



Жош ва Дотти Макдауэлл

# ЎСМИР БИЛАН ОЧИҚ СУҲБАТ

*ЎСМИРЛАР БИЛАН ЖИНСИЙ АЛОҚА МАВЗУСИДА ҚАЙ ТАРИҚА ГАПЛАШИШ МУМКИН?*

## Мундарижа

|                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Жош Макдауэлл .....                                                                       | 2  |
| Ўсмир билан очик суҳбат .....                                                             | 2  |
| Мундарижа.....                                                                            | 2  |
| 1 боб.....                                                                                | 5  |
| Биргина ҳаракат билан.....                                                                | 5  |
| 2 боб.....                                                                                | 12 |
| Жинсий алоқа Худога монанд қилиб яратилган одамга берилган .....                          | 12 |
| 3 боб.....                                                                                | 16 |
| Жинсий алоқа: никоҳ доирасидаги лаззат .....                                              | 16 |
| 4 боб.....                                                                                | 22 |
| Яқин муносабатлар доирасида жинсий алоқа ҳақида қандай гапириш мумкин? .....              | 22 |
| 5 боб.....                                                                                | 29 |
| Яқин муносабатлар қуриш учун ғиштлар.....                                                 | 29 |
| 6 боб.....                                                                                | 35 |
| Болангизнинг ҳатти-ҳаракатига ким ёки нима таъсир қилади?.....                            | 35 |
| 7 боб.....                                                                                | 37 |
| Болангиз жинсий алоқа ҳақида кимдан билишни хоҳлайди? .....                               | 37 |
| 8 боб.....                                                                                | 38 |
| Фарзанд билан жинсий алоқа ҳақида гаплашиш нега зарур? .....                              | 38 |
| 9 боб.....                                                                                | 39 |
| Жинсий алоқа ҳақидаги суҳбатлар болани бу борада тажриба қилиб кўришга ундамайдими? ..... | 39 |
| 10 боб.....                                                                               | 40 |
| Қайси ёшда жинсий алоқа ҳақида гаплашиш “вақти келади”? .....                             | 40 |

|                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 11 боб.....                                                                                             | 43 |
| “Жиддий суҳбат” қилишга уриниш керакми? .....                                                           | 43 |
| 12 боб.....                                                                                             | 45 |
| Фарзанд билан жинсий алоқа ҳақида гаплашилмаса, нима рўй бериши мумкин? .....                           | 45 |
| 13 боб.....                                                                                             | 47 |
| Жинсий алоқа мавзуси болангизда ҳаддан зиёд қизиқишни уйғотсачи? .....                                  | 47 |
| 14 боб.....                                                                                             | 49 |
| Тананинг айрим аъзоларига “лақаб” қўйилишига қандай қарайсиз? .....                                     | 49 |
| 15 боб.....                                                                                             | 50 |
| Бунинг учун қанча билим керак? .....                                                                    | 50 |
| 16 боб.....                                                                                             | 52 |
| Балки, айрим мавзуларни ҳар ҳолда тушириб қолдириш маъқулдир? .....                                     | 52 |
| 17 боб.....                                                                                             | 53 |
| Фарзанд билан жинсий алоқа ҳақида қанчалик тез-тез гаплашиб туриш керак? .....                          | 53 |
| 18 боб.....                                                                                             | 55 |
| Агар болам билан нуқул битта мавзуда гаплашаверсам, у мени мижғов одамга чиқариб қўймайдими? .....      | 55 |
| 19 боб.....                                                                                             | 60 |
| Болангиз нималар билан машғул эканини қанчалик тез-тез кузатиб бориш керак? .....                       | 60 |
| 20 боб.....                                                                                             | 64 |
| Фарзандингизни назорат қилиш унинг шахсий дунёсига бостириб кириш ҳисобланадиган чегара қаерда? .....   | 64 |
| 21 боб.....                                                                                             | 65 |
| Болангизнинг “биринчи севгиси”га қандай муносабат билдириш керак? .....                                 | 65 |
| 22 боб.....                                                                                             | 66 |
| Фарзандга жинсий алоқа борасида қандай қоида ёки чегараларни ўрнатиш зарур? .....                       | 66 |
| 23 боб.....                                                                                             | 70 |
| Ўсмирларнинг никоҳгача “тоқат” қилишлари ҳақидаги фикрлар ҳаққонийликка мос тушадими? ..                | 70 |
| 24 боб.....                                                                                             | 72 |
| Фарзандни қарама-қарши жинс вакиллари билан ўзини тўғри тутишга қандай ўргатиш мумкин? ..               | 72 |
| 25 боб.....                                                                                             | 73 |
| Очиқ мазмундаги СМС-хабарлар жўнатилишига қандай ёндашиш лозим ва бу борада нималар қилмоқ керак? ..... | 73 |
| 26 боб.....                                                                                             | 75 |
| Фарзандингиз жинсий босимга қаршилик кўрсатиши учун унга қандай ёрдам бериш мумкин? .....               | 75 |
| 27 боб.....                                                                                             | 77 |

|                                                                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Фаол жинсий алоқада бўлган йигит ёки қиз ўз ҳаётларини қандай қилиб покиза тарзда бошлашлари мумкин?.....                               | 77 |
| 28 боб.....                                                                                                                             | 79 |
| Кўпчилик болалар орал жинсий алоқанинг жинсий алоқа эканлигига ишонишмайди. Уларнинг бу янглиш фикрларини қандай тарқатиш мумкин? ..... | 79 |
| 29 боб.....                                                                                                                             | 81 |
| Болангизнинг ўзига берадиган соғлом баҳоси уни никоҳгача бўладиган жинсий алоқадан қай тарзда химоя қилади? .....                       | 81 |
| 30 боб.....                                                                                                                             | 83 |
| Фарзанди билан жинсий алоқа ҳақида гаплашадиган доно ота-она бўлишнинг олти та усули.....                                               | 83 |
| Изоҳ .....                                                                                                                              | 90 |

*Худонинг жинсий алоқага доир мақсадини ўз болаларига жасорат, қатъият ва севги ила тушунтирадиган ва бу вазифани тез-тез ҳамда бутун тарбиявий жараён давомида амалга оширадиган ота-оналар учун*

## БИРГИНА ҲАРАКАТ БИЛАН

*Жинсий алоқа.* Айримлар бу сўзни “ифлослик” дея ҳисоблашади, бошқалар учун - ажойиб, яна кимлардир учун эса бу овоз чиқариб айтилмайдиган ва нималаргадир ундовчи ...ғаламисликдек бўлиб туюлади. Сиз бу сўзга қай тариқа ёндашманг, жинсий алоқа - нозик ва айни вақтда ўта муҳим масаладир. Жинсий алоқани мўъжизавий, аммо эҳтиёткорона муносабат талаб этадиган қудратли куч дея ҳисоблайдиган кишилар (масалан, ота-оналар ёки ёшлар етакчилари) учун бу, яъни жинсий алоқалар балоғатга етмаган инсонларга анчайин безовталиқ келтириб чиқарадиган масала ҳисобланади.

Агарда қандайдир бегона одам фарзандингизнинг ётоқхонасига ҳар куни сукилиб кираверса, сиз ташвишга тушган бўлармидингиз? Мабодо бу ёвуз одам доимо унга жинсий алоқа ҳақидаги бузуқ, умуман эса бутунлай нопок тасаввурларни сингдираётган бўлса-чи? Хўш, агар мана шу каби “билим” қачондир фарзандингизни гуноҳ йўлига бошласа-чи? Шубҳам йўқки, агар бу аблаҳ унинг қалбини ва онгини сурбетларча хароб қилса сиз даҳшатга тушган бўлардингиз, дарғазаблиқ туйғусини ҳис қилардингиз.

Биз қандай хатарни назарда тутаётганимизни тушунтиришимиздан аввал, ўзимиз ҳақимизда қисқача гапириб беришимизга ижозат этинг. Биз, тўрт фарзандни тарбиялаётган Жош ва Дотти, гарчи мазкур масала борасида хавотир учун жиддий сабаблар бўлса-да, бу китобни сизни қўрқувга солиш учун ёзмадик. Бизнинг биринчи навбатдаги мақсадимиз - фарзандингиз баъзан тўқнаш келадиган ҳолатларга пухта ўйланган қаршилик кўрсатиш услубини сизга таклиф этишдан иборатдир. Бундан ташқари, биз фарзандингизни жинсий алоқа тўғрисидаги соғлом (покиза) тушунчалар билан қандай тарбиялаш мумкинлиги ҳақидаги самарали усулларни сизга етказишдан умидвормиз.

Нимаики деманг, жинсий алоқа - ажойиб нарса! Қойилмақом! Шунчалик ажойибки, сўз билан тасвирлашнинг иложи йўқ! Худо уни шу тарзда яратган. Ҳар ҳолда, улғайиб бораётган ўғил ёки қизингиз Худонинг жинсий алоқага доир мақсадини тўғри англаб, келажакда ундан, айнан Худо ўйлаб қўйганидек, роҳатланишини истасангиз керак. Шу боис, мабодо қандайдир ахлоқи бузуқ одам болангизни Худонинг ажойиб тухфасидан ўзига зиён етказиш йўлида фойдаланишга ундаса, бу сизнинг қалбингизни вайрон қилган бўларди.

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, масиҳий ота-оналар ва жамоат етакчилари орасидаги энг биринчи қўрқув шундан иборатки, дунёвий тасаввур ва жинсий алоқа борасида ҳамма ёқда ҳукмронлик қиладиган тартибсизлик турли хил равишда болаларимизнинг онги ва қалбига ўз таъсирини кўрсатмоқда. Албатта, ўзимиз ҳам бундан чўчиганмиз. Бундай қўрқув туфайли ҳаракатга тушган кўплаб ота-оналар масиҳийча янги мактаблар очилишига ёрдам беришмоқда ва бор кучлари билан бу мактаблар ривожига ҳисса қўшмоқдалар, кўпчилик ўз фарзандларини ёзги масиҳий оромгоҳларига юбормоқда. Ҳозир уйда таълим олиш ҳар қачонгидан кўра оммабоп бўлиб қолди. Айрим жамоатлар ёшларга оид дастурлари билан юксак кўрсаткичларга эришмоқдалар, оилалар айнан шундай жамоатларга қатнашни бошлаб юборишган. Шу тариқа, ота-оналар замонамизга хос дунёвий маданиятнинг барбод қилувчи таъсиридан ўз болаларини ҳимоя қилишга умид боғлашмоқда.

Аслида эзгулик йўлидаги барча бу эҳтиёткорликлар кўплаб ота-оналар ва мураббийлардаги ҳушёрликни сусайтиради, зеро масиҳий оилаларда улғаяётган, яхши жамоатларга қатнаётган ва катталар назорати остидаги кўнгилхушликларда иштирок этаётган фарзандлар вайронкор таъсирлардан тўлиқ ҳимоя қилингандек туюлишини табиий ҳолдек қабул қилиш мумкин.

Шунга қарамасдан, бугунги кунда болалар кўпроқ таваккалчилик гирдобига тушиб қолишган, айтайлик, ўн йил аввалгига нисбатан. Бундай ҳодисанинг сабаби шундаки, жамият айнан ҳозир ижтимоий алоқа воситаларининг қизгин ривожланиш жараёнини бошдан кечирмоқда, бу эса болаларимизда ахлоқан тор, бузуқ тасаввурлар ҳосил бўлишига замин яратмоқда ва фарзандларимиз бу тасаввурларни аввалги даврларга нисбатан янада нозикроқ ёшда қабул қилишмоқда. Бунинг учун улар ҳаттоки ўз уйлари ва шахсий хоналаридан ташқарига чиқишлари ҳам шарт эмас. Мана, биз бу китобда қандай “зарарқунанда”, қандай хавф-хатар ҳақида сўз юритамиз.

## ИЖТИМОЙ ОММАВИЙ ТАРМОҚЛАР ЖАБҲАСИДАГИ ИНҚИЛОБ

Аввалги даврларда дунё ёш авлодга радио, телевидение, кино, босма нашрлар ва шунга ўхшаш воситалар орқали ўз таъсирини ўтказган. Агар ота-оналар фарзандининг нималарни эшитиб, кўраётгани ва ўқиётганини назорат остига олсалар, уни қайсидир бир даражада дунёвий чиркин таъсирлардан ҳимоя қилишларига ишонишлари мумкин эди. Бироқ ижтимоий тармоқлар жабҳасидаги бугунги инқилоб вазиятни тубдан ўзгартириб юборди. Замонавий дунёвий маданият ўн йил аввал ҳеч ким эшитмаган воситалар орқали болаларимиз ҳаётига бостириб кирмоқда. Мана, мисол учун Интернетнинг ўтган ўн йилликдаги ўсиб бораётган таъсирини кўрсатадиган нисбий жадвални олайлик (кўрсаткичлар АҚШ аҳолисига нисбатан берилган).

| 2000 йилда                                                                         | 2010-2011 йилларда                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| интернетдан ўрта даражада фойдаланувчи ҳафтасида 2,7 соат вақтини онлайнда ўтказди | ўрта даражада фойдаланувчи ҳафтасида 18 соатни онлайнда ўтказди                      |
| ҳар куни Google излаш тизимига 100 миллион савол берилади                          | ҳар куни Google излаш тизимига 2 миллиард савол берилади                             |
| ҳар куни 12 миллиард электрон хабарлар жўнатилади                                  | ҳар куни 247 миллиард электрон хабарлар жўнатилади                                   |
| 12 минг фаол блоглар рўйхатга олинган                                              | 141 миллион фаол блоглар рўйхатга олинган                                            |
| iTunes орқали кўчирмалар бўлмаган                                                  | iTunesдан 10 миллиард кўчирмалар амалга оширилган <sup>1</sup>                       |
| Twitter орқали твитлар бўлмаган                                                    | Twitter орқали 25 миллиард твитлар амалга оширилган <sup>2</sup>                     |
| YouTube орқали ҳар кунлик видео кўрсатмалар бўлмаган                               | YouTube орқали ҳар куни 4 миллиард видео кўрсатувлар узатилган <sup>3</sup>          |
| YouTube орқали видеоматериаллар кўчириб олинмаган                                  | YouTube орқали ҳар дақиқада 60 соатлик видеоматериаллар кўчириб олинади <sup>4</sup> |
| Facebook орқали бирорта фойдаланувчи рўйхатга олинмаган                            | Facebook орқали 845 миллион фаол фойдаланувчилар рўйхатга олинган <sup>5</sup>       |
| Википедияда бирорта ҳам мақола йўқ                                                 | Википедияда 20 миллион мақола берилган                                               |

2010 йилда Facebookда 250 миллиондан ортиқ фойдаланувчи рўйхатга олинган бўлиб, ҳар ойда 30 миллиард контент умумий намоишга қўйилган<sup>6</sup>. Мабодо Facebook мамлакат бўлганида, у аҳоли сони жиҳатидан дунёда учинчи ўринда турган бўларди.

Facebookда 20 миллионга яқин болалар ва ўсмирлар рўйхатга олинган. Улардан 7,5 миллиони ўн уч ёшга тўлмаган, 5 миллиони ўн ёшдан кичик болалардир<sup>7</sup>. Айрим кузатувларга кўра, Facebook яқин вақтда барча ижтимоий тармоқлардан фойдаланувчиларнинг 90 фоизини ва АҚШдаги Интернетдан фойдаланувчиларнинг 57,1 фоизини ўзига жалб этади. 2013 йилга келиб интернетдан фойдаланувчиларнинг 62 фоизи ва АҚШ аҳолисининг ярми Facebookда рўйхатдан ўтиши кутилмоқда<sup>8</sup>.

Агар видеоконтентга эътибор қаратсак, e-Marketer баҳолашига кўра, 2011 йилда ўн икки ёшгача бўлган 50 миллион америкалик болаларнинг деярли 12 миллиони (бу 25 фоизига яқин) “онлайн видео” кўришган. 2015 йилга келиб, уларнинг 70 фоизга етиши кутилмоқда<sup>9</sup>. “Harris Interactive” тадқиқот компанияси ўтказган сўровларга кўра, 2010 йилда йигирма ёшга тўлмаган, аммо онлайнда ҳар куни камида бир соат вақт ўтказадиган болалар сони 61 фоиздан 76 фоизгача ортади<sup>10</sup>.

Интернет оммавий ахборот воситаси сифатида болалар аудиторияси ўртасида ҳатто телевидениедан ҳам ўзиб кетади<sup>11</sup>. АҚШ Маориф Вазирлигининг тадқиқотлари шуни кўрсатдики, тўрт ёшдан олти ёшгача бўлган болаларнинг 27 фоизи Интернетга кириш имконига эга<sup>12</sup>. Бугунги кунда ҳатто болалар боғчаларида ҳам асосий ўқув анжومي ёзув тахтаси ва бўр эмас, балки iPad ҳисобланади.

Ижтимоий тармоқлардаги ривожланиш одамларни бирлаштиради, уларга ўзаро мулоқотнинг ўн ёки йигирма йил аввал ҳеч ким ҳатто тасаввур ҳам қилмаган имкониятларини беради. Агар болангизнинг

бутун тармоқ бўйлаб хоҳлаган киши билан чекланмаган тарздаги мулоқоти сизда ташвиш уйғотаётган бўлса, бунинг асосли эканлигини айтиш лозим. Замоनावий дунё маданиятида болаларимизга бир зумдаёқ Интернетга кириш имкониятлари берилишининг хавфли тарафлари ҳам мавжуд.

## ЁПИШҚОҚ АҲЛОҚСИЗЛИК

Биз ота-оналар ва жамоат етакчилари ўсмирлар ва қизларнинг жинсий алоқа борасида Муқаддас Китоб тушунчаларини бутун қалб билан қабул қилишларини истаймиз. Биз Худонинг режасига мос равишда улар ўз вақтида, яъни қонуний никоҳ тузиб, жинсий ҳаётдан баҳра олишларини хоҳлаймиз. Бундан бор-йўғи ўн-ўн беш йил муқаддам ота-оналар, яқшанба мактаби ўқитувчилари, чўпонлар ёшлар нимани кўриб нималарни эшитаётганини, уларнинг жинсий алоқа ҳақидаги тушунчалари асосида нималар ётганлигини назорат қилиб, ҳаётий қарашларига тўлақонли таъсир кўрсатишлари мумкин эди. Биз шунчаки айтиб қўйишимиз мумкин эди: “Бизнинг уйда бундай йўналишдаги теледастурлар томоша қилинмайди ва мана бу каби китоблар ўқилмайди”. Биз шу тариқа ўз болаларимизни оммавий ахборот воситаларининг вайронкор таъсиридан ҳимоя қилишимиз мумкин эди. Улар қўшнилари ёки дўстлари олдида бормоқчи бўлганларида хавотирга тушмасдик, негаки болаларимизнинг мулоқот доирасини уларнинг қарашларига мос келадиган одамлар билан шакллантиргандик.

Бироқ бугунги кунда йирик ҳисобда назорат дастагини қўлдан бой бериб қўйдик. Ҳозирги кунда аҳлоқсизлик ва бузуқчилик болаларимиздан биргина хитоб нарида бўлиб қолди. Бола смартфон, iPad ёки ноутбукнинг тугмачасини бир марта босса бас, порнографик мазмунда ҳатто ўзи тасаввур ҳам қилолмайдиган энг даҳшатли фото ва видеолар унга ёғилиб келади. Бундан бир неча ўн йиллар аввал бу каби тасвирлари бор бўлган журналлар яширинча сотилган, уларни уйларга қорамтир пакетларда олиб кетишарди. Аксарият эркаклар уларни кўчада шундай нашрлар билан кимдир кўриб қолишини истамаган. Бугунги кунда порнография барча учун очик, хусусан, фарзандингизга ҳам, бу эса ҳеч кимни таажжубга солмайди.

Аҳлоқсиз жинсий алоқа контентини кўпчилик кўриб бормоқда, хусусан, замоनावий ёшларнинг талайгина қисми ҳам. “Family Safe Media” ўтказган тадқиқотларга кўра, порнографияни интернет орқали томоша қилувчиларнинг ўртача ёши - 9 ёш<sup>13</sup>. Шу билан биргаликда, бу мавзудаги очик манбалар ниҳоятда кўп. Ҳар куни 68 миллион сўров бериладиган 5 миллионга яқин порносайтлар мавжуд<sup>14</sup>. Ҳар куни Тармоқ бўйлаб порнографик мавзудаги деярли 2, 5 миллиард электрон хатлар тарқалади<sup>15</sup>.

2009 йилда 29 минг шимолий америкалик талабалар билан ўтказилган сўровномаларга кўра, 51% эркаклар ва 32% аёллар порнография билан ҳали балоғат ёшига етмасдан тўқнаш келганлари маълум бўлган<sup>16</sup>. “Табиат ва интернет-порнографиянинг ёшларга динамик таъсири” номли журнал мақоласида маълум қилинишича, 93% ўсмирлар ва 62% ёш қизлар Интернет орқали порнография билан ўн саккиз ёшга тўлмасдан аввал танишганлар. 83% ўсмирлар ва 57% қизлар Интернет орқали гуруҳ бўлиб жинсий алоқа қилишни, 69% ўсмирлар ва 55% қизлар бесоқолбозлик ёки аёлларнинг ўзаро ҳирсий яқинлашувларини, 39% ўсмирлар ва 23% қизлар кишанбанд ҳолатда жинсий алоқа қилиш саҳналарини кузатишган<sup>17</sup>.

“Washington Post” ўтказган тадқиқотларга кўра, 11 миллионга яқин ўсмирлар мунтазам равишда порнографик сайтларга мурожаат қилишади<sup>18</sup>. “Focus on the Family” ташкилотининг сўровлари шуни кўрсатдики, 47% ота-оналар порнографияга берилиб кетишни ўз оилаларидаги жиддий муаммо деб билишади<sup>19</sup>, айтиш лозимки, сўровда асосан масиҳий оилалар иштирок этган.

## БУ КИМНИ ТАШВИШГА СОЛАДИ?

Бундан бир неча ўн йиллар муқаддам юзага келган вазиятдан фарқли тарзда, аксарият замоनावий ўсмир йигит ва қизлар порнографик маҳсулотларга мурожаат этишда ҳеч қандай ножўялик йўқ деб билишади. Кенг миқёсдаги тадқиқотларнинг кўрсатишича, ўн саккиз ёшдан йигирма олти ёшгача бўлган 67% эркаклар ва 49% аёллар эротика ва порнографияга бўлган қизиқишни тўлиқ маъқуллашади<sup>20</sup>.

Шубҳасизки, сизлар ғамхўр ота-она сифатида ўз болаларингиздан жинсий алоқа мавзусидаги сайтлардан узоқроқ бўлишларини сўрайсиз. Сиз масъулиятли ва узоқни кўзлаган инсон сифатида ҳаттоки интернет-контентни тозалаш ва ўз компьютерингизда назорат дастурини таъминлашингиз мумкин. Буларнинг ҳаммаси зарурий чора-тадбирлардир.

Бироқ фарзандингиз дўстларининг олдида борганида улар ўз қўл телефонларини ишга туширсалар нималар содир бўлади? Хўш, уларнинг ота-оналари барча уй электрон гаджетларини жинсий алоқага йўналтирилган контентлардан хавфсиз ҳолатга келтиришганми? Муаммо шундаки, жинсий алоқага йўналтирилган ва шу билан биргаликда, асосан бузуқчиликдан иборат контент барча киберхудудларга

суқилиб кирган, сиз ҳатто номақбул йўналишдаги маълумотларга тўсиқ қўйишга уринганингизда ҳам ундан қочиб қутулиш қийин.

Кўшимча қиламизки, ҳар ойда Интернетдан фойдаланувчилар порнографик йўналишдаги деярли 1,5 миллиард ҳажмдаги маълумотларни (бир компьютердан бошқасига юбориш орқали) юклаб олишади<sup>21</sup>, улардан кўпчилиги “оилавий филтрлар”да аниқланмайди. Аслида бола порнографик фото ва видеоларни шундай тарзда кўчириб олиши ҳам мумкинки, ота-онаси бу ҳақда ҳатто билмай қолишади.

Бугунги кунда бузуқ жинсий алоқалар ҳақидаги очик материаллар ҳаддан зиёд кўп бўлиб, қанчалик даражада ҳирсни кўзғатишидан қатъий назар, ёшларнинг сезги қобиляятлари пасайишига сабаб бўлмоқда. Бундан ташқари, ўзаро яқинликка олиб келиши ва никоҳ муносабатларида роҳат бахш этиши шарт бўлган жинсий алоқалар ҳақида тўғри тасаввурга ва бу борада муайян чегаралар бўлиши зарурлиги ҳақидаги тушунчага эга бўлиш ўрнига, ёшлар гўё барча улар ўйлаётгандек иш кўраётганларига, боз устига, бунинг ҳеч бир оқибати бўлмаслигига ишона бошлайдилар. Мана, қандай ўй-хаёллар унга киберхудуд орқали тобора аниқ сингдирилмоқда.

Кўпчилик ўсмир йигит ва қизлар бу каби очик материалларга шунчалик даражада лоқайд бўлиб қолдиларки, масалан, уни рўза билан боғлаш ёки ўзаро ифвогарона фотосуратлар алмашиш каби номақбул ҳазиллар қилишни ҳеч бир ноўринлик дея ҳисобламай қўйишди. Ҳар ўнта ўсмирдан тўрттаси бир-бирларига жинсий алоқа қилишга ундайдиган фикрлар уйғотувчи хабарлар юбориши сизга маълумми? 39% ўсмир йигитлар ва 38% ёш қизлар дастлаб бошқа кимгадир юбориш учун ёзилган жинсий алоқага доир SMS-хабар ёки электрон хатларни ўзлари ҳам ўқиб кўриш истагида эканликларини билдиришган<sup>22</sup>.

Болаларимиз назарида, уларнинг ўз тенгдошларини ҳам назарда тутган ҳолда, бутун дунё никоҳ давригача жинсий алоқа билан машғул бўлаётгандек туюлиши шубҳасиз. Албатта, биз ота-оналарга маълумки, ҳамма ҳам “бундай қилмайди”, лекин болаларимиз тасаввурида айнан шундай. Тақдир ҳазилига кўра, кўпгина катта ёшли масиҳийлар фарзандларига бу муаммолардан *ҳеч бири* дахл қилмаганига ишонади, айни вақтда эса уларнинг фарзандлари *ҳамманинг* “шундай қилишига” ишончлари комил. Бу бир-бирини ўзаро рад этадиган нуқтаи назар жуда кенг тарқалган.

Мен (Жош) яқинда бир Хушхабар ташкилоти томонидан ташкил этилган конференцияда ўзимнинг “Яланғоч далиллар” китобим юзасидан икки соатлик семинар ўтказдим. Ушбу чиқишимда болаларни ҳам қўшган ҳолда жами бир минг саккиз юз одам иштирок этди. Кейинги уч кун давомида ушбу ташкилотнинг ўнта ходими менга айтдиларки, бунда қатнашган болалардан камида биттаси (ҳаммаси ўн тўрт ёшдан кичик) Интернет орқали порнографияга қизиқиши борлигини тан олган. Ҳар битта ота-она бу ҳақда гумон қилмагани учун ҳам изтиробга тушган эди.

Яқинда ўтказилган руҳонийлар конференциясида мен шу мавзуга яна тўхталдим. Маърузамдан сўнг бешта чўпон ўзларидаги муаммоларни баҳам кўриш учун олдимга келишди.

Биринчи чўпон: “Мен ҳозиргина иккита ўғлим (улардан бири ўн тўрт, бошқаси ўн саккиз ёшда) Тармоқдаги порнографияга иштиёқманд бўлиб қолганларидан хабар топдим”. У ўзи ҳам ўн бир йил мобайнида шундай муаммога эга бўлганини тан олди.

Иккинчи чўпон: “Мен ўтган ҳафтада ўн етти ёшли ўғлимнинг қиз ўртоғи ундан ҳомиладор бўлиб қолганини ва ўн беш ёшли қизимда ҳам ҳомила борлигини билиб қолдим. Яқинда бир вақтнинг ўзида иккита неварам бўлади! Нима қилсам экан-а?” У ўғлининг порнографик роликларни мунтазам кўрганини айтиб берди.

Учинчи чўпон (ёшлар чўпони): “Менинг ўн тўрт ёшли қизимни (масиҳий) мактабидаги ўғил болалар орал жинсий алоқа қилишга кўндирмоқчи бўлишган”.

Тўртинчи чўпон: “Яқинда саккиз ёшли ўғлим ишхонадаги компьютер орқали порнографик видео томоша қилаётганини кўриб қолдим”.

Бешинчи чўпон: “Маълум бўлишича, менинг беш ёшли ўғлим тўрт ёшдан бошлаб порнография томоша қиларкан”. Бечора ота буни билиб қолгач руҳияти тушиб кетганди.

Бу барча бешта суҳбат мен минбардан токи машинамга етиб борган йигирма дақиқалик вақт оралиғида бўлиб ўтди.

Ҳали машинамга ўтирмасимдан аввалроқ бир нотаниш ўсмир қўлимдан ушлаб умидсиз оҳангда шундай деди: “Жаноб Макдауэлл, илтимос, мен учун ибодат қилолмайсизми? Мана уч йилдирки, порнографияга берилиб кетганман, у эса қалбимни бузаяпти!”

Бундан бир неча йиллар муқаддам мени Шимолий Америкадаги энг нуфузли ва йирик Хушхабар мактабларидан бирида жинсий алоқа ва севги муносабатлари ҳақида ваъз ўқишим учун таклиф этишди. Маъмурият менинг розилигимни хурсандчилик билан қаршилади, фақат мендан шу заҳотиёқ орал жинсий алоқа мавзусига тўхталмаслигимни сўрашди. “Бизда бундай муаммо йўқ, - дейишди менга. -



Мабодо сиз бу ҳақда гапириб қолсангиз, болаларда носоғлом фикр пайдо бўлиб, буни синаб кўришни исташлари мумкин”.

Бу илтимос менга жўн ва беаъниликдек туюлди, аммо мактаб маъмуриятига бўлган ҳурматим боис улар айтганини бажардим. Маърузамни эндигина яқунлаган эдимки, атрофимда ўнлаб болалар йиғилиб, мени саволларга кўмиб ташлашди. Саволларнинг деярли барчаси орал жинсий алоқага тегишли эди. “Бу ҳам жинсий алоқа ҳисобланадими?”, “Бу нотўғрими?”, “Шу орқали касалланиб қолиш мумкинми?” Ва шу каби саволлар яна ва яна берилди.

