгалар таъсирига осон тушадиган, ҳар хил нарсаларга ниҳоятда кучли ишонадиган шахслардир.

Яна бир гуруҳ одамларга бундай удумлар кам таъсир қилади ва ниҳоят маълум гуруҳ одамларга бу мутлақ самарасиз ҳисобланади, яъни улар бундай нарсаларга ишонмайдиган, ўзгалар таъсирига деярлик тушмайдиган одамлардир. Психология фанида бу хусусиятни, яъни шахсни ўзгалар таъсирига тушиш хусусиятини суггестивлик дейилади. Сўнги гуруҳ одамлар ассуггестив шахслардан иборат бўлса, биринчи гуруҳни ташкил этувчилар гиперсуггестивдир.

«Иссиқ-совуқ»лар таъсир қилаётган шахснинг индивидуал-психологик хусусиятларидан кўра, уни олдига ёрдам сўраб борган шахснинг хусусиятларига кўпроқ боғлиқдир. Яъни, у қанча ишонувчан бўлса, шунчалик «ўқиб қўйиш»лар, «иситма-совутма»лар шунча самарали бўлаверади. Аксарият ҳолда бизни, бизнинг дардимизни даволашмайди, аксинча, биз ўзимизнинг ишончимиз билан ўзимизни даволаймиз, ўзимизни муаммоимизни ҳал қиламиз. «Иссиқ-совуқлар» эса буни психологик жиҳатдан ишга солувчи механизмдир, холос. Бу механизмни ишлаши ҳам юқорида айтганимиздек ҳар бир шахснинг индивидуал-психологик хусусиятларига боғлиқ.

Организм биз тасаввур қилмаган катта потенциал имкониятларга эга. Ундан оз бўлсада фойдаланишда ишонувчан одамларга «иссиқ-совуқ»лар ёрдам беради.

Юқоридаги фикрдан саломатлик, тинчлик, оилавий оройишталик, оилавий бахт манфаатида «иссиқ-совуқ»ларга

---

ишонмайдиган одам ҳам ишонниши мақсадга мувофиқ эканда, деган хулоса келиб чиқмайди. Аммо шу билан бирга ишончи, эътиқоди мустақкам бўлган одам ҳаётда учраб турадиган инқирозли вазиятлардан оқилона чиқиш имкониятига эга бўлади. Ишонч объекти ҳаммада ҳар хил бўлиши мумкин. Кимдир худога ишонади, кимдир фаннинг қудратига ишонади, кимдир турли урф-одатларга ишонади, шу жумладан «иссиқ-совуқ»га ҳам, кимдир ўзини букилмас иродаси, пок иймони ва мустақкам организмга ишонади, кимдир юқоридагилардан бир нечтасига, кимдир ҳаммасига ишонади.

Умуман ишонч қўлгина муаммоларни тез, осон ва йўқотишларсиз ҳал этиш имконини берадиган психофизиологик механизмни ишга солувчи ҳамда уни самарали ишлашини таъминловчи психологик калитдир. Бу калит ҳар бир шахсда бўлмоғи, ундан шахс ўзи, оиласи, Ватани, юрти, халқи манфаатида фойдаланимоғи лозим.

Ҳар биримиз фаннинг қудратига, яратганининг маладига, мутахассис билими ва малакасига, халқ таъботига ва энг муҳими шахс ўзига яъни ўз организмга ҳар нарсага бардош бера олишига, ўз иродасининг букилмаслигига, тақдирнинг ҳар қандай синовлари шахсни издан, танлаган йўлидан чиқара олмаслигига ишонниши керак.

Қагъий ишонч билан яшаётган инсонни фикран адаштириш, йўлдан чиқариш, иймонини бузиш ниҳоятда мушкул ишдир.

---

**2**

## **Эр-хотин муносабатларида муомала маданияти ва унинг психологик имкониятларни ҳақида нималарни билиш лозим?**


Эр-хотин орасидаги низоларнинг мутлақо катта фоизи ва қўйди-чиқдилар асосида, авваламбор, муомала маданиятини куйи савияда эканлиги, мулоқот психологияси ҳақидаги саводсизлигимиз ётади.

Психолог кўзи билан қараганда аксарият эр-хотинлар бир-бирлари билан саводли мулоқот қилишни, бир-бирларига зарур маълумот етказиш, бир-бирларини тинг-

---

лашни, бир-бирларига далда бўлишни, зарур бўлганда бир-бирларини асрашни, бир-бирларини қадрлашни, қалбидаги салбий кечинмалар ва губорни олишни билмайдилар. Кўпчилигимиз шундай сифатларга эга эмаслигимизни билмаймиз ва энг ачинарлиси бу сифатларни ўзимизда шакллантиришга уринмаймиз, ҳаракат қилмаймиз.

---



## Юқоридагилардан келиб чиққан ҳолда эр-хотинларга ва айниқса, аёлларга нималар тавсия этилиши мумкин?

1. Ҳар бир оила маълум ёшларда инқирозлардан ўтиши муқаррар эканлигини билиб олишингиз, унга тайёр бўлишингиз, шу жумладан мулоҳаза юритилган ёшда ҳам эҳтиёт бўлишингиз керак. Бунда муомала маданиятига катта эътибор бериш ширин сўзлар, мақтовларга хасис бўлмаслик керак. Буни билмаслик, билса ҳам фойдаланмаслик эрхотин муносабатларидаги энг заиф жойлардан бири эканлигини унутманг. Сўз қудратидан меҳр-оқибат, оила бахти ва шахс маънавияти манфаатида фойдаланмаслик шахсининг маданиятсизлиги ҳисобланади. Ўзингизни маданиятли ҳисобласангиз, авваламбор тилингизга, гапиришдаги овоз майинлигига, қўллаётган сўзларингизни ўринли ва мақсадлилигига, кимларни олдида нималарни гапираётганлигингизга, юз мимикангизга ва қўлларингизни хатти-ҳаракатларига эътибор беринг.

2. Эрингиз ҳаётида мазкур ёшда ўзга аёл пайдо бўлса, бонг уриб ҳаммага жар солманг. Бундай қилсангиз ўзингизга қарши ишлаган бўласиз ва эрингизни Сизга бўлган муносабатини кескин ёмонлашувига, мавжуд бўлган меҳри, муҳаббатини ва хурматини йўқолишига замин яратган бўласиз.

Бундай хабарни эшитиш қанчалик оғир бўлмасин, унга фалсафий қаранг, уни оилавий фожиага айланторманг. Эрингиз учун бу шунчаки вақтини хуш ўтказиш, оила доирасида қондирилмаган психофизиологик эҳтиёжларини оиладан ташқари қондиришнинг бир кўриниши бўлиши ёки ўз ёшлиги ва имкониятларини яна бир маротаба синая кўриш ҳам бўлиши мумкин. Қандай бўлишидан қатъи

---

назар турмуш ўртоғингизни оиладан ташқари муносабатлари Сиз ўйлагандек Сизга нисбатан қалб хиёнатини эмас, балки тан шўхлигидир. Бундай вазиятда Сиз эрингиз билан илгариги муносабатларингизни фақатгина сабр-чидам, донолигингиз билан сақлаб қолишингиз ва эрингизни тез вақтда бу «хасталик»дан тузалишига ёрдам беришингиз мумкин.

Акс ҳолда оилада уриш-жанжаллар, қариндош ва иш жойларига бориб шиқоят қилишлар эрингизни, ўз қўлингиз билан ўзга аёл қўлига абадий топширишингиз билан тугайди.

3. Эрингиз кўзини ўзгалардан қайиргандан кўра кўпроқ ўзингизга қарашни одат қилинг. Ўзингизни ташқи қиёфанингиз, тоза-покизалигингиз, дид билан кийинишингиз, қадди-қоматингизни кўриниши, ортиқча вазнлардан халос бўлиш, энг муҳими хулқ гўзаллигини янада такомиллаштиришга, эрингизни турли масалаларда ифодаланадиган психофизиологик эҳтиёжларини тўлиқ қондиришга алоҳида эътибор берини.

4. Эркакларни уйга маҳкам боғлашга интиланг. Улар уйда ўтириш учун яратилмаганлигини унутманг (саломатлик ёки касби юзасидан уйда ишлайдиганлардан ташқари). Маълум сабабларга кўра, бир неча кун уйда олиб ўтиргангиздан кейин бу гапларни мағзини чақиб, хурсандчилик билан ишга кузатиб кўясиз.

5. Ҳаётда ҳеч бир чорасиз вазиятни ўзи бўлмайди. Фақат аёллигингизга бориб, кўпда ақлингиз жуганини ҳиссиёт қўлига берманг. Қандай ғазаб ёки тушқунлик ҳолатида бўлманг, ҳар доим ҳиссиётингиздан ақлингиз устунлик қилсин.

6. Аёл меҳр манбаи бўлиши зарурлигини унутманг. Меҳрингизни фақат қалбингизда эмас, балки оила аъзоларингиз, жумладан эр-хотин, она-бола муносабатларида етарли ифодалашга эътибор беринг ва уни ифодалаш малакаларини болаларингизда ҳам шакллантиринг.

7. Ҳаётнинг энг оғир дамларида, Сизнинг тасаввурингизда энг чорасиз ва қайғули кунларида Сизни тўлақонли шаҳе сифатида борлигингиз, ҳаёт эканлигингизни ўзи юксак бахтлигини унутманг.

8. Ҳаётнинг энг оғир дамларида қалбингиздаги дарднинг энг яқин кишингизга айтиб дардингизни енгиллашти-

---

ринг, агар шундай Сизни тушунадиган одам бўлмаса, психологларга мурожаат қилинг. У, мутахассис сифатида доимо Сизнинг хизматингизда бўлишга тайёр.

