

# Бола ва Замон

Научно-популярный журнал детской и возрастной консультации

1  
2016

История  
Адибы,  
или как  
мы играли  
в паровозы

Фарзандингизни  
уялтирманг,  
бошқаларга  
солиштирманг

Бола  
руҳиятига  
бир шингил  
назар

Иппотерапия  
для детей:  
забава и польза



К каждому ребенку —  
индивидуальный подход

# Bola va Zamoni

## Тахрир кенгаши аъзолари

Л.И. Каримова-Тилляева,  
У.И. Иноятов,  
А.В. Алимов,  
А.В. Вахобов

## Тахрир хайъати аъзолари

Тухватуллина Эльмира Акрамовна  
(бош муҳаррир),  
Яхьяева Мухаё Шурниязовна  
(бош муҳаррир ўринбосари),  
Алимова Васида Саттаровна  
(тиббиёт фанлари номзоди),  
Абдурасулова Кумринисо Раимкуловна  
(юридик фанлар доктори),  
Газиёв Эргаш Газиёвич  
(психология фанлари доктори),  
Мусурманова Айниса Мусурмановна  
(педагогика фанлари доктори),  
Исмаилов Баходыр Исламович  
(юридик фанлар доктори),  
Исмаилов Исомиддин  
(юридик фанлар доктори),  
Исроилова Нодири Ачилбаевна  
(фалсафа фанлари номзоди),  
Муминова Лола Рахимовна  
(педагогика фанлари доктори),  
Сафаев Нуриддин Салихович  
(психология фанлари доктори),  
Хрульнова Гелена Вячеславовна  
(психология фанлари номзоди),  
Шарипова Диляра Джуманиязовна  
(педагогика фанлари доктори),  
Шарипова Мадина Каримовна  
(тиббиёт фанлари доктори),  
Қодиров Ботир Рахмонкулович  
(психология фанлари доктори)

**Журналнинг ушбу сони учун масъул ходимлар**  
Виктор Саттаров (масъул котиб), Кенжа Бегжанов (мусахҳих), Тахир Нигматуллин, Владимир Ковреин, Лиля Миркаримова (фотографлар)

Журнал ЎзР ВМ ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясининг илмий даража талабгорлари чоп этиши лозим бўлган журналлар рўйхатида киритилган.

### Таъсисчилар:

Республика болалар ижтимоий мослашуви маркази, «Sen Yo'g'iz Emassan» республика болалар жамъатчилик жамғармаси  
Нашр Ўзбекистон матбуот ва ахборот агентлигида рўйхатдан ўтган Рўйхатдан ўтганлик тўғрисидаги гувоҳнома рақами 0168. 2007 йил 11 январь.  
ISSN 2181-5496

### Тахририят манзили:

100100, Ўзбекистон Республикаси, Тошкент шаҳри, Абдулла Каҳҳор кўчаси, 34-уй.  
Телефонлар: 281-50-16, 281-50-18, 281-49-54 (факс),  
www.rcsaa.uz bola-zamoni@rambler.ru

Муаллифнинг фикри ҳар доим ҳам тахририят фикрига тўғри келавермайди. Тахририят мақолаларнинг услубий хатоликларини тўғрилаш ва қисқарттириш ҳужуқини ўзидан саклаб қолади. Тахририятга юборилган мақолалар эгасига қайтарилмайди ва тақриз езилмайди.

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением автора. Редакция оставляет за собой право на стилистическую правку и сокращение статей. Присланные в редакцию рукописи не возвращаются и не рецензируются.