Мен ушбу мактабнинг директори ўз ўқувчилари айтаётган гапларни эшитишини истардим. Кўчага чиққанимда кўринишидан кичик синфларда ўқийдиган учта ўсмир ва иккита қизча олдимга келиб сўрашди: “Нега сиз орал жинсий алоқа ҳақида ҳеч нима демадингиз?”

Бу ҳақда гапирмаслигимни илтимос қилишганини айтмасликка қарор қилдим, бунинг ўрнига улардан сўрадим: “Хўш, нима гап ўзи? Бу ерда шунга алоқадор муаммолар борми?” “Умуман олганда йўқ”, - жавоб қайтаришди менга. “Бу яхши-ку”, - дея хурсанд бўлганимда улар бидирлаб қолишди: “Ҳеч қандай муаммо йўқ, фақат ҳамма шундай қилади, холос”. (Ҳар ҳолда болалар ҳам анча ошириб юборишди.)

Мен улардан айтган гапларини тушунтириб беришларини сўрадим. “Сизга айтсак, - дейишди улар, - мактабимизда ўқийдиган йигит агар орал жинсий алоқани хоҳласа, қизнинг олдида бориб шундай дейди: “Тако хоҳлайсанми?”<sup>а</sup> “Тако” уларнинг кодли сўзи экан. “Агар қиз рози бўлса, - болалар менга тушунтиришда давом этишди, - улар мактабнинг ўзидаги бирорта жойда беркиниб, орал жинсий алоқа қилишади. Бироқ дарсдан сўнг йигит қизни “Тасо Белл”га<sup>б</sup> олиб бориб унга тако олиб бериши шарт”.

Бу болаларнинг гапига кўра, орал жинсий алоқа улар учун - оддий ҳодиса. Мабодо мактаб раҳбарияти гапларига ишонсак, ўқувчилар орасида орал жинсий алоқа мавжуд эмас бўлиб чиқади. Кўплаб ота-оналар ҳамда жамоат етакчиларининг ўз бошқарувларидаги ёшлар ҳақидаги фикрлари ва болалар билан аслида нималар юз бераётгани ўртасидаги фарқ мени кўрқувга солади. Албатта, биз ўғил-қизларимизнинг жинсий алоқага доир қандайдир фаолиятга аралашиб қолишларини ва уларнинг онги жинсий алоқа борасида тор тушунчаларга ўралашиб қолиши ҳақидаги фикрни ҳаёлимизга келтиришни ҳам истамаймиз. Аммо ҳақиқатдан қочиб қутулиб бўлмайди: болаларимиз замонавий дунё маданиятнинг вайронкор таъсирига мубтало бўлишмоқда ва биз бунга қарши кураш олиб боришимиз керак.

## БИЗ НИМАЛАРНИ ҚЎЛЛАШИМИЗ МУМКИН?

Энг мукаммал чора - Интернет ривожланишини орқага суриш бўлиб туюлади. Аммо бунинг иложи йўқ ва бундай қилиш керак ҳам эмас. Айрим кузатувларга кўра, кейинги ўн икки ой мобайнида икки юз миллиондан кўпроқ киши интернет орқали Исо Масиҳнинг таълимотини ўзлари учун кашф этишди. Демак, барчаси учун замонавий ахборот тармоғини айблаш керак эмас: ёвузликнинг илдизи унда эмас. Улар фақатгина бир қурол бўлиб, болаларимиз ҳаётида эзгуликни ёхуд вайронкор оқибатларни келтириб чиқариши мумкин.

Гарчи кескин қарор бўлсада, фақат масиҳийлар яшайдиган узоқ бир оролга қочиб кетиб вазиятдан чиқиш мумкин. Ўша ерда болаларимизни дунёвий маданиятдан узоқда тарбиялашимиз мумкин. Бироқ бу ҳам биз билан ҳамнафас яшаётган оммавий ахборот воситаларида туб инқилоб қилиш бўлган чақириқдан кўра ҳаётӣроқ чора эмас. Хўш, биз нималарни қўллашимиз мумкин?

**1. Биз мавжуд воқеликни тан олишимиз керак:** Бизнинг болаларимиз замонавий дунё маданиятининг жинсий алоқа ҳақидаги тор тушунчаси бераётган салбий таъсирга дучор бўлмоқдалар. Бундан буён ҳаётӣй воқеликка кўз юмиш мумкин эмас. Бир ёшгина она айтганидек, “шундай тасаввур борки, гўё биз болаларимизни Лас-Вегаснинг нақ марказида тарбияламоқдамиз”. Демак, муаммони ҳал этишнинг биринчи қадами - муаммонинг ҳақиқатдан ҳам мавжудлигини тан олишдир.

**2. Биз жинсий алоқа ҳақидаги тор ва бузук тасаввурга қарши туришимиз керак,** чунки улар нотўғри тасаввурларни шакллантиради, бунинг ўрнига фарзандларимизга жинсий алоқа ҳақидаги тўғри, соғлом тушунчаларни беришимиз лозим. Дейлик, сизда етти ёшдан катта болаларингиз бор ва ҳозиргина улар билан жинсий алоқа ҳақида суҳбат қурдингиз. Айни вақтда эса, улар замонавий дунё маданияти билан тўқнашиб, бу ҳақда муайян маълумотлар олишган ва уларнинг жинсий алоқа борасидаги тушунчалари ҳар ҳолда тор ёки бузук, яъни сиз умид қилган тушунчалардан кескин фарқ қилади.

Бундай ҳолатда болаларингизга жинсий алоқа нима эканлиги ва нима учун Худо томонидан яратилганини қайтадан тушунтиришингиз лозим. Аксарият ҳолларда Худонинг жинсий алоқага доир мақсадига мос келадиган тушунчани уларга англатиш учун сиз бу борада фарзандларингиз эгаллаб олган

<sup>а</sup>Турли масаллиқлар солинган маккажўхори ёки бугдойдан тайёрланган кулча (мексикача анъанавий таом).

<sup>б</sup>Тез овқат ресторанлари халқаро тармоғи.

маъно-моҳиятга муҳим тузатмалар киритишингиз лозим. Агар болаларингиз ҳали жуда ёш бўлса, ҳар ҳолда атрофдаги дунё бунни қилишидан аввал, улар билан жинсий алоқа ҳақида биринчи бўлиб гаплашиб олишингиз керак. Бироқ бу мавзуга жуда барвақт мурожаат қилиш лозим.

Болаларга Худонинг жинсий алоқага доир мақсадини тушунтириш учун, биз ота-оналар ва жамоат етакчилари, ўзимиз биринчи навбатда Худо бизни нима учун жинсий алоқага дахдор қилиб яратганини англашимиз керак. Биз жинсий алоқанинг ҳақиқий вазифасини ва тоза жинсий алоқа аслида нимани англайтишини, нега жинсий яқинликда муайян чегаралар қўйилганини ва нима учун ўзаро севги Худонинг кенг қамровли мақсадида муҳим қимматбаҳо гавҳар эканлигини тушунишимиз лозим. Мана шундай тушунчалар билан бизда фарзандларимизга жинсий алоқа нима эканлигини сўзлаб бериш (ёки янгидан тушунтириш) учун Муқаддас Китобнинг етарлича контекстлари пайдо бўлади. Бундай тушунча ўз оиламизга жинсий ҳаётга соғлом (илоҳий) нуқтаи назарни қувонч билан етказишимизга ёрдам беради. Биз бу ҳақда китобимизнинг “Жинсий алоқа – Худо мақсадининг бир бўлаги” деб номланган биринчи қисмида сўз юритамиз.

**3. Худонинг жинсий алоқага доир мақсади йўлида фарзандларимиз учун фаол мураббийлар бўлишимиз керак.** Бунинг учун қимматли амалий жиҳозлар китобимизнинг “Сухбатлашмоғингиз учун маслаҳат ва ғоялар” номли иккинчи қисмида таклиф этилган. Қисқача боблардаги бой намуналар орқали мураккаб саволларга жавоблар берилган ва сиз тўқнашган ёки тезда тўқнашадиган қўплаб муаммоларни ҳал этишнинг усуллари таклиф этилган. Биз биргаликда ўз болаларимизни Худонинг ажойиб инъоми - жинсий алоқа билан қандай таништиришнинг ажойиб имкониятларини кашф этамиз.

Биз ўзимизнинг ота-оналик бурчимизни аъло даражада уддалаб қўйдик дея олмаймиз. Баркамол ота-оналарнинг ўзи мавжуд эмас. Аммо биз тўрттала фарзандимизни ҳам Унинг режасига асосан тарбиялаганимиз учун бундай ажойиб имкониятни берган Худога миннатдорчилик билдирамыз. Ҳозирда фарзандларимизнинг ўзлари оила қурганлар ва ота-она бўлишган, биз эса завқ-шавқ билан улар қандай муваффақият ила ўз болаларига - набираларимизга Муқаддас Китоб ғояларини бераётганини кузатамыз. Тетик бўлинг: сиз улашаётган Муқаддас Китобнинг севги ва жинсий алоқада қўлланиладиган қадриятлари аслида ҳам кейинги авлодга узатилиши мумкин, биз эса мазкур китоб сизнинг сабъ-ҳаракатларингизда кўмак беради деган умиддамыз.

# **ЖИНСИЙ АЛОҚА - ХУДО МАҚСАДИНИНГ БИР БЎЛАГИ**

## ЖИНСИЙ АЛОҚА ХУДОГА МОНАНД ҚИЛИБ ЯРАТИЛГАН ОДАМГА БЕРИЛГАН

Бу мафтункор кун бўлган. Барчаси шунчалик мукаммал кўринардик, бундан яхшиси бўлиши мумкин эмасдек туюларди. Ёркин нур сочаётган осмон остида, жаннат гуллари ва ўсимликлари орасида турли хил ҳайвонлар эркаланиб ётишарди. Бу ҳаммаси бекиёс гўзаллик акс этган суратни эслатарди. Бироқ бу жаннат боғида нимадир ҳануз йўқ эди, негаки илк одам, Одам Ато ушбу боғда ёлғиз, ҳамроҳсиз кезиб юрарди.

Шунда Худо айтди: “...Одамнинг ёлғиз бўлиши яхши эмас...” (Ибтидо 2:18). Бу ерда, бу ажойиб оламда, гуноҳ ҳали уятни ҳам, қалб оғриғини ҳам олиб келмаган жойда нимадир етишмасди. Одам Атонинг Худо билан муносабатлари жуда яхши эди. У ажойиб иш билан машғул бўлган, яъни мана шу мўъжизавий боғни парвариш қиларди. Унда озиқ-овқатлар роса кўп эди. Аммо эркакнинг ич-ичини бўшлиқ эгаллаганди, токи Худо ғаройиб бир мўъжизани яратмагунича, у бундай азобли бўшлиқнинг сабабини тушунтириб беролмасди.

У дастлаб Одам Атони чуқур ухлатиб қўйди. Одам Ато уйғонганида эса ўз тушунчасидан ҳам зиёд бўлган манзарани кўрди - бу мавжудот *хотин* дея аталарди.

Сиз Одам Атонинг таажжубда қафти билан кўзларини ёпганини ва бармоқлари орасидан унинг юзига қараганини тасаввур қилинг, бу чехра ўта мафтункор бўлиб унга абадий лол бўлиб қараш мумкин эди. Тасаввур қилинг-а, у қанчалик ҳайрат билан хотиннинг нафис ва хиромон қадам босишларини кузатган. Хотиннинг нафис бадани бекиёс гўзал эди! Одам Атонинг юраги қанчалик тез уриб кетганини бир тасаввур қилинг-а. Бу аёлнинг гўзаллиги, унинг муаттар ҳиди ва яқинроқ келиши Одам Атони шундай ҳис-туйғулар билан тўлдирдики, нафас олишга ҳоли қолмади. Аёл нега уни бу қадар ҳаяжонга солди? Кўзлар кўриб турганидан кўпроғини билиш - бирор аниқликка бўйсунмайдиган бу ташналик нима ўзи? Одамлар ана шу тариқа ўзларида жинсий алоқа дея номланган Худонинг мўъжизавий инъомини ҳис этишди.

Муқаддас Китобда ёзилганки, эндигина яратилган эркак ва аёл яланғоч бўлганлар. Улар жисман бир-бирларини истаганликлари аниқ. Ва табиийки, ҳеч қандай гуноҳсиз ёки уятсиз жинсий муносабатдан роҳат олардилар (қаранг: Ибтидо 2:25). Бироқ уларда бунчалик қизғин майл қандай ва қай сабабга кўра пайдо бўлди?

### ЖИНСИЙ МАЙЛ ҚАЁҚДАНДИР ОЛИНИШИ КЕРАК ЭДИ.

Куёш ва Ойни Худо яратганди. Унинг сўзи билан бепоён уммонлар, хушманзара қўллар, шиддаткор дарёлар ва жўшқин шаршаралар пайдо бўлди. Қор билан қопланган тоғ чўққилари, қуюқ ўрмонлар, ёввойи чўллар Унинг сўзи билан яралди. Ер ва коинотдаги барча оламлар Унинг улуғ овозидан ҳосил бўлди. Лекин жинсий алоқа - бу аслида бошқа даражада юз берадиган нимадир. Барча яратилганлар Худонинг сўзи билан ҳосил бўлган, аммо одамлар ва уларнинг жинсий майли учун Худо янада ҳайратомуз нимадир яратди.

Муқаддас Китобнинг биринчи китобидаги биринчи боб бу ҳақдаги шубҳага ўрин қолдирмайди: “Шундай қилиб, Худо Ўз суратидай қилиб яратди инсон зотини, Эркагу аёл қилиб яратди уларни” (Ибтидо 1:27). Шундан кейин Парвардигор Эгамиз ернинг тупроғидан одамни ясади ва унинг бурун тешигидан пуфлаб жон ато этди (қаранг: Ибтидо 2:7). Яъни, Худонинг сўзига кўра яратилган ҳайвонларга нисбатан одам юқори даражада туради.. Худого монанд ва ўхшаш қилиб яратилган, одамдек жинсий алоқа қилишга қодир Одам Ато ва унинг авлодлари ҳаёт кечира бошладилар.

Бу эса бизнинг айнан Худо каби кўринишимизда эканимизни англабмайди, зеро, “Худо Рухдир, Унга сажда қилувчилар ҳам Муқаддас Рух бошлигида, ҳақиқатни билган ҳолда сажда қилишлари лозим” (Юҳанно 4:24). Гарчи У Исо сиймосида инсон киёфасига киргани ҳақиқат бўлсада, аммо Худо асло моддий ёки жисмоний мавжудот эмас: У - Рух. Аммо барибир бизнинг жисмоний, ҳиссий ва рухий хислатларимиз, бизнинг муносабатларимиз нимаси биландир Худого монанд, ҳирсий майлимиз ҳам бундан мустасно эмас. Биз Худо томонидан Унга ўхшаш қилиб яратилганмиз, айтишнинг ўзида бир-

бирига интиладиган хирсий майлга эга мавжудотлармиз. Бундай майл Худо сиймосининг қандайдир қисмини ўзида акс эттирмайдими?

Тахминлардан бирига кўра, эркак ва аёл ўртасидаги бир-бирига интилиш Худонинг табиатида ҳам эркаклик, ҳам аёллик хусусиятлари борлиги билан боғлиқ экан. Гарчи Худо Ўзи хусусида эркак жинси ҳақида гапиргандек бўлсада, биз Унинг эркак ҳам, аёл ҳам эмаслигини аниқ-равшан биламиз. Шундай бўлсада, У Ўзининг буюк мақсадига кўра, одамларни икки жинсли - эркак ва аёл қилиб яратди, шу боис уларнинг ўзаро бир-бирига интилишлари бир вақтнинг ўзида ҳам эркак, ҳам аёл хусусиятига эга бўлган Худонинг ягоналиги ва мукамаллигидан ҳосил бўлади. Айтиш мумкинки, Худо Ўз хусусиятига кўра ҳар ерда мавжуд, зеро турли хусусиятларга эга бўлган иккита тўплам иккита жинс вакилларида жо бўлганида, худди қарама-қарши йўналишдаги оҳанрабо каби табиий равишда бир-бирларини ўзларига жалб этадилар. Худо ягона (уч бирликда), У иккала жинсни ҳам ягоналик учун яратган. Ҳар ҳолда, назариялардан бири нега эркак ва аёл бир-бирига интилишини ана шундай изоҳлайди. Ва бу назария асоссиз эмас.

Калом Худонинг табиатига бирлик мос эканлигини ўргатади. Муқаддас Китобда шундай дейилган: “Эгамиз Худо танҳо Худодир...” (Қонунлар 6:4). Бундай хусусият Худо Учликдан - Ота, Ўғил ва Муқаддас Рухдан иборат эканлигига зид эмас. Бу ҳақда ҳам Каломда аниқ айтилган. Демак, Учликнинг ботинида мукамал бирлик мавжуд. Ота ҳамиша Ўзининг Ўғлига беҳад даражада яқин бўлган. Ўғил ҳамиша Ўз Отаси билан ҳамжиҳатликда бўлган. Муқаддас Рух ҳамиша Ота билан ҳам, Ўғил билан ҳам чексиз уйғунликда бўлган. Худо мукамал бирликка *интилмайди*, У буни *яратмайди* - Унинг Ўзи бирликдир. “Мен ва Отам - бирмиз, - Исо шогирдларига шундай деган. - ...қилаётган ишларимга ишонинглар. Шунда Ота Менда ва Мен Отада эканимни билиб, англаб оласизлар” (Юҳанно 10:30, 38).

Худонинг сиймоси бирлик ва мукамал муносабатлар уйғунлигини ўзида акс эттиради. Унинг бирлиги - бу чексиз севгига асосланган муносабат бўлиб, борлиқда тенгсиз бир яқинлик ва ришталарни ҳосил қилади. Худони ажратиб бўлмайди. Худони яқкалаб бўлмайди. У - абадий ва бузилмас бирлик ҳамда яқинликдир. Демакки, одамлар чинакамига яқин муносабатлар ўрнатишни Худодан қабул қилишган.

## АСЛ ЯҚИНЛИК

“...эркак киши ота-онасидан бўлак бўлиб, хотинига боғланиб қолади, иккаласи бир тан бўладилар” (Ибтидо 2:24). Яқин севги муносабатлари ва эҳтиёжларига бўлган чанқоклигимиз замирида ягона Худонинг сиймоси мавжуд. Жинсий алоқани никоҳда тузган эркак ва аёллар бирликнинг уйғунликлаги илоҳий табиатини акс эттирадилар. Жинсий майл - Худонинг мўъжизавий тухфаси бўлиб, одамларга севги асосида жинсий муносабатлар ўрнатиш имконини беради.

Мен (Дотти) жинсий алоқани ёшлигидан буён қандайдир ифлослик деб ҳисоблайдиган аёлларни учратганман. Ҳатто никоҳда ҳам улардан айримлари жинсий яқинлик учун эрлари олдида ўзларини айбдор ҳис этиб келишмоқда. Бу аёллар қачонлардир жинсий алоқа ҳақида тор тушунча олганликлари аниқ. Никоҳдаги яқин алоқалар учун ўзини жирканч ёки айбдор ҳис қилиш учун ҳеч бир сабаб йўқ. Худо жинсий алоқани эр-хотинлар жинсий муносабатлардан роҳатланиши учун яратган.

Ушбу ҳақиқат ҳатто биологик даражада ҳам тасдиқланади. Олимлар ишонч (меҳр-муҳаббат) гормони деб аталадиган окситоцин гормонини топишган. Миямиз бу кимёвий моддани жинсий алоқа вақтида ёки шунга майл уйғонганида ажратиб чиқаради. Окситоцин қонга ўтиб, чуқур майинлик, ҳимояланганлик ва ишонч ҳиссини уйғотади. Айнан ўша гормон она чақалоғини эмизганида аёлнинг қонидан ажралиб чиқади ва одамлар ўртасидаги айнан чуқур боғлиқликни яратиш учун хизмат қилади.

Ҳар сафар сиз бошқа одам билан яқинлик қилганингизда, танангизда сизлардаги алоқани мустаҳкамлайдиган окситоцинни ажратиш кимёвий жараёни рўй беради. Жинсий алоқадан кўзланган асосий вазифалардан бири сизни айнан чинакам яқинликка олиб боришдан иборат. Худо уни инсоннинг яқинликка эҳтиёжини биологик даражада қондириш воситаси сифатида яратган. Аммо бу умумий манзаранинг бир қисми, холос. Муносабатлардаги тўлиқ яқинликка танани яқинлаштириш билангина эришиб бўлмайди. Инсоний хирсий майл одамдаги мавжуд барча - жисмий, ҳиссий, руҳий ва ижтимоий - жиҳатларга таъсир кўрсатади. Жинсий алоқа бизни ушбу даражаларнинг барчасида боғлашга хизмат қилади.

Биз фаолиятимиз давомида нега ўзларининг муносабатларида яқинлик узилиб кетганини тушунишни истаган кўплаб эр-хотинларни учратганмиз. Улар жинсий алоқа билан машғул бўлишади, аммо уларга бошқа барча даражаларда ўзларини бириктирадиган теран севги етишмайди. Улар жинсий алоқани ҳиссий, руҳий ва ижтимоий ҳаётдан ажратган ҳолда фақат жисмоний ҳузур сифатида қабул қилишади. Эр-хотинлар жинсий алоқа билан шуғулланишади, аммо бу уларнинг биргаликдаги ҳаётида барча жиҳатларни акс эттирмайди. Ҳақиқатнинг кўзига тик қаранг: қойилмақом жинсий алоқа ажойиб

муносабатларга олиб келмайди. Аслида бу аксинча: ажойиб муносабатлар барча даражаларда қойилмақом жинсий алоқадаги ҳаётга олиб келади.

Болаларимиз аксарият тарзда бу масалани ўта қийинчилик билан тушунадилар, уларнинг онгида чалкашлик юзага келади. Кўпчилиكنинг фикрича, бу яқин кишиси билан жисмоний яқинлашишнинг бир усули, холос. Албатта, жинсий алоқа қисқа вақт уларга яқинлик ҳиссини беради, аммо айтиб ўтганимиздек, жинсий алоқанинг асл мақсадидан бири - иккита одамни бутун ҳаёти мобайнида ҳиссий, руҳий ва ижтимоий жабҳада боғлаб туришдир. Мана нима учун Исо шундай деган: “Бунга кўра улар энди икки эмас, бир тан ҳисобланадилар. Худо бирга кўшганни бандаси ажратмасин” (Матто 19:6). Шу боис, агар сиз бутун ҳаёт мобайнида бирга бўлишга тайёр эмас экансиз, сизни мустаҳкам ришталар билан боғлаш учун белгиланган ишни - жинсий алоқани - қилиш керак эмас.

Болаларни тарбиялаётганимизда, биз уларга жинсий алоқа - Худонинг ҳар биримизга берган мўъжизавий тухфаси - иккита жинсни ўзаро бир-бирига тортадиган восита эканлигини тушунтиришимиз лозим. Гарчи айрим одамлар суиистеъмол қилиб, бу билан унинг вазифасини бузсалар ҳам, жинсий алоқа қандайдир нопоклик эмас. Замонавий дунё маданияти бу ҳақдаги тушунчани бузиб юборган бўлсада, бу билан ажойиб жинсий алоқа жирканч бўлиб қолавермайди. Биз жинсий алоқани ва инсоннинг жинсий майлини Худо дастлаб айтган мақсад даражасига кўтаришимиз керак. Ва ниҳоят, У бир-биримизга чанқок биз одамларни Ўз сиймосига монанд тарзда яратиб, жинсий алоқаларни ҳам Ўзи пайдо қилган.

### **ЧИНАКАМ ЛАЗЗАТ**

Худо эркак ва аёлни бутун умр мобайнида жисмонан ва ижтимоий жабҳада ўзаро бирлаштириш учун жинсий алоқани яратган. Гарчи одамда алоҳида ҳолатларда ва аксарият пайтларда “жуфтлашиш истаги” тез-тез юз бериб турсада, ушбу “қотирадиган материал” бир маротабалик ҳавас учун мўлжалланмаган,

Албатта, жинсий яқинлик бизга роҳат бахш этади, бироқ бутун умр мобайнида бир-бирини севишга аҳд қилган никоҳдаги эр-хотин ўртасида у мутлақо ажойиб бўлади. Албатта, жинсий алоқа лаззати ҳамиша ҳам ўта кексалик ёшигача давом этавермайди, аммо шундай ҳам бўлиши мумкин. Саксон тўрт ёшли бир профессор университетда инсоннинг жинсий алоқасига бағишланган маъруза ўкиб берди. Талабалардан бири ундан қайси ёшда жинсий яқинлик лаззат бахш этмай қўйишини сўради. “Аниқ билмайман, - жавоб берди профессор, - аммо мен ҳали ўша ёшгача яшаганим йўқ”. Оддийгина қилиб айтайлик: токи эр ва хотин вужудида жинсий алоқа учун куч бор экан, жинсий алоқа уларнинг бемалол ва қувонч билан лаззат олишлари учун берилган.

Биз жинсий алоқа лаззатланиш учун яратилганлиги ҳақидаги фикрга қўшилмайдиган одамларни ҳам биламиз ва ўз нуқтаи назаримиз билан уларни муҳокама қилмаймиз. Биз жинсий алоқани эр-хотинлик бурчи ва мажбурият дея ҳисоблайдиган одамларни ҳурмат қиламиз. Биз фақатгина улар қандай катта қувончни қўлдан бой бераётганларини тушунтиришимиз шарт эканлигини ҳис этамиз. Бундай ҳолатларда, биз никоҳдаги яқинлик чинакам лаззат бахш этиши мумкинлиги ҳақида ҳаттоки Муқаддас Каломдан парчалар келтириб, ўз сўзимизни мустаҳкамлаймиз.

Одамлар баъзан мендан (Жошдан) сўрашади: “Нима, сиз Муқаддас Китобни тўлиқ биласизми?” Мен уларга жавоб беришга ошиқаман: “Мавзу шоҳ Сулаймоннинг доно маслаҳатига бориб тақалса, албатта биламан!” Ўзингиз фикрланг:

Булоғинг сувлари муборак бўлсин, кўз очиб кўрганинг билан қувонгин, Жозибали оҳу ва гўзал кийик! Унинг оғуши сени қониктирсин, доим унинг севгиси билан қаноатлангин

*Ҳикматлар 5:18-19*

Пальма дарахтидай савлатлисан, Кўкракларинг унинг меваларидай тўлиқдир Мен шундай дедим: “Пальма дарахтига чиқиб, унинг меваларидан ушлайман.” Кўкракларинг мен учун узумдай мазали, Нафасинг эса олмалардай ширин бўлсин. Ўпичларинг энг аёло шаробдай шириндир, Бундай шароб лаб ва тишлар орасидан текис ўтади.

*Қўшиқ 7:8-10*

Бу сўзлар Каломда битилган! Ҳеч нимага - дунёвий маданиятга ҳам, ўтмишингиздан қолган ножўя тасаввурларга ҳам - Худо сизнинг жинсий ҳаётингизда истаган ўша қувончни ўғирлаб олишига изн берманг.

Болаларимиз улғайиб бораётган пайтда, мен (Дотти) уларга Жош билан бирга эканимиздан жуда хурсанд эканимизни тез-тез айтиб турардим. Албатта, болалар ўз ота-оналарининг жинсий алоқада бўлишларини фикран тасаввур қилишни ишташмайди, лекин мен фарзандларимизга жинсий алоқа Худо

томонидан эр-хотинлар учун ажойиб ва ёқимли бир ҳолат сифатида махсус яратилгани ҳақида тушунча бердим, шунингдек, биз Жош билан биргаликда Худонинг бу тухфасидан роҳатланишимиз ҳақидаги тушунчага уларни нозик фаҳм-фаросат билан етакладим. Айтиш жоизки, агар сизга эр-хотинларнинг жинсий яқинликдан роҳат олишлари Худонинг хоҳиши эканлиги ҳақида Муқаддас Китобдан қўшимча тасдиқ керак бўлса, Сулаймоннинг қўшиғини ўқишда давом этинг.

### **АВЛОДНИНГ ДАВОМ ЭТИШИ**

Худо илк жуфтлик, Одам Ато ва Момо Ҳавога берган биринчи амрлардан бири шундай бўлган: “Ували-жували бўлинглар...” ( Ибтидо 1:28). Ҳар ҳолда, бу энг ёқимли тарзда бажариладиган амрлардан бири бўлса керак! Ахир у бажарилмай қолганида, инсон зоти ўлиб кетган бўларди.

Бунинг муқаддимаси Ибтидо Китобида шундай янграйди: “Худо инсонларга марҳамат қилиб айтди: “Ували-жували бўлинглар...”) Яъни, болалар - бу марҳаматдир. Сулаймон айтганидек, “Набиралар - кексаларнинг тожу тахти, оталар ўғилларнинг шон-шуҳратидир” (Ҳикматлар 17:6).

Эҳтимол, севгингиздаги энг жинсий ифода кейинчалик ҳамиша ўғлингиз ёки қизингиз бўладиган қимматли ҳаётни дунёга келтирганини англаб етишдан кўра мароқли ҳеч нима бўлмаса керак. Албатта, ҳозирги кунда туғилиш ва болаларни тарбиялаш борасида кўплаб муаммолар мавжуд, аммо барибир инсонда ўз оиласининг бўлиши улкан имтиёз ва марҳаматдир!

Сизлар ота-она ва сизга ишониб топширилган болалар учун масъул жамоат бошқарувчилари сифатида, албатта, болаларингизнинг ҳаёт йўлидан хотиржам боришларини истайсиз, асло худди мина майдонида бўлганидек, ҳар қадамда уларни порнография, никоҳгача бўлган жинсий алоқа, муносабатларнинг бузилиши, синган қалблар фарёди, ажралишлар каби “қотиллар” кутиб туришини хоҳламайсиз. Сиз фарзандларингизнинг ўзингиз учун, Худо учун ва атрофдаги олам учун марҳамат бўлишини истайсиз. Биз барчамиз ҳам шуни хоҳлаймиз. Бунга илк қадамлардан бири - жинсий алоқа Худо томонидан яратилганини, унинг ажойиблигини ва нафақат наслни давом эттириш учун, балки эр-хотиндаги яқинликни ва роҳатланишни мустаҳкамлаш учун ҳам мўлжалланганини ўз болаларимизга тушунтиришимиз лозим. Бизнинг китобимиз болаларга бу ҳақда қандай сўзлаш керак эканлиги мавзусига бағишланган.