9. Эр-хотин орасида кузатиладиган низоларни таҳлил қилишда, улардан хулоса чиқаришда, йлгариги севги-муҳаббат, меҳр-оқибат ва ўзаро ҳурмат ҳисларини янада тиклашда ҳатто адолат қоидалари ожизлик қилишини ва қалбларда юзага келган «муз»ни фақат меҳр-муҳаббат ўти билан эритиш мумкинлигини унутманг. Оилавий ҳаётда қонун ва инсон ҳуқуқларидан кўра, баъзан қалб қонунлари ва меҳр-муҳаббат мезонларига таяниш кўпроқ самара бериши мумкинлигини унутманг.

# Х БОБ

## ЖИНСИЙ ҲАЁТ ПСИХОЛОГИЯСИ

<b>1</b>	Либидо, эрекция ва фрикция нима? 159
<b>2</b>	Оргазм нима? 162
<b>3</b>	Аёлнинг оргазм босқичлари қандай ифодаланади? 163
<b>4</b>	Эркак оргазми босқичларининг аёлларникидан фарқи борми? 166
<b>5</b>	Никоҳдап ташқари муносабатларнинг келиб чиқиш сабаблари нимада? 167

Жинсий ҳаётда муҳим аҳамиятга эга бўлган босқичлар қуйидагилардан иборат: либи́до — хоҳиш-истак, ҳирсининг юзага келиши; эре́кция — қўзғалишнинг юзага келиши; фри́кция — жинсий алоқа пайтидаги ҳаракатлар, оргазм; рефра́ктер босқич. Бу босқичлар жинсий алоқанинг муҳим таркибий қисмлари бўлганлиги учун уларнинг аёл ва эркекларда ўзига хос ифодаланиши, хусусиятлари устида тўхталиб ўтамиз.

Либи́до қарама-қарши жинсга бўлган интилиш, маълум шахе билан жинсий яқинлик қилиш истаги эркекларда аёлларга нисбатан осонроқ, тезроқ юзага келади.

Либи́донинг аёлларда бирмунча кеч пайдо бўлиши ҳис-ҳаяжоннинг суғ юзага чиқиши эркекларга нисбатан бирмунча кучсиз ва давомлироқ бўлади, бунга уларнинг ҳиссиётига психологик компонентнинг физиологик компонентга нисбатан устунлиги сабаб бўлади.

Эре́кция босқичи — қўзғалишнинг юзага келишидан бошланиб, жинсий алоқага тайёрлангунга қадар бўлган вақтни ўз ичига олади. Бу босқичда аёл жинсий органларида бир қатор ўзгаришлар юзага келади; қин намланади, клитор (жинсий органларнинг қон билан таъминланишининг кучайиши ҳисобига), катта ва кичик уятли лаблар катталашади, секреция безлари айниқса, жинсий аъзо безларининг иши зўраяди, тана қизийди, баъзан тери шиллиқ қавати қизаради ва бошқа шунга ўхшаш ҳолатлар пайдо бўлади.

Эркекларда эре́кция пайтида жинсий аъзога қон келиши кўпаяди, учта фо́ваксимон таначанинг қон билан таъминланиши ҳисобига олат 3-4 баробар катталашади ва ниҳоятда таранглашади. Олатнинг бундай катталашиси,

---

унинг қон билан таъминланишига, аниқроғи қон томирларининг қаерда жойлашишига боғлиқ бўлади. Барча органларда артерия чуқурроқ, вена юзароқ жойлашган бўлса, олатда бунинг акси бўлади. Артерия юзароқ жойлашган бўлиб, венанинг чуқурроқ жойлашиши натижасида говаксимон таначалар қонга тўлиб, венани қисиб қўяди ва шунинг ҳисобига қоннинг венадан юриши қийинлашади, бу эса жинсий аъзони яна шиширада ҳамда унинг бир неча бор катталашиб, инҳоятда таранглашишига олиб келади. Эрекция босқичида либидо жуда ҳам кучаяди.

Эрекция босқичи эркакларда аёлларга нисбатан қисқа вақтни ташкил этади, чунки улар бирмунча тез ва осон қўзғалади. Ҳатто баъзан олатни шунчаки ишқаланишининг ўзидаёқ бенихтиёр эрекция ҳолати юзага келади. Баъзан бирор бир аёлни кўргандаёқ, жинсий алоқа истагини ўйлаш ёки бирор таниш, ёқимли ҳидни сезилиши ҳам эрекция пайдо қилиши мумкин.

Аёлларнинг аксариятида эрекция кўп вақт талаб қилади, эркакларга ўхшаб, бенихтиёр эркак кишини кўргандаёқ юзага келавермайди, чунки уларда психологик компонентнинг устунлиги эрекцияга ҳам ўз таъсирини кўрсатади.

Аёлларда эрекция пайдо бўлиши эркакнинг ширин гапиришига, силаб-сийпашига, жойнинг бежавотир бўлишига, эркакнинг бўсалар олиб, эроген зоналарни силашига, баданнинг ва ўриннинг тозаллиги ва хушбўйлиги каби бошқа кўпгина сабабларга боғлиқ бўлади. Бу албатта, эркак кишига ҳам тааллуқлидир, аммо аёл учун бу ҳолат ҳал қилувчи аҳамиятга эга.

Эрекция босқичида ҳирс қўзғалиши билан эркаклар аёллардан фарқ қиладилар, яъни эркак киши иложи бори-ча ҳирсини тезроқ қондиришга ҳаракат қилади, аёл киши эса бу вақтни мумкин қадар чўзади, жинсий алоқани бошлашга шошилмайди, чунки аёллар бу вақт қанчалик чўзилса, шунча кўп лаззатланадилар.

Бунинг илтифатлари яхши билишлари ва жинсий алоқада ҳисобга олишлари керак. Аёлда эрекция босқичи тўлиқ ўтмагунча, қўзғалиш интиҳосига етмагунча эркак киши жинсий алоқани бошламаслиги керак. Аёлда эрекция тўла бўлмаса, қин ҳали намланмаган бўлса, бу ҳар хил оғриқларга сабаб бўлиши мумкин. Аёлда эрекция тўлиқлигини ва жин-



---

сий алоқага жуда мойиллигини аёл кишининг хатти-ҳаракатидан билиб олса бўлади.

Фрикция — копуляция (фрикцион ҳаракатлар) босқичи олатнинг қинга кириши ва фрикцион ҳаракатларнинг бошланишидан то оргазм — ниҳоятда лаззатланиш юзага келгунгача бўлган вақтни ўз ичига олади. Фрикцион ҳаракатлар одатда 1,5-2 минутдан 6 минутгача давом этади ва асосан оргазм билан тугайди. Агар эркак меъёрида мунтазам жинсий ҳаёт кечириб юрса, оргазмни 1,5-2 минутдан олдин сезса, бу жинсий заифлик белгиси ҳисобланади. Агар аёлда қўзғалиш ва эрекция тўлиқ ўтишига ҳамда фрикцион ҳаракатлар 6-10 минут давом этишига қарамай, оргазм юзага келмаса, буни жинсий совуқлик, фригидлик деб ҳисоблаш керак. Бунда аёлнинг бўйида бўлиб қолишдан қўрқаётганлигини, қаерда ва қай шароитда жинсий алоқа қилинаётганлигини ва бошқа сабабларни, албатта, ҳисобга олиш зарур. Шунингдек, жинсий ҳаётни энди бошлаган ва ҳали оргазм туйғуларини умуман ҳис этмаган аёллар бундан мустасно. Шунинг учун ҳам юқорида айтиб ўтилганлар барча аёлларга тааллуқли эмас.

Фрикцион ҳаракатларни кўпчилик фақат эркаклар вазифаси сифатида тасаввур этадилар, ваҳоланки, бундай ҳаракатлар аёллар томонидан ҳам бўлса, оргазмга етишиш осонлашади, таъсири ортади. Жинсий алоқани эмоционал идрок қилиш эркакда ҳам, аёлда ҳам ниҳоятда кучайишига олиб келади. Фрикцион ҳаракатлар тўғри, спиралсимон ва айланасимон бўлиши мумкин.

Умуман, қиннинг торлиги, фрикцион ҳаракатларнинг ҳар хил бўлиши, тезлиги ва эроген зоналарни силаб-сийпаш оргазмни тезлаштиради. Бу даврда эркак киши аёл кишининг майл-истагига қараши керак. Шундагина аёл киши жуфти билан бир вақтда лаззат олади ва бугун вужуди эриб, борлиғи билан ўзини бахш этади. Ҳатто жинсий алоқа тугагандан кейин ҳар икки қониқиш ҳосил қилиб, энгил тортади.

Илмий далилларга кўра, оилавий ҳаётнинг дастлабки уч ойида аёлларнинг 22, биринчи йилнинг охирига келиб 42,5 йил давомида —72, 10 йил яшаганда 89 фоизи оргазмни ҳис этади. Баъзи аёллар туғма фригид яъни туғма жинсий совуқ бўладилар. Бундай аёллар оргазмни ҳис эта олмайдилар. Фригидлик кўп ҳолларда жинсий алоқага ва оилавий ҳаётга, бола кўришга муглақо таъсир қилмайди. Бироқ эр-хотин ўртасидаги жанжалларга сабаб бўлиши мумкин, чунки эркак тез-тез жинсий алоқа қилиб туришни истаса, оргазм нималигини тушунмайдиган аёл жинсий алоқага бирмунча бефарқ қарайди ва кўпинча кўнмайди. Бу ўз навбатида эр-хотин ўртасига совуқлик солиши мумкин. Баъзи аёллар ўзларининг фригидликларини тан олмасдан, эрларини қондирилмасликда айблашади. Бундай нотўғри фикр баъзи (махсус адабиётлардан кўп ўқиб, оргазм ҳис этишни ниҳоятда истоган) аёлларнинг ўзга эркак билан жинсий алоқа қилиб кўришга, эрига хиёнат қилишига сабаб бўлиши, оиланинг бузилиб кетишига олиб келиши мумкин.

