

MILLIY OILALARDAGI FARZAND TARBIYASIDA SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISH

Gadoeva Lobar Ergashevna
Buxoro davlat tibbiyot instituti

Ijtimoiy fanlar kafedrası (PhD) dotsenti

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ В НАЦИОНАЛЬНЫХ СЕМЬЯХ

Гадоева Лобар Эргашевна

Бухарский государственный медицинский институт
Кандидат наук, доцент кафедры социальных наук

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE IN CHILD EDUCATION IN NATIONAL FAMILIES

Gadoeva Lobar Ergashevna

Bukhara State Medical Institute

PhD Associate Professor, Department of Social Sciences



<https://orcid.org/0009-0003-2215-3358>

Annotatsiya: Ushbu maqolada “Milliy oilalarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga ijobiy ta’sir etuvchi omillar, Farzand tarbiyasida avvalo ona ma’lum bir etnotibbiy tartiblarga bo‘ysunishi shart ekanligi, sanitariya va gigiyena talablariga rioya etishning ko‘rinishlari haqidagi ma’lumotlar ochib berilgan.

Kalit so‘zlar: etnotibbiy tartiblar, nikoh, Oila, retrospektiv, farmakologiya industriyasi, Notibbiy irim-sirimlar.

Аннотация: В статье представлена информация о факторах, положительно влияющих на формирование здорового образа жизни в национальных семьях, о том, что в воспитании ребенка мать должна в первую очередь придерживаться определенных этномедицинских процедур, о проявлениях соблюдения санитарно-гигиенических требований.

Ключевые слова: этномедицинские практики, брак, семья, ретроспектива, фармакологическая индустрия, немедицинские тайны.

Abstract: This article presents information on the factors that positively influence the formation of a healthy lifestyle in national families, the fact that in raising a child, the mother must first of all adhere to certain ethnomedical procedures, and the manifestations of compliance with sanitary and hygienic requirements.

Keywords: ethnomedical procedures, marriage, family, retrospective, pharmacological industry, non-medical secrets.

Etnotibbiy talablar o‘zbek xalqida saqlanib keladi. Farzand tarbiyasida, avvalo, ona ma’lum bir etnotibbiy tartiblarga bo‘ysunishi shart edi. U o‘zini ozoda, sarishta tutishi, tani-badanini har kuni yuvib, tozalab, zarur moylar surib turishi, og‘zi ichini har kuni uch-to‘rt marta chayqab, ko‘kraklarini yumshoq latta bilan bostirib, farzandi yotadigan beshikni, joyini ko‘zdan kechirib, ho‘l emasligini aniqlab

borishi kabi qator talablarni bajargan. Qirq kungacha bola belanchakka ulanishi, ushbu belanchak kuniga ikki uch marta almashtirilishi, go‘dak oyoqlari va barmoqlari orasi shamollatilib, quruq saqlanishi darkor edi. Ushbu etnotibbiy talablar o‘zbek xalqida hamon saqlanib kelmoqda. Ular bir tomondan, sanitariya va gigiyena talablariga rioya etishning ko‘rinishi, ikkinchi tomondan, o‘zbek xalqining

uzoq asrlar jarayonlarida shakllangan etnotibbiy qadriyatlaridir. Hozirgi globallashuv sharoitida dunyoda kuchayib borayotgan turli ma'naviy tahdidlarning oldini olish, "ommaviy madaniyat"ning zararli ta'siridan yoshlarni himoya qilish masalalari tobora dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Yosh avlod o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, yoshlar ongini yot g'oyalar ta'siridan asrash, axborot xurujlariga qarshi mafkuraviy immunitetni shakllantirish, jinoyatchilik, huquqbuzarlik, giyohvandlik, diniy ekstremizm va terrorizm illatlarining oldini olishga ko'maklashish hamda yoshlarda vatanparvarlik tuyg'usini yuksaltirish lozim. Axborot globallashuvi tufayli turli mafkuraviy ta'sirlar, ayniqsa, yoshlar tafakkurini egallashga qaratilgan g'arazli xurujlar tobora kuchaygan bugungi davrda bunday xatarlarga qarshi doimo sergak, ogoh va hushyor bo'lib yashash har birimizning burchimizdir. Yurtimizda yosh avlodning ma'naviy-axloqiy tarbiyasini to'g'ri shakllantirish, ularni turli tahdidlardan himoya qilish, ong-u tafakkurini yuksaltirish ma'naviy-ma'rifiy sohalarida amalga oshirilayotgan islohotlarning eng asosiy yo'nalishlaridan biridir. Globallashuvning yoshlar tarbiyasiga o'tkazayotgan salbiy ta'siri quyidagilarda namoyon bo'lmoqda: Birinchidan, informatsion vositalarning yuksak rivojlanishi natijasida internet, uyali telefon, telekommunikatsiyalar va turli axborot nashrlarining kirib kelishi. Bu vositalar orqali taklif etilayotgan "qadriyatlar" ko'p hollarda yoshlarimizni o'zimizning milliy qadriyatlarimizdan uzoqlashtirib qo'ymoqda, o'z tarixiy ildizlaridan uzoqlashuviga olib kelmoqda.