Фарзандларимиз тушунишлари зарур: Худонинг хоҳиши шундайки, жинсий алоқа улар ҳаётида ва бўлажак турмуш ўртоқлари билан муносабатларда марҳамат бўлсин. Улар бундан мақсад нима эканлигини англашлари керак. Бундан ташқари, улар бундай имтиёздан қай тарзда тўғри фойдаланишни ва тартибга солишни тушунишлари лозим, зеро жинсий алоқанинг қудрати ва жўшқинлиги муносабатларда алоҳида эҳтиёткорликни талаб этади. Биз кейинги бобда Худо томонидан жинсий алоқа борасида қандай чегаралар ўрнатилгани ҳақида сўз юритамиз.

## **ЖИНСИЙ АЛОҚА: НИКОҲ ДОИРАСИДАГИ ЛАЗЗАТ**

Илиқ оқшом. Жастин ва унинг севгилиси Мэдди чўмилиб олмоқчи бўлдилар. Жастин қўшни ҳовлининг эгалари узоқ муддатга қаёққадир кетишганидан хабардор эди, ҳовлининг орқа тарафида эса кўркам бассейн бор. Хуллас, у ва Мэдди қўшни ҳовлига яширинча кириб олишди, бассейн тўсиғидан ошиб ўтдилар ва кечки чўмилишдан баҳра олишга шайландилар.

Мэдди ечинишга ҳам улгурмай, Жастин ботинкасини улоқтирганча, тепага чикди ва ундан пастга шўнғиди. У ҳушини йўқотишидан аввал охирги эшитгани, севгилисининг кичкириғи бўлди.

Қарангки, қўшнилар кетишларидан аввал бассейндан сувнинг катта қисмини оқизиб юборгандилар, шу боис унда жуда кам сув қолган бўлиб, ғира-ширада Жастин буни пайқамаган. Бу сакраш сувнинг енгил чалқиши ва суякларнинг аянчли қисирлаши билан якунланди. Кечки чўмилиш ишқибози бутун умр шол бўлиб қолди.

Бу ёш йигит-қиз биргаликда чўмилишдан завқ олмоқчи эдилар, холос. Бассейн тўсиғи шу сўзларни ифода этадиган чегарани англатарди: “Кирилмасин” ёки “Бегоналарнинг кириши ман этилади”. Жастин эса унда севгилиси билан бирга излаган роҳат йўлидаги тўсикни кўрди, ваҳоланки, аслида тўсик уларнинг ҳимояси учун қўйилганди.

### **ЖИНСИЙ АЛОҚА ЛАЗЗАТ БАХШ ЭТАДИ.**

Болангизни тарбиялаётганда, қайсидир паллада уни огоҳлантирган бўлсангиз керак: “Дазмолга тегма” ёки “Кўчани кесиб ўтаётганингда аввал чап томонга қарагин, сўнгра ўнг томонга”. Сиз тез-тез шундай дегансиз: “Тишларингни тозалашни унутма”. Сиз бу гапни болангиздан қувончини тортиб олиш учун эмас, балки унга яхши бўлиши учун айтгансиз. Табиийки, сиз унинг қуйишини, машина остига тушиб қолишини ёки тиш оғриғига мубтало бўлишини истамагансиз. Таъқиқлар - бу одамлар томонидан ўрнатилган чегаралар бўлиб, болаларни зарарлардан ҳимоя қилувчи тўсикка ўхшайди.

Балки сиз фарзандингизни асосий кўникмаларга ўргатишни уддасидан чиққандирсиз. Ҳар ҳолда, у қизиган дазмолга тегинса қуйиб қолишини, қаршисидан елиб келаётган машинанинг йўлига чикса ғилдираклар тагида қолишига ва тишларини тозаламаса улар емирилиб қолишини тушуниб қолгандир. Аммо ёшларга, хусусан катталарга ҳам Худонинг фаол жинсий алоқага тааллуқли амрларини бузиш қалб азоби ва оғриқларга сабаб бўлишини тушунтириш анчайин мураккаб. Ва бунинг салмоқли сабаблари бор.

Қизиган дазмолга тегиниш дарҳол оғриқ беради. Автомобиль тагига тушсак, шу заҳотиёқ майиб бўламиз. Бироқ жинсий алоқа эр-хотинлар ўртасида бўладими ёки аҳлоқан қай даражада эканлигидан қатъий назар одатда у ҳузур бахш этади. Инсоннинг баданига ўша баданнинг эгаси никоҳда бўлиш-бўлмаслигининг аҳамияти йўқ.

Ҳақиқат шуки, одам ахлоқ нуқтаи назаридан яхши ёки тўғри иш тутиш-тутмаслигидан қатъий назар, эҳтирос оғушида ўзини еттинчи осмонда ҳис қилади. Биз никоҳгача жинсий алоқа ножўя эканлигини болаларимизга уқтирганимиз билан муваффақиятга эришмоғимиз мушкул, негаки, уларнинг нуқтаи назари бўйича жинсий алоқа барибир ёқимли: улар кўплаб манбалар орқали жинсий алоқанинг ажойиб эканлигини билишади. Оммавий ахборот воситаларида узоқ салбий оқибатсиз кечадиган бир дамлик ҳузур-ҳаловат кенг талқин этилади. Хўш, биз бунга қай тарзда қарши туришимиз мумкин?

### **ФАРЗАНДЛАРИНГИЗГА ЖИНСИЙ ЯҚИНЛИКДАН ИМКОН ҚАДАР КўПРОҚ ЛАЗЗАТЛАНИШНИ ТУШУНТИРИНГ**

Сиз ота-она ёки жамоат етакчиси сифатида ўз тарбиянғиздаги болаларга одатда уларни қандайдир хавфли ҳаракатлардан асраш истаги билан *нималарни* гапирасиз? Сиз уларга бундай қилмиш ножўя эканлигини айтиб, улар яна шу каби иш тутсалар салбий оқибатларга учрашлари ҳақида огоҳлантирасиз.



Ҳар ҳолда, ҳаёлимизга келадиган энг сўнгги фикр - биз болаларни асрамоқчи бўлган ҳаракатлардан қай тарзда мумкин қадар кўпроқ фойда олиш мумкинлигини уларга тушунтириш. Сиз шу фикрга қўшиласизми?

Хуллас, гап жинсий алоқа ҳақида борар экан, болаларимиз унинг нақадар ажойиб эканини тушунишлари керак. *Фақат тўғри танланган вақтдагина севимли кишилари билан жинсий алоқа қилсалар, албатта.* Бошқача айтганда, инсон Худонинг мақсади доирасида яқинликка киришсагина, ана ўшанда у чинакам роҳат олиши мумкин. Мабодо биз нимаики бўлмасин бирор нарсанинг қўлланмасини диққат билан ўрганиб унга амал қилсак, ўша “нимадир” қандай бўлмасин бизга яхшироқ тарзда хизмат қилади.

Сиз қачондир аквариумдаги балиқни ипидан тортиб ерда боқишга уринганмисиз? Ёки Шимолий қутбда пальма ўстирмоқчи бўлганмисиз? Ёхуд Phillips винтини оддий отвёртка ёрдамида деворга бураб киргизмоқчи бўлганмисиз? Уриниб ҳам кўрманг - қўлингиздан ҳеч нима келмайди. Нима учун? Негаки, балиқ ерда сайр қилиш учун яратилмаган - унинг жойи қуруқликда эмас, балки сувда. Мабодо балиқ Худонинг амрларига биноан ҳаётдан тўла баҳраманд бўлишни истаса, у ўзига белгиланган чегарада, яъни сувда бўлиши керак. Пальма фақатгина доимий илиқ об-ҳаво шароитида ўсиши мумкин. У - тропик дарахт. Агар пальма тўлақонли яшашни истаса, у Шимолий қутб каби совуқ жойлардан нарида бўлиши лозим. Ҳаттоки Phillips винтини деворга бураб киритиш каби оддий вазифа ҳам қўлингизга бошқа отвёрткани олганингизда иложсиз бўлиб қолади. Агар бу оламда ҳаммаси Худонинг мақсадига кўра содир бўлса, барчаси аъло тарзда юз беради. Бу мураккаб эмас, тўғрими?

Фарзандларимиз жинсий алоқа Худо томонидан аниқ бир мақсад билан яратилганини тушунишлари лозим. Бу Унинг мўъжизавий тухфаси бўлиб, севишган эр-хотинлар ўртасида яқинликни доимий мустаҳкамлайди, ўзаро муносабатларига ва бахтли турмушларига фарзандлар муяссар этувчи жисмоний завқ ва қувонч келтиради. Агар жинсий алоқани ҳурмат қилиб улуғласак - Худо қай тарзда яратган бўлса - у Худонинг энг яхши ҳадяларидан бирига айланади.

Майли, фарзандингиз Худонинг бу ажойиб тухфасида ҳеч қандай жирканчлик ёки уят йўқлигини ва ундан лаззатланишнинг оддий усули борлигини билиб қўйсин. Худонинг бу ажойиб ҳадяси севгини мустаҳкамлашга қодир, фақат ундан фойдаланиш учун “қўлланма”га амал қилиш лозим. Сиз шундай ҳаракат қилингки, фарзандингиз билсин: жинсий яқинликдан энг юқори даражада роҳатланишга ёрдам бериш учун Худонинг муайян қоидалар тўплами мавжуд.

## РАДДИЯ - БУ ҲАМ ИЖОБИЙ ЖАВОБ

Худо вақти-вақти билан Ўз Каломида бизга фақат севгисидан келиб чиққан ҳолда “йўқ” деб айтишини сиз пайқаганмисиз? Унинг доимий истаги - ғамхўрлик ва ҳимоя қилиш. Мусо Исроил халқига даъват этганида, Худонинг айнан шу асосини келтирган:

“Эй Исроил халқи! Эгангиз Худо сизлардан битта нарсани талаб қилади: Эгангиз Худодан кўрқинг. Унинг йўлидан юринг. Эгангиз Худони севинг, бутун қалбингиз билан, жону дилингиз билан Унга хизмат қилинг. Мен бугун сизларга бераётган Эгамизнинг амру фармонларига риоя қилинг, шунда бахтиёр бўласиз.

*Қонулар 10:12-13*

Худо қачонки “уни ёки буни қилмагин”деб айтса, ҳар сафар бизга яхши бўлиши учун айтади. Агар У чегаралар ўрнатиб, “Кириш мумкин эмас!” белгисини ўрнатса, демак, Худонинг ягона хоҳиши фақат ғамхўрлик ва бизни ҳимоя қилишдир. Забур 144-бобини қайта ўқиб чиқинг. У Худони ҳимоячи ва ғамхўр боқувчи сифатида тасвирлайди. Масала жинсий алоқа ҳақида бўлса, Худо бу борада ҳам бизни Ўз ҳимояси ва ғамхўрлиги билан қуршаб олишни истайди. Бироқ жинсий яқинликдан тўлақонли роҳатланишимиз учун биз чегараларни кесиб ўтмаслигимиз ва таъқиқ белгиларига эътибор қаратишимиз керак. Бошқача айтганда, жинсий алоқадаги бузуқликдан қочишимиз лозим.

Муқаддас Китоб тушунчасига кўра, жинсий алоқадаги бузуқлик - бу никоҳдан ташқарида (бу ўринда никоҳгача ҳамда никоҳсиз жинсий алоқа назарда тутилмоқда) бир эркак ва бир аёл ўртасида кечадиган ҳар қандай жинсий алоқадир. Мана, Калом нима дейди:

“Фаҳш-зинодан ўзларингизни тийинглар” (Ҳаворийлар 15:29).

“Жинсий ахлоқсизликдан ўзларингизни олиб қочинглар!” (1 Коринфликлар 6:18).

“...Жинсий ахлоқсизликка берилмайлик... (1 Коринфликлар 10:8).

“Сизларнинг орангизда фаҳш, зинокорлик, ифлослик... Ҳатто тилга ҳам олинмасин. Булар Худонинг азизларига муносиб эмас” Эфесликлар 5:3).

“Сизларнинг муқаддас бўлишингиз Худонинг иродасидир. Шунинг учун жинсий ахлоқсизлик қилманг” (1 Салоникаликлар 4:3).

Демак, никоҳгача ва никоҳсиз жинсий алоқага бўлган таъқиқ бизга Худонинг ҳимояси ва ғамхўрлигини таъминлайди. Ҳозир фақатгина бир неча бандларни санаб ўтамиз.

| Биз нимадан қочамиз?                                  | Биз нимага эришамиз?                                         |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Виждон азоби                                          | Рухий инъомлар                                               |
| Режасиз ҳомиладорлик                                  | Фарзанд туғиш ва тарбиялаш учун қулай вақт                   |
| Жинсий алоқа орқали ўтадиган касалликлар              | Жинсий алоқа орқали ўтадиган касалликларнинг йўқлигига ишонч |
| Жинсий алоқада бўладиган инсонга нисбатан ишончсизлик | Жинсий алоқада бўладиган инсонга ишонч                       |
| Рухий парокандалик                                    | Чинакам яқинлик                                              |

Мана шундай устунликлар билан муайян равишда жинсий яқинликдан тўлақонли баҳраманд бўлиш мумкин. Мисол учун, биз эндигина учраша бошлаганимизда, бир-биримизни севадиган эркак ва аёл сифатида никоҳ ришталари билан ўзаро боғланмагунча жинсий алоқага бўлган истагимизни намоён этмай, кутишга қарор қилдик. Ўзимизни бундай тутишга мослаганимиз умид бахш этди ва биз никоҳда ҳам хиёнатдан ўзимизни тийишга ўргандик. Ва бунга эришдик! Худонинг жинсий алоқага оид амрларини бажарган ҳолда, биз виждон азобидан ҳимояга эга бўлдик ва Худо билан ҳеч қандай ғуборсиз яқинликдан лаззатланишда давом этмоқдамиз.

Биз никоҳгача бўлган ҳомиладорликка боғлиқ ҳеч қандай азобни бошдан кечирмадик. Шундан келиб чиққан ҳолда, биз ўз фарзандини “асранди бола” қилиб олиш ва турмуш қуриш учун қадам қўйишга тайёр бўлмасдан шошилиш никоҳ тузиш каби нохуш жараёнлардан нарида бўлдик.

Бизни никоҳ тўшагида жинсий алоқа орқали ўтадиган қандайдир юкумли хасталиклар таъқиб қилмади.

Турмуш ўртоғимиз ўзи билан аввал жинсий алоқада бўлган бошқага бизни таққослаши мумкинлиги ҳақидаги гумонлардан безовта бўлмадик. Шу тариқа, бизнинг муносабатларимиз асосида бир-биримизга бўлган тўлиқ ишонч ётибди.

Худо никоҳгача бўлган алоқалар кўпинча сабаб бўладиган қалб азобларидан ва юзаки ҳавас билан қилинадиган хоинона айриликлардан бизни ҳимоя қилди. Натижада биз шубҳанинг кичкина сояси ҳам, ўтмиш шарпаси ҳам соя ташламайдиган муносабатлардан беташвиш лаззатланмоқдамиз.

Жинсий алоқа Худо томонидан аввало никоҳгача бўлган жинсий алоқани таъқиқлаш ва никоҳдаги садоқат борасида саломатлик чегараларини сақлаб туриш учун жисмоний ҳузур сифатида яратилган, Агар эр-хотин Худонинг хоҳишига амал қилсалар, яқинликдан тўлақонли тарзда баҳра олишади. Асосийси, болаларимиз ушбу чегаралар ҳақида аниқ тасаввурга эга бўлишлари лозим, зеро айнан шу чегаралар келгусида жинсий алоқадан роҳатланишларига ҳалақит берадиган ҳамма нарсадан уларни ўз вақтида асрайди. Бу эса раддия ҳам ижобий жавоб бўладиган айнан ўша вазиятдир.

## ЖИНСИЙ МАЙЛГА ХОС ХАРАКАТЛАРНИНГ ЧЕГАРАСИНИ АНИҚЛАЙМИЗ

Худо бизни Ўзининг ҳимояси ва ғамхўрлиги билан қуршаб олиш мақсадида муайян чегараларни белгилаб қўйганини гапириб ўтдик. Каломда, ҳеч бўлмаганда, жинсий алоқа борасида қўлланиладиган учта қоида ҳақида эслатиб ўтилади. Образли қилиб айтганда, улар кўприкка ва кўприкнинг иккала тарафидаги тўсиқларга ўхшайди. Ундан ўнгга ҳам, чапга ҳам оғишмай қадам ташлаб, худди Худо хоҳлаган тарзда яқинликдан завқ олишимиз мумкин.

### Покизалик

Муқаддас Каломда шундай дейилган: “Никоҳни ҳаммангиз эъзозланглар. Эр-хотинлик муносабатини беғубор сақланглар...” (Ибронийлар 13:4). Ва яна шундай ёзилган: “Сизларнинг муқаддас бўлишингиз Худонинг иродасидир. Шунинг учун жинсий ахлоқсизлик қилманг. Ҳар бирингиз муқаддаслик ва иззат-ҳурматга лойиқ тарзда ўзингизни тута билишингиз керак. Худони билмаган бутпарастлардай шахвоний ҳирсга қул бўлманг... Худо бизни ҳаром йўлдан юришга эмас, балки муқаддас бўлиб яшашга чақирди” (1 Салониқаликлар 4:3-5,7).

*Покизалик* - бу Худонинг қонидаси, унга амал қилиш бизга жинсий алоқадан имкон қадар кўпроқ баҳраманд бўлиш имкониятини беради ва бизни ножўя жинсий алоқа оқибатларидан ҳимоя қилади. Бироқ покиза бўлишнинг ўзи нима?

Айтингчи, сиз қачонлардир ўрамида “сутли тоза шоколад” деб ёзилган конфетдан истеъмолад қилганмисиз? Ёки, мисол учун, асал солинган мана бундай ёрлиқли банка сизни дарҳол ишонтирмоқчи бўлади: “Қўшимча сунъий ширинлик солинмаган тоза асал”. Шоколад ёки асалдаги “табiiй” (яъни тоза) сўзи унинг асл таъмини бузадиган ҳар қандай бошқа воситалардан холи эканлигини билдиради.

Жинсий алоқада тозаликни сақлаш - жинсий алоқа борасида Худонинг асл ва мукаммал мақсадига ҳеч нимани аралаштирмасдан Унинг хоҳишига кўра яшамок демакдир. Тушуняпсизми, жинсий алоқа эр ва хотин ўртасидаги яқинликни мустаҳкамлаш учун яратилган. Бошқа биров билан жинсий алоқа қилиш - эр-хотинлик муносабатларига бегона нарсаларни олиб келиш, бу эса покизаликнинг йўқолишига сабаб бўлади. Ахир сувли стаканга ифлос тошни ташласангиз - сув ифлосланиб қолади-ку. Фақат аралашмалар қўшилмаган сувни тоза деб айтиш мумкин. Худди шундай, Худо ҳам бизнинг жинсий алоқага дахлдор ҳаётимиз бегона нарсалар билан ифлос бўлмаган ҳолда қолишини истади.

Худонинг мақсади шундан иборатки, иккита покиза инсон бузилмайдиган тоза никоҳ тузиб фақат бир-бирлари билан ўзаро жисмоний яқинликдан баҳра олсинлар. Агар жуфтликдан бирортаси ёки эркак ҳам, аёл ҳам фақат эр-хотин ўртасида бўладиган асл яқинликни рад этиб, бир лаҳзалик роҳат кетидан қувиб *никоҳгача* бокираликни асрамаган бўлсалар, никоҳнинг тозалиги бузилиши мумкин.

Жинсий алоқада поклик қаердан ҳосил бўлади? Худо шундай дейди: “...Муқаддас бўлинглар, чунки Мен Муқаддасман...” (1 Бутрус 1:16) ва “Худога умид боғлаган ҳар бир одам Исо Масиҳ сингари пок бўлиш учун ўзини поклайди” (1 Юҳанно 3:3). Худо Ўз табиатига кўра покиза ва “Унда ноҳақлик йўқдир” (Забур 91:16) Демак, никоҳгача ва никоҳда ҳам покиза бўлиб қолган ҳолда, биз Худонинг сиймосини акс эттирамиз ва Унинг севувчи ҳимояси ва ғамхўрлиги остида Унинг мақсадига тўлиқ мос келган ҳолда жинсий алоқадан роҳатланамиз.

### **Садоқат**

Еттинчи амр шундай дейди: “Зино қилманг” (Чиқиш 20:14). Исо Масиҳ никоҳ ришталарини боғлаган эркак ва аёлларга зино қилмасликни, бироқ бир-бирларига садоқатли бўлишларини амр этган. У шуни ҳам айтган: “Худо бирга қўшганни бандаси ажратмасин” (Марк 10:9). Худо Исроилга буюрган: “...Шу боис хушёр бўлинглар ва хиёнат қилманглар” (Малаки 2:16).

Никоҳ маросимида эркак ва аёл ўзларини бир-бирларига бағишлайдилар: “Муқаддас Худонинг розилиги ила бугундан бошлаб токи ўлим бизни айирмагунича сени севаман ва қувонч ҳамда қайғуда ҳам, бойлик ва қашшоқликда ҳам, саломатлик ва хасталикда ҳам сенга ғамхўрлик қиламан”. Ҳар ҳолда, бу - бу дунёда кимдир сени ҳаммадан кўпроқ севишини ва ўз ҳаётини сенга бағишлашини билмоқ - энг дилрабо туйғу бўлса керак *Садоқат* - бу *Худонинг қондаси*, уни асраш бизга энг кўп даражада жинсий алоқадан лаззатланиш имконини беради ва ахлоқсиз жинсий алоқанинг салбий оқибатларидан ҳимоя қилади.

Оилавий ҳаётимизнинг жўшқин қисмини эрим - Жош сафарларда ўтказган. Менга хиёнат қилиш учун унда имкониятлар етарли бўлган. Бироқ қирқ йилдан ортиқ биргаликдаги турмушимизда у ўзи севган ва истаган биргина ягона аёлига бўлган мустаҳкам садоқатини сақлаб келди. Яъни, менга. Бу мен учун қанчалик бахт эканлигини сўз билан ифодалаб беролмайман. Унинг садоқати менга кадр-қиммат туйғусини беради, мен ўзимни хотиржам ва хавфсиз ҳис қиламан. Уч миллиарддан ортиқ аёллар яшаётган сайёрамизда эрим учун мен ягона ва бетакрорман. Мана, қандай муносабатларни кадрлаш ва ардоқламоқ керак!

Худо бошиданок бизга кимдир учун ягона ва бетакрор бўлишга интилиш ва хоҳиш туйғусини сингдирган. Худонинг табиати ҳамана шундай. “Шундай қилиб Эгангиз Худо ҳақиқий Худо эканини билиб қўйинглар - дейди Мусо исроилликларга, - У содиқ Худодир! Уни севадиган, Унинг амрларини бажарадиганларнинг мингинчи авлодигача аҳдини содиқ сақлайди” (Қонунлар 7:9). Никоҳ қасамёдида садоқат - Худо томонидан бизнинг жинсий ҳаётимизни ҳимоя қилиш учун ўрнатилган яна бир қоида ёки чегарадир.

### **Севги йўли**

Демак, жинсий алоқа ҳаёти бир томондан покликни, бошқа тарафдан садоқатни ҳимоя қилиши лозим. Улар кўприкнинг ишончли тўсиқлари каби бўлиб, эр-хотинлар ундан қўлларини тутиб ўтишлари керак. Ва бу кўприк - севги йўлидир.

Масиҳий оилаларда улғайган кўплаб болаларда қандайдир ахлоқ йўналтирувчиси бор. Ҳар ҳолда, сизнинг фарзандингиз дуч келган одам билан жинсий алоқа қилиш - катта хато эканлигига ишонса керак. Албатта, сиз унинг шундай нуқтаи назарда эканидан фахрланарсиз, лекин бу ўринда бир ишқаллик бор.

Кўплаб болалар, ҳаттоки имонли оилаларда ва яхши жамоатларда улғайганлар ҳам агар икки киши бир-бирини “чинакамига” севса, қонидани бузиш мумкин дея ҳисоблашади. Бундай ҳолатда никоҳгача ёки никоҳдан ташқаридаги жинсий алоқа уларга ҳақлидек бўлиб туюлади, зеро “севганингда - ҳаммасини тўғри қиласан”<sup>а</sup>.

Ўйлашимча, ҳозир мен (Жош) кўплаб ота-оналар ва жамоат етакчиларини қарахт аҳволга тушириб қўяман, аммо айтишим лозимки, маълум маънода замонавий ёшларнинг фикрига қўшиламан - менда ҳам ҳақиқий севги барчасини тўғри қилишига ишонч бор. Энди эса менга таажжуб билан хат ёзишингиздан аввал, тингланг. Жинсий алоқа учун Муқаддас Китоб андазалари айнан асл севгини ифодалайди. Афсуски, ёшлар кўпинча севги поклик ва жинсий алоқага садоқат чегарасидан чиқадиган сохта андазаларидан келиб чиққан ҳолда фикр юритишади.

Келинг, *илоҳий севги таърифини* кўриб чиқайлик. Ҳаворий Павлус Коринфликларга биринчи мактубда севги нималар қилиши ва нима учун қилиши ҳақида ёзган:

“Севги сабр-тоқатли ва меҳрибондир. Севги ҳасад қилмайди, мактанмайди, кеккаймайди. Севги одобсизлик қилмайди, худбинлик қилмайди, аччиқланмайди, кек сақламайди. Севги ноҳақликдан севинмайди, аксинча, ҳақиқат қарор топганда шодланади.

*1 Коринфликлар 13:4-6*

Бироқ бу ҳали севгининг тўлиқ тавсифи эмас.

Шунингдек, Павлус “Ўзгани яхши кўрган одам унга ёмонлик қилмайди” деб ёзган (Рим 13:10) Бунинг ўрнига бошқалар бизга қандай муносабатда бўлишларини истасак, ўзимиз ҳам уларга шундай муносабат билдиришимиз керак. Олтин Қоида ёдингиздами? Исо айтади: “Одамлар сизларга нима қилишларини истасангиз, сизлар ҳам уларга ўшани қилинглар...” (Матто 7:12). Павлус шундай деб ҳам айтган: “Фақат ўзингизнинг эмас, балки бошқаларнинг ҳам манфаатини кўзланг” (Филиппиликлар 2:4). Энди бизга ҳақиқий севги ўз манфаатини кўзламаслиги аён бўлади.

Қаранг-а, Калом ўз хотинларини севиш учун эркакларга нималарни буюради:

Эрлар ҳам ўз хотинларини ўз таналарини севгандай севишлари керак. Ўз хотинини севган эркак ўзини севган бўлади. Ҳеч ким ҳеч қачон ўз танасини ёмон кўрмайди. Аксинча, уни озиқлантириб, парвариш қилади. Масиҳ ҳам Ўз жамоатини худди шундай озиқлантириб, парвариш қилади.

*Эфесликлар 5:28-29*

Ҳақиқий севгининг ўзи нима? Бу ўз яқинини озиқлантирадиган, илтиадиган ва ардоқлайдиган, ғамхўрлик қиладиган, асрайдиган ва ҳимоя қиладиган ўша нарсами?

Унга ва Муқаддас Китобдаги бошқа оятларга таянган ҳолда, биз ҳақиқий севгини ушбу маънода ифодалашимиз мумкин:

Севги - бошқа кишининг хавфсизлиги, бахти ва фаровонлигини худди ўзиники каби юқори баҳолаш.

Биз қачонки айнан шундай севганимизда, жинсий ҳаётимизни поклик ва садоқат қоидалари ҳимоя қилишига изн берамиз, негаки улар бизнинг бахтимизни таъминлайди ва зарарлардан ҳимоя қилади. Севги - аммо айнан асл севги! - никоҳдаги поклик ва садоқат учун тўйгача жинсий яқинликни кутиб туради. Мана шу нуқтаи назарга кўра, “севсанг - ҳаммасини тўғри қиласан” фикри мутлақо асосли.

Бундай севги қасддан пайдо бўлиши мумкин? Худодан, негаки “Худо севгидир” (1 Юҳанно 4:8). Севгининг илоҳий андазаси - севимли кишини зарарлардан ҳимоя қиладиган ва унинг манфаатини таъминлайдиган севгидир. Бундай севги беради ва ишонади, у ишончли, хавфсиз, тоабад садоқатли. Гарчи унинг асосий мақсади севимли инсонни ҳимоя қилиш ва унга ғамхўрлик кўрсатиш бўлсада, у бошқа одамнинг хавфсизлиги, бахти ва фаровонлигига зиён бермайди.

Ахир сиз ўз фарзандингизга шундай йўлни раво кўрмайсизми? Ахир сиз у ўз манфаати учун Худонинг поклик ва садоқат чегараларини қувонч билан қабул қилишини истамайсизми? Ҳозирги кунда замонавий дунё маданияти бошқа йўлга даъват этаётган бир пайтда, бундай ҳақиқатга кўникиш осон эмас, бироқ биз сизни ишонтириб айтаемизки, бунинг иложи бор. Сиз худди мактабдагидек фарзандингизни партага ўтказиб ундашингиз шарт эмас: сиз бу билан тескари натижага эришингиз мумкин.

---

<sup>а</sup>Британиялик рок-қўшиқчи Бонни Тайлернинг машҳур қўшиғидаги мисра.

Аммо барибир болаларимизга Худонинг жинсий алоқа борасидаги мақсадини сингдириш усули бор. Уларда ижобий таъсир уйғотадиган ёндашув мавжуд. Кўплаб ота-оналар ва жамоат етакчилари бунини шунчаки назардан қочириб қўйишади. Биз кейинги бобда ана шу ҳақда сўз юритамиз.

## ЯҚИН МУНОСАБАТЛАР ДОИРАСИДА ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА ҚАНДАЙ ГАПИРИШ МУМКИН?

У югурганча келиб қўлларимни қисиб ушлади. Унга нигоҳимни қаратдим. Ҳатто ўзини таништиришга улгурмай туриб, у бидирлай кетди:

- Жош, мен оиламни нима қилай? - Мен ҳозиргина Филиппинда олти юздан кўпроқ чўпонлар қаршисида “Фарзандлар учун қай тарзда қаҳрамон бўлиш мумкин” мавзусидаги ваъзимни яқунлагандим. Ва мана, чўпонлардан бири унинг учта - ўн етти, ўн уч ва ўн ёшдаги - болалари “жамоатдаги энг ёмон болалар” дея ҳисобланишини айтди. - Мен қўлимдан келганини қилдим, - қизишди у. - Мен уларга доимо Худонинг Каломини тарғиб қилганман. Муқаддас Китоб оятларини ёдлашга мажбур қилганман. Улар ўзларини нима кутаётганини билишади, аммо ҳар қандай қоидаларга қарши чиқишади. Хўш, мен нима қилай?