Лекин кўпинча узоқ йиллар системали жинсий ҳаёт кечириб юришига қарамай, бир неча йилдан сўнг ҳам аёл оргазмни ҳис этмайдиган бўлса, энди бу эркакнинг ўта саводсизлиги бўлади. Эркаклар иложи борича тезроқ ҳирсларини қондиришга кўп ҳаракат қиладилар, аёлни жинсий алоқага етарлича тайёрламасдан туриб ҳаракатга киришадилар. Бундай эркаклар фақат ўзларини ўйлашади холос. Бу албатта яхши эмас. Аёл эса эндигина кўзгалгача қолиб кетаверади. Бундай аҳвол доимий равишда давом этаверадиган бўлса, аёлда неврозлар келиб чиқиши ёки юқорида айтганимиздек, эрига хиёнат қилиши мумкин. Шу сабабли, кўпгина сексопатологлар ибораси билан айтганда, фригид аёллар сонини сунъий равишда оширадиганлар жинсий саводсиз ўта худбин эркаклардир.

Баъзи эркаклар аёл рози бўлгандан кейин, у ҳам роҳат қилади-да, деб ўйлашади. Аёл организмнинг ўзига

---

хослиги уларни мутлақо қизиқтирмайди, бу ҳақда ўйлаб ҳам кўришмайди. Шу боис аёл эрининг оғушида бўлганида энг лаззатли ҳис-туйғулардан маҳрум бўлади.

Эркакларнинг деярли ҳаммасида оргазм бўлади, улар учун аёллар каби маълум вақт муддат ва махсус тайёргарлик шарт бўлмайди. Оргазм жинсига (аёллар ва эркаклар организми), жойига кўра (клитор, қин), турига кўра (бир марта, кўп марта, қисқа муддатли, узоқ муддатли, тўлқин-симон), жадаллигига кўра (кучли, ўртача, кучсиз); босқичларига кўра (I босқич, II босқич, III босқич), экспресивлигига кўра (кучсиз, ўртача, кучли) бўлиши мумкин.

### 3

## Аёлнинг оргазм босқичлари қандай ифодаланади?

Жинсига кўра, аёллар оргазми ва эркаклар оргазми мавжуд. Бундай бўлиниш ва уларнинг алоҳида кўриб чиқиши бежиз эмас, чунки эркак ва аёлларда оргазм бир-мунча фарқ қилиб, ўзига хос хусусиятлар билан кечади. Аёллар оргазми уч босқичдан иборатдир:

1-босқичда аёл қорнининг қуйи қисмида «вазнсизлик» туйғулари пайдо бўлиб, бу туйғулар клиторга ва жинсий органнинг бошқа қисмларига тарқалади.

2-босқичда аёл жинсий органларида ёқимли ва ҳаётбахш иссиқлик ҳис этади ва бу иссиқлик бутун баданга тарқалади. Бу босқичнинг охирида ўзига хос туртки ҳис этилади ва бу турткидан сўнг жинсий органлар ҳамда атрофдаги органларда ихтиёрсиз равишда мускулларнинг қисқариши бошланади. Бу ҳисларни тугруқни бошидан кечирган аёллар туғруқдан олдинги тўлгоққа ўхшатадилар.

3-босқичда юзага келган иссиқлик қин, бачадон, думба мускулларининг кучли ва ритмик қисқариши билан алмашинади. Бундай ритмик қисқариш тиббиёт тили билан айтганда, тоз пульсацияси дейилади. Бу босқичда аёл ҳаётида бирор ҳис-туйғу билан солиштириш қийин бўлган энг кучли ва лаззатли органик ҳисларни сезади. Оргазм ўз кульминацион нуқтасига етади.

---

Тоз пульсациясининг сонига (битта оргазмдаги) қараб аёллар оргазмининг интенсивлик даражасини кучини аниқлаш мумкин.

Тоз пульсацияси 3-5 гача этса, интенсив бўлмаган, кучсиз оргазм ҳисобланади. 5-8 гача этса, ўртача интенсивликка эга бўлган нормал оргазмга киради, агар тоз пульсациясининг сони 8-12 гача этса, интенсив оргазм ҳисобланади, агар ундан ортиқ бўлса, ниҳоятда интенсив оргазм ҳисобланади.

Юқоридаги рақамларга асосан (агар хулоса эпизодлик алоқалардан олинган бўлса), конкрет аёлнинг бир ёки икки маротаба жинсий алоқада бўлиши ва шундаги кўрсаткичларига асосан унинг жинсий имкониятларини ёки бу аёлга хос оргазмни аниқлаш кўпгина нотўғри хулосаларга олиб келиши мумкин. Чунки битта аёлнинг ўзи маълум киши билан маълум шароитда интенсив оргазмни ҳис этса, ўзга киши билан оргазмни кучсиз бўлиши мумкин ёки оининг турли вақтларида, куннинг турли соатларида организм чарчаган ёки тетиклигига қараб, асаб системасининг ҳолатига ва алоқада бўлаётган муҳитнинг хусусиятларига биноан бир киши бир вақтда интенсив оргазмни ҳис этса, ўзга вақтда ўртача ёки кучсиз ҳам бўлиши мумкин. Аёл кишининг оргазмни ҳис этишида «тоз пульслари» орасидаги интерваллар ҳам турлича бўлади.

Биринчидан учинчигача бўлган қисқаришлар орасида интервал 0,8 секундни ташкил этса, 5 дан 15 гача бўладиган қисқаришлар орасидаги интервал (ҳар бир қисқариш орасида) 8 секундга чўзилади.

Юқоридаги интерваллар, оргазмнинг 1 ва 2 босқичларини ҳисобга олмаганда ҳам эркакларнинг оргазмига нисбатан аёлларнинг оргазми бир неча баробар узоқ чўзилиши, нисбатан ниҳоятда давомли бўлишини кўрсатади. Буни эса кўпчилик эркаклар билишмайди.

Юқоридаги босқичлар турли объектив ва субъектив сабабларга кўра, турли аёлларда турлича бўлиши ва бир аёлнинг ўзида ҳам бирмунча фарқ қилиши мумкин. Масалан, маълум вақт айрилиқ натижасида жинсий алоқада бўлмаган аёл учун юқоридаги босқичлар яққол ифодаланган шаклда ўтса, аксинча, ҳар кун жинсий алоқада бўлган хотин учун эрининг хоҳиши билан бўлаётган навбатдаги

---

жинсий алоқада бу босқичлар ниҳоятда тез ўтиши ва чуқур ҳис этилмаслиги, ташқаридан сезилмаслиги мумкин. Ёки ниҳоятда темпераментли, жинсий экспрессив аёл ўз ҳиссиётини намоён қилишини «одобдан эмас» деб ўзини тормозлаб туриши, ўзини эркин ҳис этмаслиги ва натижада оргазм ҳисларини етарлича ҳис этмаслиги мумкин. Ва аксинча, ўрта темпераментли аёл оргазм ҳислари билан бирга кечадиган табиий ҳисларнинг эрига кучли таъсир этишини ва ниҳоятда эмоционал идрок кучини оширишини билган ҳолда ўзини ниҳоятда эркин тутиши натижасида эри ва ўзига ёқимли ҳисларни тақдим этиши мумкин. Шунинг учун жинсий ҳаётда аёл кишининг эридан уялмаслиги, ўзини ниҳоятда эркин тутиши, туйғуларини бемалол ифодалаши ўзи учун ҳам, турмуш ўртоғи учун ҳам фақат фойдалидир. Айниқса, ўзига бирмунча ишонмайдиган, ўзининг жинсий имкониятларини ўзгалардан кам, деб ҳисоблайдиган баъзи эркакларга аёлнинг жинсий алоқа чоғидаги туйғуларини очиқ ва етарли равишда сездириши ижобий таъсир қилиб, уларнинг ўзини тўлақонли эркак киши сифатида идрок қилишига, ўз шахсини тасдиқлашига, ўзини бирмунча мустақил ва эркин ҳис этишига ёрдам беради, яъни эркакнинг чинакам эркак сифатида шаклланишига ижобий таъсир қилади. Буни аёллар яхши билишлари керак ва оилавий ҳаётда, албатта, ҳисобга олишлари лозим. Аёлни аёл сифатида шакллантирувчи эркак киши бўлса, ўз навбатида баъзи эркакларни ҳақиқий эркак қиладиган ёки ҳақиқий эркакни ўзига ишонмайдиган, ўзидан гумонсирайдиган, ҳар бир нарсадан иккиланидиган бўшанг эркакка айлантириш ҳам аёллар қўлидадир.

Оргазм тутагандан сўнг ҳам аёл организми маълум вақтгача ниҳоятда қўзғалган ҳолатда бўлади. Шунинг учун оргазмни ҳис этиб бўлган аёлни эркалаш, уни гўзал ва латофатли эканини айтиб кўнглини кўтариш керак. Бу аёлда табиий эйфория ҳолатини янада чўзилишига (баъзан эса ҳеч қандай такрорий фрикциион ҳаракатларсиз оргазм ҳисларни такрорланишига) сабаб бўлади. Буни эркак киши яхши билиши ва онгли равишда жинсий ҳаётда қўллаши лозим.