- **Награждение**  
Гуманитарная награда Фонда Global Gift присуждена Лоле Каримовой-Тилляевой 4
- **Мукофотлаш**  
Лола Каримова-Тилляева Global Gift фондининг гуманитар мукофоти билан тақдирланди 5
- **Байрам тадбири**  
Халқаро болаларни ҳимоя қилиш куни 6
- **Новостная палитра**  
Делегация Европейской Комиссии посетила пилотную инклюзивную школу в Самарканде 8  
Из Учебного центра – в лицей, колледжи и вузы 9  
«Цепочка надежды» вновь в Ташкенте 10  
Таланты расцветают на сцене 11  
Наши сердца – детям 11
- **Вопрос-ответ**  
К каждому ребенку — индивидуальный подход 12
- **Мнение эксперта**  
Необходимо расширять службы ранней комплексной помощи детям первых лет жизни 14
- **Филиаллар фаолияти**  
Меҳр қолур, муҳаббат қолур 18  
Барвақт ёрдам хизмати: зарурият ёки эҳтиёж?! 20  
Даствлабки натижалар, қувонч куртақлари 22
- **Актуально**  
Почему ты отказалась, мама? 24
- **Мутахассис фикри**  
Психологик маслаҳат турлари 28
- **Шифокор маслаҳати**  
Мустаҳкам пойдевор ёки ясситовонлик сабаблари ва уларни олдини олиш учун тавсиялар 31
- **Консультация**  
Какие у меня права? 34
- **Ахборот маконига йўл**  
Инглиз тилини ўрганиш – ижтимоийлашувнинг омили сифатида 36
- **Водная реабилитация**  
Гидрокинезотерапия как один из основных методов физической реабилитации детей с ДЦП 39
- **Практика: аутизм и дети**  
История Адибы, или как мы играли в паровозы 41
- **Ибрат бўлинг!**  
Фарзандингизни уялтирманг, бошқаларга солиштирманг 44
- **Методы реабилитации и адаптации**  
Иппотерапия для детей: забава и польза 46
- **Мулоҳаза**  
Мафқуравий бўшлиққа ўрин қолдирмайлик 48
- **Қонун ва ижро**  
Ахлоққа қарши ҳуқуқбузарликларнинг профилактикасини такомиллаштириш 51
- **Мутахассис ҳузурида**  
Гиперсаливация ёки сўлак оқиши: сабаблари, бартараф этиш йўллари 54
- **Долзарб**  
Борлиқда мўлжал олиш – мослашув кафолати сифатида 56
- **Психолог маслаҳати**  
Бола руҳиятига бир шингил назар: ёхуд сизни қизиқтирган саволларга жавоблар 58
- **Ота-оналар учун!**  
Тортинчоқлик – бу феъл-атвор чизиги ёки тарбиядаги муаммо 60
- **Каникулы**  
Как провести лето? 62
- **Игры-тесты** 64

# Фарзандингизни уялтирманг, бошқаларга солиштирманг

Азиза ХОСИЛОВА

психолог

Ҳар бир инсон фарзанд тарбиясида ўз ёндошувига эга. Баъзида тарбияга чақириш учун айтилган шунчаки бир жумла, ибора кичкинтойнинг хотирасида мангуга муҳрланиб қолиши, келажакда муайян оқибатларга олиб келиши мумкинлигига парво қилмаймиз. Бугунги кунда ота-оналар кўпинча қўллайдиган, гўёки уларнинг назарида зарарсиз «жумлалар» ташқаридан эътибор қилганда қандай натижаларга сабаб бўлиши мумкинлигини яққолроқ қуриш учун шу мавзуга тўхталиб ўтмоқчимиз.

## «Мен сенинг ёшингда «аълоч» бўлганман».

Тугилганидан бошлаб олти ёшигача ота ва она бола учун барча нарсани билувчи, ҳеч нарсдан қўрқмайдиган обрў-эътиборли шахс бўладилар. Чунки айнан улар гўдакда оламга ва ўзига муносабатни шакллантирадилар. Бола мактабга қадам қўйгач муайян мослашув даражасини ўтайди. Албатта, ҳамма болалар ҳам ўқишга бир зумда мослашиб кетмайдилар. Шундай вақтда ота-онанинг юқоридаги жумласида «Сен ҳеч қачон мен каби бўлолмайсан! Қанчалик тиришма, менга етолмайсан» қабилдаги рақобатчилик ёндошуви мавжуд. Шу каби установка билан улғайган бола ҳар жойда, доимо ўзининг нимагадир қодир эканини исботлашга ҳаракат қилиб яшайди. Албатта, сиз бундай танбех билан бола психикасининг нарцисстик қисмларини рағбатлантирасиз, бу уни муайян мақсадларга эришишга ундайди. Аммо фалокат шундаки, бу жум-