Отанинг овозида ўкинч акс этарди. У бор кучи билан болаларини Худо белгилаган чегаралардан чиқмасликка мажбур қилишга уринган. У болаларининг Худо ҳимояси остида ва Унинг ғамхўрлиги қуршовида итоат этиб яшашларини хоҳлаган. Биз барчамиз ҳам болаларимизга шуни истаймиз.

Мен унинг елкасига қўлимни қўйиб, кўзларига тик қарадим:

- Биродар, сизга маслаҳатим - қоидаларни унутинг.

- Нима-а-а? - у шубҳа билан ўзини тортди. - Менинг муаммом ана шунда: улар ҳеч қандай қоидаларга бўйсунушмайди. Улар қоидаларга эҳтиёжманд бўлишлари ҳақида умуман ўйлашмайди!

- Нималар деганингизни тушундим, - жавоб бердим мен, - лекин қайтараман: қоидаларга эътибор қаратишни бас қилинг.

Биринчи қарашда унчалик ҳам яхши маслаҳат эмасдек туюлади, тўғрими? Биз барчамиз қоидалар қанчалик муҳим эканлигини биламиз, зеро улар хавфсизлигимиз чегараларини қамраб олади ва фаолиятимизни йўналтиради. Бироқ айтиш мумкинки, бу айсбергнинг фақат тепа қисми, холос. Биз болаларимизнинг ўзини тутишларида нима *муайян* ўзгаришга олиб келишини тушунишимиз лозим, зеро биз энг аввало, фарзандларимиз тўғри қарор қилишга ўрганишларини истаймиз, улар буни билмаганларида эса, биз болаларимизни тўғри йўлга қайтаришга уринамиз. Бироқ буни *қандай* қилиш мумкин? Биз Дотти билан сизга фарзандларингизни ахлоқан тўғри қарор қабул қилишга ўргатадиган диаграммаларни мисол тариқасида тушунтиришимиз мумкин.

Маълумки, бизнинг ҳар бир фаолиятимиз ва барча ҳаракатларимиз қадриятларимиз билан белгиланади. Биз сиз билан баҳам кўрадиган ахлоқий танловимиз ҳам қадриятларга таянади. Ҳа, лекин қадриятларимиз қандай шаклланади? Улар нуктаи назаримиз асосида туғилади. Бизни ўраб турган олам ҳақидаги айрим фикрларни биз тўғри деб биламиз, баъзиларини эса ёлғон. Бу фикрлар бизнинг қадриятларимизни шакллантиради, улар эса ўз навбатида бизнинг ҳаракатларимизни белгилайди (диаграммага қаранг).



Биз нимагаки ишонсак, ўшани дунёқараш дея аташимиз мумкин. Дунёқараш нима ўзи? Агар иккита сўз билан ифодалай қолсак, бу бизнинг оламга нисбатан нуктаи назаримиз. Биз нимани қандай тартибда

қурилганига кўра тўғри деб билишимиз ишончларимиз тўпламини яратади. Бу бир ойна бўлиб, биз ундан ҳаётга боқамиз. Бу худди асл ҳаётнинг ҳаёлан чизилган харитасига ўхшайди. Хўш, мисол учун, нега 67% ёш эркеклар ва 49% ёш аёллар порнографияга мурожаат қилишни мумкин бўлган ҳаракат дея ҳисоблашади?<sup>1</sup> Негаки, уларда шундай дунёқараш шаклланган. Уларнинг тасвиридаги дунёда порнографияга мурожаат қилиш - жинсий майлнинг одатий кўриниши. Уларнинг қарашларига кўра ҳаракатларини белгилайдиган қадриятлар шаклланган.

Демак, мабодо филиппинлик чўпон дўстимиз ўз болаларининг ҳаракати ва ўзларини тутишларига таъсир кўрсатишга уринса, таъқиқ ва қаттиққўл қоидаларни қўллаб катта натижага эришадими? Ҳар ҳолда нимадир ўзгаради, лекин узоқ вақтга эмас, негаки узоқ давом этадиган ўзгаришлар янада чуқурроқ даражада бошланиши керак. Биз аввал ёзиб ўтганимиздек, кўплаб ота-оналар фарзандларини уйда таълим олишга ёки масиҳийлик мактабларида ўқишга ўтказишган ёхуд уларнинг ҳатти-ҳаракатларида ўзгаришлар бўлишига умид билан ёзги масиҳийлик таътилгоҳларига юборишган. Улар фарзандларининг тўғри йўл тутишга ўргатишларига, севги ва жинсий алоқа борасида илоҳий ҳақиқатни қабул қилишга ёрдам беришларига, нима яхшию нима ёмон эканлигини тушунтиришларига умид қилишган. Эҳтимол, ана ўшанда болалар ахлоқан тўғри қарор қабул қилишга қодир бўлишлари мумкин. Буларнинг ҳаммаси ажойиб: аммо биз сизларга шуни айтмоқчимиз: болаларни илоҳий ҳақиқатларни қабул қилишга ўргатиш - бу ҳали жуда камлик қилади.

### БУЗҒУНЧИ ПОЙДЕВОР

Мен (Жош) қачонлардир Ўрта Ғарбдаги катта жамоатда чиқиш қилгандим. Жамоат эндигина қурилиш ишларини тамомлаб, янги бинога кўчиб ўтганди. Эшикка яқинлашиб, кириш тепасида шундай сўзлар битилган катта баннерни кўриб қолдим: “Биз фақат ҳақиқатни ва фақат ҳақиқатни тарғиб қиламиз!”

Албатта, биз болаларимизни ҳақиқатга ўргатамиз, зеро айнан шу тариқа уларда тўғри фикр ва Муқаддас Китобга монанд дунёқараш шаклланади. Бироқ мен “ҳақиқат ва фақат ҳақиқат” руҳидаги суҳбатларни кўп эшитганим боис, улар менда муайян бир шубҳа уйғотади, шу боис ушбу баннерни кўрганимдаёқ ҳаёлимга биринчи келган фикр шу бўлди: *“Агар барчаси мен гумон қилаётганимдек бўлиб чиқса, ушбу жамоат ҳалокатга маҳкум”*.

Кўплаб ота-оналар ана шундай тузоққа илинишади. Улар ўз фарзандларига илоҳий ҳақиқатни етказсалар бас, чўққини забт этдик дея ўйлашади, зеро эндиликда уларда “тўғри” қадриятлар ва “тўғри” ҳаракатлар бор. Бироқ бундай ёндашув ҳалокатга маҳкум, негаки улар илоҳий ҳақиқатни жонлантирадиган ва инсон ҳаётини ўзгартирадиган асосий масаллиқни эътиборга олишмайди. Аммо бу масаллиқ ёки калит - *муносабатдир!*

Шоҳ Довуд айтган: “Эй Эгам, тўғри юрганим учун Мени оқлагин...Сенга доим содиқман”. (Забур 25:1, 3). Биз бу ўринда фақатгина 1-оятни ва 3-оятнинг ярмини келтириб ўтганимизда, контекстни эътибордан четда қолдирамиз: ҳақиқат ботинда яшайди. Тушунапсизми, илоҳий ҳақиқат ҳамиша бизга севувчи Отадан келади, Уни эса бизнинг қалбимиз ниҳоятда қизиқтиради. Келинг, 3-оятни тўлиқ ўқиб чиқайлик:

“Сенинг содиқ севгинг кўз ўнгимдадир, Сенга доим содиқман”.

Довуд ҳамиша Худонинг ўзгармас севгиси ҳақида билган қв Худо билан яқин муносабатларда бўлган. Илоҳий ҳақиқатни Самовий Ота Ўз фарзандларига қандай ғамхўрлик қилиши ҳақидаги сатрлар орқали тушунтириш лозим. Довуд сўнгра ибодат қилган: “Йўлингни менга кўрсат, эй Эгам, Токи тўғри сўқмоқларингдан юрай” - ва тан олган: “Менга бўлган содиқ севгинг ғоят буюқдир...” (Забур 85:11, 13). Довуд Худони англаш ва ўзининг ғамхўр Отасига манзур бўлишга интилишдан ҳосил бўладиган Унга нисбатан севги ўртасидаги тўғридан-тўғри алоқани кўрган. Забурчи ёшлик давридаёқ тўғри ҳаёт кечириш манбаи “улуғ марҳамат”га, ўзининг Худога абадий севгиси билан боғлиқ эканлигини билган. Ҳаворий Юханно қуйидагини ёзганида айнан ўша кучни назарда тутган: “Биз севамиз, чунки Худо бизни биринчи бўлиб севди” (1 Юханно 4:19).

Айтиб ўтганимиздек, ишонч ҳақиқатдан ҳам қадриятларимизни шакллантиради, қадриятлар эса ҳаракатларимизни белгилайди. Бироқ гап шундаки, биз барчамиз муносабатларимиз тажрибаси асосида Худо ҳақида, ҳаёт ҳақида ўз хулосаларимизни чиқарамиз. Шоҳ Довуд тўғри айтган: унинг тўғри йўл тутиш хусусияти негизда “буюқ марҳамат” - Худонинг ўзгармас севгиси ётган илоҳий ҳақиқатни (ишонч ва қадриятларни) эгаллаш орқали ҳосил бўлган.

Фарзандларимиз нимага ўрганган бўлсалар, нимани билсалар ва ҳатто бу ҳақда қандай билиб олган бўлсалар, бирор киши орқали ёки қандайдир муносабатлардан келиб чиққан бўлади. Одамлар бу ҳақда

баъзан ўйлаб кўришади, холос, аммо биз нимани ўзимизда акс эттирсак, аксарият тарзда бу муносабатларга дахлдор ҳисобланади. Бизнинг фикримиз, демак, бизнинг дунёқарашимиз ким билан ва қай тарзда уларни яратганимизнинг тўғридан-тўғри натижасидир. Севги - бу ёшларнинг тўғри фикрларини ривожлантиришга қодир иноят негизи бўлиб, ўз навбатида унинг қадриятларини шакллантиради, қадриятлар эса унинг ҳаракатларини белгилайди (диаграммага қаранг).



Нима учун тўғри фикрларни шакллантириш, бу орқали эзгу ҳаракатларни амалга ошириш учун муносабатлар бунчалик муҳим? Негаки биз билан сиз шундай яралганмиз. Уч бирликни Ўзида жамлаган Худо ҳар бир қалбнинг чуқур бурчагига Ўзини танитадиган муҳрни, Ўз сиймосига хос фарқ белгисини, яъни севги муносабатларига асосланган қобилятни жо этган. Калом орқали бу қадимдан маълум (қаранг: Ибтидо 1:26-27), шунингдек, мазкур ҳақиқатни онг ривожланиши борасидаги тиббий тадқиқотлар ҳам тасдиқлади.

Бундан бир неча йиллар муқаддам Дартмут коллежи ҳузуридаги Тиббиёт мактаби инсон онги ўзгаришининг ёши борасида илмий тадқиқот уюштирганди. “Hardwired to Connect” дея номланган лойиҳа доирасида икки юз отмишдан ортиқ тадқиқот ишларининг натижалари таҳлил қилинди. Хулосавий маърузада таъкидланган: барча ҳисоб-китоблар ҳеч бир истисносиз шундан далолат берадики, туғилиш арафасида чақалоқнинг мияси одамлар билан муносабатлар орқали алоқа қилишга жисмоний, биологик ва кимёвий тарзда “дастурланган”<sup>2</sup>. Лос- Анжелесдаги Калифорния университети ҳузуридаги Тиббиёт мактабидан доктор Аллан Шорнинг маълум қилишича, “биз алоқалар учун туғиламиз. Бизнинг онгимиз сўзлашга ўрганишимиздан аввалроқ бошқа одамлар билан ҳиссий мулоқот доирасида ривожланиш учун “дастурланган”<sup>3</sup>. Агар биз уч бирликдаги Худога - севги Худосига монанд тарзда яратилган бўлсак, бунга ҳайратланиш жоизмикан? Бироқ биз яқин муносабатлардан қочган ҳолда, кўпинча бир-биримизга ҳақиқат ва ундан енлиб чиқадиغان қоидалар ҳақида гапирамиз. Биз Ўрта Ғарбдаги чўпонлар каби “ҳақиқатни, фақат ҳақиқатни тарғиб қиламиз”.

Ҳаворий Павлус Эфесликларга мактубида “ҳақиқатни севги билан айтишга” бизни чорлаган (Эфесликлар 4:15). Ҳақиқат энг бошиданок ички яқин муносабатларда уни “ўзлаштириб” олиш учун мўлжалланган. Ўша ҳаворий Павлус яна шундай дейди: “Сизларга жуда қаттиқ кўнгил боғлаган эдик. Шунинг учун сизларга Худонинг Хушхабарини айтибгина қолмадик, балки юрагимиздан ҳам жой бердик. Чунки сизлар бизга жуда азиз бўлиб қолгандингиз” (1 Салоникаликлар 2:8). Павлус “ҳақиқатни ва фақат ҳақиқатни” каби ёндашувни тадбиқ қилмаган - у биродарларни жонли, ишончли муносабатлар контекстига ўргатган. Мана нима боис одамларда унинг сўзлари илдиз отган ва одамларнинг муносабатлари ҳам ўзгарган.

Ишончингиз комил бўлсин: соғлом муносабатларсиз кимгадир ўз нуқтаи назарини ва қадриятларини сингдиришга, тўғри ҳаракатларга ўргатишга бўлган ҳар қандай уриниш бефойда, негаки уларга асосий унсур - севги ва ғамхўрлик етишмайди. Худо инсоннинг тўғри қарорга келишига ёрдам беришни истаганида, айнан севги ва ғамхўрликни қўллайди. Мана нима учун руҳий яқинлик бўлмаган ҳақиқат кўпинча рад этилади, қатъий тартиб ўрнатиш эса тушунмовчилик ва нафрат уйғотади. Аммо яқин муносабатлар доирасида ўзини тутиш қоидалари ва ҳақиқатни уқтириб, сиз деярли ҳамиша ижобий жавоблар оласиз. Шоҳ Довуд нега покдомон бўлиб юрган? Негаки у ҳамиша ўз Самовий Отасининг “улуғ марҳамати” - яқин муносабатлар доирасидаги ҳақиқатни англаган.

## **ЮЗ МАРТА ЭШИТГАНДАН, БИР МАРТА КЎРГАН АФЗАЛ**

Ёшларга ҳақиқатни, жинсий алоқага тааллуқли муносабатларда нима тўғрию нима нотўғри эканлигини яқин муносабатлар доирасида аңлатиш лозим. Энг аввало, қарамоғингиздаги бола ўзи қарор қилиши ва ҳаракатларини тузатмоғи керак, яъни порнографиядан қочиши, кўпчиликнинг босимига қарши туриши, Худо буюрган чин севгини намоён этиб поклик ва садоқатни сақлаши лозим.. Ана шунда



улар сабоқларингизни кўпроқ қабул қилишади ва шунга мувофиқ руҳланишади, агар сизнинг “улуғ марҳаматингиз” ва ўзгармас севгингизни ҳис қилсалар, албатта. Бундан ташқари, улар сизнинг ҳам шу тариқа яшаётганингизни кўришлари шарт.

Хаворий Павлус ёзган: “Азиз болаларим, биз ҳақиқий севгимизни қуруқ гап билан эмас, амалда кўрсатайлик” (1 Юҳанно 3:18). Фарзандларимиз ишонч-этиқодимизни ва қадриятларимизни ўзлаштириб олишлари ва ахлоқий тўғри қарор қабул қилишга ўрганишлари учун бизнинг ҳаётимизда гавдаланган ҳақиқатни кўришлари керак.

Биз ўз фарзандларимизда носоғлом муносабатлар ёки нотўғри ҳаракатларни кўрганимизда, албатта, уларни тўғрилаганмиз. Лекин биз тез орада агар болалар учта муҳим саволга “ҳа” деб жавоб бера олмасалар, гапларимиз ҳавога учиб кетишини тушундик. Уларнинг жавобидан биз ўзимиз яхши намуна кўрсатаймизми ёки йўқми, дарров аён бўларди. Шу боис, мен (Жош) Келлининг ўзини ноўрин тутаетганини пайқаганимда ва аралашувим албатта зарур бўлганида, унга шундай саволлар бердим:

1. “Келли, сени яхши кўришимни биласанми?”
2. “Онангни севишимни биласан-а?”
3. “Қачондир турмушга чиққанингда, худди онанг ва менда ҳозир бўлганидек севгини, ана шу каби оиланг бўлишини истайсанми?”

Мабодо ана шу саволлардан ҳар бирига у “ҳа” дея жавоб берса, сўзларимни эшитганини ва қабул қилганини тушунардим. Мисол учун, шундай дейишим ҳам мумкин: “Келли, сен қилаётган иш келажакда турмушингга путур етказиши ва оиламиздаги ҳозирги бахтингдан сени айириши мумкин”. Қизим кўз олдида муносабатларнинг муносиб ишончига ибратни кўриб тургани боис, менинг бошқарувимга кўпроқ бўйсунадиган бўларди. Агар болалар ўз олдиларида айтилган сўзларнинг исботини кўрмасалар, ота-оналарининг гапига ишонишлари қийин.

Хаворий Павлус ёзган: “Биродарларим, мендан ўрнатилганларга қўшилишлар. Бизнинг намунамиз бўйича яшаётганларга эътибор бериб, улардан ўрганишлар” (Филиппиликлар 3:17). “Кўриниш, шакл” тарзида таржима қилинган юнонча *typos* сўзи “тақлид учун ибрат ёки намуна” маъносини англатади. Павлус ўзининг ҳаёти тақлид учун намуна эканлигини айтган. Худди шунингдек, бизнинг ва сизнинг ҳаёт ҳам болаларимиз учун ибрат бўлиб хизмат қилиши лозим. Йўқ, бизлар мукамал эмасмиз. Мукамал ота-оналар мавжуд эмас. Бироқ ҳаттоки номукамал бўлган ҳолда, биз итоаткор бўлишга ва ҳатолик қилиб, кечирим излайдиган одамларга ибрат бўлишимиз мумкин.

Мен (Дотти) бир куни Жош билан болалар ҳузурида қаттиқ тортишиб қолганимизни эслайман. Жош бир пайт ўзини йўқотиб қўйганча, қоғозлар жойлашган папкани столга улоқтириб шундай деди: “Мен кетаман”. Сўнгра эшикдан югуриб чиқиб, қаёққадир жўнаб кетди. Болалар буни кўришди.

Аммо Жош тезда қайтиб келди, бизни меҳмонхонада тўплаб, барча болаларимиз олдида қаттиқ қизишиб кетганини тан олди. У менинг қалбимга озор берганидан афсусда эканини айтиб, мендан кечирим сўради. Сўнгра у болаларга юзланиб, оналари билан ҳурматсиз сўзлашгани учун фарзандларимиздан ҳам узор сўради.

Албатта, Жошнинг ўшандаги ҳаракати мукамалликдан йироқ бўлсада, у барибир “вазиятни издан чиқарганингда одам ўзини қандай тутиши кераклиги ҳақида” ажойиб ибрат кўрсатди.

Эҳтимол сиз ишонмасиз, аммо фарзандларингиз ёки ихтиёрингиздаги болалар учун ҳатоликка йўл қўйиб сўнгра итоаткорлик билан кечирим сўрашингиз, улар сиздаги тўғри ҳаёт намунасини кўришлари ниҳоятда муҳим. Павлус мажусийларни “айтганларим ва қилганларим” орқали имонга келтирганман деб айтган ( Римликлар 15:18). Нафақат яқин муносабатларимиз контекстидаги ҳақиқат сўзларимиз, балки ҳаётнинг ўзи ҳам тақлид учун намуна бўлиб хизмат қилади. “...Биз ҳақиқий севгимизни қуруқ гап билан эмас, амалда кўрсатайлик” (1 Юҳанно 3:18).

## ОТА БИЛАН АЛОҚА ... ЁКИ АЛОҚАНИНГ ЙЎҚЛИГИ

Жон Хопкинс университети қошидаги Майкл Блумберг жамоат соғлигини сақлаш Мактаби - шу мактабнинг битирувчилари бўлмиш 1337 шифокор иштирокида тадқиқот ўтказди. Тадқиқот объекти сифатида ота-она уйидаги оилавий муносабатлар муайян ҳолатлар ва касалликлар келиб чиқишининг сабаби сифатида ўрганилди. Маълум бўлишича, саратон хасталигининг асосий турлари ва руҳий касалликлар ота-оналар, айниқса ота билан тўғридан-тўғри яқинлик йўқлиги боис ривожланар экан<sup>4</sup>.

Бу ҳақда ўқиб шунчалик ҳаяжонга тушдимки, мактабга қўнғироқ қилиб тадқиқотни ўтказган кишилар билан гаплашиб олмоқчи бўлдим. Мен ота билан яқин муносабатнинг йўқлиги нега муҳим сабаб эканлигини тушунмоқчи эдим. Олимлар нега шундай эканлигини менга тушунтиришлари учун уч дақиқадан кўп вақт кетмади. Уларнинг сўзига кўра, кимки отаси билан муносабатлари бузилган бўлса

хаётида кўпроқ жиддий рухий зарбаларни ҳис этади, рухий изтироблар эса юқорида қайд этилган хасталик ва ҳолатлар ривожланишига асосий сабаб бўлади.

Бу ва бошқа тадқиқотлар 1980-йилларнинг боши ва ўрталарида ўта муҳим натижаларни келтириб чиқарган. Кўплаб олимлар жисмоний саломатлик ва муносабатлар ўзаро боғлиқ эканлигидан далолат берувчи шунга ўхшаш хулосалар чиқаришган. 2012 йилнинг феврида “Time” журналида қуйидаги маълумот чоп этилган:

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, яқин дўстлари ва қариндошлари даврасига эга бўлган одамларда артериаль босими, рухий изтироб гормонлари паст даражада ҳамда улар яқин кишилари бўлмаган бошқаларга нисбатан кучлироқ иммунитетга эгадирлар. 2010 йилда Бригам Янг университети олимлари уч юз мингдан кўпроқ кишилар ҳақидаги маълумотларни таҳлилдан ўтказиб, ижтимоий алоқаларнинг танқислиги чекиш одати, семириб кетишдан ҳам юқори даражада барвақт ўлимларни келтириб чиқариши мумкинлигини аниқлаганлар<sup>5</sup>.

Болалар жисман, ҳиссий, руҳан ва ижтимоий соғлом бўлиб ўсишлари учун ота-оналари билан яқин муносабатларга муҳтождирлар, бу эса келажақда улар ахлоқан тўғри қарор қабул қилишларига имкон беради. Ва бу ўринда ота билан муносабат ҳаётий муҳим масала.

Кам даромадли оналар ҳақидаги “Мен бажара олмайдиган ваъда. Нега бечора аёллар оналикни никоҳдан муҳим ҳисоблашади” номли нодир асарнинг ҳаммуаллифи, никоҳ феномени ва оилавий муаммолар тадқиқотчиси, жамиятшунос Мария Кефалас ёзади: “Аёллар кўпинча менга шундай дейишади: “Мен чақалоғимнинг онасини ҳам, отасини ҳам алмаштиришим мумкин”, аммо бу ҳақиқат эмас. Отасиз ўтадиган болалик гўдакка чуқур рухий таъсир кўрсатади. Эҳтимол, онага бу одам керак эмасдир, лекин унинг болаларига доимо зарур”<sup>6</sup>.

Колумбия университети ўсмирнинг ота-онаси назоратида ёки фақат ёлғиз она қўлида тарбия олиши ичкиликларга, гиёҳванд моддаларга ва зўравонликка нисбатан қандай муносабатга олиб келишини аниқлаш мақсадида кенг миқёсда тадқиқот ўтказди. Маълум бўлишича, ёлғиз оналар тарбиялаган болалар ота-онасининг кўмаги муҳотида ўсган ёшларга нисбатан 30% кўпроқ зўравонликда иштирок этишади, ичкиликлар ва гиёҳванд моддалар истеъмол қилишади<sup>7</sup>. Ўсмирнинг - онаси билан ва айниқса отаси билан - оиладаги муносабатлари, ҳатти-ҳаракатлари ниҳоятда муҳим аҳамиятга эга.

Худо бизни ижтимоий мавжудотлар қилиб яратган. Биз барчамиз ота-оналарнинг, шунингдек, ишончли дўстларнинг доимий севгисига муҳтожмиз. Бундай яқинликка эриша олмасак, айниқса, бизга ота билан алоқаларимиз етишмаса, оқибатлардан азият чекишга тўғри келади.

Яна бир бора таъкидламоқчимиз: оталар ўз фарзандлари билан чуқур муносабатлар ўрнатишлари зарур. Биз оналарга нисбатан оталар буни камроқ истайди деб шаъма қилмоқчи эмасмиз, шунчаки, оналардан фарқли тарзда, улар буни қандай қилишни сезги даражасида билишмайди. Мана нима учун биз бутун бир китобни боланинг ота билан муносабатига бағишладик<sup>8</sup>. Биз оталар ўз қизлари ва ўғиллари билан муносабатларни қандай чуқурлаштириши, қай тарзда яқин бўлишларини тушунишда ёрдам беришни хоҳладик. Албатта, болаларга оталарнинг ниҳоятда етишмаётгани оналарнинг фарзандлари ҳаётидаги аҳамиятини асло камайтирмайди.

Илмий тадқиқотлар ҳам, бизнинг шахсий кузатувларимиз ҳам шуни кўрсатадики, сизлар, оналар, аксарият ҳолларда ўз вазифангизни аъло даражада уддалаяпсиз, шу боис катта миқдордаги болалар керакли тарзда кўп ҳолларда севги, ғамхўрлик ва қўллаб-қувватлашни оналаридан қабул қилмоқдалар. Гўдак онасининг ҳеч қачон кетиб қолмаслигини сезади - аёл ҳамиша боласини тинглайди, авайлайди ва унга нисбатан ғамхўрлик қилади. Ота - бошқа масала. Болалар одатда оталарининг ёнида ўзларини шундай хавфсиз ҳис қилишмайди, бу эса уларга салбий таъсир кўрсатади. Зеро, аксарият оталар шунчаки ўз хотинларини тинглаганларида эди, кўп нарсаларни билиб олган бўлишарди!

Агар сиз ёлғиз она бўлсангиз, ушбуни айтишга ижозат этинг: сизнинг ишингиз ўзингизга туюлганидан ҳам кўра кенгроқ ва мураккабдир. Йўқ, сиз ўз фарзандингизга аёл ва эркак ўртасидаги севги намунасини кўрсатолмайсиз, аммо унинг ёнида бўлишингиз ва Худодан олган барча кўмак, ғамхўрлик ва севгини беришингиз мумкин. Фарзандингиз қайсидир тарзда сизга осон эмаслигини ва ҳар куни “ортиқча мил йўл босишингиз”ни тушунади.

Шу билан биргаликда мана бу ҳақда ҳам ўйлаб кўринг: агар болангизнинг отаси сиз билан энди ёнингизда бўлмаса ёки ота вазифасига мутлақо тўғри келмаса, қизингиз ёки ўғлингиз учун ўз жамоатингиздан ижобий намуна бўла оладиган ёши катта такводор масиҳий эркакни топинг. Эҳтимол, кимнингдир отаси болангизни оилавий саёҳатга олиб чиқишдан ёки у билан шунчаки гаплашиб олиш ёхуд дўстлашишдан хурсанд бўлар. Отанинг ахлоқий қиёфаси боланинг ҳаётига улкан таъсир кўрсатади.

---

<sup>8</sup> Гап бу ўринда Жош Макдауэллнинг “The Father Connection” (рус тилида “Взаимосвязь с отцом” деб таржима қилинган) китоби ҳақида бормоқда. Китоб Дотти Макдауэллнинг фаол иштирокида ёзилган.

Агар оилада ота бўлмаса, бу бўшлиқни болангизга муносиб ибрат кўрсата оладиган бошқа киши билан тўлдириш ақлли иш бўларди.

Энди эса барча оналарга мурожаат қиламиз: болангиз отасини қай тарзда кўришни хоҳлаши кўп даражада сизга боғлиқ. Сиз катта ҳукмронликка эгасиз, яъни отанинг болаларингизга севгисини қўллаб-қувватлаш ёки унинг ҳурмат-эътиборини барбод қилиш ва фарзандлар назарида ношуд қилиб кўрсатишингиз мумкин. Эрингизнинг ота сифатидаги аҳамиятини тақдирланг. Бу унинг учун зарур. Бунини ҳатто унинг ўзи ҳам тўлиқ тушунмаса керак. Унинг сўзларига хайрихоҳлик билдиринг, болалар олдида у ҳақда фақат яхши гапларни айтинг. Сабр-бардошли, доно бўлинг ва унинг болалар ёнида бўлишини қўллаб-қувватлашда давом этинг.

### **СИЗ ЎЗ БОЛАНГИЗНИ ҚАЧОН ОХИРГИ МАРТА БАҒРИНГИЗГА БОСГАНСИЗ?**

Болангиз балоғат ёшига ўтиш даврига келганида, назарингизда у жисмонан ва қалбан ота-онага боғлиқ эмасдек бўлиб туюлиши мумкин. Бироқ, эҳтимол айнан шу пайтда ҳозир унга ҳар қачонгидан кўра “ўзгармас севги”га ишонч керак бўлиши мумкин.

Бир қиз отаси ҳақида қўшиқ ёзиб, унда отасининг эски кийимини кийиб юришини баён этган. У ўзини ҳеч қачон ташлаб қўймайдиган ва ҳамиша унга эътиборини аямайдиган отаси бўлишини хоҳлаган.

Қиз улғайганида, “Синиқ кўнгил тавбаси” номи билан шу қўшиқни қуйлаган. Иқтидорли хонанда кинода ўйнаган, қамоқхонага тушган ва озодликка чиққач “ўзини қўлга олиш” учун кўниктириш жараёнларидан ўтган. Айтиш жоизки, агар сизни актриса, бастакор ва хонанда Линдли Лоханнинг ножиоиз ҳаракатлари таажжубга солса, унга чуқурроқ назар ташланг, ана шунда ота меҳрига ҳануз ташна қизни кўрасиз.