## Эркак оргази босқичларининг аёлларникидан фарқи борми?

Эркак кишининг оргази нисбатан содда бўлиб, икки босқичдан: оргазм олди ва оргазм босқичидан иборат.

Оргазм олди босқичида жинсий аъзо олат ниҳоятда таранглашиб, кўзғалиш ўз кульминациясига етиб, олатнинг бош қисмида қитиқлашдан пайдо бўладигандек ўзига хос жинсий қитиқ ҳислари юзага келади. Шунда фрикция ҳаракатлар дарҳол тўхтатилса, биринчи босқич тормозланиши ва оргазм тўхтаб қолиши мумкин. Буни кўпчилик эркаклар актни чўзишда, аёлни жинсий эҳтиёжларини бутунлай қондириш ёки аёл оргазминини кўтиш, аёлни кўзғалишинини кучайтириш ва бошқа мақсадларда кенг қўллайдилар.

Биринчи босқичнинг кечинини руҳий томондан назорат қилиб бориш, давомийлигини бошқариб бориш эътиборли эркак киши учун қийин эмас. Иккинчи босқичга ўтгандан сўнг оргазм ҳислари назорат доирасидан чиқиб, «шахсни кўлга олади». Оргазм ҳислари тугагунга қадар шахснинг хатти-ҳаракатлари ҳис этилаётган оргазм билан белгиланади.

Олат бошида пайдо бўлган жинсий қитиқ олатнинг мукамал даражада таранглашишига, катталашишига, мускулларнинг қисқариб, уруғ каналларидан маълум тезликда бўлиниб-бўлиниб, мапийнинг отилиб чиқишига олиб келади. Буни тиббиётда эякуляция дейилади. Аёл кишидаги тоз пульсацияси эркак киши томонидан ниҳоятда ижобий ҳис этилиши каби, эркакнинг эякуляцияси вақтида олатнинг вертикал ритмик равишдаги ҳаракатлари ва мапийнинг қинга тушиши аёл кишининг ширин ҳисларини яна кучайтиради, аёл ниҳоятда ёқимли ҳароратни ҳис этади.

Агар эр-хотин бир вақтда оргази ҳис этса, ҳар иккаласининг локал органик ҳислари ва умумий эмоционал ҳолатининг сифат жиҳатдан кескин яхшиланишига олиб келади. Эякуляция вақтида уруғ каналлари қанчалик сиқилган, таранглашган бўлса ҳислар ҳам шунчалик кучли бўлади. Шунинг учун ҳам оргазм вақтида эркаклар оргазмолди ва оргазм босқичидаги ҳолатни ўзгартириб, онгли

---

равишда манийнинг чиқишига тўхталиб, ҳиссиётни ўткирлаштирадilar.

Қайлиқларнинг бир вақтда оргазмни ҳис этишларининг устунлик томонларидан бири шуки, тоз пулсацияси, ўз диаметрида вақти-вақти билан тораяётган қин ниҳоятда таранглашган олатни сиқади, одатда пайдо бўлган ўткир сезувчанлик манийни бирмунча сиқилиб чиқиши локал органик ҳисларни ниҳоятда кучайтиради.

**5**

## **Никоҳдан ташқари муносабатларнинг келиб чиқиш сабаблари нимада?**

Кейинги йилларда никоҳдан ташқари жинсий муносабатларнинг бирмунча кўпайганлиги кузатилмоқда. Шунинг учун уни келтириб чиқарадиган асосий сабаб ва омиллар устида қисқача тўхталиб ўтишга ҳаракат қиламиз. Чунки ҳар бир кўнгилсиз оқибатни бартараф этиш, унинг олдини олиш, аввало, уни келтириб чиқарадиган сабабни билишга боғлиқдир. Сабаблар эса қуйидагилардан иборат:

1. Турмуш ўртоғи билан жинсий ҳаётда қоникмаслик;  
\* эҳтиёжларни мос келмаслиги;  
\* билим, кўникма ва малакалар орасида катта тафовут мавжудлиги;

\* турмуш ўртоғининг касаллиги, эркакдаги жинсий ожизлик, аёлларда учрайдиган фригидлик — жинсий совуқлик ва ҳоказолар;

2. Турмуш ўртоғига нисбатан муҳаббат ҳислари (симпатия ёки умуман қарама-қарши жинс вакилларига нисбатан бўладиган ижобий ҳислар) нинг йўқлиги;

\* мажбуран турмуш қуриш (турмушга чиқиш ёки уйланиш);

\* моддий қизиқиш бойликка учиб оила қуриш;

\* совчилар орқали шошилинич оила қуриш.

3. Турмуш ўртоғидан тўйиниш. Бу ҳол турмуш қургандан сўнг 2-3 йил ўтгач ортади. Кўпинча бу турмуш ўртоғининг жинсий ҳаётга ижодий ёндошмаслиги асосида янада кучайиши мумкин.

---

4. Ўзга аёл ёки ўзга эркекни севиб қолиш натижасида.  
5. Моддий тобеллик асосида содир бўладиган хиёнат.  
6. Илгариги дўстлари билан бўладиган хиёнат.  
7. Спиртли ичимликлар таъсирида рўй берадиган хиёнат.

8. Бегона билан алоқа қандай бўлишига қизиқиш натижасида рўй берадиган хиёнат.

9. Бир-бирига ачиниб натижасида рўй берадиган хиёнат. Бундай ҳолларда эркек киши ҳаётидан, оиласидан, хотинидан нолиб ўзини бевафо хотиннинг ва бахтсиз тақдирнинг қурбони қилиб кўрсатади ва ўзга аёлда ўзига нисбатан ачиниб ҳисларни пайдо қилади. Шунда аёл эркекка ачинса, раҳм қилса, эркек илтимос қилса хиёнатга осонгина қўл уради.

10. Ўзини кимлигини ўзгаларга кўз-кўз қилиш, кўрсатиб қўйиб туфайли рўй берадиган хиёнат. Бунда шахс дўстлари орасида обрў орттиришни мақсад қилиб кўяди ва кўзлаган кишининг ўзига жазман қилиб олади. Бундай киши учун жазманинг эстетик томонлари эмас, балки уларнинг сони муҳим ҳисобланади. Баъзи шахслар ҳатто махсус блокнот тутиб, қанча жазман билан бирга бўлганини ҳам ҳисобга олиб боришади.

11. Оиладаги психологик келишмовчилик оқибатида эр ёки хотин бир-биридан совий бошлайди. Шунда улардан бири ёки иккаласи ҳам хиёнат йўлига киради.

12. Эрнинг хотинига ёки аёлнинг эрига жаҳл қилиши, аламини олиш мақсадида ўзга одам билан бирга бўлиши. Бу мазмунан психологик келишмовчиликларни бир кўриниши бўлса-да, келтириб чиқарган сабаблари бўйича тубдан фарқ қилади.

13. Ўзига хос ахлоқий қарашлар асосида юзага келадиган хиёнат. Оилада ўзини ниҳоятда эркин тутиш ва хоҳлаган вақтда хоҳлаган одами билан жинсий алоқада бўлиш ва бу ишга табиий ҳол сифатида қараш. Бу қарашлар кўпинча ёшлиқдан, яқин кишилари таъсирида шаклланади ва оила қургандан кейин ҳам унинг ҳулқ-атворида ўзининг таъсирини кўрсатаверади. Бу кўпроқ эркекларда учрайди. Шаҳар шароитида эса аёллар ўртасида ҳам етарлича кузатилади. Бунинг икки хил: яширин ва ошкор кўринишлари мавжуд.



---

14. Эр ёки хотиндан бирининг узоқ муддат оиладан четда яшаши, уларнинг бирга бўлмасликлари, ҳарбий хизматда, узоқ жойларда хизмат сафариди бўлиши, қамоқда бўлиши ва бошқалар.

15. Ёшликдаги муҳаббат ҳислари асосида.

16. Фарзанд кўриш мақсадида (агар эр ёки хотиндан бири шундай хусусиятдан маҳрум бўлса).

17. Бўш вақтини «яқши кайфият» билан ўтказиш истаги асосида.

18. Маълум сирни очилишдан қўрқиб, сирни очиши мумкин бўлган шахс билан мажбуран бирга бўлиш ва бошқалар.

Хиёнатни юзага келтирувчи омилларга қуйидагилар киради:

а) демографик омил. Маълум жойларда жинслар орасидаги мувозанатнинг кескин фарқ қилиши, яъни «куёвлар шахри» ёки «келинлар шахри»нинг мавжудлиги;

б) катта шаҳарлардаги аноним ҳаёт кечириш (айниқса, бошқа шаҳар ва қишлоқлардан келганлар учун);

в) алкоголь ва наркотик моддалар истеъмол қилиш.

г) жинсий ҳаёт масалалари ва жинс психофизиологияси бўйича саводсизлик ёки билимларнинг қуйи савияда эканлиги;

д) кескин ифодаланган жинсий дисгармония;

е) узоқ вақт айрилиқда яшаш.

Умуман олганда хиёнат, вафосизлик қилиш шахснинг маънавий пастлиги, тарбиясизлиги, ахлоқий бузуқлиги натижасидир.