"Milliy oilalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga ijobiy ta'sir etuvchi omillar:

- oilaviy hayot tarzidan boshqacha hayotni tan olmasligida;
- nikohlanish darajasining yuqoriligi, uylanmagan va turmushga chiqmagan xotin-qizlarning o'ta kamligi;
- erta nikohlanish;
- oilaparvarlik;
- bolajonlik;
- mehr-oqibatlilik;

- qariyalar va yoshlarga munosabatda insonparvarlik tamoyillariga rioya qilinishida ifodalanadi"¹.

Ha, retrospektiv yondashganda, o'zbek etnomadaniyati va turmush tarzida oilaviy hayotni e'zozlash an'anasiga duch kelamiz. Uzoq davom etgan patriarxal qarashlar, erkakning yetakchilik rolini islom tomonidan qo'llab-quvvatlanishi va bu an'analarning u yoki bu ko'rinishda hamon uchrashi oila institutining ahamiyatini oshirgan. Jamoa bo'lib yashashni qutlovchi hayot tarzi, jamiyat uchun oila kishilarni ma'lum bir makonda, shakllangan tartiblar va ma'naviy-axloqiy tartiblar asosida ushlab turishni ta'minlovchi institut hisoblanadi. Bunday jamiyat bor kuchi bilan oila institutini saqlab qolishga, uni mustahkamlashga intiladi. Buni avvalo Sharqona hayot tarzi, undagi ma'naviy-axloqiy qadriyatlar, normalar bilan baholash lozim. Oila bolani, go'dakni sog'lom o'sishini ta'minlaydi, unga etnotibbiy ko'nikmalarni singdiradi, shu nuqtai nazardan oila institutiga teng keladigan ijtimoiy makon yo'q. Biroq, keyingi yillarda G'arb liberal demokratik qarashlari ta'sirida yakka yashashga, egoistik manfaatlarga tayanishga, o'z qiziqishlarini ustun qo'yishga intilish ham uchrayotgani kuzatiladi. Oila bu ta'sirlarga qanday javob berishi kerak, degan savolga bir xil, standart javob berish yetarli emas. Agar biz inson huquq va erkinliklarini oliy qadriyat sifatida e'tirof etadigan bo'lsak, yangi davrning, ayniqsa G'arb liberal demokratik qarashlar tarzining ta'sirini hisobga olishga majburmiz. Demak, etnotibbiy madaniyatimizga oid yondashuvlarda ma'lum bir transformatsiyalar uchrashi tabiiy holdir. Masalan, keyingi yillarda jahon meditsinasi va tabiiy fanlar erishgan yutuqlar, inson sog'-salomatligi va unga qarshi tug'ilayotgan tahdidlar haqidagi axborotlar O'zbekistonga ham yetib kelmoqda. Bugun tibbiyot muassasalari, farmakologiya industriyasi va tibbiyot oliygohlari qo'llayotgan atamalar, preparatlar, diagnostik muolajalarning deyarli 80 foizi chet ellar, asosan G'arbdan olinmoqda. Aholi salomatligi bo'yicha yaratilayotgan standartlar ham G'arb andozalariga muvofiqlashtirilgandir. Bu nafaqat xalqimizning etnotibbiy an'analarga, qarashlariga, shuningdek, inson salomatligi, uni asrash va sog'lom turmush tarzining shakllantirish borasidagi zamonaviy