Бир ноёб иқтидорли беш ёшли болакай тўртта ака-укаси билан телевизион шоуда қўшиқ қуйлаш учун машқ қилиб кўрди. Ота уларни бошқариб туришга уринди, бироқ болалар унинг кўрсатмаларини ҳамиша ҳам тўғри тушунмасдилар. Беш ёшли бола қайсидир бир ўринда тушунча олмоқчи бўлди. “Отажон...” - у энди оғиз жуфтлаганида, отаси шу заҳотиёқ унинг гапини бўлиб қатъий оҳангда деди: “Мен энди сенга ота эмасман - мен сенинг менеждерингман. Бунини билиб қўйгин”. Ва Майкл Жексон бу сўзларни бутун умр ёдида сақлаб қолди.

У ўлимидан бир неча йил аввал Оксфорд университетида ўзи яқинда тузган “Help the Children” фонди билан батафсилроқ таништириш мақсадида тахминан саккиз юзта талабалар қаршисида чиқиш қилди. Чиқиш сўзининг ўн бешинчи дақиқасида ўзини бошқаролмай ҳўнграб юборди. Сўнгра у ҳарқалай ўзини қўлга олди ва буни айтиш учун ҳеч бир асос йўқдек туюлсада, шундай деди: “Мен отам бўлишини хоҳлардим, холос. Унинг севгисини кўришни хоҳлардим. Лекин ундан бирор марта ҳам, “Майк, мен сени яхши кўраман”, деган сўзларни эшитмадим<sup>8</sup>.

Пул ва шон-шухратдан ҳам, тенгдошлар томонидан тан олинисдан ҳам ёки болаларингиз орзу қилган бошқа нарсадан ҳам кўра улар учун ёнида эканлигингизни англаш, севгингиз барқарор эканлигини билишлари муҳимдир. Бу эса болаларингиз ҳимояси учун ўзингиз ўрнатган қоидалардан воз кечишингизни ёки чекловлар ҳақида унутишингиз кераклигини англашмайди. Улар ўзларини хавфсизликда ҳис этишлари учун қоида ва чегаралар зарур, аммо бу регуляторлар уларга сизнинг яқин муносабатларингиз доирасида бўлмоғи керак. Болаларингизга бўлган севгингиз қудрати улар учун тўғри, чуқур ахлоқли қарорлар қабул қилишларида сабабкор омил бўлади.

Мазкур сўзларни ўқиб бўлганингизда, болангизнинг - эҳтимол, у ўсмирлик ёшидадир - олдига бориб, уни бағрингизга босинг. Майли, бундан таажжубга тушин! У қўлларингиз тафтини ҳис қилиб, сиздан шу сўзларни эшита қолсин: “Мен сени яхши кўраман”. Сўнгра фарзандингиз кўз олдида ҳар куни севгидан ибрат кўрсатишни ўз-ўзингизга ваъда беринг. У ҳамиша ёнида эканлигини ҳис қилсин, барқарор севгингизни кўриб турсин. Сизнинг яқин муносабатларингиз унинг аниқ фикрга келишига, мақбул кадриятларни ўзлаштиришига ва тўғри яшашига имкон беради.

Аниқ-равшанки, буни бажаришдан кўра айтиш осон. Албатта, биз -ота-оналар ва жамоат етакчилари - ҳар бир фарзанд билан қалин муносабатлар ўрнатиш муҳим ҳаётий аҳамиятга эга эканлигини биламиз. Бироқ, буни қандай ҳал этиш, қандай бажариш - бутунлай бошқа масала! Бунинг учун яна кўплаб китоблар керак бўлиши мумкин. Шу боис, биз бу ўринда нафақат бундай муносабатларнинг зарурлигини қайд этибгина қолмай, ҳеч бўлмаганда ҳам, уларни яратиш асосларига сизни ўргатишни истаймиз. Кейинги бобда баён этиладиган аксарият сўзлар биз Дик Дей билан ҳаммуаллифликда ёзган “Фарзандлар назарида қандай қилиб қахрамон бўлиш мумкин”<sup>9</sup> китобидан олинган. Биз ўша китобни ёзганимиздан

---

<sup>8</sup> Жош Макдауэлл ва Д.Дейнинг “Фарзандлар назарида қандай қилиб қахрамон бўлиш мумкин” китоби (асл нусхадаги номланиши “How to Be a Hero to Your Kids”) рус тилида бир неча бора нашр этилган.

буён фарзандларимиз улғайишди, ўзлари оила қуришди. Ва улардан муносабатлар қурилиши учун биз қўйишга уринган ўша ғиштлар ҳаётларига қандай таъсир кўрсатганини сўзлаб беришларини сўрадик. Биз билан биргаликда қолинг.

## ЯҚИН МУНОСАБАТЛАР ҚУРИШ УЧУН ҒИШТЛАР

“Майли, агар мен ўз болаларим билан яқин муносабатлар курсам, улар ҳамиша тўғри қарор қабул қилишларига, тўғри яшашларига ва фахрланса арзигулик ҳаёт кечиришларига кафолат беринг”.

Афсуски, биз бундай кафолат беролмаймиз. Биз шундай демоқчимиз: яхши маслаҳатларга амал қилинг, болаларингиз билан яқин бўлинг, бу эса уларни тоабат қалб азобидан ҳимоя қилади, натижада уларга ҳақиқий бахт келтиради. Аммо биз буни ҳам ваъда беролмаймиз.

Сизнинг барча уринишларингизга қарамай, болалар барибир сизни ва қадриятларингизни рад этишлари мумкин. Бироқ биз ҳар ҳолда нималарнидир айтамыз: агар сиз болаларингиз билан соғлом муносабатлар ўрнатишга бор кучингизни бағишласангиз ва улар билан жинсий алоқа ҳақида ақл билан суҳбатлашсангиз, сизнинг омад борасидаги имкониятларингиз анчайин юқори бўлади. Сиз бу борада бир қанча муҳим қадамларни ташланг ва инсон зотининг душмани жинсий алоқа борасида болаларингиз учун тайёрлаган тузоқлардан ўтиб олишларига умид бағишланг.

Қуйида биз “яқин муносабатлар қуриш учун ғиштлар” дея номлаган қисқача мазмунни келтириб ўтамыз. Маслаҳатларимизни амалда қабул қилинг ва болаларингиз сўзларингизни қабул қиладиган бўлишади, негаки шуни билишади ва ҳис қилишади: сиз ҳақиқатдан ҳам улар ҳақида қайғураяпсиз<sup>а</sup>.

### 1. ФАРЗАНДИНГИЗНИНГ ҚИЗИҚИШЛАРИНИ ЎРГАНИНГ

- Жош, бу иш бермаяпти, - бир ота менга шундай шикоят қилиб қолди. - Мен вақт сарфладим, яъни шу вақтни ўғлим билан ўтказдим, лекин барча уринишлар бефойда кетди.

- Сиз биргаликда нима қилдингизлар? - аниқлаб олмоқчи бўлдим.

- Хўш, мен гольф ўйнашни яхши кўраман, - деди у. - Шу боис, уни ўзим билан майдончага олиб бордим, бу эса ҳаммасини бутунлай барбод қилди.

- Нима, ўғлингиз гольф ўйнашни ёқтирадими? - сўрадим мен.

- Йўқ, аммо мен яхши кўраман, - жавоб қайтарди омадсиз ота.

У ўғлини ўз дунёсига - боласи бундан жуда узоқда бўлган гольф дунёсига - олиб келди ва ҳалокатли оқибатга дучор бўлди. Нима учун? Негаки бола бир нарсани тушунди: отани фақат “отага ёқадиган” машғулотлар қизиқтиради. Агарда биз аксинча йўл тутиб, *боламизнинг қизиқишларига кириша олсак, бу билан унга шундай деган бўламиз: “Менга сенинг ўзинг ва сенга ёқадиган ҳамма нарсалар қизиқарли”*.

Мен, Келли, Макдауэллар оиласида тўнғич фарзандман. Эндиликда, ўзим турмушга чиққанимда ва шахсий мавқеимни кураётганимда, ўтмишга назар ташлаб, ота-онам мен билан яқин муносабатларни қай тариқа излашганларини кўриш қизиқарли, албатта. Мисол учун, шундай пайтлар бўлганки, бизлардан учтамыз футбол ўйнаганимиз, тагин ҳаммамиз турли жамоаларда. Бизлар тез-тез ҳафтасида олтитагача ўйинларни ўтказишимизга тўғри келарди, лекин онамиз ҳар биримизни ўша ўйинларга доимий равишда олиб борарди. Бу она учун қанчалик “завқли” эканлигини ҳатто тасаввур қилолмайман.

Бироқ ҳар сафар ўйинга ёки машғулот ўтказишга бораётганимизда, онам шундай хитоб қиларди: “Қойил! Бугун футбол ўйнайсан! Мен сенга муҳлислик қиламан! Бу жуда ажойиб!” Албатта, онамиз бизни севишига ва қизиқишларимизни баҳам кўраётганига биз шубҳа қилмасдик.

Ёдимда, сноубординг билан кизиқиб қолганимда, бир воқеа рўй берганди. Мен ва синглим янги сноубордларни синаб кўришимиз учун, отам бизни ўзи билан тоғ чанғиси курортига олиб борди. Отамиз бизни бир чеккадан кузатиб туради деб ўйлагандик, ахир у ашаддий чанғичи эмас эди. Мен навбатдаги дўнгликдан ошиб ўтаётганимда, отам орқамиздан келаётганини кўриб қолдим! Жағим шақиллаб кетди! Отам ҳаётда чанғида

<sup>а</sup> Янада батафсилроқ пуктлар Жош Макдауэлл ва Д. Дейнинг “Фарзандлар учун қандай қилиб қаҳрамон бўлиш мумкин” китобида кўриб чиқилади.

учмаганди, лекин у бизни ҳайрон қолдиришни жуда истагани учун тоғ чўккисига чикиб бизлар билан биргаликда елиб келарди. Хайриятки, у оёқларини синдириб олмади! Унинг ушбу ҳаракати мен билан синглимга кўп нарсани аён этди. Отамиз қизиқишларимизни баҳам кўришини ва унинг учун қадрли эканимизни амалда кўрсатди.

Ўсмирлар ўртасида режалаштирилмаган ҳомиладорликнинг олдини олиш Миллий Кампанияси ташкилотчилари ота-оналарга шундай даъват билан мурожаат қилишди: “Ўсмирларга эътибор беринг, уларнинг қизиқишларига кириб боринг. Уларнинг спорт мусобақаларига қатнашинг, қизиқишлари ҳақида кўпроқ билиб олинг, ҳатто кичик муваффақиятлари бўлса ҳам улардан ҳайратланинг; уларнинг ҳаётида кечаётган воқеаларга бефарқ эмаслигинингизни билдирадиган саволлар беринг”<sup>1</sup>. Шундай йўл тутингки, болалар сизни тинглашга, сиздан ўрганишга ва сиздан ибрат олишга тайёр бўлсинлар.

## 2. ФАРЗАНДИНГИЗНИ ҚАБУЛ ҚИЛИНГ

Бу бемаъни бир тушга ўхшарди. Мен (Дотти) кўз олдимда тутаётган капотга қараб, жимгина муз қотгандим. Мени ғижим кулчага айланган металл куршаб олганди. Ҳаттоки бундан менга шикаст етганини ҳам тушунмасдим. Яна кимгадир зиён етдимикан? Ўшанда ёшим эндигина ўн олтида эди ва отамнинг машинасини пачақлаб қўйгандим.

Табиийки, юз берган воқеа ҳақида отамга айтишдан кўрқардим. У нима дейди? “Дороти, нега бундай қилдинг?” Ёки: “Наҳотки йўлга эътибор беришнинг иложи бўлмаган бўлса?” Ёки: “Дарвоқе, сен қандай тезликда ҳайдагандинг?” Ёки: “Биласизми, ёш хоним, бу энди менга қанчага тушади?” Лекин отам умуман бу каби гапларни айтмади. Унинг дастлабки сўзлари шундай бўлди: “О, Дороти, сенга шикаст етмагани қандай яхши!” Отам такрор ва такрор менга ҳеч нима бўлмаганидан ниҳоятда хурсанд эканлигини айтарди. У бирор марта ҳам мени сўкмади, автомобилига шикаст етганидан зорланмади. Ҳеч қачон унутмайман: ҳатто ўн олти ёшимда ҳам йўлда эътиборсизлик қилганимда мендан юз ўгирмади.

*Болани қандай бўлса, шундайлигича қабул қилсак, унга ўзининг хавфсизликда эканини ҳис қилиш туйғусини берамиз.* Қабул қилмоқ - инсонни қандай йўл тутгани учун эмас, балки ким эканлиги учун қадрлаш демакдир. Ўзини ҳеч қандай шартларсиз қабул қилинганини ҳис этган болалар очиқ мулоқотга, ота-оналарга ишонишга кўпроқ мойил бўлишади. Мен ана шундай қабул қилинганлик муҳитида ўсганман ва шу боис, нимаики юз бермасин, доимо мени яхши кўришларини ҳис қилганман.

Хаворий Павлус ёзган: “Масих сизларни Ўз биродарларидай қабул қилгани каби, сизлар ҳам бир-бирингизни биродарлардай қабул қилинг” ( Римликлар 15:7). Хўш, Масих сизни қандай қабул қилади? Ҳеч бир шартларсиз, сиз қандай бўлсангиз шу тарзда, сўғал ёки бошқа нима бўлишидан қатъий назар. Албатта, Худо гуноҳ ишларингизни ташлаб, йўғри йўл тутишингизни истайди. Бироқ бизнинг камчиликларимиз Унинг сизга бўлган севгисига ва сиз фақатгина Унинг ўғли ёки қизи бўлганингиз учун қабул қилишига таъсир кўрсатмайди. Буни англаш хавфсизликнинг ҳайратомуз ҳис-туйғуларини бериши тўғри эмасми? Самовий Отангиз сизни муҳокама этмаслигини билсангиз, У билан мулоқот қилишингиз энгил кўчмайдими ахир? Агар сиз ҳам болаларингизни ҳеч қандай шартларсиз қабул қилишингизни тез-тез намоён этиб турсангиз, фарзандларингиз ҳам худди шундай туйғуни ҳис этадилар

## 3. ФАРЗАНДИНГИЗ УЧУН ВАҚТ АЖРАТИНГ

Сиз бандмисиз? Ҳар доим ўзингизни силласи қуриган отдек ҳис қиласизми? Бир сутка ичидаги соатлар барчасига улгуришингиз учун етмаяптими? Шундай туюладики, бизнинг давримизда вақт янада шиддат билан ўтмоқда.

Мен (Жош) ҳаддан зиёд банд бўлганим боис болаларим билан суҳбатлашиб олишни неча бора орқага сурганимни ҳисоблай олмайман. “Ҳозир эмас, Шон, мен маърузамни тайёрлашим керак. Кейинроқ гаплашиб оламиз”. “Кэти, бир учрашувда қатнашишим учун шаҳарга боришим керак... Ҳаммаси тугаганидан сўнг суҳбатлашамиз”. “Хизер, ҳозир мавриди эмас: мен аэропортга чиқиш учун жомадонларимни тайёрлаяпман”. “Келли, ҳозир жуда чарчаганман, кечки овқатдан сўнг гаплашиб оламиз, майлими?” Бундай сўзларни айтиб, мен аслида ишларим ўзим учун муҳимроқ эканлигини билдирганман. Энди эса бу ҳақдаги хотиралар юрагимни эзди.

Бола учун севги - энг аввало унга ажратиладиган вақт эканлигини биласизми? *Болага вақт ажратган ҳолда, биз унга ўзининг муҳимлиги ҳақидаги туйғуни ҳадя этамиз.* У билан мулоқотни орқага сурганимизда, аслида шундай деган бўламиз: “Мен сени яхши кўраман, аммо ўз ҳаётимдаги кўпгина нарсаларни яхши кўрган даражада эмас”.

Ҳаёт ўзининг барча талаблари билан бизга ҳар сафар барча ишларимизни ташлаб, болаларимизга улар хоҳлаганича эътибор қаратишга имкон бермайди. Бироқ биз уларга ўзларининг ниҳоятда муҳим

эканликларини кўрсатишимиз лозим, бунинг энг афзал усулларидан бири - ўз вақтимизни уларга бағишлашдир.

Мен, Кэти, Макдауэллар оиласидаги учинчи фарзандман. Отам саёҳатларда кўп бўлган ва ҳар доим ҳам ёнимда бўлмаган, шундай бўлсада унинг мен билан телефон орқали ўтказган суҳбатлари ёдимда. Мен таътил чоғида бирга сайр қилганларимизни эслайман. Отам уйда бўлганида, деярли ҳамиша мени дарсдан сўнг ўзи олиб келарди, бир сафар эса от-аравада келиб, мени банан ширинлиги билан сийлаш учун ресторанга олиб борганди. Ҳаттоки ота-оналарнинг ишлари ҳаддан зиёд кўп бўлса ҳам, болага ўзининг муҳимлигини ҳис эттириш учун ҳамиша йўл топилади. Эндиликда мен ҳам ўз яқинларимга вақт топиш учун ҳамма нарсани қилишга тайёрман.

#### **4. БОЛАНГИЗНИНГ ТУЙҒУСИНИ ЖИДДИЙ ҚАБУЛ ҚИЛИНГ**

Мен, Хизер, Макдауэллар оиласида энг кенжасиман. Мен ҳозирда улғайиб қолган бўлсамда, ҳамма нарсага бироз бадий тус беришга мойилман, ўрта мактабдаги ўқувчилик давримда эса ҳис-туйғуларим мутлақо беқарор бўлган. Қандайдир ўн дақиқа ичида бахтиёрлик ҳолатидан зеркиш ҳолатига тушишим ёки бунинг тескариси бўлиши мумкин эди. Аммо, биласизми, онам ҳеч қачон туйғуларимни ерга урмаган. Мен ҳис-туйғуларимни ҳамиша ҳам ўринли тарзда билдирмаганман, баъзан эса мутлақо ноҳақ бўлганман. Лекин онам мени айбдор қилмаган - азобланганимда ёки умидсизликка тушганимда у ёнимда қолиб, мени ҳиссий жазаваларим билан бирга жиддий қабул қилган. Унинг борлиги туфайли ўзимни тушунарсиз ва ёлғиз ҳис этмаганман.

Биз, ота-оналар, ҳар доим ҳам фарзандларимизнинг туйғуларини баҳам кўравермаймиз, лекин бу туйғулари ҳақиқий эканлигини тасдиқлашимиз мумкин. Ўсмирнинг ҳаётий тажрибаси ўзининг қарама-қарши ички дунёси билан тўқнашганида, кўпинча ёш йигитлар ва қизлар назарида *ҳақиқий* туюладиган туйғуларнинг шиддатли кўтарилишига сабаб бўлади, биз ана шу туйғуларни тушунишга уринганимизда, мулоқот учун кўприк қурган бўламиз. *Фарзандимизнинг туйғуларини жиддий қабул қилиб, биз унга ўзимиздек тенг ҳуқуқли эканлигини, айниқса, қадрли, сеvimли, нимани ҳис этаётган бўлса, бунга тўла ҳаққи бор инсон эканлигини айтган бўламиз.* Унинг ҳайрати, ҳаяжони ёки умидсизликка тушганини сўз билан ифодалашга ёрдам бериб, биз уни тушунаётганимизни ва унинг ички олами бизга аҳамиятли эканини кўрсатамиз. Бу ўсмирга ўз ҳис-туйғуларини ҳал этишига юқори даражада самарали ёрдам кўрсатади, уни тушунаётганлари ва қабул этаётганлари ҳақидаги туйғуларни беради.

#### **5. ФАРЗАНДИНГИЗНИ ҚўЛЛАБ-ҚУВВАТЛАНГ**

Оилада тўнғич бўлиш ва бобо-бувиларнинг эътиборидан тўйиб ҳузурланиш яхши, албатта. Ҳар ҳолда, бизнинг кенжа набирамиз Скотти Жеймс синглиси Шона туғилмагунича шундай ҳисоблаган бўлса керак.

Мен (Дотти) уларга яқин жойда яшардим ва вақти-вақти билан Скоттини кўргани бориб турардим. Унинг синглиси туғилганида, қўшни бўлиб яшаётганимиздан икки ҳисса кўпроқ хурсанд бўлдим. Шона жуда нозик қизалоқ эди, уч ёшли Скотти эса унга ташланишни ва ўз бағрида уни бирозгина қаттиқ қисишни хуш кўрарди. Мен уни ҳеч қачон шундай “ҳужум”лари учун қоймаганман. Бунинг ўрнига унинг олдида бориб, қўлимга олардим ва синглисининг бошини ёки кафтини қандай сийпаш мумкинлигини кўрсатардим. Сўнгра эса уни мақтовларга кўмиб ташлардим: “Баракалла, Скотти! Сен қандай меҳрибон акасан-а! Бувинг сен билан фахрланади!” Неварамнинг қувончдан юзи ёришиб, гўё шундай демоқчи бўлгандек маъноли бош ирғаб қўярди: “Раҳмат, бувижон, сизнинг мақташингизни интизор бўлиб кутаётгандим”

Гарчи қабул этиш ишончли муносабатларнинг асоси бўлсада, қўллаб-қувватлашни уларнинг пойдевори дея ҳисоблаш мумкин. *Биз қўллаб-қувватлашни ифодалаган ҳолда, фарзандимизга ўзининг аҳамиятли эканлиги,* нималар қилгани ёки қандайдир муносиб сўзларни айтгани борасидаги туйғуларни ҳадя қиламиз. Ўсмирни қандай бўлса шундайлигича қабул қилиш - унинг *борлигининг* ўзи сиз учун муҳим эканлиги ҳақида унга тушунча бермоқлик демакдир. Фарзандингиз ҳаракатларини мақташ - унинг *ишлари* сиз учун муайян қийматга эга эканлигини ўзига билдириш демакдир. Болангиз бирор яхши иш қилганини кўрганингиздаёқ уни мақтанг. Сиз қанчалик тез-тез шундай қилсангиз, қачондир ёмон иш устида қўлга туширишингиз эҳтимоли шунча кам бўлади.

## 6. ФАРЗАНДИНГИЗГА МЕХР КЎРСАТИНГ

Ҳаётнинг ажойиб муқаддимаси нима ўзи - роса тўққиз ойни инсон тафтининг қуршовида ўтказиш! Сиз она қорнида бирор лаҳза ҳам ўзингизни ташландиқ ва ёлғиз ҳис этмагансиз. Сўнгра, туғилганингиздан сўнг, сиз ҳар ҳолда, она қўлларининг тафтини ҳис этгансиз. Ва сиз ҳам, фарзандингиз ҳам бутун ҳаётингиз мобайнида бундай эркаликка эҳтиёж ҳис этасиз.

*Фарзандимизга меҳр кўрсатиб, биз майин сўзлар ва силаб-сийпашлар билан у севгига муносиб эканлигини ўзига англатамиз.* Ҳар сафар ана шундай меҳр кўрсатиш сиз ва болангиз ўртасидаги қалб ришталарини янада мустаҳкамлайди ва унга сеvimли эканлигини англашига ёрдам беради.

Биз “мен сени яхши кўраман” сўзларини турлича усулда - болани қучоқлаб, чаккасидан меҳр билан чимчилаб, елкасига қўлимизни қўйиб - айтишимиз мумкин Меҳрли сўзлар ва силаб-сийпашлар қайсидир тарзда бизни бир-биримиз билан боғлайди, яқинлик туйғусини сингдиради. Ҳар ҳолда, ўз ўрнида кўрсатилган меҳр-муҳаббат яқин инсонимизга очилишимиз учун ёрдам беради ва ҳеч нима одамлар ўртасидаги деворларни бундай яқинлик каби тез бузолмайди. Каломнинг бизга шундай сабоқ бериши таажжубга солмайди: “Бир-бирингиз билан ўпишиб кўришинглар” (Римликлар 16:16).

## 7. ФАРЗАНДИНГИЗДАН СЎРАБ КЎРИНГ

Мен, Шон, Макдауэллар оиласидаги ягона ўғилман. Мен ҳам қабул қилиш, тушуниш, вақт ажратишга тайёрлик, қўллаб-қувватлаш, меҳр кўрсатиш асосида қурилган мустаҳкам алоқалар учун ота-онамдан миннатдорман. Бироқ, бундан ташқари, бизни масъулиятга ўргатишганидан хурсандман.

Ёдимда, бир куни ножўя қилиқ кўрсатдим... Бу бошланғич мактабда юз берганди. Футбол жамоамизда мени ёқтирмайдиган бир неча болалар бор эди. Сабабини билмайман, аммо улар мени очиқ-ойдин писанд қилмай, ўзимни эътибордан четда қолгандек ҳис этишга мажбур қилишарди. Бир куни дарс вақтида ўқитувчимиз Карлсон хоним иккала “ашаддий дўстларим”ни қойиб берди.

Ўқитувчи доска тарафга бурилганида, менда жамоадош ўртоқларимнинг тарафини олиш фикри туғилди. Балки, шу боис болалар мени пайқаб, қадримга етишади дея ўйладим. Ва мен Карлсон хонимга ўрта бармоғимни кўрсатдим. Бу “қаҳрамонлик” эътибордан четда қолмади.

Дарсдан сўнг дарҳол барча синфдошлар - жамоадош иккала ўртоқ ҳам - қандайдир машҳур одамни қуршагандек, ҳайрат билан атрофимни ўраб олишди. Муаммолар эса бу ҳақдаги гап-сўзлар ота-онамга етиб борганидан сўнг бошланди.

Онам ва отам менга танбеҳ беришмади, кечки овқатдан ёки ширинликдан маҳрум қилишмади, болалар хонасига юборишмади. Бунинг ўрнига ўз яқинларига мени ўтирғизиб, нима қилганим ва нега бундай қилганимни хотиржам сўрай бошлашди. Ушбу суҳбат давомида ўқитувчига нисбатан қанчалик ҳурматсизлик кўрсатганимни англадим.

Хатоимни тан олиш осон эди. Аммо ота-онам буюрганини бажариш, - йўқ. Улар бутун синф ҳузурида, шу билан биргаликда, болалар олдида Карлсон хонимдан кечирим сўрашим кераклигини айтишди. Отам, агар зарур бўлса, мен билан мактабга бирга боришини айтди. Мен ўзим уddалашимни айтдим. Бу мен учун камситилиш эди. Бироқ бунинг шарофати ила, мен қилмишим учун жавоб беришим ҳақида билиб олдим.

Бундан ташқари, яна бир бонусга эга бўлдим: жамоадош ўртоқлар менинг кечирим сўрашим улар ўз ҳаётида кўрган энг қойилмақом иш бўлганини айтишди, шундан сўнг улар чиндан ҳам дўстларимга айланишди.

Фарзандлар билан муносабатлар ўрнатишимиз учун уларга меҳр беришимиз, қўллаб-қувватлашимиз, қабул қилишимиз, вақт ажратишимиз ва қизиқишларига кириб боришимиз керак. Шу билан биргаликда, агар шахсий чегараларни ўрнатишда яқин муносабатларни қуриш ғишtlари текис қўйилмаса, болалар ўзларига масъулият олишни ўрганишмайди. *Биз фарзандимиздан унинг ҳатти-ҳаракатлари ҳақида севги ила сўраганимизда, унга масъулият туйғусини сингдираимиз.*

Ўз ҳатти-ҳаракатлари учун ҳисоб беришга мажбурият чегаралари ортида ўсмир ўзини хотиржам ва ҳавфсиз ҳис қилиши мумкин. Болалар ўзларига масъулиятли ва тўғри қарорлар қабул қилишларига ёрдам берадиган севувчи ота-оналарининг ва бошқа катта ёшдаги ғамхўр кишиларнинг обрў-эътиборига эҳтиёж сезадилар.



## **МУНОСАБАТЛАР КЎП НАРСАНИ ЎЗГАРТИРАДИ**

Биздан ҳеч ким қобик ичида қарор қабул қилишга ўргана олмайди. Худонинг мақсадига кўра, болалар ота-оналари билан яқин муносабатлар ва севги ҳолатида эзгуликни ёвузликдан ажратишни ўрганишлари керак. “Никоҳгача бўладиган жинсий алоқадан қочгин” деб, шунчаки айтиш етарли эмас. Ораларингиздаги муносабат қанчалик қалин бўлса, огоҳлантиришларингиз ва уқтиришларингиз шунчалик самарали бўлади. Китобнинг кейинги қисми ҳаётий муҳим омил - жинсий алоқа борасида турли маслаҳат ва фикрларни ўзида жамлаган бўлиб, бунда айнан юқорида қайд этилган еттита ғиштдан иборат пойдевор асосида қурилган яқин муносабатлар доирасида суҳбат қилишга сизларни даъват этамиз.

2 ҚИСМ

## **СУҲБАТЛАШМОҒИНГИЗ УЧУН МАСЛАҲАТ ВА ҒОЯЛАР**

## БОЛАНГИЗНИНГ ҲАТТИ-ҲАРАКАТИГА КИМ ЁКИ НИМА ТАЪСИР ҚИЛАДИ?

Биз 1-бобда баён этганимиздек, замонавий болалар ижтимоий тармоқларнинг ривожланиши туфайли компьютер сичқончасини бир босиб, жинсий алоқа ҳақидаги энг бузуқ тасаввурларни олишлари мумкин. Тагин болалар онгига “атрофдаги ҳамма шундай қилади” деган фикр сингдирилмоқда. Кўпинча кино ва телевидениеда бундай ахлоқсизлик ҳеч бир салбий оқибатлари билдирилмаган ҳолда тасвирланмоқда. Оммавий ахборот воситаларининг очиқ эканлигини ҳисобга олган ҳолда, улар фарзандингиз ҳатти-ҳаракатларига таъсир қилувчи омиллардан бири эканлигини тахмин қилиш мумкин.

Балки фарзандингизнинг ўзини тутишига кўпроқ унинг дўстлари таъсир ўтказаётгандир? Тенгдошлар босими - қудратли куч. Ёки, эҳтимол, унга кўпроқ Тейлор Свифт ёхуд Зак Эфрон каби қаҳрамонлар, яъни кино юлдузлари, муסיқачилар, спортчилар ва бошқа шу каби машҳурлар таъсир кўрсатаётгандир?