# XI БОБ

## ТУШ ВА УНИНГ БАШОРАТ (ТАЪБИР) ИМКОНИЯТЛАРИ

1

Туш кўриш нима асосида юзага келади? 171

2

Нима учун айрим тушларни биз яхши сезиб қоламиз, айрим тушларни эса уйғонишимиз билан унутамиз? 171

3

Тушнинг башорати ҳақида кўпгина адабиётлар мавжуд. Башорат имкониятлари ва унга қай даража ишонишимиз мумкин? 172

4

Тушда кашфиёт қилиш мумкинми? 173

5

Туш кўриш ва унинг мазмуни инчаларга боғлиқ? 173

---

**1**

## **Туш кўриш нима асосида юзага келади?**

Шаҳар ширин уйқуга кетганда, айрим хонадонларнинг чироғи ёниб туради. Кўпқаватли биноларда тунда аксарият ҳолда битта ёки бир нечта хонадон чироқлари ўчирилмаган бўлади. Инсон уйқуга кетганда ҳам бош миёдаги айрим марказлар қўзғалиш ҳолатида бўлгани туфайли ишлаб туради. Ҳар биримизни ҳаётда кўрган, бошдан кечирган тасаввурларимиз, ҳис-туйғуларимиз миёмизда ўз изини қолдиради.

Одамни уйқу ҳолатида қайси марказлар қўзғалиш натижасида ишлаб турадиган бўлса, ўша марказ билан боғлиқ излардаги тасаввурлар ухлаётган киши кўзи олдида гавдаланади ва тушимизнинг мазмунини белгилайди.

Таниқли физиолог И.П.Павлов таърифи билан айтганда, «ҳаётимизда учраган тасаввурларни учрамаган тарздаги комбинацияси («сновидение — это небывалая комбинация бывалых впечатлений»). Қайси бир тушимизни олиб кўрмайлик, унинг айрим қисmlари ҳаётимизда, ўқиган адабиётларимизда, кўрган фильмларимизда, албатта, ўз ифодасини топган. Аммо унинг айнан тушда кўрган тарздаги ҳолати ҳаётимизда мутлақо учрамаган бўлиши мумкин.

---

**2**

## **Нима учун айрим тушларни биз яхши эслаб қоламиз, айрим тушларни эса уйғонишимиз билан унутамиз?**

Туш кўраётганимизда эсда олиб қолиш, эсга тушириш марказлари ҳам қўзғалиш ҳолатида бўлса, кўрган тушларимизни батафсил гапира бера оламиз ва аксинча, хотира марказлари тормозланиш ҳолатида, яъни уйқу ҳолатида

---

бўлса, туш кўрганимизни биламизу, аммо ҳеч нарсани эс-  
лай олмаймиз.

**3**

### **Тушнинг башорати ҳақида кўпгина адабиётлар мавжуд. Башорат имкониятлари ва унга қай даража ишончимиз мумкин?**

1980 йилда ленинградлик (ҳозирги кунда Санкт-Петербурглик) психиатр олим Иванов 10 мингдан ортиқ тушларни йиғиб, илмий таҳлил қилган. Унинг ўша даврда тушган маълумотларига кўра, тиш оғриғини 2-3 кун, томоқ касаллигини бир ҳафта олдин, ошқозон ярасини 1 ой аввал, бош миядаги ўсма хасталигини 3 ой олдин билиш мумкин. Бундай башоратлар кўплаб далилларнинг илмий тадқиқига асосланганлиги учун ҳам илмий, ишончли башоратлар ҳисобланади.

Олимнинг келтирган мисолларига кўра, бир киши тушида мунтазам равишда айниган тухум ва сасиб қолган балиқни истеъмол қилишга мажбур бўлар экан. Ивановни тавсияси билан унинг ошқозони текширилганда ошқозон яраси аниқланган.

Одам тундаги ухлаганда ички органларидан келади-ган импульслар мияга кундузга нисбатан кучлироқ таъсир қилади. Шунинг учун ҳам беморлар ўзларини кундузи яхши ҳис этиб, тунги соатларда ёмонроқ ҳис этадилар. Кўпгина юрак ва ўзга хуружлар ҳам тунги соатларга тўғри келади. Ички органлардан мияга келаётган ва шахсни тушига маълум мазмун киритаётган импульслар баъзан соғ одамда бошланаётган касаллик ҳақидаги хабар вазифасини ҳам ўташи мумкин.

Шу билан бирга халқда ва турли адабиётларда ҳар бир тушнинг мазмунига кўра, ўз талқини берилган. Уларнинг аксарият қисми ҳеч бир илмий асосга эга эмас. Шу билан ҳам уларга ишонининг ҳожати ҳам йўқ. Аммо баъзи тоифа одамлар борки, қанчалик масалани туб моҳиятини очиб берманг, улар ўз тасаввурларини ўзгартиришни истамайдилар. Бир томондан, бундай одамлар учун баъзан бузилган, илмий асосланмаган тасаввурларини сақлашлари фойдалироқ ҳам бўлиши мумкин.

---

Тушга ишонишнинг яна бир сабаби — ҳаётда ўз тасдиғини топмаган тушлар жуда кўп, шу боис уларни унутиб юборилади, аммо ўнтадан бири тасодифан тасдиқланган тақдирда у хотирада мустаҳкам сақланади ва кишида тушнинг башорат имкониятларига ишонч ҳосил қилишга хизмат қилади. Айниқса, тушига ишонадиганлар туши билан реал ҳаётидаги воқеаларни мазмунан боғлашга интилади. Туши кундалик ҳаётидаги воқеа-ҳодисаларга тўлиқ тўғри келмаса-да, айрим деталлари, элементлари тўғри келиб қолиши мумкин. Бу эса уни ўз туши башорат вазифасини ўташига бўлган ишончини янада мустаҳкамлайди. ↓

---

**4**

### Тушда кашфиёт қилиш мумкинми?

Фандаги кашфиётларнинг айримлари олимларнинг уйқу ҳолатида кашф қилинган. Бунинг механизми шундаки, олим бир муаммо устида кунлаб, ойлаб бош қотиради, катта зўриқишда муаммо ечимини қидиради. Шундай вақтда миянинг барча қисмлари, жумладан, шу муаммога тегишли илмий назариялар, билимлар сафарбар қилинади, аммо бахтга қарши ечими топилавермайди.

Олим муаммо устида ўйлаб уйқуга кетганда, ўзга марказлар тормозланиб, фақат муаммо устида ишлаётган доминанга марказ ёнидаги марказларнинг кучи ҳисобига кучланиб, қўшимча қувват олган ҳолда сергак вақтда топа олмаган ечимни кутилмаганда топади ва янгилик кашф этади.

**5**

### Туш кўриш ва унинг мазмуни нималарга боғлиқ?

Туш мазмуни, сифати, сурункалилиги, ранг-баранглиги ва бошқа хусусиятлари туш кўраётган шахснинг ёши, жинси, эҳтиёжи, организмни физиологик, психологик, психосоматик ҳолати, ҳаёт тарзи, маълумот савияси, касби, қизиқиш-ҳаваслари, одамлар билан мулоқоти ва ўзаро

---

муносабатлари ҳамда шахснинг ўзига хос индивидуал-психологик хусусиятларига боғлиқ.

Хотин уйқуда эрига: «Туринг, тезда кийининг, хўжайин сафар хизматидан эрта қайтдилар шекилли», дейди.

Эр (уйқу аралаш) хотинига: «Севгилим, шошилма, мен хотиним учун хизмат сафарига бир ҳафтага кетганман», дейди.

Сухбатимиз сўнггидаги кулгули мулоқот туш кўриш хусусидаги илмий таърифни эслаб қолишингизга хизмат қилади, деган умиддамиз.

# XII БОБ

## РУҲИЯТ ВА МУСИҚА

**1**

Асабни дам олдирувчи мусиқа қандай бўлиши керак? **176**

**2**

Кўпчилик ёшлар рок мусиқасини ёқтиришади. Бунинг боиси нимада? **177**

**3**

Аёлларнинг эшитаётган мусиқасига кўра кайфиятини билиш мумкинми? **178**

Асабни дам олдирувчи мусиқа кўпроқ классик (мумтоз) мусиқа бўлади. Миллий мусиқа асбобларидан ғижжак, най, дутор, рубоб, чанг, европа мусиқа асбобларидан — скрипка, саксафон, пианино, орган, гитара кабиларда ижро этилган лирик куйлар асабларнинг дам олишига, тинч-соқин ҳолатга келишга нисбатан кучлироқ таъсир қилади.

Мусиқа асбобларининг мазкур турларини мисол қилиб келтиришимиз шартли бўлиб, бир асбобни ўзида ижро этилаётган куй турига қараб асабни дам олдирувчисини ҳам ёки аксинчасини ҳам эшитишимиз мумкин. Юқорида санаб ўтилган мусиқа асбобларида ўзбекларнинг чилдирма (доира)си, русларнинг барабанларидан фарқли равишда мускулларни ҳаракатга келтируви эмас, балки қалбни силовчи майин куй турлари ижро этилиши кишини асаб системасига, ҳиссий эмоционал ҳолатининг тинчланишига самаралироқ таъсир қилади.

Бундан хулоса қилиб яна айтишимиз мумкинки, асабни дам олдириш ва тинчлантириш кўпроқ мусиқа асбобига эмас, балки ижро этилаётган мусиқа турига, чолғучининг ижро маҳоратига, куй оҳанги ва мазмунига, уни қай даражада шахсни ҳиссий эмоционал ҳолатига мос тушишига боғлиқ.

Асабни тинчлантирувчи мусиқа лирик куй бўлиб, баланд бўлмаган овозда бир маромда ижро этилиши керак. Асабни тинчлантирувчи, кишини стресс ҳолатидан чиқарувчи, руҳий ҳолатига дам берувчи махсус мусиқа куйлари психологлар томонидан кенг қўлланилади.