¹ Xalmatova M. Oilaviy munosabatlar madaniyati va sog'lom avlod tarbiyasi. -Toshkeknt.: 2000. -B. 127.

me'yorlarga ham ta'sir etmay qolmaydi. Sog'lom farzand tug'ish va uni voyaga yetkazish har bir xalqning tabiiy instinkti ifodasi deyish mumkin. Millatning haqiqiy, chin boyligi uning sog'lom avlodi, farzandlaridir.

Shaxs salomatligini asrashga qaratilgan irim-sirimlar zamonaviy ilm zid bo'lsa-da, hamon uchray turadi. Ba'zan bunday notibbiy qarashlar, tajribalar no'noq vrachlarning uquvsizligi, chalasavodligi va xastalikni yengish usullarini qo'llay olmasligi natijasida yuzaga keladi.

Notibbiy irim-sirimlar ba'zan xalq tabobati nomi bilan ham yuritiladi. Ular o'rtasidagi farqlarni topish va asoslash juda qiyin ish.

Etnotibbiy an'analarda xalq tabobati, shu jumladan, irim sirimlarning genezisi ibtidoiy davrlarga borib taqaladi. Ularning ibtidoiy madaniyat bilan bog'liq ayrim jihatlarini mashhur etnograflar, madaniyatshunoslar E.B.Taylor, M. Mid o'rganishgan². O'zbek xalqiga oid etnografik izlanishlarni I.Jabbarov, B.Sarimsoqov, M.Jo'raqulov, A.Ashurov kabi tadqiqotchilar o'tkazishgan³. Irim deganda biror niyat bilan qilingan hatti-harakat nazarda tutiladi. Irim-sirimlarda qandaydir kuchga, uning balo-qazolardan, yomon kuchlar ta'siridan qutqarishiga ishonch yotadi. O'zbek xalqi ichida hamon uzoq umr ko'rayotgan kishining duosini olish yoki uning biror narsasini yodgorlikka olib qo'yish, kasallikdan forig' bo'lgan kishiga uchrashish, tabib yoki nafasi bilan davolovchidan duo yozilgan xaltacha olish, chaqaloqqa balo-qazolar ta'siri urmasin deb yostig'i tagiga pichoq, garmdori yoki duo yozuvini qo'yish, ko'p vaqtdan beri tug'mayotgan ayol qo'yniga yangi tug'ilgan go'dakni kiritish, "kulcha yumalatish", yaxshi eshitmayotgan quloqqa emizikli ayol ko'krak sutini tomizish, baquvvat va chiroyli o'sayotgan go'dak bo'yniga yomon ko'zlar tegmasin, deb tumor taqib qo'yish kabilarni keltirish mumkin. Ma'naviy-axloqiy fazilatlar zanjirining keyingi halqasini sabotlilik fazilati tashkil etadi. U – ulug' maqsadga yetishish uchun qat'iy harakatdir. Ulug' ishlar va buyuk maqsadlarga intilgan odamni hech bir qiyinchilik va to'siqlar to'xtata olmaydi, balki besabr va shoshqaloq insonlar hayotda o'z maqsadlarini

amalga oshira olmaydi, natijada, jamiyat ma'naviyaxloqiy muhitiga rahna soluvchi illatlar ildiz otishiga sabab bo'ladi. Olimlar sabotlilik fazilati jamiyatda mo'tadil muhitni qaror toptishrida muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlab, ushbu fazilat, avvalo, har bir kishida, qolaversa, ijtimoiy faol va albatta, tarbiya ishi bilan shug'ullanuvchilarda bo'lishi kerakligini ta'kidlab, kishida sabotlilik fazilatini shakllantirish izchil va uzviy amalga oshiriladigan iroda quvvati va halol mehnatni talab qiladi. Bu fazilat insonni kashfiyotga boshlaydi. Yana bir ma'naviy-axloqiy fazilat halimlilik bo'lib, odamni odamga birodar va do'st qiluvchi, yaxshilik va ezgulikka chorlovchi xususiyatga ega.