Балки сиз ҳайрон бўларсиз, аммо миллий онлайн-тадқиқотлар кўрсатишича, 45% ёш йигит ва қизлар тақлид қилиш учун намуна сифатида... ўз ота-оналарини танлашган. Умумий енгилтаклик тарзи авжига чиққан бир пайтда ўтказилган сўровлар шуни кўрсатдики, фақат 32% ўсмирлар маслаҳат сўраб дўстларига мурожаат қилишади ва 15% ёшларгина таниқли шахслардан ибрат олишади<sup>1</sup>.

Аслида, сўровларнинг кўрсатишича, йигирма беш ёшгача инсоннинг ҳатти-ҳаракатларига кўпроқ отаси билан яқин муносабатлар таъсир кўрсатади<sup>2</sup>. Бу маълумотлар она билан муносабатлар муҳимлигини пасайтирмайди - улар фақатгина отанинг таъсири кучли эканлигини ифода этади.

Монреалдаги “Sainte-Justine” университети клиникаси ҳузуридаги тадқиқот маркази олими доктор Жан-Ив Фраппьенинг ёзишича, “ота-оналар фарзандларига таъсир ўтказишдаги ўз аҳамиятларини етарли баҳолай олишмаётганга ўхшайди”<sup>3</sup>.

Афсуски, тадқиқотларга кўра, “15%дан камроқ ота-оналаргина ўз фарзандлари билан жинсий алоқага доир масалаларни муҳокама этишади”<sup>4</sup>. Шу билан биргаликда, ўсмирлар “аввалгидек ўз ота-оналарини жинсий алоқа ҳақидаги маълумотларнинг энг ишончли ва туганмас манбаи дея ҳисоблайдилар”<sup>5</sup>. Яъниким, болалар ўқитувчилар, чўпонлар ёки тенгдошларини ҳам назарда тутган ҳолда бошқа бировга эмас, ота-онасига кўпроқ ишонадилар, *бирок* айнаи вақтда тадқиқотларнинг кўрсатишича, “аксарият ота-оналар ўз зиммаларидаги масъулиятдан юз ўгирганлар. Бунинг ўрнига тахминан 1940-йиллардан бошлаб америкалик болалар учун жинсий алоқа ҳақидаги маълумотлар манбаи тенгдошлари ва оммавий ахборот воситалари бўлиб қолган”<sup>6</sup>.

Шундай бўлса ҳам, Флорида Университети тадқиқотчилари томонидан сиз учун яхши хабар бор: “Биз бу масалада қандай ўйламайлик, аксарият ўсмирлар ота-оналарининг айтган гапларини *эшитишади*”<sup>7</sup>.

Бир нарса энди аён: *ўсмирлар ота-оналарини эшитишади*. Бизнинг назаримизда вақти-вақти билан бундай эмасдек туюлиши мумкин, лекин болалар бизни кузатишади ва бизни эшитишади. Тадқиқотлардан бирининг натижасига кўра, “ўсмирнинг жинсий алоқадан ўзини тийиб туришининг асосий сабаби - ота-онасининг буни маъқулламаганидир”<sup>8</sup>. Энди билиб олганларингизни назарда тутган ҳолда, фарзандингиз учун жинсий алоқа ҳақидаги маълумотларнинг асосий ва илк манбаи айнан ўзингиз бўлишингиз керак эканлиги сизга мутлақо аён бўлгандир?

Таниқли чўпон Марк Дрисколл ва унинг хотини Грейс бир пайтлар бир куни жиддий фикр билдиришганди: “Болалар жинсий алоқа ҳақида кўпроқ мактабларда ёки жамоатларда билиб олишади. Бирок бола жинсий алоқа ҳақида гаплашиб оладиган *биринчи* инсон ҳамиша унинг масиҳий ота-онаси бўлиши керак”<sup>9</sup>. Фарзандларимиз жинсий алоқа ҳақида билиб олишлари керак бўлган энг мақбул жой - уйдир. Калом ҳам айнан шуни айтади: “Ўғлим, отанг насиҳатларига кулоқ сол, онанг ўғитларини рад этма” (Ҳикматлар 1:8). Аёнки, *Худо масиҳий ота-оналар ўз фарзандлари учун биринчи устоз бўлишларини*, шунингдек, жинсий ҳаёт борасидаги масалаларда ҳам мураббийлик қилишларини истади.

Сизга ота-она сифатида ўта эҳтиёж сезадиган болангизга сабоқ бериш учун Худо берган ажойиб жавобгарлик бор. Болангизнинг жинсий алоқага нисбатан соғлом муносабати, тўғри фикри, қадриятлар ва йўл-йўриқлар унинг учун сиз бера оладиган энг улуғ мукофотлардан бири бўлиши мумкин.

Ёшлар тарбияни жамоат ёки мактаб дастурлари доирасида олишлари шарт эмас... Тарбия оилаларда униб-ўсиши керак. Бола жинсий алоқа ҳақида бирор нимани мураббийдан эмас, ота-онасидан эшитиши

керек. Ва ёдингизда тутинг: болангиз билан жинсий алоқа тўғрисида суҳбатлашасизми ёки йўқми, бошқалар унга бу ҳақда *аниқ* айтиб беришади, эҳтимол, айна шу пайтда ҳам гапиришаётгандир.

## БОЛАНГИЗ ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА КИМДАН БИЛИШНИ ХОҲЛАЙДИ?

Сиз балки жинсий алоқа муҳокама учун ниҳоятда нозик ва қалтис мавзу, шу боис болалар ўз ота-оналаридан кўра четдаги бошқа одамлар билан бу ҳақда осонроқ суҳбат қилишлари табиий деб ўйлаётгандирсиз.. Аммо бу шундай эмас.

Мана, “The Henry J. Kaiser Family Foundation” нималарни хабар қилади:

Тиббий тадқиқотлар ва жамият саломатлиги маълумотларига кўра, болалар аввал ўз ота-оналарига маълумот, маслаҳат ва тавсиялар сўраб мурожаат қилишади, фақат балоғат ёшига етганларидагина улар, одатда, кўпроқ дўстларига, оммавий ахборот воситаларига ва оиладан ташқаридаги бошқаларга қулоқ соладилар<sup>1</sup>.

Миллий кампаниянинг ўсмирлардаги режалаштирилмаган ҳомиладорликни бартараф қилиш доирасидаги тадқиқотларига кўра, “ўсмирлар илк муносабатлар босқичида кўпроқ йўл-йўриқ ва билимлар олишни ота-оналари ва бошқа ёши катталар билан тез-тез маслаҳатлашиб туришни исташади”<sup>2</sup>.

Умидбахш янгилик шундан иборатки, агар ота-оналар имкон қадар барвақт ўз болалари билан яқин, илиқ муносабатлар ўрнатишса, улар балоғат ёшида бошқа мавзулар қатори жинсий алоқалар масаласида ҳам дўст-танишларининг маслаҳати, интернет-тарғибот ва оммавий ахборот воситаларига эмас, балки ота-оналарининг фикрига кўпроқ ёндашадилар. Аутизм муаммосини ўрганадиган “Talk” институти қайд этади: “Аксарият ўсмир йигит ва қизлар ота-оналари улар учун жинсий алоқа ҳақидаги маълумотларнинг асосий манбаи бўлишларини маъқул кўришади”<sup>3</sup>.

Америкада ўтказилган бир демографик тадқиқотга кўра, 67% ўсмирлар ота-оналарининг фикрларига ён босишга тайёрдирлар. Миллий кампаниянинг ўсмирлар ўртасида режалаштирилмаган ҳомиладорликни бартараф этиш бўйича ўтказган савол-жавобларида, ёшлар ўз ота-оналаридан жинсий алоқа борасида кўпроқ маслаҳатлар олиш истагида эканликларини билдиришган<sup>4</sup>. “ABC News” ахборот корпорациясининг яқинда аниқлашича, “гап жинсий алоқалар ва у билан боғлиқ ҳатти-ҳаракатларга бориб тақалганида, ўсмирлар кўп ҳолларда ўз ота-оналарининг фикрини юқори ўринга қўйишади”<sup>5</sup>. Болангиз жинсий ҳаёт ҳақида ўзингиздан билиб олишни маъқул кўради. Худо сизга болангизнинг жинсий алоқа борасидаги тасаввурини шакллантиришдек имкон ва фахрли ҳуқуқ берган.

## ФАРЗАНД БИЛАН ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА ГАПЛАШИШ НЕГА ЗАРУР?

Болангиз эртами кечми ўзининг жинсий майлга эга табиати ҳақида хабар топади, шу боис масала унинг буни билиши хусусида эмас, балки буни қай тариқа ва қандай ҳолатда билиши ҳақидадир. Бизда фарзандимизга жинсий алоқа ҳақида соғлом тушунча бериш имкони бор, акс ҳолда болада бу ҳақдаги бузуқ тасаввурлар олиш эҳтимоли кўпроқ бўлади.

Самарали тарбия Маркази тадқиқотчилари қуйидаги хулосага келишган:

Фарзандлари билан жинсий алоқа мавзусини муҳокама қилишдан қочадиган ота-оналар уларга тескари таъсир кўрсатишади. Болалар бу ҳолатда жинсий алоқа қандайдир аҳмоқона иш деган ҳаёлга боришади ва бу уларнинг бутун ҳаётига таъсир кўрсатиши мумкин. Улар бу ҳақдаги маълумотларни бошқа жойдан излай бошлайдилар, бу маълумотлар эса чала ёки ёлғон бўлиши мумкин<sup>1</sup>.

Ёзувчилар Роберт Крукс ва Карла Баур қайд этишларича, ота-оналар фарзандларига жинсий алоқа мавзусини фаол ёритиб борганларида, “болалар ва ўсмирлар жинсий алоқа ҳақида (кўп ҳолларда нотўғри) маълумот олиш учун ўз тенгдошларига мурожаат қилиш оқибатида келадиган муайян зарарлар даражасини камайтиради”<sup>2</sup>.

Бу ҳақиқат: ота-оналарини диққат билан эшитадиган, улар билан жинсий ҳаёт ҳақида очик гаплашадиган болалар кейинчалик жинсий алоқа жабҳасида кам эҳтимол билан таваккал қилишади. Демак, болаларингиз жинсий алоқа ҳақида *ҳақиқий* маълумотларни сиздан олишадими ёки бошқа бировдан *ёлғон* гапларни эшитадиларми, ҳамма гап ана шунда.

Дарвоқе, аслида сиз болангизга жинсий алоқа ҳақида кўп нарсаларни айтасиз, ҳаттоки жим турганингизда ҳам. Бола гапларингиз билан бирга, тилингиз билдираётганини, ҳаётий қарашларингизни, одамлар билан қилаётган муносабатларингизни, болаларингизнинг дўстлари ҳақидаги шарҳларингизни, сиз телевизордан кўраётган ёки Интернетдан танлаётган мавзуларни маълумот тариқасида ўзига сингдириб олади - буларнинг ҳаммаси унинг учун билимлар манбаига айланади.

Ёшлар билан ишлаш бўйича мутахассис Мэгги Рут Бойер бу фикрни аниқ ифодалаган:

Сиз ҳамиша ўғил-қизингизга ўзаро муносабатлар ва жинсий алоқа ҳақида ҳаёт тарзингиз, мулоқот услубингиз, одамларга берадиган баҳонингиз, уларга яқинлашиш усулларингиз орқали нималарнидир ўргатасиз. Демак, гарчи бу ҳақда бирор сўз айтилмасада, суҳбат барибир бўлиб ўтади. Шунингдек, ишораларингиз таъсири кучини ва меҳр кўрсатиш маҳоратини ҳам назардан четда қолдириш керак эмас<sup>3</sup>.

Демак, болалар билан ҳатто жинсий алоқа ҳақида гаплашмасак ҳам, улар барибир сизни “эшитишади”, негаки вужудингиз тили ва ҳаракатларингиз баъзан сўзларингиздан кўра “баландроқ” гапиради.

Мен (Жош) яқинда Торонтодаги “Youth for Christ” ташкилоти филиалида қирқ йил ишлаган Пол Робертсон билан суҳбатда бўлдим. Унинг маълум қилишича, аксарият ёшлар жинсий яқинлик ҳақида ота-оналарига туюлганидан кўра кўпроқ биладилар. Жинсий алоқа ҳақидаги суҳбат - улар ҳаётининг бир қисми, хусусан, бобо-бувиларининг ҳаётига қараганда анчайин одатий. Полнинг айтишича, болалар аксарият ҳолларда бу мавзудаги суҳбатларда улар билан жинсий алоқа ҳақида гаплашишга уринадиган ота-оналарига нисбатан ўзларини анча хотиржам тутишади.

Ота-оналар кўпинча шикоят қилишади: “Бола билан жинсий алоқа ҳақида гаплашиш жуда оғир!...” Шунда мен дарҳол жавоб қайтараман: “А-ҳа, сиз шундай ҳисоблайсизми?” Гапимга ишонаверинг, бу шундай жумлалар билан солиштирганда ҳеч нима эмас: “Она, мен ҳомиладорман” ёки “Мен ОИТСга чалиндим”. Мана бу *чиндан ҳам* суҳбат учун қийин мавзу!” Кейинчалик янада кескинроқ мавзулар билан тўқнашгандан кўра, фарзанд билан ҳали кичкина бўлганида қийинроқ суҳбат қилиб олган афзал.

## ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДАГИ СУҲБАТЛАР БОЛАНИ БУ БОРАДА ТАЖРИБА ҚИЛИБ КЎРИШГА УНДАМАЙДИМИ?

Шундан эҳтиёт бўлиш мутлақо табиийки, бола жинсий алоқа ҳақида ўтказилган суҳбатдан сўнг хирсий майл уни тажриба қилиб кўришга ундайди. Бироқ тадқиқотлар ва бизнинг шахсий тажрибамиз бунинг аксини кўрсатмоқда.

Яқинда ўтказилган сўровларга кўра, “жинсий алоқа ҳақида яхши хабардор ва ўз ота-онаси билан бу ҳақда бемалол гаплашадиган ўсмирлар жинсий муносабатга шошқалоқлик билан яқинлашмасликка кўпроқ мойилдир”<sup>1</sup>. “The Journal of Adolescence” бу фикрларни давом эттиради: “Қайсики ўсмирларга ота-оналари жинсий алоқа борасидаги чегаралар ва қоидаларни муҳокамадан ўтказиб берган бўлсалар, улар ота-оналари бундай йўл тутмаган тенгдошларига нисбатан ўзларини тийишга кўпроқ мойилдирлар”<sup>2</sup>.

Кўплаб ота-оналар жинсий алоқа ҳақидаги суҳбатлар болани бунга рағбатлантиради дея ҳисоблашади, бироқ “болангиз сизнинг назарингизда “тайёр” бўлиб қолгандек туюлмагунича маълумотларни беркитиб турсангиз, у сиздан кўра бу ҳақда камроқ биладиган ёки бошқача фикрлайдиган четдаги одамларга мурожаат қилиб мустақил тарзда кўпроқ билиш ва ҳақиқат ўрнида нотўғри маълумотлар олиш эҳтимолини кўпайтирган бўласиз”<sup>3</sup>.

“The Journal of Adolescence” ташкилоти ўтказган тадқиқотларга кўра, “ота-оналар жинсий алоқа ҳақида ҳақиқатни гапирганларида, болалар...

- ўсмирлик ёшида жинсий алоқаларга киришишга камроқ мойиллик билдиришади.
- ўсмирлик ёшида ҳомиладор ёки барвақт ота бўлиш ҳолатлари камроқ юз беради.
- ота-оналари билан ўз ҳаётларидаги бошқа муҳим муаммоларни кўпроқ муҳокама этишади”<sup>4</sup>.

Болангиз билан ҳамиша ҳалол, ғамхўр ва очиқ бўлишга, шунингдек, жинсий майл каби Худонинг бундай ажойиб инъоми ҳақида гаплашиб олишга имкон қадар барвақт қарор қабул қилинг. Бу билан сиз уни бузуқ жинсий алоқа қилишга рағбатлантирмайсиз - сиз бунга қаршилиқ қиласиз.

## ҚАЙСИ ЁШДА ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА ГАПЛАШИШ “ВАҚТИ КЕЛАДИ”?

Сиз қачон фарзандингиз билан жинсий ҳаёт ҳақида гаплашишни бошлашингиз мумкин? Эҳтимол, сиз буни жуда барвақт қилиш ёки умуман “ҳаддан ошириб юбориш”дан хавфсираётгандирсиз. Бошқа тарафлама, бу борада кеч қолиш ва “тобига келтирмай” қолиш ҳам ёмон. Хуллас, қайси ёшда жинсий алоқа ҳақида гаплашишнинг “айни вақти” келади?

Ўсмирлар билан мохирона иш олиб борадиган доктор Маргарет Стэйжер бу саволга шундай жавоб беради:

Қандай жамиятда яшаётганимизни эътиборга олсак, шошқалоқликдан ва ҳозирда тез-тез юз бераётганидек, болага ниҳоятда кўп маълумотлар беришдан кўра очик суҳбатлардан қочиш анчайин хавфли. Болалар бизнинг қарашларимиз, қадриятларимиз ва умидларимиздан ҳали беҳабар бўлганларида уларга янада каттарок хавф таҳдид солади. Ота-оналар болаларининг мактабда ёки ўйин майдонида ўзаро баҳам кўрадиган маълумотларини назорат қилиш имконига эга эмаслар, болалар эса жинсий алоқа ҳақида гаплашишади. Бирок фарзандингиз танаффус чоғидаги суҳбатларда ёки ҳатто мактабдаги тўлов эвазига бериладиган сабоқларда ҳам жинсий алоқа ҳақида тўғри тасаввур олишига умид боғлаш ақлдан эмас<sup>1</sup>.

Шу тариқа, бизнинг давримизда ҳар ким ҳам “шошилиш”нинг уддасидан чиқавермайди, муаммо эса кўпроқ бу масалада кечикиб қолишга боғлиқ. Оилавий масалаларга оид бир сўровноманинг кўрсатишича, “40% дан кўпроқ ўсмирлар ота-оналари хавфсиз жинсий алоқа ҳақида улар билан *гаплашиб олишгунича* жинсий алоқада бўлишган”<sup>2</sup>.

Замонавий дунё маданияти шароитларида болаларимиз ўзлари учун жинсий алоқа ва шунга мувофиқ ҳатти-ҳаракатларни тобора эртарок ўзлаштириб олишмоқда, сиз эса бу ҳақда уларга биринчи бўлиб ва албатта, тегишли тарзда айтиб беришингиз лозим. Афсуски, фарзандингиз қанчалик даражада “хабардор” эканлигини билиш учун бу мавзуда суҳбат қуришдан бошқа усул мавжуд эмас.

Акрондаги болалар касалхонасининг болалар ва ўсмирлар руҳшуноси доктор Лаура Рокернинг фараз қилишича, “жинсий алоқа борасида тушунча бериш бола туғилганидан бошлаб берилиши керак. Болаларни жинсий аъзолар ва тананинг бошқа қисмларини тўғри айтишга ўргатиш лозим. Уларда муаммо туғилганида, бу бўлғуси суҳбатлар учун ёрдам беради”<sup>3</sup>. Аммо воқеаларни тезлаштириш ҳам тўғри келмайди: болани тафсилотларга кўмиб ташлаш асло шарт эмас - унинг саволларига жавоб беришнинг ўзи етарли. Қўшимча маълумотлар керак бўлганида эса, сиз бу ҳақда билиб оласиз: хойнаҳой, ўғлингиз ёки қизингиз бу ҳақда гапириб қолади.

Билимсизлик хавфли ва зарар келтириши мумкин, билим эса ота-оналик севгиси билан уйғунликда фарзандингизга жинсий алоқа - Худо мақсадининг бир қисми эканлигини тушунишга ёрдам беради.

Тажрибада жуда оддий синалган қоида шундай: агар болалар ҳали ёш бўлганларида улар билан гаплашиб олинса, улғайганларида суҳбатлашиш мароқли бўлади. Бу фикрнинг акси ҳам тўғри. Муаллим ва нотик Сью Симонсон бу ҳақда шундай ёзади: “Агар биз икки-уч ёшли болаларнинг саволларига жавоб бермасак, улар ўн икки ва ўн уч ёшларида савол бермай қўйишади”<sup>4</sup>. Агар боланингизни балоғат ёшига етишини кутсангиз, иккалангизга ҳам жинсий алоқа ҳақида суҳбат қилиш ўта ноқулай бўлса керак.

Вашингтонлик ота ва мураббий Жойс Килмер шундай дейди: “Болалар билан (жинсий алоқа ҳақида) гаплашиб олишнинг энг яхши йўли - улар таажжубга тушадиган даражада кичик бўлишлари керак. Ўшанда сизга ҳам осон бўлади, уч, тўрт, беш, олти ёшли болакай ҳам маълумотларни хотиржам қабул қилади. Болалар майдончасида бегона қикир-қикирларни обдон эшитиб ўтказган бир неча йилларидан сўнг жуда кеч бўлиб қолиши мумкин”<sup>5</sup>.

Агар сиз тўғриси бўлиб, жинсий алоқа мавзусини ўз болаларингиз билан уларнинг тушунчаси даражасида муҳокама этсангиз, *сиз* фарзандларингиз назарида ҳамиша савол билан мурожаат қилса бўладиган мутахассис бўлиб қоласиз. Улар улғайгани сайин, сизга ишонишади ва тинглашади. Фарзандингиз учун ягона “жинсий алоқани тушунтирувчи” бўлиб қолишнинг иложи йўқ, бироқ сиз унинг ҳаётидаги биринчи, асосий ва муҳим ахборот манбаи бўлиб қолишингиз керак.



Эндиликда ўзи ҳам мактабгача ёшдаги болаларини тарбиялаётган қизимиз Кэти ўз тажрибаси билан ўртоқлашади: “Сиз жинсий алоқа ҳақида очик ва оддий тилда гапиришни қанчалик барвақт бошласангиз, кейинчалик болаларингизда янада жиддийроқ масалалар кўтарилганида сизга енгилроқ бўлади”.

Хизер шундай дейди (бизнинг кенжа қизимиз, яқинда йигирма олти ёшга тўлди): Ота-онам мен билан жинсий алоқа мавзусида илк бора қачон гаплашганларини айтиш қийин: бу масалада пашшадан фил ясаб, барча ўзини ноқулай ҳис этадиган аксарият оилалардан фарқли тарзда, ёдимда қолгани фақат шуки, биз бу мавзуда тез-тез суҳбат қилиб турардик”.

## **ЁШНИ ЭМАС, ҚИЗИҚИШ ДАРАЖАСИНИ ЭЪТИБОРГА ОЛИНГ**

Кичик ёшдаги болалар ака-опаларига нисбатан тўғридан-тўғри жавобларга ва эртароқ бўладиган суҳбатларга эҳтиёж сезадилар. Нима учун? Ука-сингиллар бу ҳақда ака-опаларидан, дўстларидан, шунингдек, катта ёшдаги болаларингиз билан жинсий алоқа ҳақида гаплашганингизда, ўзингиздан ҳам эшитишади. Шу боис, ёшга қараб эмас, балки кўпроқ ҳар бир муайян вазиятда маълумотларнинг етказилиш даражасига қараб бу масалани муҳокама қилган афзалроқ.

Ўзингизнинг ота-оналик сезгингизга амал қилинг. Охир-оқибат, сизни ҳеч ким ўз болангиздан яхшироқ билмайди. Дарвоқе, мен (Жош) бу борада Доттининг доно сўзларини диққат билан тинглашим кераклигини англаб етдим. Биз аввалдан болаларимиздан ҳар бири бундай суҳбатга тайёр эканлигини, унинг айнан нималарни билиши зарурлигини муҳокама этардик. Дотти менга янада очикроқ, тўғриси ўз вазийрак бўлишимга ёрдам берган. *Ҳар қандай* болага муайян маълумотларни билдириш учун аниқ бир ёш белгиланмаган. Бунинг синоати ҳар куни юз берадиган имкониятлардан фойдаланиш билан боғлиқ.

Жинсий алоқа ҳақида ўзингизга мақбул тарзда гапиринг. Барча болалар бир-бирларидан фарқ қилишади. Ёдингизда сақланг: уларни тафсилотларга қўмиб ташлаш шарт эмас. Маълумотларни муайян вақт мобайнида бериб борган яхши, бунда ҳар бир қисқача суҳбат кейингилари учун сабаб бўлсин. Сиз ҳар бир суҳбат орқали болангизни ўз жинсий майлини тўғри тушуниш сари яна бир қадам ташлаган бўласиз.

Ушбу иккала фикрни ёдингизда сақлаб қолинг:

1. Ўз боласига “жуда кўп ва жуда барвақт” сўзлаб берган ота-оналар эҳтимол камдир, аммо жинсий алоқа ҳақида “жуда кам ва жуда кеч” айтиб бериш ҳолатлари кўпроқ юз беради.
2. Сиз аксарият ота-оналар назарда тутганидан кўра, янада очикроқ бўлишингиз, имкон қадар кўпроқ тўғри жавоблар беришингиз керак. Мисол учун, уч ёшли бола айтилган сўзларни тўғридан-тўғри қабул қилади ва “онанинг қорнида гўдак бор” сўзларига шундай савол билан мурожаат қилиши мумкин: “Онам нега гўдакни еб қўйди?” Боланинг биргина тушунчаси шундайки, “гўдак онам қорнидаги овқатлар билан бирга”. Бундай вазиятда болага оддийгина тўғри жавобни айтиб қўйиш етарли бўлади.

“Keeping Kids Healthy” дастури доирасида болаларнинг қандай фикрлашига оид ажойиб бир ўринли шарҳ келтирилган:

*Икки ёшдан беш ёшгача:*

- Одатда, бу ёшдаги болаларда ўз таналарига нисбатан қизиқиш уйғонади ва болалар қаердан пайдо бўлиши ҳақида ўйлашни бошлаши мумкинлигини эътиборда тутинг.
- Уларга қисқача жавоблар зарурлиги ёдингизда бўлсин. Кўплаб маълумотлар бериб юборишнинг ҳожати йўқ - ҳали ўта ёш бола буларнинг ҳаммасини тушунолмай чалкашиб қолиши мумкин.
- Тана аъзоларининг тўғри айтилишидан фойдаланинг.
- Болаларингизнинг ишончини қадрланг, уларнинг билим олишга бўлган интилишларини ҳурмат қилинг.
- Ҳар доим улардан саволлари яна бор-йўқлигини сўранг<sup>6</sup>.

*Беш ёшдан саккиз ёшгача:*

- Боланинг бу ёшида ота-оналар ўзлари бу жараёни жуда қисқа баён этишлари мумкин: “Иккита кап-катта одам эр-хотин бўлишса, бир-бирларини севишса, бир-бирларига содиқ бўлишса, улар қучоқлашиб, ўпишишдан завқ олишади, шунингдек, эр ўзининг олатини аёлининг қинига киритса, иккаласи ҳам ҳузур қилишади”. Бу сўзлардан кейин болакай “фу!” деб нари кетса ҳам зарари йўқ. Бу оддий ҳол.
- Муҳими шундаки, ҳамиша ундан яна саволлари бор-йўқлигини сўраш лозим.

Никоҳ ва оила масалалари бўйича маслаҳатчи, доктор Кори Аллен шундай ёзади: “Жинсий алоқа ҳақида гапираётганда, болангизнинг ёши ва бунга тайёрилиги даражасини эътиборга олинг. Тўрт ёшли

бола жинсий алоқага доир барча тафсилотларни билиши шарт эмас, аммо сиз унинг келажаги учун яхши пойдевор қўйишингиз мумкин... Бола тушуна олмайдиган маълумотларнинг аксарият қисми кейинга суриб қўйилади ва навбатдаги суҳбатларда ўзлаштириб олинади. Яна шу гап, ҳар бир тафсилотни тушунтириш шарт эмас, лекин келгусидаги сўровларга тайёр тулинг”<sup>7</sup>. Ва асосийси, ўзингизни бўш қўйинг. Танангиз тили кўп нарсаларни гапиради. Болангиз сиз хотиржам ва ўзингизга ишончингиз борлигини ҳис қилади. Бундай вазиятда у вақти-вақти билан кўтарилган мавзуга қайтади.

Ва ёдингизда бўлсин: болангиз неча ёшда бўлмасин, у билан Худонинг ажойиб инъоми - жинсий алоқа ҳақида гаплашиб олиш ўринли. Унга гўдаклигидаёқ жинсий алоқа ҳақида гапириб беринг, ана шунда у билан келажакдаги ишончли муносабатларингизга пойдевор солган бўласиз.

## “ЖИДДИЙ СУҲБАТ” ҚИЛИШГА УРИНИШ КЕРАКМИ?

Кимдир менинг елкамга туртди:

- Жаноб Макдауэлл, маърузангиз учун сизга катта раҳмат. Мен ҳеч қачон бундай фикрларни эшитмагандим. - Мен ҳозиргина “Яланғоч далиллар” китоби бўйича семинарни якунлагандим, тингловчилардан бири бўлмиш бу аёл эса “эшитганларини амалда қўллаш”га ҳозирланаётганини менга билдирди. У шундай деди: - Эримдан ўғлимиз билан бу ҳақда жиддий гаплашиб олишини сўрайман.

Умид қиламанки, овозим унчалик ташвишли янграмаган бўлса керак, ҳар ҳолда, аниқлаштириб олмақчи бўлдим:

- Ўғлингизнинг ёши нечада?

- Ўн учда, - деди аёл.

Таажжубли кўринишимни катта куч билан яширишимга тўғри келди.

- Сизлар ҳанузгача у билан жинсий алоқа мавзусини у билан муҳокама қилмаганмисизлар? - сўрадим мен.

У айтди:

- Ҳа, шундай ... Бунинг учун вазият ҳеч тўғри келмаган.

“Жиддий суҳбатлар”нинг вақти аллақачон ўтиб кетган, у ўз-ўзидан келмасди ҳам! “Journal of Family Issues” шундай хабар қилади: “50% ўсмирларгина ўтган ойда онаси билан жинсий алоқа ҳақида “жиддий гаплашиб олган”ини эслайди, уларнинг учдан бир қисмигина ўз оталари билан бир марта “жиддий суҳбат” бўлганини ёдига олган<sup>1</sup>.”