## Кўпчилик ёшлар рок музиқасини ёқтиришади. Бунинг боиси нимада?

Авваламбор, музиқа турлари ичида агар ижро маҳорат билан бажарилса яхшиси ва ёмони бўлмаслигини ҳар биримиз уқиб олишимиз керак. Музиқа турини қайси бири маъқул бўлиши шахснинг ёши, миллати, музиқавий маданият савияси, музиқанинг тузилиши, маълумоти, уни шахс сифатида шаклланган ижтимоий муҳити, ақлий ривожланиш савияси, эстетик дидининг ўзига хос хусусиятлари, шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари каби бир қатор омилларга боғлиқ.

Шу билан бирга ёшлар катта ёшдагиларга нисбатан рок музиқасини маъқул кўришлари юқоридагилар билан бирга яна энг муҳим икки омил билан белгиланади. Биринчиси, уларнинг ёш психологик хусусиятлари. Ёшлик (ҳар биримиз ҳам бу даврни бошдан кечирганмиз) серфаолиятлилик, серғайратлилик, ҳаракатчанлик, тиниб тинчимаслилик, ўз олдига катта мақсад қўйиб унга интилиш ва йўлидаги барча тўсиқларни мардонавор енгиш, ҳар бир нарсага янги кўз билан қараш, уни ислоҳ қилиб такомиллаштириш каби қатор сифатлар кескин ифодаланган бўлади. Ёшлик бу сифатларига рок музиқаси бирмунча мос келади, яъни музиқани бу тури ёш йигит ва қизни ички психологик кечинмалари, руҳий ҳолатига катта ёшдагиларга нисбатан кўпроқ мос келади.

Иккинчидан, ёшлар ўз тенгдошларидан кўп нарса оладилар, бир хил қизиқиш ҳаваслар билан яшайдилар, тенгқурлари мезонларини ўзлаштирадилар, баъзан мазмун моҳиятига етарли тушуниб етмасдан тақлид ҳам қиладилар. Бунинг кенг тарқалган, ҳаммага маълум бўлган кўринишларидан бири модадир.

Ҳар бир шахс мода талабларига кўра кийинишни истайди ва чиройли кўринишга ҳаракат қилади. Аммо ўрта ва кекса ёшдагиларга нисбатан йигит-қизларнинг замонавий кийинишни ўзлари учун амал қилиш зарур бўлган ҳолида сифатида кўрадилар. Бу табиий ҳол. Ёшларимизни мода асосида кийинишга мажбур қилувчи яна бир қатор ўзга омиллар ҳам бор. Бу эса алоҳида мавзу.

Аёлларнинг эшитаётган мусиқа тури ва куйига кўра ҳиссий-эмоционал ҳолатини айтиб бериш осон.

Кўтаринки кайфиятда шўх эстрада мусиқа турларини баланд овозда эшитиш истаги пайдо бўлса, тушқунликка тушганда, кайфияти ёмон бўлганда аёл лирик куйларни, ҳаёт ҳақидаги фалсафий фикрларни юзага келтирувчи, инсонни ҳиссий юпатувчи, қалбни силовчи, кишига ҳамдардлик қилишга, хизмат қилувчи лирик куйлар паст ёки ўрта меъёрдаги овозда эшитилади.

Умуман аёлларимизнинг (бу биз эркакларнинг бахти) эркаклардан фарқли равишда аксарият ҳолда ўз ҳиссий ҳолатларини яшира олмайдилар. Бу уларнинг саломатлиги учун ҳам фойдалидир.

Юқоридakilардан эркаклар тегишли худоса чиқармоғи лозим, деб ҳисоблаймиз. Аёл қалбининг торлари, қалбдаги мусиқа тури бизларга, уларга қай даражада диққат-эътиборлигимизга, оғирини енгил қилишимизга, уларни нақадар гўзал, нафис, ақлли, ғамхўр, пазанда, меҳрли эканлигини ўзларига эслатиб туришимизга боғлиқлигини билган ҳолда уларнинг ҳаётида фақат кўнглига мос мусиқа янграшини таъминлашимиз керак.

# ХІІІ БОБ

## СИЗНИ КИЗИҚТИРГАН БОШҚА САВОЛЛАР

1

Эскилик ва янгиллик, ёшлик ва қариллик, ўхшашлик ва оригиналлик орасида умумийлик нимада? 181

2

Нима учун инсон ёши ўтиб қолганда ҳар нарсага кўз ёши қиладиган бўлиб қолади? 181

3

Мен бахтли бўламанми? 182

4

Келажақдаги орзуларим амалга ошадими? 184

5

Жаҳлни тез-тез намоеён этиш кучлиликим ёки заифликим? 184

---

**6**

Эгонзм тугма ҳислатми ёки у ҳаёт давомида шаклланадими? **185**

**7**

Қирқ ёш — хатарлими, бу ёшда хоҳ эркак, хоҳ аёл киши ўзини баъзи бир кечинмалардан эҳтиёт қилиши зарурми? **187**

---

**1****Эскилик ва янгилик, ёшлик ва қариллик, ўхшашлик ва оригиналлик орасида умумийлик нимада?**

Янгилик эскиликни инкор этса, эскилик янгиликни тан олмайди ва унинг истиқболига ишонмайди ҳамда янгиликнинг ўсиб равнақ топишига қаршилик кўрсатади. Демак, эскилик ва янгилик орасидаги умумийлик уларнинг бир-бирига қарама-қарши эканлигидадир. Болалик ва кексалик ўртасидаги умумийлик нимада? Болалик, ёшликда ҳайратомуз кайфиятлар кўп бўлса, тажриба кам, кексаликда эса тажриба катта, ғайрат йўқ. Умумийлиги бирида йўқ, иккинчисида борлиги, биргаликда эса катта куч эканлигидадир. Иккинчи умумийлик томони ҳиссиётнинг устунлиги, ниҳоятда сезгирлиги, кўп нарсаларни юракка яқин олиши, ўзгалар диққат-эътибори ва меҳрига ниҳоятда муҳтожлигидир.

Ҳар бир ўхшашликда оригиналлик элементлари мавжуд. Ва аксинча, ҳар бир оригиналликда ўхшашлик бор. Демак, бирининг элементлари иккинчисида ҳам мавжуд бўлиши уларнинг умумийлигини кўрсатади.

Юқорида баён қилинганларнинг барчасида битта умумийлик бор, яъни янгилик эскилик замирида, қариллик ёшлик замирида, оригиналлик ўхшашлик асосида юзага келади. Бу уларнинг барчаси учун умумий сифатлардир.

---

**2****Нима учун инсон ёши ўтиб қолганда ҳар нарсага кўз ёши қиладиган бўлиб қолади?**

Ёш ўтиши билан бош миёдаги ўзгаришлар инсон руҳиятига ва атроф-муҳитни идрок этишига таъсир қила бош-

---

---

лайди. Боғча ёшидаги болалар ўз дунёси билан яшаб, ўз тасаввур, ҳаёлларига чўмиб, эртақлар оламида сайр қилгани каби киши маълум ёшга етганда ҳаётга қарашлари, ҳаётний қийматликлари ўзгариб боради. Бир томондан мулоқотга, меҳрга бўлган эҳтиёж ўсса, иккинчи томондан ундан тез тўйиниш сифатлари намоён бўлади. Баъзи бир қарияларда бу яққол ифодаланади. М. набирасини кўргиси келади, уни кўриб мулоқотда бўлганидан сўнг эса мулоқотдан чарчайди ва ўзини тинч, ҳоли қолишини истайди. Худди овқатланишни тез-тез, аммо кам-кам бўлишни тавсия этилганидек, меҳрга бўлган эҳтиёж ҳам худди шу тарзда кузатилади. Ҳаётний қийматлилики қайта кўриб чиқилиши, ёшга хос бўлган ўзгаришлар кўп нарсаларга ҳиссий ёндошнилар, яъни қарилик болаликни эслатгани каби маълум бир нарсалардан кўп таъсирланиш, кўз ёши қилиш ҳам айнан шу билан ифодаланади.

Демак, қариликда айрим нарсаларга бўлганидек эмоционал реакциялар қилиниш, кўз ёши қилиш бу уларнинг ёш хусусиятларининг ўзига хос белгиларидан бири ҳисобланади.

Нима учун ўрта ёшларда булар ифодаланмайди? Чунки бу ёшда киши муайян фаолият билан машғул бўлади, фаолияти кўп тармоқли бўлади, ҳаётга қарашлари, ҳаётний қийматликлари ўзгача бўлади. Ёши ўтган сайин эса баъзан далилларни ўзгача баҳолагандан кейин ўша руҳий ҳолати эмоционал реакциялари ўзга марказларга нисбатан тез кўзгалини натижасида, яъни бош миядаги ёш билан боғлиқ бўлган ўзгаришлар уни шу ҳолатга олиб келади ва у ниҳоятда тез таъсирланадиган, ўзининг ҳиссиётини яшира олмасдан ташқи ифодалайдиган ва шу жумладан тез-тез кўз ёш қиладиган бўлиб қолади. Бу қариликнинг хусусиятларидан ҳисобланади.

---

### 3

## Мен бахтли бўламанми?

Ҳар бир одамнинг бахти ўз қўлида. Авваламбор, қайси оилада таваллуд топгани, унинг ота-оналари, авлод-

---

аждодлари ким эканлиги, нима билан шуғулланганлиги, бир сўз билан айтганда наслий омилидир.