лаларни эшитиб усган бола муваффақиятларга ўзи учун эмас, ота-онаси учун, уларнинг маъқуллашлари учун, уларга муносиб эканини исботлаш учун эришишга ҳаракат қилади. Улар улғайганларида ўз муваффақиятларидан қувончни хис қилмайдилар, ота-оналарининг тан олишларини кутадилар.

## «Сен менинг айиқчамсан, қуёнчамсан, шалпангқулоғим мени».

Ўз фарзандини севгучи ота-оналар жигаргўшаларини қандай номлар билан атамайдилар, а?! Буларнинг барчаси боланинг қиёфасини йўқотишга олиб келади, яъни у қандайдир ўйинчоқ ва у билан ҳамма нарсани қилиш мумкин. Дастлаб болалар барча мурожаатни танкидсиз қабул қиладилар, чунки сизга тўла ишонадилар. Агар сиз ўғлингизга «сен қўрқоқсан», деб танбех берсангиз, у қаердадир ўзи ҳақида гапирганида шу сўзни ишлатиши шубҳадан холи эмас. Чунки инсоннинг исми – бу унинг оламга тақдироти. Шунинг учун болани ўз исми билан чақирган маъқул, чунки бу оқибатда одамнинг ўзини бу оламда қанчалик яхлит ва қай тарзда ҳис қилишига таъсир кўрсатади. Шу сабабли ҳатто эркалаб бўлса-да, жониворлар номи билан чақириб, унинг ўз-лигидан бир бўлакни парчаламанг.

## «Қара, Мадина (Муҳтор) мустақил ишдан беш олипти, сенда бўлса тўрт!»

Қўпчилик ота-оналар ҳамма нарсани энг яхши истаклар билан қиладилар. Улар баъзида ўзларига болаликда шундай қилинган танбехларни эслаб,

«Нима қипти, менга ҳам айтишган, қўрқинчли нарса юз бермадику, ёмон бўлмадим», деб ўйлаганча гўёки бу оғриқли ҳолатни «унутиб қўядилар». Бола ўзини солиштиришаётган у укаси (акаси) бўладими, синфдоши (дўсти) бўладими, ёмон кўриб қолади. Ота-онанинг кимгадир солиштирганча болани инкор этишлари у катта бўлганида салбий тажриба сифатида намоён бўлиши эҳтимоли бор. Чунки улғайгач ҳам улар ўзларини зарарларига бошқалар билан солиштириб яшайдилар.

## «Сен ўзингни шундай тутаверсанг, мен сени ёмон кўриб қоламан!»

Ёки бўлмаса мен сени фақат менга муносиб бўлганингизгина яхши кўраман. Бундай даккидан кейин бола ўзининг барча эҳтиёжлари ва истакларини четга сурганча ўзида ота-онасининг хоҳиш ва қўтилмаларини олдиндан аниқлайдиган қандайдир сезги антеннасини «ўстиради». Натижада бола бу оламда яшамайди, у шунчаки бор бўлади, холос. Ҳатто улғайганида ҳам ўзини яхши кўришлари учун бошқаларнинг истagini қондиришга ҳаракат қилади.

## «Мени шарманда қилма!»

Бундай иборани кўп эшитган бола барчанинг аслида у қандайлигини кўриб қўйишларини жуда хоҳлайдилар, аммо кимдир уларга эътибор қаратганида ўзларини қандай тутишни билмай қоладилар. Улар беркиниб оладилар, довдираб қоладилар. Бундай болада гўё танлаш имкони йўқдай, у фақат кимнингдир исноди бўлиши мумкин. Бу каби иборани қўлаб,

сиз ўз болангизни маънан жароҳатлайсиз.