Etnotibbiy madaniyatning shakllanishida xalq tabobatining o'рни katta. O'lkamizda professional davolovchilar asosan tabiblar bo'lgan. Zamonaviy tibbiy bilimlarning yoyilishi bilan xalq tabiblarining roli susaygan, ayniqsa turli-tuman kasalliklarning paydo bo'lishi, ko'payishi tibbiy xizmatlar doirasining kengayishiga olib kelgan. Ayrim kasalliklarning ommaviy xarakter kasb etishi tibbiy xizmat turlarini texnikalashtirishga undadi, yangi texnika vositalaridan foydalanishni hayot tarziga aylantirdi. Shubhasiz, zamonaviy tibbiyot ulkan yutuqlarni qo'lga kiritgan, davolashning yangi-yangi vositalari va usullarini yaratgan, yaratmoqda. Shu bilan birga, kasalliklarning turlari ham ko'payib borayotgani ajablanarli hol, albatta. "XXI asr insoniyat faoliyatining har sohasida buyuk kashfiyotlar va jo'shqin texnologik rivojlanish asri deb nomlandi. Biroq tibbiyot sohasiga, tajriba izlanishlarga ko'p milliardlik mablag'lar ajratilishiga qaramay, odamlar kasal bo'layaptilar va bevaqt vafot etayaptilar. Har kuni katta-katta dorixonalar ochilmoqda. Har kuni yer yuzida 500 dan ziyod yangi dorixonalar kashf qilinmoqda. Har kuni yer yuzida minglab yangi, turli tuman, mukammallashtirilgan oziq-ovqat mahsulotlari paydo bo'lmoqda. Ammo yillar sayin har xil kasalliklar soni o'sib borayapti"⁴. Demak, salomatlikni asrash va ta'minlash masalasi insoniyat bilan birga qadam tashlab, hatto uni har kuni, har soatda, hatto har onda o'ylantirib, tashvishga solib

² Taylor E.B. *Pervobytnaya kultura*. Moskva: Politizdat, 1989; Mid M. *Kultura i mir detstva*. - Moskva: Gl. Red. Vostoch. literatura, 1988.

³ Jabbarov I. *O'zbek xalqi etnografiyasi*. - Toshkent: O'qituvchi, 1999; Sarimsoqov B. *O'zbek marosim folklori*. - Toshkent: Fan, 1979.

⁴ Smotrov Yu. *Halokat yoqasida*. - Qarshi, Nafas nashriyoti, 2010. –B. 4-5.

kelayotgan muammolardan biridir. Bu muammoni faqat zamonaviy tibbiyot bilan to'la-to'kis hal etish mumkin deb o'ylash soddalikdir. Uzoq rivojlanish jarayonlarida sinovlardan o'tgan xalq tabobatidan, eng muhimi kishilarning o'z organizmini quloq solish orqali orttirgan tajribalaridan, ya'ni etnotibbiy madaniyat imkoniyatlaridan foydalanish va shaxsni sog'lom turmush tarzi olib borishga o'rgatish zarurdir. Sog'lom turmush tarzi faqat tibbiy masala emas, unda sotsial, tibbiy, biologik, ekologik, fiziologik, noosfera va inson shaxsi, ruhiyati bilan bog'liq muammolar uyg'un keladi. Bu esa sog'lom turmush tarzini shakllantirishga keng qamrovli, kompleks yondashuvni taqozo etadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Xalmatova M. Oilaviy munosabatlar madaniyati va sog'lom avlod tarbiyasi. - Toshkent: 2000. –B. 127.
2. Тайлор Э.Б. Первобытная культура. Москва: Политиздат, 1989; Мид М. Культура и мир детства. - Москва: Гл. Ред. Восточ. лит-ра, 1988.
3. Jabbarov I. O'zbek xalqi etnografiyasi. - Toshkent: O'qituvchi, 1999; Sarisoqov B. O'zbek marosim folklori. - Toshkent: Fan, 1979.
4. Smotrov Yu. Halokat yoqasida. - Qarshi, Nafas nashriyoti, 2010. –B. 4-5.