Иккинчидан, ҳар биримизни индивидуал психологик хусусиятларимиз — муҳнатсеварлигимиз, иродамиз, тиршқоқлигимиз, аниқ ҳаётий мақсадлармизнинг мавжудлиги ва уларга етишиш йўлида фаолиятимизни ташкил этишимиз, ҳаётда муқаррар равишда учраб турадиган қийинчилик, тўсиқ ва муаммолардан букилмаслигимиз, вақтинча букилган тақдирда ҳам синмаслигимиз, ўзимизни билишимиз ўзимизни идора қила олишимиз, руҳан тушмаслигимиз, баъзан бошимизга тасодифан тушиб қоладиган оғир ҳолатдан оқилона чиқиб кета олишимиз мазкур ҳолатдан ҳаётда ўзимиз ва атрофдагиларимиз учун қимматли хулосалар чиқаришимизга боғлиқ.

Баъзан ҳаётда кўриш қобилиятидан маҳрум бўлса ҳам, ўз устида ишлаб ҳаёт ҳақида ижодий фикрлаб шеърлар ёзиш, унга мусиқа басталаш ва ўзи ижро этаётганларни биламиз. Ёки эрта ёшлигидан кўриш, эшитиш қобилиятидан маҳрум бўлишига қарамасдан илм олиб, ўқиб, меҳнат, ирода асосида диссертациялар ёқлаб 3 та китоб ёзган О. Скорасодовани илм аҳли яхши билади. Бир оёғидан маҳрум бўлган ногиронларни Ўзбекистон футбол терма командаси бир қатор нуфузли халқаро мусобақаларда голиб бўлган. Ҳаёт давомида фақат горизонтал ҳолатда бўлган, ётган ҳолда махсус мосламалар ёрдамида ҳайкаллар яратаётган иродаси мустаҳкам ижодкор инсонлар мавжуд.

Одамлар борки ялқовлиги, иродасини суслиги туфайли катта қобилияти билан ҳаётда ҳеч нарсага эриша олмайди.

Одамлар борки, табиат берган озгинагина туғма лаёқатини юксак даражада такомиллашган қобилиятга айлантиради ва ёқут каби ноёб фаолиятга айлантиради.

Юқорида ўқиганларингиздан ўзингиз учун тегишли хулосалар чиқаришингиз, бахтли бўлишингиз учун барча замин борлигини кўрсатади.

Азиз дўстим, бахтли бўлишингиз ўзингизга боғлиқ.

---

**4****Келажакдаги орзуларим амалга ошадими?**

Орзуларнингизни амалга ошиши уларни реаллик даражасига, Сизнинг имкониятларингиз қай даражада орзуларингизга мос келишига, шарт-шароитларга, орзуларингизни қай даражада мустақамлиги, эзгулиги, Сиз учун қийматлик даражасига, шунчаки ўткинчи ҳавас эмаслигига ва ниҳоят Сизнинг шахсингиздаги индивидуал психологик хусусиятларга, шу жумладан иродангизга боғлиқ.

Кимдир ширин орзулар билан яшайди ва орзуларининг кўп қисми йиллар ўтиши билан ўша орзулар қанотидан қолаверади. Кимдир орзу ҳавасларга етишда ғайриқонуний, ғайриинсоний хатти-ҳаракатлар билан ўзига, халққа, яқинларига жабр қилади.

Кимдир ҳаётида ўз меҳнати ва иродаси туфайли ўз орзуларига тўла эришадан ва бу унга, халқига, яқинларига обрў-ҳурмат олиб келади.

Ўзининг болалигидаги эзгу орзу-ниятларини ҳаётида тўлиқ намоён қилиб, Ўзбекистонни дунёга танитаётган кўплаб спортчи, санъаткор, ҳунарманд усталар ва бошқа ватандошларимизни нафақат Ўзбекистон, Туркистон, Балхи бутун дунёга машҳур бўлган мутафаккир олимларимизнинг ҳаёт йўли уларнинг заҳматли меҳнати биз учун сабоқ бўлиши керак.

---

**5****Жаҳлни тез-тез намоён этиш кучлиликимни ёки занфликми?**

Жаҳлни тез-тез ифодаланиши шахснинг эмоционал ҳолати бўлиб, унинг асосини қуйидагилар ташкил этиши мумкин:

- \* нерв-психик касаллик;
- \* одамни асаб системасини ниҳоятда чарчаганлиги;
- \* онлада яхши тарбия кўрмаганлиги;
- \* шахснинг характер хислати;



---

\* темперамент жиҳатидан холериклиги;

\* ва бошқалар.

Ўз ҳиссиётини салбий ҳисларини, жаҳлини идора эта олмаслик ва уни ташқи ифодалаш оқибатида атрофдагиларни кайфиятини асабий бузиш инсоннинг заифлигини кўрсатади. Шахснинг кучи салбий ҳиссиётини ташқи ифодалашда эмас, балки қўлда ушлай билиш, ўзини идора эта олишидадир.

Бу масалада японлар кўпчиликка ўрнак бўлишлари мумкин. Улар ўз оила аъзосини вафот этганлиги ҳақидаги маълумотни ўзидан катта ёшдагилар ёки мавқеи жиҳатдан нисбатан юқори босқичда бўлган кишиларга енгил табасум билан етказадилар. Яъни, «мен учун қайғули воқеа сизни кайфиятингизга зинҳор салбий таъсир кўрсатмаслиги керак», мазмунида. Бу фикрни шахсий таассурот билан ҳам тасдиқламоқчимиз. 1996 йили Японияда (Токио, Хиросима, Киото шаҳарларида) икки ҳафта давомида ҳеч бир кўча, жамоат транспорти, метро, магазин, корхоналарда биронта кишини дағал овоз билан гапиргани, ёмон кайфиятда юрганини кўрмадик. Лавозими каттами, кичикми юзида табасум. Шу билан бирга бу халқни тараққий этган давлатлар ва халқлар орасидаги қудрати ҳаммага маълум. Демак, шахснинг кучи салбий ҳисларига эрк беришида эмас, балки уларни жиловлай олиш, ақл жиловида сақлашдадир.

---

**6**

## Эгоизм туғма ҳислатми ёки у ҳаёт давомида шаклланадими?

«Эгоизм» атамаси «эго» сўзидан олинган бўлиб, «ўзим» деган маънони англатади. Ўз манфаатини ўзгалар манфаатидан юқори деб билганларни одатда биз эгоист, унинг бу ҳислатини эса эгоизм деб атаймиз. Масалага назарий ёндашадиган бўлсак, ҳар биримиз озгина бўлсада эгоистмиз, чунки ҳар бир шахс учун ўз эҳтиёж ва манфаатларини қондириш ниҳоятда муҳим аҳамият касб этади, акс ҳолда биологик унсур сифатида мавжуд бўлишимиз ҳам қийин бўлар эди.

Шу билан бирга ўзимизни соф эгоистлардан фарқлай билайлик. Биринчидан, эгоизм ҳислари биологик асос-

---

га эга. Яъни, ҳаётда эгоист ёки унинг тескараси альтруист бўлишимиз кўп жиҳатдан туғулишимиздан белгиланади. Фикримизнинг реаллигини оилангизда ака-ука, опа-сингилларингиз, фарзандларингиз характерида синаб кўришингиз мумкин. Ота-оналар уларни бир хил тарбиялайди, меҳрини бир хил ифодалайди, аммо уларнинг ҳаммаси ҳар хил, жумладан эгоизм ҳисларининг ифодаланиши жиҳатидан ҳам. Иккинчидан, туғма берилган ҳисларнинг ташқи ифодаланиши ва шаклланаётган шахсдан кескин ифодаланган классик эгоистни юзага келиши икки омил билан белгиланади:

— эгоизм ҳисларини генетик дастури қай даражада кучлилиги;

— туғма берилган ҳисларни тўлиқ намоён бўлиши учун қулай шарт-шароит, эгоизм ҳисларини шахс шаклланаётган муҳитдаги қийматлик даражаси.

Эгоист фикри ўзини ўйлаб атрофдагилар манфаатини ўз манфаатига бўйсундиришга ҳаракат қилади. Бу атрофдагилар учун бир қатор ноқулайликларни келтиришини билса-да, барибир ўз манфаати устунлик қилади.

Эгоистни хатти-ҳаракатларида баъзан мантиқ етишмайди. Эгоизм аксарият ҳолларда манманлик ва ўжарлик билан бирга ифодаланади. Шу билан бирга ўз манфаатида эгоистлар манманлик ва ўжарлигини танланган ҳолда, яъни ўзидан мавқеи катта бўлганларга нисбатан яширин ифодалаб, ўз қўл остидагиларга очиқ ифодалайдилар.

Эгоистлардаги ўжарлик шахс ҳаётида кўп панд берадиган характер ҳислати ригидлик бирга ифодаланади. Яъни, вазият айрим ҳолларда шахе ўз стратегияси ва тактикасини муқаррар равишда ўзгартиришини талаб қилади. Эгоист бўлмаган кишида шахсий манфаатлар кўпчилик манфаати билан уйғун бўлади.

Вазият, вақт, кўпчилик фикри ва ўзга омиллар эгоист бўлмаганлар позицияси, фикри, қарашларига ўзгариш киритиб боради. Эгоист бўлмаганларда аксарият ҳолда ўжарлик ҳам, манманлик ҳам, ригидлик ҳам деярли кузатилмайди.