Масала жинсий алоқа мавзусини ёритишга бориб тақалганида, бир маротаба ўтказилган бундай “суҳбат” билан иш битмайди, аксинча, бу ўз вақтида айланиши керак бўлган жараён ва маълумотларни кичик-кичик бўлақда бериб турган афзал. Ўтиб кетиши мумкин бўлган вазиятларни қўлдан бой берманг ва саволларни келиб чиқишига қараб муҳокама этинг. Аксарият ҳолларда болалар узоқ чўзиладиган панд-насихатларга тоқат қилолмайдилар. “Жиддий суҳбат” боланинг хаёлидан шунчаки чиқиб кетиши мумкин - ҳар қалай, худди шундай ҳам бўлади.

Болаларингизга жинсий алоқа ҳақида қай тарзда гапириб бериш яхшироқ эканлигини биласизми? Бу жойидан ўттиз сония, у жойидан бир дақиқа, яна ўн сония бу жойдан, икки дақиқаю қирқ беш сония у жойдан - ва шу тариқа имкон қадар аввалроқ бошлайвериш лозим. Қандайдир мавзу юзага чиқса - муҳокама этинг ва кейинги сафаргача эътибордан чалғитинг. Пашшадан фил ясаш керак эмас. Бизнинг оиламизда жинсий алоқа ҳақида болалар билан ўтказган барча суҳбатларимизнинг деярли ярми икки дақиқадан ошиб кетмаган.

Одатга кўра, жинсий алоқа мавзуси болаларни аста-секин, босқичма-босқич қизиқтириш билан бошланади. Улар жуда кам ҳоллардагина ҳаммасини ва дарҳол айтиб беришларини талаб қилишади. Улар учун маълумотларни улғайиш даражасига кўра, доимий мулоқотлар давомида ўзлаштириб бориш осонроқ. Шундай бўлса ҳам, саволлар ноқулай жойда ва энг ноўрин вазиятда юзага чиқишига тайёр бўлинг.

“Ҳаттоки мен зўр бериб уринсам ҳам, - дейди ўғлимиз Шон, - барибир ота-онам билан жинсий алоқа ҳақида илк бора қачон суҳбатлашганимни эслай олмайман. Гап шундаки, оиламизда бу табиий равишда бўлиб ўтарди. Биз бу ҳақда ҳамма вақт гапирмаган бўлсакда, агар бу ҳақдаги савол тушлик вақтида, машинада ёки уйку олдидан берилса ҳам, ота-онамиз бунга шунчаки жавоб бериб қўйишарди. Бу одатий мулоқотимизнинг бир қисми сифатида қабул қилинганди. Шу тариқа, менинг ҳаётимда бирор марта ҳам “жиддий суҳбат” бўлмаган”.

FamilyFire.com сайтининг модератори Деб Костер жинсий алоқа мавзусига соғлом ёндашиш моҳиятига шундай хулоса берган:

Биз оиламизда болалар билан кичик ёшда эканликларидан бу мавзу (жинсий алоқа) бўйича хотиржам ва юмшоқ муҳитда суҳбатлашишга ҳаракат қилардик, шу боис, “катта жиддий суҳбат”га ҳатто зарурият ҳам туғилмаган.

Яъни, биз болаларимиз ҳар қандай савол билан олдимизга бемалол келишларига ва бунга тўла-тўқис жавоб оладиган муҳит яратгандик<sup>2</sup>.

Муқаддас Китобда болага илоҳий ҳақиқатни етказишнинг энг самарали усули аниқ кўрсатилган: “Буларни болаларингизга ҳам ўргатинглар. Улар ўтирганда ҳам, йўлда юрганда ҳам, ётганингизда ҳам, турганингизда ҳам шу ҳақда гапиринглар” (Қонунлар 6:7). Ҳатто ота-оналар Миллий уюшмаси ҳам Муқаддас Китобнинг бундай андазасига қўшилади: “Одатда, кичик болалар ҳар бир муайян вақтда маълумотларни кам-кам равишда қабул қила олишлари мумкин, маълум мавзуда ўрганишлари лозим бўлганининг ҳаммасини улар дарҳол ўзлаштира олишмайди<sup>3</sup>.”

Жон Хопкинс Университети қошидаги Майкл Блумберг жамоат соғлигини сақлаш Мактабининг “Ўсмирларни соғлом ривожлантириш Қўлланмаси”да қуйидаги асосий қоидалари таклиф этилади:

1. Фарзандларингиз билан доимо мулоқотда бўлинг.
2. Кичик ёшдаги болалар билан маълумотларни аста-секин ва камроқ ҳажмда баҳам кўринг.
3. Ҳали ўрганилмаган жиҳатларни камраб олишга уринманг. Мана, “Она, чақалоқ қориндан қандай чиқади?” саволига қисқа ва оддий, аммо аниқ ва тўғри жавоб беришнинг ўзи етарли, мисол учун: “Тўдак она қориндан ташқарига қин деб аталадиган тешик орқали чиқади”.
4. Болалар улғайиш ёшига қарабанада очикроқ ва батафсил тушунчаларни қабул қилишга қодир бўладилар.
5. Одамларга бериладиган саволлар тезкор, аммо юмшоқ жавобларни талаб қилади. Мисол учун: “Мана, сиз саккиз ёшли қизингиз билан одамларга лик тўла кафеда мазали салат истеъмол қиляпсиз, шунда у тўсатдан баланд овозда сўраб қолади: “Она, орал жинсий алоқа нима ўзи?”, шунда сиз шолғомдек, балки ундан баттар қизариб кетасиз”<sup>4</sup>.

Бу каби вазиятда, “овозингни ўчир, салатингни егин” жумласи билан вазиятдан чиқиб бўлмайди. Даставвал ваҳимага тушмасликка ва ҳаддан зиёд ҳайрон бўлмасликка ҳаракат қилинг. Асосийси, суҳбатлашишдан бош тортманг. Бунинг ўрнига дарҳол жавоб беринг ёки хотиржам тарзда айтинг: “Азизам, ота (она) бу ҳақда сенга айтиб беради, фақат овқатланганимиздан сўнг”. Ва сўнгра сўзингизда туришни унутманг.

Мен (Дотти) ёш оналар билан, шунингдек, ўз қизларим билан ҳам баҳам кўрадиган фикрлардан бири шундай: сиз фарзандингиз билан ўз этикодингиз ҳақидаги суҳбатни қандайдир алоҳида “қулай вазият” учун кейинга суриб қўярмидингиз? Ахир, сиз ҳар бир қулай вазиятда аниқ мақсад ва севги ила унга Муқаддас Китоб ҳақида, Худо ҳақида сўзлаб берасиз-а? Жинсий алоқа мавзуси ҳам худди шундай бўлиши керак. Биргина “жиддий суҳбат” келажакда сизни болаларнинг саволларидан халос этишига умид қилмаслик керак. Жинсий алоқа - бу эртароқ, тез-тез, катта сабр-бардош, донолик, севги, баъзан эса ҳазил билан мурожаат қилиш лозим бўлган мавзудир. Хуллас, хавотир олманг ва калит сўзларни эслаб қолинг: *эртароқ, тез-тез ва рўйи-рост*.

## ФАРЗАНД БИЛАН ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА ГАПЛАШИЛМАСА, НИМА РЎЙ БЕРИШИ МУМКИН?

Икки оғиз сўз билан айтиш мумкин: агар сиз ўз болангиз билан жинсий алоқа ҳақида гаплашмасангиз, буни бошқа биров қилади. Бола шу ёки бошқача тарзда албатта сиз орқали тўғри маълумотга эга бўлади ёки бошқа манбалардан ёлғон хабарларни олади. Оқибатлар қайғули, ҳатто фожеали ҳам бўлиши мумкин.

Ёзувчи ва чўпон Жек Уэллманга қулоқ тутамиз.

Мен ўз отамни билмаганман. Узоқ вақт давомида мен билан жинсий алоқа ҳақида умуман гаплашмаган холам билан яшаганман, шу боис дўстларим ва болалар майдончасидаги (ёки шунчаки кўчадаги) ўртоқлар менинг “устозларим” бўлишган.

Ҳар ҳолда, мен нимаики билган бўлсам, ҳақиқатга алоқадор бўлмаганга ўхшайди. Ёдимда, биринчи синфда ўқиганимда, қизлар ўпишишдан ҳомиладор бўлиб қолишларини менга айтишганди. Шундан сўнг қизалоқларга тегинишдан узоқ вақт кўркиб юрганман, ўпишиш ҳақида-ку гапирмай қўя қолай. Шу даражада жаҳолатда эдимки, ҳар сафар ўз холам мени ўпганида кўркувга тушиб қолардим.

Шу боис, болангиз билан суҳбатни кейинга сурмай, ҳайрон бўлмасдан гаплашиб олган яхши: улар жинсий алоқа ҳақида барибир билиб олишади. Ҳойнаҳой, бу ёлғон маълумотлар бўлиб чиқади. Сиз шундай бир хавфсиз ва ишонч муҳитини яратингки, фарзандларингиз таажжуб ёки кўркув сезмасдан ҳар қандай савол билан мурожаат қилишсин. Бу ҳар қандай мавзудаги, айниқса жинсий алоқа ҳақидаги суҳбат учун энг яхши шароитдир<sup>1</sup>.

Худо жинсий алоқа ҳақида сизга оилавий илиқ шароитда болангизга сўзлаш ва шу тариқа Жекнинг хаёлида бўлган чалкашликлардан асрашингиз имконини берган Бироқ сиз бундай масъулиятдан бош тортсангиз, у бошқа манбаларга мурожаат қилади. Мисол учун, беш миллиондан кўпроқ порнографик сайтлар мавжуд бўлган Интернетга мурожаат қилади, биз *1-бобда* қайд этиб ўтганимиздек, порнографик сайтлар болага жинсий алоқа ҳақида номақбул ва ахлоқсиз бузуқ тасаввурлар беради. Улар тагин қарамликни келтириб чиқариши мумкин.

Бу қанчалик қайғули бўлмасин, айрим ота-оналар порнографиянинг зарарини шубҳа остига олишади ёки рад этишади. “Хўш, нима *бўпти*?” - сўрашади улар. Яқинда бир масихий порнография хавфидан огоҳлантиришга жавобан менга (Жошга) Twitter орқали шуни ёзган: “Агар биз фарзандларимизга Масих Хушхабарини ишонч билан етказаятган бўлсак, уларнинг нима кўраётганлиги аҳамиятга эгамикан? Нега сиз Интернетдан бунчалик кўрқасиз?”

Кўплаб тадқиқотлар порнографиянинг одамга нобоп оқибатлари таъсири ҳақида шохидлик бермоқда. 2005 йилда “What’s the Big Deal About Pornography?” китобининг муаллифи доктор Жилл Мэннинг АҚШ сенати ҳузуридаги кўмита олдида порнографиянинг зарари ҳақида маъруза қилди, унда порнографиянинг болалар ва ўсмирларга кўрсатаётган тўғридан-тўғри таъсирининг салбий оқибатлари ўз тасдиғини топган кўплаб тадқиқотлар мисолида келтириб ўтилганди. Улар орасида қайд этилган:

- узоқ давом этадиган салбий ёки шикастали ҳиссий таъсирлар,
- жинсий алоқанинг барвақт бошланиши,
- жинсий алоқа (жинсий майлга боғланиб қолиш) ҳақида ёпишқоқ хаёллар эҳтимолининг ортиши,
- жинсий алоқа ҳақида сохта маълумотлар олиш эҳтимолининг ортиши,
- бошқа одамга жинсий майлини қондириш воситаси сифатида худбин муносабат<sup>2</sup>.

Ушбу қайд этилган салбий оқибатлар порнографияга бир маротаба ёки вақти-вақти билан қилинган мурожаатлар туфайли келиб чиқиши мумкин. Замонавий болаларда улкан ҳажмдаги очиқ ахлоқсиз материалларга осонликча кириш имкониятлари бўлаётганлиги жиддий хавф туғдиради. Ортиқча эҳтирос, одатда, ёшлардаги сезги ҳисларини сўндиради. Ёшлар жинсий алоқага нисбатан Муқаддас Китобнинг

хаққоний қарашларини ва у билан боғлиқ ахлоқ йўл-йўриқларини ўзлаштирмай туриб, атрофдагилар гўё бу борада ўзларини ҳеч нимадан тиймасликларига ишона бошлайдилар. Бу каби фикрларни уларга киберхудуд сингдираётганини таъкидлаш жоиз.

Биз болаларимизни уларнинг кўз-қулоқлари эртами кечми кўриб-эшитадиган ўша ёлғон ва бузук тасаввурлардан асраб қололмаймиз. Аммо биз фарзандларимиз билан жинсий алоқа ҳақида Худо мўлжаллаган тарзда биринчи бўлиб гаплашсак, бу уларни жинсий алоқа борасидаги сохта маълумотлар таъсиридан, порнографияга мурожаат қилиш ва жинсий ахлоқсизликдан ҳимоя қилиши мумкин.

## ЖИНСИЙ АЛОҚА МАВЗУСИ БОЛАНГИЗДА ҲАДДАН ЗИЁД ҚИЗИҚИШНИ УЙЎТСАЧИ?

Болалар ўз табиатларига кўра қизиқувчан - кимдир кўпроқ, кимдир камроқ даражада. Ва умуман жинсий алоқада одамни ўзига тортадиган, сирли, ҳаяжонга соладиган нимадир борки, бу ҳар биримизда ҳам қизиқиш уйғотади. Шу боис, болалар “ўта қизиқувчан”, бу эса кўрқинчли эмас. Уларнинг билишга чанқоқлигини қондиришни рад этсак кўрқинчли бўлади.

Болаларнинг жинсий алоқага доир саволлар бериб, бунга жавоб олишни исташлари мутлақо табиий ва маъқул. Уларнинг қизиқишларини назар-писанд қилмаслик билан болаларимизни жиддий хатар остига қўйган бўламиз. Ёдингизда бўлсин: улар барибир жавобни қаердандир олишади. Оилани қўллаб-қувватлаш Миллий тиббиёт маркази ходимларининг таъкидлашича, “агар сиз болага жим туриш билан жавоб берсангиз, унинг жинсий алоқага бўлган қизиқиши сўниб қолмайди. Аксинча, қандайдир мавзуни таъқиқлаш унга бўлган интилишни оширади”<sup>1</sup>.

Яқинда ўтказилган тадқиқотларнинг кўрсатишича, “ўн ёшгача бўлган болалар одатда жинсий алоқа борасида фаол бўлишмайди ва бу ҳақдаги фикрлар билан бошларини қотиришмайди, лекин улар қизиқувчан, шу боис саволлар билан дўстларига, синфдошларига ва оила аъзоларига мурожаат қилишади, шу тариқа аста-секин ҳаёлларида жинсий алоқа ҳақидаги энг ноўрин уйдирмалар тўпланиши мумкин”<sup>2</sup>.

Боланинг тўрт ёшдан токи ўн икки ёшгача бўлган даврдаги қизиқишларининг қай тарзда қондирилганлиги кўпинча унинг ўн икки ёшдан ўн саккиз ёш оралиғидаги жинсий майлини белгилаб беради. Жон Хопкинс Университети қошидаги Майкл Блумберг жамоат соғлигини сақлаш Мактабининг докторлари Клеа Макнили ва Жейн Бланшар шундай тушунтиришади:

Бола учун энг маъқул йўл - ота-онадан жавоб олиш. Қизиқувчанлик бу ёшда ҳал қилувчи аҳамиятга эга: зеро ўсмирнинг жинсий алоқага дахлдор ҳаёти кўпинча олти ва ўн кунлик туғилган вақтида оладиган маълумотларга боғлиқ<sup>3</sup>.

Фарзанднинг ҳаётига ва унинг бўлғуси хатти-ҳаракатларига таъсир этиш имконига эга бўлиш - қандай катта ифтихор! Сизнинг тўғри жавобларингиз уни ҳақиқатга барча нарсалардан кўра яхшироқ ўргатади. Макдауэллар оиласидаги умумий қоида қисқа, оддий ва аниқ жавоблар беришга йўналтирилган. Болалик қизиқишларини қондириш учун, мисол учун айтсак, қизалоқларда пастки лаб ва қин, ўғил болаларда эса олат ва тухумдон бор. Болага “Жинсий алоқага доир юзта саволлар” туркумидаги узундан-узоқ ва батафсил тушунтиришларнинг ҳожати йўқ. Узун муҳокамалар уни зериктириб қўяди.

Бизнинг болаларимиз ҳали ёш бўлганларида, уларда ўзларининг жинсий аъзолари қизиқиш уйғотарди. Мен (Дотти) болаларни чўмилтирганимда, ҳар доим тананинг ҳар бир аъзосини тўғри айтардим, жинсий аъзолар тўғрисида ҳам тирноқлар ёки тизза ҳақида гапиргандек мулоҳаза билан хотиржам гапирардим. Шу тариқа, биз болаларимизга ўз танасини муҳокама қилиш мутлақо оддий ҳол эканлиги фикрини сингдирганмиз. Бундай тўғрилиқ илк босқичлардаёқ келгусидаги хотиржам баҳслар учун асос яратган.

Мактаб ёшигача бўлган бола учун бу каби ғалатироқ ифодалар етарли бўлиши мумкин: “Тўдак онанинг қорнида катта бўлади”. Сўнгра янги саволлар туғилади, мисол учун, бола қандай қилиб ташқарига чиқиши ҳақида. “Онам қайт қиладими?” Ёки: “Отам онамнинг қорнидан чиқадиган телеграммани очадими?” Ёки: “Онам чақалоқни мен ахлат чиқаргандек чиқарадими?” Болага оддий ва тўғри тушунчалар бериш керак.

Олим-мураббий Маргарет Ренкл ажойиб бир жавобни таклиф этади: “Болалар кўпинча онасининг қинидан чиқиб келишади”. Мабодо бу жавоб етарли бўлмаса, қўшимча қилиш мумкин: “Қин онанинг ичидаги қувурга ўхшайди. У жуда қаттиқ чўзилганида чақалоқ ташқарига чиқади”<sup>4</sup>.

Фарзандларимиз қайси ёшда бўлишмасин тўғри жавоб олишга ҳақлидирлар, фақат бу жавоблар боланинг улғайиш даражасига мувофиқ бўлсин. Агар ўн ёки ондан кичик ёшдаги болангиз аёллар қандай

қилиб ҳомиладор бўлиши, презерватив ёки орал жинсий алоқа нима эканлиги ҳақида савол беришса, кўрқиш керак эмас. Бу ҳали унинг фаол жинсий ҳаётга тайёрланаётганини билдирмайди. Энг яхшиси, билишга қизиқувчанлигини қандайдир хатар деб ҳисобламасдан, жавоб бериш керак, холос. Аслида сизнинг жим туришингиз кўпроқ хавfli бўлиб чиқади.



## ТАНАНИНГ АЙРИМ АЪЗОЛАРИГА “ЛАҚАБ” ҚЎЙИЛИШИГА ҚАНДАЙ ҚАРАЙСИЗ?

Менинг (Жошнинг) “Яланғоч далиллар” номли китобим юзасидан ўтказган семинарим давомидаги танаффус чоғида олдимга бир чўпоннинг хотини келди. Унинг юзи қизариб кетган бўлиб, овози ҳаяжондан титрарди:

- Менимча, ўз ўғлига “сенинг олатинг” деб айтиш ўта хунук. Шахсан мен уни “кушча” деб атайман.

Мен хотиржам жавоб қайтардим:

- Қулоқ аслида қулоқ деб айтилади, бурун - бурун, кўз - кўз, кин - кин, олат эса олат дейилади. Ўйлашимча, тана аъзоларининг номини ўзгартириш менинг ишим эмас.

Хоним менинг нуқтаи назаримни қабул қилмаганлиги кўриниб турарди.

Болалар учун ўз тана аъзоларини ўрганиш қизиқарли. Муайян бир ёшга етганларида, улар бундай саволларни тез-тез бериб туришади. Уларга жавоб қайтараётганда ёки шунчаки суҳбат ўтказётганингизда тўғриси ўз бўлинг - тана аъзоларини тўғри анатомик номлари билан айтинг.

Болаларимиз жинсий аъзоларини биз кўпроқ “жинсий” дея аташга уринамиз, шу тариқа тананинг бу аъзолари ўта шахсий, қимматли эканлигини, ҳамманинг тегиши мумкин эмаслиги ва шундай бўлиб қолиши кераклигини таъкидлаймиз.

Бола билан суҳбатлашаётганда, энг бошиданоқ тўғри сўзлардан фойдаланган афзал: олат - бу олат, “оғайни” ёки “буюм” эмас. Шунингдек, “пастдаги” ёки “ўша жой” эмас.

Тўғри атамалардан фойдаланган ҳолда - олат, тухумлар, пастки лаблар, кин, - сиз бир вақтнинг ўзида уларнинг нега керак эканлигини фарзандингизга тушунтирасиз. Эртами ёки кеч, у ҳаммаси ҳақида билиб олади, Интернет эса кейинги пайтларда бу жараёни анча тезлатиб юборди. Ахир сиз айнан Интернет унга қандай тана аъзолари борлиги ва қандай аталиши ҳақида тушунтиришини истамайсиз, тўғрими? Сиз ўзингиз маълумот берувчи ҳурматли манба бўлишни хоҳлайсиз, шундай эмасми?

Мен (Жош) қизларимдан бири уч ёшли бўлганида у билан ўйин ўйнагандим. Хонага Дотти кирганида қизимиз ногаҳон бидирлай кетди:

- Она, отам менинг пастдаги лабимга тегинди!

Дотти юзида кўркувни акс эттирмасликка уринди. Мен чуқур нафас олиб, имкон қадар хотиржам оҳангда қизимдан сўрадим:

- Азизам, сенинг пастки лабинг қерда жойлашган?

У кулимсираб ўз киндигини кўрсатди. Шунда мен қизимга оддий сўзлар билан киндик ва пастки лаб ўртасидаги фарқни тушунтирдим.

Ҳа, гўдак токи ўз тана аъзоларини ўрганиб ҳаммасини тўғри эслаб қолгунича бир марталик қисқа суҳбат камлик қилади. Аммо, агарда сиз тўғри атамалардан фойдалансангиз ва ниманинг нега керак эканлигини тушунтирсангиз, болангиз уялиб қолмайди ёки ўз тана аъзоларининг тўғри айтилишини эшитганида уялмайди.

## БУНИНГ УЧУН ҚАНЧА БИЛИМ КЕРАК?

Ҳа, бизнинг давримизда Интернетга ва бошқа тарздаги ОАВга (уйимизда ҳам, мактабимизда ҳам) осон кириш каби муаммо бор, лекин жанг ҳали мағлубият билан якунланмаган. Бизнинг вазифамиз ва жавобгарлигимиз - фарзандларимизга жинсий алоқа борасида Худонинг режасини батафсил тушунтириш, уларга *аниқ* маълумотларни тақдим этишдир.

Доно шоҳ Сулаймон айтганидек,

Билимсиз истак яхши эмас, шошқалоқлар ҳам қоқилади.

*Ҳикматлар 19:2*

Қизиқ, болалар билан жинсий алоқа ҳақида тўғри гаплашиш мавзуси бўйича умумий миқёсда ўтказилган деярли *барча* тадқиқотларнинг натижалари бир-бирига ўхшаш: агар ота-оналар болаларини ёлгон хабарлар босимидан асрашни истасалар, бундаги энг муҳим қадамлардан бири - Муқаддас Китоб маълумотларини улар билан баҳам кўришдир, лекин *аниқ-равшан* тарзда, албатта.

Клеа Макнили ва Жейн Бланшарнинг “Ўсмирларнинг соғлом ривожланиши бўйича қўлланма”сида шундай дейилган: “Тадқиқотларнинг кўрсатишича, ўзининг жинсий майли ва репродуктив саломатлик муҳофазаси ҳақида кенгроқ тушунча олган ўсмирларнинг барвақт жинсий алоқага киришишлари эҳтимолан анчайин кам”. Бу ўринда шундай хулоса келиб чиқади: “Ҳаққоний ва аниқ маълумотларни тақдим этиш - ўсмирларда соғлом жинсий алоқани ривожлантиришнинг кафолатидир”<sup>1</sup>.

“Healthy Adolescent Development” журналидаги бир мақолада билдирилишича: “Агар сиз ўсмирга ўзини тушунишида ёрдам беришни истасангиз, тўғри маълумот ва ахлоқий бошқарув ниҳоятда муҳим. Эҳтимол, бу келажакда ҳаёт учун вайронкор, тагин ҳалокатли нотўғри қарорлардан уни асраб қолади”<sup>2</sup>.

Болаларнинг жинсий алоқага оид ҳатти-ҳаракатларига амалий таъсир кўрсатишнинг усулларида бири - улар учун аниқ маълумотлар манбаи бўлиш демакдир. Ўз навбатида Жинсий саломатлик тиббий институти ота-оналар учун аниқ маълумотларнинг кенг миқёсдаги манбаи ҳисобланади ([www.medinstitute.org](http://www.medinstitute.org).) Болаларнинг жинсий майли билан боғлиқ жиддий масалаларни ҳал этмоқ учун сизга катта куч керак бўлади, аммо ишонаверинг: бу ўзини оқлайди. Интернет ва никоҳгача бўлган жинсий алоқа тарғиботи оламида бизнинг масъулиятимиз - билимдон ота-оналар бўлмоқликдир.

Мабодо болалар бизни ноаниқликда ва нопокликда пайқаб қолишса, бизга ишончларини йўқотишади, биз эса уларга таъсир кўрсатишдан айриламиз. Ишончингиз комил бўлсин: замонавий болалар кўпинча Интернет орқали маълумотларни излаб топишади ва ота-оналаридан олган жавоблари билан уларни таққослаб кўришади.

Ҳа айтгандек, агар сиз бирор саволга жавобни билмасангиз, ваҳимага тушиш керак эмас. Буни тан олишдан кўрқманг. Сиз жавоб топишингизни ва бу суҳбатга яна қайтишингизни айтинг (фақат фарзандингизга айтган сўзингизнинг устидан чиқинг). Ёки ҳатто жавобни биргаликда излаб кўришни таклиф этинг. Бир-бирларингизга яқинроқ бўлиш учун бу қандай ажойиб ёндашув!

Сизга ҳам нимадир номаълум эканлигини тан олаверинг, чунки сиз буни аниқлашга уриняпсиз, демак, боланинг сизга ишончи янада ортади. Бу билан сизнинг жавобингиз унга янада ишончлироқ туюлади.

### МАВЗУЛАР

Қуйида ота-оналар ҳал этиши лозим бўлган масалалардан бир қанчаси келтирилган, холос. Тарбиялаш - бу, албатта, ажойиб саргузашт, лекин жиддий ва масъулиятли меҳнатдир. Бу борада осон йўллар йўқ.

- Эркак ва аёлларнинг репродуктив тизими ва анатомиясининг хусусиятлари, ҳайз ва тунги поллюциялар.
- Жинсий алоқа ва ҳомиладорлик.
- Туғилиш ва туғилишни назорат қилиш.

- Жинсий алоқага оид ҳаракатларнинг муқобил турлари сифатида орал жинсий алоқа, мастурбация, петтингларни айтиб ўтиш мумкин.
- Жинсий майл ориентацияси (гетеросексуаллик, гомосексуализм ва бисексуаллик).
- Эркак ва аёлларда жинсий алоқанинг жисмоний ва ҳиссий аспекти қабул қилиниши.
- Ўз-ўзига баҳо бериш ва тенгдошлар босими.
- Таносил касаллиги.
- Зўрлаш, шунингдек, учрашув вақтида: бола алкоголь ёки гиёҳванд модда қабул қилишга рози бўлганида, бегона одамлар билан автомобилга ўтириб нотаниш уйга бораётганида тўқнаш келадиган таҳдид.
- Кийимлар танлови ва ўсмирнинг ҳатти-ҳаракатлари унинг жинсий яқинликка тайёрлигини атрофдагиларга қай тариқа билдириб туради.
- Презервативлар.
- Ҳис-туйғулар.
- Худонинг ҳақиқий севги мақсади.
- Ноз-карашма.
- Буларнинг ҳаммаси ҳақида Муқаддас Китоб нима дейди.

Самарали тарбия Марказининг ходимлари, таълим соҳасида мутахассислар Кристин Золтен ва доктор Николас Лонг ота-оналар фарзандларини жинсий алоқа мавзуси билан таништиришга тайёр эканликларини шундай баён этишади: “Авваламбор сизнинг ўзингиз жинсий алоқа ҳаётига доир масалаларда билимли бўлмоғингиз лозим. Ота-оналар бу мавзуни қанчалик яхши таҳлил этсалар, фарзандларининг саволларига шунчалик ишонч билан жавоб қайтаришади. Бунга жинсий алоқага доир ҳаётнинг барча жиҳатлари ҳақидаги маълумотлар тегишли, яъни жинсий аъзолар, болалаш, туғилишни назорат этиш, жинсий алоқа орқали ўтадиган касалликлар ва ҳоказо”<sup>3</sup>.

Бу оламдаги ҳамма нарсани билиш шарт эмас, бироқ бизнинг ўзимиз етарлича билимга эга бўлишимиз ва болаларимизнинг жинсий алоқа жабҳасидаги саволларига тўғри жавоб беришга тайёр бўлишимиз керак.

## БАЛКИ, АЙРИМ МАВЗУЛАРНИ ҲАР ҲОЛДА ТУШИРИБ ҚОЛДИРИШ МАЪҚУЛДИР?

Бизни, ота-оналарни, баъзан қандай материаллар болаларимиз назарига тушиб қолиши кўрқувга солади. Улардан кўпи қарахт аҳволга солиб, бизни қизаришга мажбур қилади. Аммо болаларимиз оламга келган дамлардан бошлаб, бизнинг вазифамиз - барча саволларга жавоб қайтариладиган эркин ва очиқ муҳитни яратишдир. Агар сиз жирканиш ёки ҳаяжонга тушган ҳолатингизни яққол кўрсатсангиз ёхуд болангизнинг саволига жавоб беришда довдираб қолсангиз, у бошқа ҳеч қачон савол бермаслиги мумкин. Сизларнинг ораларингизда таъқиқланган мавзу бўлмаслиги керак.

Таъқиқнинг йўқлиги болангизнинг ҳатти-ҳаракати ва онгига бебаҳо таъсир кўрсатади, шу билан биргаликда, сизнинг очиқлигингиз албатта мулоҳазага асосланган бўлиши керак. Маориф Миллий ушмаси Миллий ахборот тармоғининг ижрочи директори Жеральд Ньюберри бу борада қуйидагиларни айтади: “Бола ёки ўсмир ҳар қандай саволлар билан бемалол олдингизга келадиган инсон бўлинг. У сизнинг ҳар қандай мавзунини муҳокама қилиш учун ҳамиша очиқ эканлигини била қолсин”<sup>1</sup>.

