

TUG'ILISH DAVRI INQIROZI

G'affarova Nazira Fayzulla qizi

TAFU Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

[e.mail. naziragaffarova@gmail.com](mailto:e.mail.naziragaffarova@gmail.com),

Rahmonaliyeva Mohirabonu Jaloliddin qizi

Toshkent amaliy fanlar universiteti talabasi

moxirarahmonaliyeva@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur tezisdá tug'ilish davri inqirozining psixologik va fiziologik jihatlari keng yoritilgan. Chaqaloqning ona qornidagi hayotdan tashqi muhitga moslashuvi refleks harakatlari emotsional rivojlanishi hamda ota-onaning parvarishi bolaning kelajakdagi shakllanishiga qanday ta'sir qilishi tahlil etilgan. Shuningdek, tug'ilish davridagi biologic va ruhiy o'zgarishlarning inson rivojlanishidagi ahamiyati ochib berilgan.

Kalit so'zlar: tug'ilish davri, inqiroz, chaqaloq, moslashuv, psixologik rivojlanish, refleks, emotsional aloqa, fiziologik jarayon.

Аннотация: В данном тезисе подробно освещены психологические и физиологические аспекты кризиса периода рождения. Проанализированы адаптация новорождённого от внутриутробной жизни к внешней среде, его рефлексорные движения, эмоциональное развитие, а также влияние родительского ухода на дальнейшее формирование ребёнка. Кроме того, раскрыто значение биологических и психических изменений периода рождения в развитии человека.

Ключевые слова: Период рождения, кризис, новорождённый, адаптация, психологическое развитие, рефлекс, эмоциональная связь, физиологический процесс.

Annotation: This thesis broadly discusses the psychological and physiological aspects of the birth crisis period. It analyzes how a newborn adapts from life in the mother's womb to the external environment, including reflex movements, emotional development, and the influence of parental care on the child's future development. Furthermore, the significance of biological and psychological changes during the birth period in human development is explained.

Keywords: birth period, crisis, newborn, adaptation, psychological development, reflex, emotional connection, physiological process.

KIRISH

Inson hayotidagi eng murakkab va muhim bosqichlardan biri tugʻilish davri hisoblanadi. Bola ona qornidagi xavfsiz va barqaror muhitdan tashqi dunyoga kelishi bilan yangi hayot sharoitiga duch keladi. Ushbu holat psixologiyada “tugʻilish davri inqirozi” deb ataladi. Chunki chaqaloq organizmi qisqa vaqt ichida yangi muhitga moslashishga majbur boʻladi. Ona qornida bola doimiy harorat, kislorod va oziqa bilan taʼminlangan boʻladi. Tugʻilgandan keyin esa u mustaqil nafas olish, oziqlanish va tashqi muhit taʼsirlariga moslashishni boshlaydi. Yorugʻlik, tovush, harorat va boshqa tashqi omillar bola organizmiga taʼsir koʻrsatadi. Shu sababli tugʻilish davri bolaning fiziologik hamda psixologik rivojlanishida muhim bosqich sanaladi.

ASOSIY QISM

1. Tugʻilish davri inqirozining mohiyati

Tugʻilish davri inqirozi inson hayotidagi birinchi inqiroz hisoblanadi. Bu davr bolaning ona qornidagi hayotdan tashqi dunyoga oʻtishi bilan boshlanadi. Ona qornida bola barcha zarur ehtiyojlar bilan taʼminlangan boʻlsa, tugʻilgandan keyin organizm mustaqil faoliyat yurita boshlaydi. Chaqaloq tugʻilgach uning nafas olish tizimi faol ishlay boshlaydi. Bola ilk bor mustaqil nafas oladi va bu organizm uchun katta oʻzgarish hisoblanadi. Shu bilan birga yurak-qon tomir tizimida ham muhim oʻzgarishlar yuz beradi. Mazkur davrda bolaning nerv tizimi tashqi muhit taʼsirlariga moslashadi.

2. Chaqaloqning tashqi muhitga moslashuvi Tugʻilgandan keyin bola yangi muhitga moslashish jarayonini boshdan kechiradi. Tashqi muhitdagi sovuq yoki issiq harorat, yorugʻlik va tovushlar chaqaloqqa taʼsir qiladi. Shu sababli organizm yangi sharoitga asta-sekin moslashadi. Moslashuv jarayonida reflekslar muhim ahamiyatga ega. Emish refleksi bolaning oziqlanishiga yordam beradi. Himoya reflekslari esa tashqi xavflardan saqlanishga xizmat qiladi.

3. Ona va bola oʻrtasidagi emotsional aloqa Tugʻilish davrida ona va bola oʻrtasidagi emotsional munosabat alohida oʻrin egallaydi. Chaqaloq ona ovozi taniydi va uning bagʻrida oʻzini xavfsiz his qiladi. Bu holat bolaning ruhiy rivojlanishiga ijobiy taʼsir koʻrsatadi. Onaning mehribonligi va eʼtibori bolada ishonch hissini shakllantiradi. Agar bola yetarli darajada mehr koʻrsa, uning ruhiy holati barqaror rivojlanadi. Aksincha, eʼtiborsizlik yoki qoʻpollik bolaning psixikasiga salbiy taʼsir qilishi mumkin.

4. Tugʻilish davri inqirozining bolaning rivojlanishidagi ahamiyati Tugʻilish davri bolaning keyingi hayoti uchun muhim poydevor yaratadi. Ushbu davrda organizmning asosiy tizimlari faol shakllanadi. Bola atrof-muhit bilan ilk marta bevosita munosabatga kirishadi. Mazkur bosqichda toʻgʻri

parvarish bolaning sog'lom rivojlanishiga yordam beradi. Toza muhit, me'yoriy ovqatlantirish va tibbiy nazorat bolaning jismoniy holatini mustahkamlaydi. Ruhiy jihatdan esa mehr-muhabbat va emotsional yaqinlik bolaning psixologik barqarorligini ta'minlaydi.

Xulosa

Tug'ilish davri inqirozi inson hayotidagi ilk psixologik va fiziologik o'zgarishlar davri hisoblanadi. Ushbu bosqich bolaning yangi muhitga moslashuvi bilan xarakterlanadi. Chaqaloq tug'ilgach mustaqil nafas olish, oziqlanish va tashqi ta'sirlarga javob berishni boshlaydi. Bu esa organizm faoliyatida muhim o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Ona va bola o'rtasidagi emotsional aloqa bolaning ruhiy rivojlanishida katta ahamiyat kasb etadi. Mehr-muhabbat va g'amxo'rlik bolaning o'zini xavfsiz his qilishiga yordam beradi. Tug'ilish davrida yaratilgan sog'lom va qulay muhit bolaning keyingi jismoniy hamda psixologik rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli ota-onalar va tarbiyachilar ushbu davrga alohida e'tibor qaratishlari zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. **G'oziyev E.** "Umumiy psixologiya". — Toshkent: O'qituvchi, 2010.
2. **Davletshin M.G.** "Yosh davrlari psixologiyasi". — Toshkent, 2004.
3. **Vygotskiy L.S.** "Bolalar psixologiyasi". — Moskva, 1991.
4. **Petrovskiy A.V.** "Umumiy psixologiya". — Moskva, 2002.
5. **Nishonova Z.T.** "Rivojlanish psixologiyasi". — Toshkent, 2012.
6. **Karimova V.M.** "Psixologiya". — Toshkent, 2015.
7. **Rubinshteyn S.L.** "Psixologiya asoslari". — Moskva, 1999.