## Қирқ ёш — хатарлими, бу ёшда хоҳ эркак, хоҳ аёл киши ўзини баъзи бир кечинмалардан эҳтиёт қилиши зарурми?

Табиат ва жамиятда, ўсимлик ва ҳайвонот оламида ҳар бир нарса ўсиш, ўзгаришда бўлгани каби инсон ҳам шахе сифатида ҳаётининг турли ёш босқичларида ўзгариб боради. Туғилгандан вояга етгунга қадар шахс жуда катта ўзгаришлар, турли ёш босқичларида қатор инқирозларни бошдан кечиради.

Шахс сифатида тўлиқ шакллангандан сўнг ҳам унинг шахеида ёши билан боғлиқ равишда психологик ўзгаришлар содир бўлиши давом этади. Масалан, фарзанд кўрмаган ва уни катта қилмаган эркак ёки аёл ота ҳамда она сифатида шакллана олмайди. Демак, нафақат ота-она болани тарбиялаб шахеини шакллантиради, балки болалар ҳам ўз ота-оналарини ота ва она шахси сифатида шаклланишига, ўзлари англаб етмаган ҳолда катта ҳиссаларини кўшадилар.

Ҳар бир нарса фаолиятда шакллангани каби оталик ва оналик малакалари ҳам болаларни парвариш қилиш ҳамда тарбиялаш жараёнида шаклланади.

Кечаги ёш келиндан меҳрибон она, пазанда, саранжом-сарошга, покиза уй бекаси, ҳаёт ва тақдир синовларида эрига доимо ҳамдард, ҳамнафас бўла оладиган вафодор дўст, жинсий ҳаёт масалаларида тажрибали хотин, фарзандлари учун моҳир тарбиячи, ота-оналари учун ғамхўр қиз шаклланиши дарҳол юзага келавермайди. Бу сифатлар ҳаммада ҳам бир хил ифодаланавермайди ва бир хил муддатда шаклланавермайди. Кимдадир бир гуруҳ сифатлар устунлик қилиб ўзга ҳислатларнинг шаклланиши бирмунча ортда қолади, иккинчисида эса тескарисини кузатилади. Бу кўп жиҳатдан шахсни ўзига турмуш ўртоғига, ота-оналарига, яшаш, турмуш тарзига ва ўзга омилларга боғлиқ бўлади.

Юқоридагилардан чиқариладиган хулоса — катта ёшга етган, улғайган ва мустақил оила қурган йиғит ва қиз ҳаёт давомида ўзгариб боради. Бир ёшдаги ҳаётини қийматлик-

---

лар ўзга ёш босқичига ўтганда ўзга мазмундаги қийматликларга ўз ўрнини бўшатади. Бир ёш даврида ҳаёт мазмунини ташкил этган қийматлик ўзга ёш даврида ўзга мазмундаги билан ўрин алмашади. Буларни барчаси эр-хотинларнинг ўзаро муносабатларига ҳам таъсир этмай қолмайди.

Турли ёш босқичда аёл ва эркакни оиладаги турмуш ўртоғи олдидаги мавқеи ҳам ўзгариб боради. Бу ҳам уларнинг ўзаро муносабатларига таъсир қилади. Буларни олдиндан билиш кўпгина низоларнинг олдини олишга имкон беради ва аксинча, улар ҳақида беҳабар бўлиш, турли ёш босқичларида кузатилиши муқаррар бўлган ўзгаришларни олдиндан билмаслик кўп ҳолларда содир бўлаётган ўзгаришларни нотўғри талқин этишга, сабабларини билмасликлари натижасида нотўғри хулосалар чиқаришга олиб келади. Оқибатда эр-хотин муносабатларининг асоссиз бузилиши, меҳрнинг сусайиши вужудга келиши ва мазкур вазиятдан ўзга ёвуз ниятдаги айрим кишилар самарали фойдаланиши мумкин. Севиб ҳаёт кечираётганлар ўз билимдонлиги оқибатида муҳаббатини сақлаб қололмаслиги натижасида, баъзи ҳолларда севги-муҳаббатни нафратга айланишининг гувоҳи бўлишимиз мумкин.

Кўйилган саволга янада аниқроқ жавоб берадиган бўлсак, 45 ёш атрофида ҳар бир оила муқаррар кузатиладиган, аммо биз бундан беҳабар бўлган инқироздан ўтади.

Эркакларнинг аксарияти бу ёшда ҳар томонлама етук, эҳтиёжлари унинг имкониятлари билан тамомила мутаносиб, жамиятда етарли мавқеи эгаллаган, ўзига яраша ҳурмат-обрўга сазовор бўлган, шаҳе, мутахассис сифатида ўзгалар томонидан тан олинган бўлади. Айнан шу хусусиятларни касб-фаолиятини давом эттираётган аёлларнинг аксариятида ҳам кузатишимиз мумкин.

Аммо бир хусусиятда бу ёш босқичидаги аёллар ва эркаклар кескин фарқ қиладилар. Эркаклар қарама-қарши жинс вакиллари, яъни аёллар учун ҳали қиймати пасаймаган, ўзига нисбатан анча ёш бўлган аёлларни диққат-этиборини жалб қиладиган, уларнинг қалбига осонликча йўл топа олиш тажриба ва малакага эга бўлган, кўпчилик аёллар учун қизиқиш объекти бўлиш имкониятларини сақлаган бўлишади.

---

Аёлларнинг аксарияти эса ёшига хос психофизиологик ўзгаришлари сабабли ўз ёшидаги эркеклар учун юқорида санаб ўтилган имкониятларга эга бўлмайдилар. Аёлларда кузатиладиган энг муҳим ўзгаришлардан бири фарзандли бўлиш имконият даврининг якунлаиши (климаксни бошдан кечириш) билан боғлиқ психологик хуёусиятлардир.

Юқоридаги омиллар бу ёшдаги эркекларни жинсий ҳулқига таъсир қилиб, уларнинг маълум гуруҳида оиладан ташқари жинсий муносабатларни юзага келиш эҳтимолини кескин оширади. Шу сабабли мазкур ёшдаги эркекларда баъзан бундай муносабатлар норасмий оила қуришга ҳам олиб келади.

Бу ёшдаги эркеклар аксарият ҳолда ўзидан анча ёш бўлган аёллар билан жинсий муносабат ўрнатадилар. Шу сабабли ҳам эркек киши тасавуридаги норасмий рақобатда ўзига яқин ёшда бўлган рафиқасига нисбатан ёш аёл голиб чиқади. Бундай ҳолларда оилада эр-хотин орасида низоларни кўпайиши, айниқса, аёл томонидан эр шахси қаттиқ танқид остига олиниши, аксарият ҳолда оила манфаатига зид бўлган оқибатларга олиб келади. Яъни уйда психологик таранглик ошган, эр-хотин муносабатлари қанчалик бузилган сари шунчалик оиладан ташқари муносабатларга психологик ва физиологик эҳтиёж кучаяди. Рашк ўтида ёниб, асосли равишда жанжал қилаётган хотин ўзини эрига бўлган салбий муносабатлари билан эри ва ўзга аёлни орасидаги муносабатларини мустаҳкамлаб боради. Натижада ўзига нисбатан нафрат, ўзга аёлга нисбатан эса эрда муҳаббат ўтини ёқади.

Оқибатда бундай оилаларнинг маълум фонзи кўпчилик учун қутилмаган ҳолда ажралиш билан тугайди. Ажралган эрлар эса қисқа муддатда янги оилали бўладилар.

## МУНДАРИЖА

	Кириш	3
	Сизни бефарқ қолдирмайдиган фикрлар	5
<b>I-БОБ</b>	Соғлом авлодни юзага келтириш шартлари	15
<b>II-БОБ</b>	Оила психологияси	22
<b>III-БОБ</b>	Ўсмир психологияси	44
<b>IV-БОБ</b>	Никоҳ олди омиллари	67
<b>V-БОБ</b>	Севги-муҳаббат психологияси	76
<b>VI-БОБ</b>	Меҳр ва унинг ифодаланиши ҳақида	98
<b>VII-БОБ</b>	Репродуктив саломатлик	118

<b>VIII БОБ</b>	Онлавий низолар	134
<b>IX БОБ</b>	Эр-хотин муносабатлари	152
<b>X БОБ</b>	Жинсий ҳаёт психологияси	158
<b>XI БОБ</b>	Туш ва унинг башорат (таъбир) имкониятлари	170
<b>XII БОБ</b>	Руҳият ва мусиқа	175
<b>XIII БОБ</b>	Сизни қизиқтирган бошқа саволлар	179

1001 САВОЛГА ПСИХОЛОГНИНГ 1001 ЖАВОБИ

(ЮНЕСКО, ЮНПФА лойиҳаси асосида)

(учитчи нашри)

«Меҳнат» нашриёти — Тошкент — 2001

Мухаррир *И.Усмонов*  
Рассом *Л. Дабиж*  
Бадний муҳаррир *Х.Қуллуқов*  
Техник муҳаррир *Ж. Бекиева*  
Мусахҳиҳа *С.Бадалбоева*

2001 йил 22 майда босишга рухсат этилди. Бичими 84x108<sup>1</sup>/<sub>32</sub>.  
№ 1 қозға «Таймс» ҳарфида офсет усулида чоп этилди.  
Шартли босма табоғи 12,0. Нашр табоғи 12,0. 10000 нусха.  
Буюртма № - 160.  
Баҳоси шартнома асосида.

«Меҳнат» нашриёти, 700129, Тошкент, Навоий кўчаси, 30-уй.  
Шартнома № 40-2001.

Андоза нусхаси «Меҳнат» нашриётининг компьютер бўлимида  
тайёрланди.

Ўзбекистон Республикаси Давлат матбуот кўмитасининг Тошкент  
рангли босма фабрикасида чоп этилди.  
Тошкент, У. Юсупов кўчаси, 86-уй.