### «Сен худди отанг (онанг) га ўхшайсан»

Шубҳасиз, бу жумла ота билан онанинг муносабатларини акс эттиради, уларнинг биргаликдаги ҳаётларидан қониқмасликлари ўчини боладан олмокчи бўлаётганликларини англатади. Яъни эр-хотинлар муносабатларига тўғридан-тўғри ойдинлик киритмайдилар, аммо фарзандлари орқали бир бирларига қандайдир хунук гапларни айтадилар. Буларнинг барчаси боланинг хотирасида қолади. Агар она «Сен шундай ўжарсанки, худди отанг (онанг)га ўхшайсан». Бу дегани ота (она) шунчалик ёмон инсонки, у билан келишиб бўлмайди. Энди уйлаб кўрингчи, бу гапни эшитган ўғил бола отасига, киз бола онасига ўхшашни истармикин?! Биз болаларимизга ўзимизнинг ёмон муносабатларимизни ўтказсак улар шу билан яшашларини унутмаслигимиз керак. Бошқа томондан ота-она болани ўз томонларига оғдириб олиш учун бу манипуляциядан фойдаланишлари янада кучли маънавий зарар етказди.

### «Бўтқангни еб тугатмасанг эси паст ва калтафаҳм бўлиб қоласан!»

Бундай иборани эшитган болада таомдан кўркиш ёки овқат, ортиқча вазнга оғир муносабатлар пайдо бўлади. У ўзининг ҳар бир ҳаракатини овқатини емаганлик билан боғлаганча янаям қийналади.

### «Ўзингни ёмон тутсанг, биз сени лўли (ялмоғиз) га бериб юборамиз!»

Бу болага ота-онаси учун фақат қулай бўлганидагина қадрли эканини англашга турткидир. Гуёки катталар «Ўзингча бўлма, биз истагандк бўл!», деяётгандан бўладилар. Бундай гапни эшитган болалар



улғайганларида ўзларининг нимани исташларини тушүнмайдилар ва ҳаммага бирдай ёкиш учун ҳаракат қиладилар.

### «Уйга борганда кўрасан!»

Бу ота-она бола билан унинг тўғуларига парво қилмаган ҳолда истаган нарсасини қилиш ҳуқуқига эгаллигини намоён қиладиган ҳолат. Бир лаҳза ота-она жазоловчи ёки кечирувчи судьяга айланадилар. Бундай муносабатни кўп бора ўзида синая кўрган болаларда улғайгач бошлиқлари билан муносабат ўрнатишда қийналадилар. Чунки ота-оналарини доимо бошлиқ қиёфасида кўрганча, жазодан кўркиб, унинг кўнглини олишга ҳаракат қиладилар. Одатда, раҳбарлар бундай инсонларни дарҳол илғайдилар ва улардан «ўз мақсадлари йўлида фойдаланадилар».

### «Мен сени кўрмаслигим ва эшитмаслигим учун ҳозир олдимдан кет!»

Бундай жумлаларни эшитган болалар чуқур айбдорлик ҳиссини туядилар. Улар ота-оналари ўзлари туфайли бахтли бўлолмаганликлари, ўзи халақит қилгани учун ўзларини айбдор ҳис қиладилар. Бундай фикрни айтишдан эҳтиёткор бўлиш лозим, ахир инсон бу юкни бутун ҳаёти давомида олиб юради.

Шундай экан, жигаргўшангизга мурожаат қилишда, унга насиҳат ёки танбеҳ беришда сўзларни, жумлаларни изчиллик билан қўлланг. Ҳар биримиз болаларимизнинг биздан да бахтиёрроқ яшашлари учун интилар эканмиз, пойдеворни мустаҳкам қилайлик. Чунки тарбияда ўзимиз ибрат кўрсатиб, натижа оламиз.