Аввал айтиб ўтганимиздек, ораларингизда таъқиқланган мавзунинг йўқ эканлиги ҳақидаги оғзаки гаплар етарли эмас, буни муносабатларингиз орқали намоён этишингиз керак, шунингдек, айнан шуларни тананинг тили билан етказиш лозим.

- Жинсий алоқа мавзусига мутлақо мақбул нимагадир ёндашгандек муносабатда бўлинг, - деб тавсия беради Самарали тарбия маркази доктори Николас Лонг. Ва қўшимча қилади: - Болаларингиз билан жинсий алоқа мавзусини бошқа муҳим мавзулар каби хотиржам ва осойишта муҳокама қилинг. Болалар жуда зеҳнли бўлишади, агар улар ноқулай аҳволга тушиб қолганингизни сезишса, кейинги сафар олдингизга ўз саволлари билан келишлари даргумон. Бундан ташқари, болалар жинсий алоқа қандайдир ёмон ва нотўғри эканлигига шубҳа қилиб қолишлари мумкин<sup>2</sup>.

Мен (Дотти) ҳар сафар болаларимиздан бири билан жинсий ҳаётга боғлиқ масалаларни муҳокама этганимда, хотиржамликни сақлашга уринардим. Агар буни уйдalasам, болаларнинг мен билан суҳбатлари мароқли ўтарди. Мен имкон қадар уларга кечки овқатда нима бўлиши, соч калталаш неча пул туриши ёки итнинг бўйинбоғи қаерда эканлигини қай оҳангда айтган бўлсам, шу тарзда жинсий алоқа ҳақида ҳам айтиб берардим. Айтишим лозимки, агар болалар бу нарсани бошқа ҳар қандай мавзу каби муҳокама этмоққа менинг тайёр эканлигимни ҳис қилмасалар, улар ўз саволлари ёки хавотирлари билан олдимга такрор ва такрор келишмаган бўларди.

Хўш, мабодо сиз бирор-бир саволга жавоб беролмай қолсангизчи? Ҳеч бўлмаса, ҳамиша шундай дейиш мумкин: “Мен буни билмайман, аммо аниқлаб бераман”. Буни қандай ифода этишингиз ҳам муҳим. Сизда таъқиқланган мавзу йўқлиги ҳиссини болангизда ҳосил қилсангиз, самарали мулоқот йўлига қадам қўйган бўласиз.

Чўпон Жек Уэллман қатъий огоҳлантиради: “Асосийси ҳақида жонбозлик кўрсатинг: бирор мавзунини кўтариб чиққанингизда, болаларингиз кўркмасин ёки таажжубланмасин. Бу ҳақда уларга айтинг. Ҳар қандай савол билан олдингизга келишлари мумкин бўлган хавфсиз муҳит яратинг. Бу ҳамиша энг яхши қарор, айниқса, гап жинсий алоқа ҳақида бораётган бўлса”<sup>3</sup>.

Ҳозирда ўз оиласи бўлган кичик қизимиз Хизер яқинда шундай деб қолди: “Жинсий алоқа мен учун кундалик бир мавзу эди - ноқулай мавзу мен учун умуман бўлмаган. Мен билардим, агар бирор нима ҳақида сўрагим келса, олдиларингизга боришим етарли, сизлар менга ҳаммасини тушунтирасизлар. Бирор-бир мавзу “ноўрин” бўлганлигини эслай олмайман, дарвоқе, ўшандан буён нимадир ўзгарган деб ўйламайман”.

Биз фарзандларимизга шундай ҳиссиётни сингдирганимиздан бахтиёрмиз. Болангиз олдингизга келганида очиқ, тўғрисиўз ва ҳар қандай саволига жавоб топа оладиган бўлинг. Сиз бундан афсусланмайсиз.

## ФАРЗАНД БИЛАН ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА ҚАНЧАЛИК ТЕЗ-ТЕЗ ГАПЛАШИБ ТУРИШ КЕРАК?

Болалар билан жинсий алоқа ҳақида чоракда бир марта, ойда бир марта ёки ҳафтасида бир марта гаплашиб туриш керакми? Умуман олганда бундай суҳбатларнинг қанча бўлганлиги эмас, балки сиз кўпгина нарсаларни такрор ва такрор қилишингизга тўғри келиши муҳим. Бундан воз кечиб бўлмайди, зеро такрорлаш - ўқиб-ўрганишнинг онаси.

Аксарият болалар маълумотларни икки-уч дақиқадан ортиқ вақт қабул қилишга қодир эмас. “Children Now” болалар таълими ва саломатлигини муҳофаза қилиш ташкилоти ушбуни маълум қилади:

Аксарият кичик ёшдаги болалар маълумотларни қисқа-қисқа ҳажмда қабул қилишади, улар биргина суҳбат мобайнида муайян мавзу юзасидан билишлари лозим бўлганининг барчасини эслаб қолишолмайди. Мана нима учун бир муддат кутиб, сўнгра суҳбатингиздан нима ёдида қолганини айтиб беришини боладан сўрашингиз муҳим. Бу тушуниб етмаслик эҳтимolini бартараф этиш ва суҳбатингизда бўш қолган жойларни тўлдиришингизга ёрдам беради<sup>1</sup>.

Мабодо тўрт ёшли қизалоғингиз олдингизга келиб, уч ёшлигида сизга берган саволини яна такрорласа, сўнгра беш ёшга тўлганида ҳам бу ҳол яна давом этса ҳайрон бўлмаслик керак, гарчи сиз унга шундай сўзларни айтишни хоҳласангиз ҳам: “Мен сенга болалар қандай туғилишини айтиб берган эдим-ку” ёки “Сенга киндик нима эканлигини бир неча марта тушунтиргандим”.

Мен (Дотти) яқинда Жинсий саломатлик тиббиёт институти раиси, доктор Жо Макилхани билан суҳбатда бўлдим. У шуни қайд этади: ота-оналар кўпинча фарзандлари билан жинсий алоқа ҳақида тез-тез гаплашиб туришларига ишонишади, гарчи болаларига бундай бўлиб туюлмаса ҳам. Аёнки, бундай кўриниш юзага келишининг салмоқли сабаблари бор. Ота-оналар болага керакли миқдордаги маълумотларни сингдиришга ва айни вақтда меъёридан ошириб юбормасликка катта ҳис-туйғуларини сарфлаб юборишади, шу боис, одатда, бола фақатгина тингловчи бўлиб қолганлиги дамларини эслаб қолишади. Бола учун эса бу суҳбат хотирасининг бир четида сақлаб қолиш даражасида жиддий ва муҳим эмас. Мана нима учун биз сабр-бардош кўрсатишимиз, агар зарур бўлса, такрор ва такрор ўша мавзуга қайтишимиз керак.

Жинсий алоқа мавзуси ўта мураккаб. Фарзандларимиз ҳаммасини лозим даражада тушунишлари учун вақт талаб этилади. “Нэшвиллик она Лора Хилеман кунлардан бирида уч ёшли ўғилчаси укасига шундай тушунтираётганини эшитиб қолади: “Ўғил болаларда олат, қизларда эса резина бўлади”. Демак, токи болангиз маълумотни тўғри ўзлаштириб олмагунича, биргина савол ҳам қайта-қайта юзага келишига ҳайрон бўлманг”<sup>2</sup>.

Мабодо биз яна ва яна сабр-бардош кўрсатиб, биргина нарсани (эҳтимол, айрим тафсилотларни қўшган ҳолда) тушунтиришга тайёр бўлсак, бу болаларга кучли таъсир кўрсатади.

Турли хил тадқиқотларнинг кўрсатишича,

жинсий алоқа ҳақидаги доимий суҳбатлар (бир маротабалик “жиддий муҳокама”дан фарқли тарзда) бир қанча сабабларга кўра муҳим: 1) такрорлаш натижасида ўсмир учун ота-онасининг йўл-йўриқларини қабул қилиши ва ўзлаштириши осон кечади, 2) бу унга ўзини хотиржам ва суҳбат чоғида ишонч билан тутишига ёрдам беради, 3) ўсмир шу тариқа ота-онасининг ўз тақдирига ва шахсига бўлган самимий туйғуларни ҳис этади, бундан ташқари, 4) вақти-вақти билан юзага келадиган очиқ суҳбатлар оиладаги муносабатларни мустаҳкамлайди, бу эса ўз навбатида ўсмирнинг соғлом жинсий алоқаси ривожланишига муҳим таъсир кўрсатади<sup>3</sup>.

Қайта эслатиш - болалар ва ота-оналар томонидан турлича қабул қилинади. Бола ўз тушунчаларини ва жинсий алоқага муносабатини “ғишт териб” қуриши учун унга такрорлаш жараёни зарур. Бу эса

болага ўша биргина фикрни такрорлаб туриш, эҳтимол сал бошқачароқ ёки қўшимча қилган тарзда етказиш зарур эканлигини билдиради.

## АГАР БОЛАМ БИЛАН НУҚУЛ БИТТА МАВЗУДА ГАПЛАШАВЕРСАМ, У МЕНИ МИЖҒОВ ОДАМГА ЧИҚАРИБ ҚҰЙМАЙДИМИ?

Мижғов - бу зериктириб қўядиган, безор қилиб юборадиган одам. Мижғовларни ҳеч ким ёқтирмайди. Тўғри: мабодо биз ота-оналар кун бўйи болаларга жинсий алоқа мавзусини уқтираверсак, улар ростдан ҳам зерикишади ва сўзларимизни қабул қилмай қўйишади. Аммо барибир ҳақиқатни, айниқса жинсий алоқалар учун Худо тайинлаган чегаралар ва режаларга оид ҳақиқатни болалар онгига етказишимиз керак. Хўш, биз қандай йўл тутишимиз лозим?

Болангизни безор қилиш ўрнига улар ҳаётида бўлиб ўтган вазиятлардан фойдаланишга урининг, уларни ўрганиш мумкин бўлган ҳолатларга айлантиринг. Сабоқ учун мақбул ҳолат - бу кундалик жараёнларда жинсий алоқа мавзусига бағишланган қисқача тарбиявий суҳбатларни ўтказиб олиш имконини берадиган вазиятдир. Бу суҳбат мураккаб нарсалар, нозик муаммолар, жинсий алоқанинг ўзига оид мавзу ёки бола шу пайтда қалбини очиши учун жуда муҳим яна нимадир бўлиши мумкин. Бундай вазиятдан бошқача фойдаланса ҳам бўлади, мисол учун, бола Интернет ёки телевизор орқали нималарни кўргани, оғайнисидан нимани эшитганини, плакатда нимани кўриб қолгани ва ҳатто болаларга бағишланган китобдан ўқиган мисраларни сўрашингиз мумкин. Барча бу имкониятлардан фойдаланинг.

Қулай вазиятни бой бермаслик - бу ўрганиб олса бўладиган санъатдир. Бу ўринда, албатта, кўп нарса сизнинг кенг қўламдаги саводхонлигингизга боғлиқ. Бошқача айтганда, ўсмирларнинг хатти-ҳаракатлари ва қадриятларининг шаклланишида медиаконтентнинг (Интернет, кино, телевидение, журналлар, комикслар, блоглар, твитлар ва ижтимоий тармоқлардаги бошқа хабарларнинг) таъсир даражасини изоҳлаш ва тўғри баҳолашни билиш зарур.

Замонавий дунё маданияти ҳар қандай ота-онага муҳокама қилиш учун қулай вазият яратиб берадиган уюм-уюм имкониятларни тақдим этади. “Kaiser Family Foundation”нинг телевизион узатмаларга оид ҳисоботида кўрсатилишича, “прайм-тайм йўналишидаги 75% шоулар жинсий алоқа ҳақидаги диалогларни ёки хирсени уйғотувчи кадрларни ўз ичига олади”<sup>1</sup>.

Кўнгилочар ОАВ, айниқса Интернет ва телевидение дунёда жинсий алоқа мавзусини ёритадиган асосий манбага айланди, тагин шу даражадаки, биз фақат унинг вайронкор таъсирини кузатишга мажбур бўлиб қоляпмиз. Аммо биз буларнинг барчасидан ижобий сабоқ чиқарган ҳолда болаларимиз билан суҳбат ўтказиб, бунинг оқибатларини юмшатишимиз мумкин.

Мисол учун, “Суперкубок”нинг шанба кунида кўрсатилган ярим финал ўйинида хонанда М.І.А. камерага ўрта бармоғини кўрсатганида барча ҳайрон бўлиб қолди, ахир бу жинсий алоқага доир ишора бўлиб, беадаб ифодани ўзида акс эттиради. Қанчалаб масиҳийлар бу дақиқада ўз нафратларини тўлқинланиб намоён этишди (мутлақо ўринли), лекин шу билан биргаликда жинсий алоқа ҳақида бола хотирасида узоқ йиллар сақланиб қоладиган суҳбат учун ажойиб имкониятини бой бериб қўйишмадими? Бу салбий нимадандир ижобий сабоқ чиқарса бўладиган қулай вазият эди.

Бир куни мен (Жош) оилавий юк машинамизда тўққиз ва етти ёшда бўлган Келли ва Шонни олиб кетаётгандим. Бу ёшдаги барча болаларда бўлганидек, улар тўсатдан жанжаллашиб қолишди ва Шон жаҳл билан кичкириб юборди: “Келли, итардим сени!” Шу лаҳзада жаҳлим чиқиб, ўғлимни жазоласам ҳам бўларди, аммо бунинг ўрнига, ҳайрон бўлмаганимни намоён этмай, шунчаки сўрадим:

- Ўғлим, сен бунинг нима эканлигини биласанми?”

У шу заҳотиёқ жавоб қайтарди:

- Йўқ.

Мен гапимда давом этдим:

- Сен қаердан буни эшитдинг?

- Мактабда, - тўнғиллади ўғлим.

Мен унга таклиф этдим:

- Хоҳлайсанми, бунинг нима эканлигини сенга тушунтираман?

У кўзларини катта очиб бош ирғади:

- Майли.

Биз кейинги ўн дақиқани ғаройиб суҳбат билан ўтказдик. Мен бу жумланинг аҳамиятини ҳамда Худонинг бу оламдаги барча она ва оталарга инъом этган ажойиб туҳфасини бу жумла қандай таҳқирлашини тушунтириб бердим. Сўнгра, етти ва тўққиз ёшдаги болаларга имкон қадар тушунарли қилиб айтишга уринган ҳолда, нега оиламизда ҳеч ким бу каби жумлаларни қўлламаслиги ҳақида гапирдим.. Шу тариқа ўз ўғлим билан суҳбатлашиб, унинг келгуси ҳаётига ижобий таъсир кўрсатадиган қулай вазиятни қўлдан чиқармадим.

Ота-оналарнинг имкониятлари чиндан ҳам чек-чегара билмайди. Аслида “аҳамиятсиз” дамлар жуда муҳим бўлиб туюлади, негаки кучли салбий ёки ижобий кечинмалар тариқасида боланинг хотирасига урилиб, унинг онги, ишонч-эътиқоди, муносабатлари, хатти-ҳаракати ва ўзини тутишига бевосита таъсир кўрсатиши мумкин.

Қуйида ота-оналарга ўз боласи билан суҳбатлашиб олиш имконини берадиган ажойиб сабаблар келтирилган.

**1. ТВ ва бошқа кўнгилочар оммавий медиалар.** Америка педиатрия академиясининг “Жинсий майл, контрацепция ва оммавий медиа” номли мақоласида шундай хабар берилади:

Америкалик болалар ҳафтасида 36 соатдан кўпроқ вақтларини телевидение ва Интернет, шунингдек видео, компьютер ўйинлари, мусиқа каби турли йўналишдаги ОАВ билан ўтказишади. Ўрта мактабни битириш даврига келиб, ўсмир ўртача 15000 соат вақтини теледастурларни кўриш учун сарфлайди, бу эса унинг парта ортида ўтирган вақтига қараганда 20% кўпдир. Бундан ташқари, америкалик ўсмир ўрта даражада бир йил ичида очик кўринишдаги деярли 14000 контентларни томоша қилади<sup>2</sup>.

Янгиликлар дастури ҳам муҳокама учун қимматли мавзу. Ўсмирлар ўртасида Ҳомиладорликни олдини олиш ресурслар маркази томонидан ишлаб чиқилган “Wait for Sex” ўқув кўргазмасида шундай намуна келтирилади: “Сиз болангиз билан биргаликда телевизор орқали янгиликларни кўряпсиз. Мухбир хирсий шилқимлик юзасидан мактаб бошқарувига шикоят берган еттинчи синфдаги ўқувчи қизнинг оиласи ҳақида сўз юритмоқда. Бир ўғил бола ўқувчи қизнинг бадани, айниқса кўкраклари ҳақида бир неча бора таҳқиромуз танбеҳлар берган. Мана, бошқа жинс вакилига ҳурмат кўрсатиш қандай муҳим эканлиги ҳақида гаплашиб олиш учун ажойиб имконият”<sup>3</sup>.

Биз вақти-вақти билан болаларимиз билан биргаликда бирор фильм ёки телешоуни кўрганимизда, тўсатдан экран орқали беҳаё ишоралар билдирилар, ҳатто жинсий ахлоқсизликни намоиш этаётган одамлар тасвири пайдо бўларди. Бундай ҳолларда биз шунчаки телевизорни ўчириб, кўрганларимизни суҳбат мавзусига айлантирардик.

Биз сўрардик:

- Болалар, ушбу вазиятда нима нотўғри? - Улар жавоб беришар, биз эса диққат билан фарзандларимизни эшитардик. - Нима учун бу нотўғри? - Биз тагин уларнинг гапини бўлмай эшитардик. - Жинсий ахлоқсизликнинг оқибатлари қандай бўлади? Сиз кино ёки телевизор орқали қачон охириги марта бундай ҳаракатларнинг салбий оқибатларини кўрсатишганини эслай оласизми?

Одатда, улар буни эслай олишмасди, негаки кўнгилочар ОАВ деярли ҳеч қачон никоҳгача бўладиган жинсий алоқанинг салбий оқибатлари ҳақида гапирмасди. Мисол учун, телевидениеда ахлоқсиз қаҳрамоннинг жинсий алоқа пайтида касаллик юқтиргани ҳақида гапиришмайди. Албатта, бу замонавий дунёга мутлақо тўғри келмайдиган тасвир.

Ҳозирги кунда ҳар тўртинчи ўсмир жинсий алоқа орқали ўтадиган касалликни юқтириб олган. Фақат шу йилнинг ўзида яна уч миллион ёш йигит ва қизлар касалликка чалинади Ўн икки ёшдан етмиш ёшгача бўлган барча эркакларнинг эллик фоизи одам папиллома вируси (ОПВ) билан касалланган. Бу касалликка қарши дори-дармонлар мавжуд эмас, презервативлар - ҳимоя қилмайди, қолаверса, бу касаллик ҳар йили ОИВ-инфекциясига нисбатан кўпроқ аёлларнинг ҳаётини олиб кетмоқда<sup>4</sup>.

Аммо телевизор ёки кино орқали бундай нарсалар ҳақида гапирилмайди. Биринчидан, бу ўсмирлар назарида дунёнинг номавжуд тасвирини кўрсатади, иккинчидан, уларни англашилмовчиликка олиб киради, зеро ахлоқсиз ҳаракатларларнинг салбий оқибатлари бўлади. Такрорлаймиз: томошабинларга ОАВ орқали сингдирилган ёлғон тасаввурлар - болалар билан ахлоқсиз ҳаракатларнинг оқибатлари ҳақида гаплашиб олиш учун қулай сабаб.

Яна бир муҳим фурсат: суҳбатни Худо Каломининг асосига ва Худонинг жинсий алоқага бўлган режасига боғлаш мумкин. Биргаликда фильм ва теледастурларни томоша қилган ҳолда, сиз доимо

---

<sup>4</sup>Кўшимча маълумотлар учун “Яланғоч далиллар” китобига қаранг.



нотўғри қарор қабул қилган одамлар ҳаётига оид воқеаларга тўқнаш келасиз. Худо бизга нима учун жинсий ҳаётга муносабат борасида муайян тавсиялар берганини ва унда муайян чегаралар ўрнатганини болангиз билан бирга муҳокама этинг. Каломга ва унда келтирилган қоидаларга амал қилиш муҳимлигини такрор ва такрор тушунтириш сизнинг манфаатларингиз учун хизмат қилади.

Мана, Америка руҳшунослари уюшмасидан ажойиб маслаҳат:

Фикрингизни билдиринг. Агар сизга телешоу, ўйин, видео, жинси ёки қўғирчоқ ёқмаса, нега ёқмаганлигини тушунтиринг. “Йўқ, буни қўриш ёки сотиб олиш мумкин эмас” каби оддий сўзлардан қўра, бундай суҳбат янада самарали бўлади. Қизларда ижобий образларни яратаётган маҳсулотларни ва ишлаб чиқарувчи кампанияларни қўллаб-қувватланг. Агар ишлаб чиқарувчилар, реклама берувчилар, теле ва кинопродюсерлар, ҳатто чакана савдо дўконларининг маҳсулотлари қизларни кимларнингдир шахвоний объектига айлантириб қўядиган бўлса, улар устидан арз қилинг<sup>4</sup>.

АҚШ жинсий алоқага доир маълумотлар ва уни ёритиш Кенгашининг яқинда берган ҳисоботи ҳам яхши таклифларни ўз ичига олган:

- Фикрларингизни болангиз билан ўртоқлашинг. Ўз қарашларингиз ва қадриятларингизни ижобий асосда баҳам кўринг. Бола ўзининг шахсий қарашлари ва қадриятларини шакллантиришни бошлаганида, у сизнинг нуқтаи назарингизни аниқ тушуниши керак.
- Суҳбат учун қулай вазиятни бой берманг. Ҳар қандай имкониятдан - эшитган ҳазилларингиздан, қўшиқдаги сўзлардан, реклама устундаги тасвирдан ёки телерекламадан - суҳбатни бошлаш учун фойдаланинг.
- Суҳбат учун рекламали танаффуслардан фойдаланинг - шунда болангиз сизга кўпроқ эътибор қарата олади. Қисқароқ сўзланг, асосий фикрингизни оддий сўзлар билан етказинг.
- Ёдда тутинг, “ёмон” шоу ҳам баҳс учун яхшигина сабаб бўлиши мумкин. Болалар муайян бир персонажнинг ҳатти-ҳаракатларини муҳокама этишга тез-тез имкон беришади.
- Илтифотли бўлинг. Эҳтимол, агар сиз болангизнинг дўстлари ёки бошқа катта ёшдагилар ҳузурида жинсий алоқа мавзусини муҳокама этишни бошласангиз, бола бундан таажжубга тушиши мумкин<sup>5</sup>.

Оммавий медиадан ўз манфаатингиз йўлида фойдаланинг. Мулоқотда бўлинг. Ўз нуқтаи назарингизни яширманг.

**2. Ҳомиладор аёл.** Болалар ҳомиладор аёлга - у бегона, қариндош ёки бошқа оиладан бўлишидан қатъий назар - кўпинча қизиқиш билан қарайдилар, Уларнинг саволларига жавоб берган ҳолда, сиз жинсий алоқа мавзусига осон ўтиб олишингиз мумкин.

**3. Мавжуд одамлар ҳақидаги ҳаётий воқеалар.** Ёзувчи Венди Селлерс ҳаётий воқеалардан қандай фойдаланиш кераклигини айтади: “Болалар ҳаётда бор бўлган одамлар ҳақидаги воқеаларга ўта қизиқиш билан ёндашадилар. Мисол учун, сиз шундай дейишингиз мумкин: “Мен ҳозиргина эшитган бу янгиликдан таъбим жуда хира бўлди. Амаки синглимнинг ўғлига энди талабаликни ташлаб, тезда иш ахтаришига тўғри келади. У яхши кўрган қизи билан жинсий алоқа қилибди, ҳозир қиз ҳомиладор экан. Энди олий таълим олиш ўрнига, ишлаши ва оиласини таъминлаши керак. Хўш, сен бу ҳақда қандай фикрдасан?”<sup>6</sup> Бу каби ҳаётий воқеалар - бола билан гаплашиш учун яхши сабаб.

Флорида штати, Хиллсборо округи Университетида оилавий ҳаёт асосларидан сабоқ берувчи Диана Конверс фарзанд билан суҳбатлашиш учун фойдаланса бўладиган яна олтита вазият ҳақида эслатиб ўтади:

**4. Яланғоч таналар акс этган фотосуратлар.** “Болангиз ўртоғи билан ётоқхонада ҳиринглашиб кулмоқда. Уларни нима кулдираётганини билиш мақсадида эшикни очиб кўрасиз: болалар қомус китобидаги яланғоч аёллар тасвирини томоша қилишмоқда<sup>7</sup>. Бу суҳбат қилиш учун ажойиб сабаб.

**5. Жиноятчи қидириляётгани ҳақидаги эълон.** “Сиз ўн бир ёшли ўғлингиз билан почта бўлимида навбатда турибсиз ва деворда жиноятчи қидириляётгани ҳақида осиб қўйилган эълонга кўзингиз тушади. Бир эркак уч аёлни зўрлаганликда айбланмоқда<sup>8</sup>. Муҳокама учун катта имконият бу!

**6. Бесоқолбозлик алоқаси.** “Сиз ва болангиз ҳам савдо марказида иккита эркак бир-бирининг қўлидан нозик тутиб туришганини кўриб қоласизлар<sup>9</sup>. Бесоқолбозлик нима эканлигини болангизга батартиб айтиб бериш учун яна бир сабаб.

**7. Презервативни кўриб қолиш.** “Ювиш учун кийим-кечакларни тахлаётганда, ўғлингизнинг чўнтагидан презерватив топиб оласиз<sup>10</sup>. Гарчи бу ҳолат сизни дастлаб даҳшатга туширган бўлсада, бу ҳам гаплашиб олиш учун бир имкон.

**8. Жинсий алоқа ҳақида сохта маълумот.** “Бир куни мактабдан уйга қайтаётганларингизда, ўн уч ёшли қизингиз айтиб қолади: “Она, тўғрими шу гап, биринчи марта жинсий алоқа қилганда ҳомиладор бўлиб қолмас экан-а?”<sup>11</sup> Сиз асло кечиктирмай мулоқотга киришинг.

**9. Оила ўртасида жинсий алоқага доир ҳаракатларга нисбатан фарқли нуқтаи назарлар.** “Қайнонанинг олти ойлик ўғлининг тағлигини алмаштирмоқда. Сиз тўнғич фарзандингиз билан унинг ёнида турибсиз. Қайнонанинг тўсатдан чақалоқнинг қўлига енгилгина уриб шундай дейди: “У жойингни ушлама”<sup>12</sup>. Эҳтимол, сиз унга эътироз билдирмассиз, аммо кейинчалик тўнғич фарзандингиз билан суҳбатлашиш учун бу вазиятдан сабаб сифатида фойдаланишингиз мумкин.

**10. Тўй фотосуратларини биргаликда томоша қилиш.** Суҳбат куриш учун бу қандай ажойиб сабаб!

**11. Ҳайвонларнинг ҳатти-ҳаракатлари.** Мана, Макдауэлл қизларидан бирининг ҳикояси: “Онамнинг айтишича, биз жинсий алоқа ҳақида илк бора оилавий саёҳатга чиққанда гаплашганмиз, яъни мен машина ойнасидан ҳўкизнинг ғунажинга қандай ирғиганини кўриб қолганимдан сўнг мавзу очилган экан. Мен нималар бўлаётганини сўрадим. Онам менга тушунтиргач, мен унга шундай жавоб қайтарибман: Яхши ҳамки, одамлар шундай қилишмайди!” Жинсий алоқа ҳақидаги бизнинг илк суҳбатимиз шундай кечган. Жуда ғалати, мен ҳатто бу суҳбатни эслай олмайман”. Гарчи қизимиз ўша воқеани унутган бўлсада, бу аслида жинсий алоқа - Худонинг мўъжизавий инъоми эканлигини тушуниши ва кадрлаши учун уни давомли равишда оз-оздан етарли миқдордаги маълумотлар билан таъминлаб борган суҳбатларнинг биринчиси бўлганди.

**12. Мактабдаги йиғилиш ва базмлар, спорт мусобақалари, ишлаб чиқаришга оид амалиётлар ва ҳ.к.з.** Биз оиламиз (тўрт фарзандимиз - Келли, Шон, Кэти ва Хизер) билан ресторанда тушлик қилиб турганимизда, тўсатдан Шон сўраб қолди: “Ота, бугун мактабимизда бир маърузачи жинсий алоқа ҳақида гапирди. Менимча, сиз унинг фикрига қўшилмасангиз керак”. Мен дарҳол сўрадим: “Нима учун?”

Кейинги уч соатни биз Лейксайддаги (Калифорния штати) Стюарт Андерсоннинг “Steakhouse” ресторанида очик оилавий суҳбат муҳитида ўтказдик. Официант (коллеж талабаси) доимо атрофимизда айланиб юрди ва ниҳоят суҳбатимизга ўз фикрлари билан қўшилди: “Болалар, агар билсангиз, ота-она масаласида жуда омадли экансиз, шундай мавзуларни сизлар билан биргаликда муҳокама этишмоқда-я! Агар менинг ота-онам ҳам шундай йўл тутишганида, мен ҳам, опам ҳам ҳаётда бу қадар кўп хатоликлар қилмаган бўлардик” Қулай вазиятни бой бериб қўйманг - фарзандингиз билан жинсий алоқа мавзусида суҳбат қилинг.

**13. Мусиқа.** Нью-Йорк штати (Олбани шаҳри)даги университет тадқиқотчилари 2009 йилда “Billboard” хит-парадидаги ўнталикка кирган кантри, поп ва ритм-энд-блюз йўналишидаги бир юз етмиш тўртта кўшиқ сатрларини таҳлил қилиб чиқишди. Натижаларга кўра, “кўшиқлардаги 92% матнларда шахвоний ҳаракатларга ишоралар мавжуд бўлиб, очик матнлар эса ўртача 10,49% ни ташкил этади”<sup>13</sup>.

Мен (Жош) бундан бир неча йиллар муқаддам Шоннинг хонасига кирганимда, ўғлим “Depeche Mode” гуруҳининг янги компакт-дискдаги қандайдир кўшиғини ўчириб ташлаётганига кўзим тушди. Ўшанда унинг ёши ўн иккида эди.

- Шон, нима қиялсан? - сўрадим мен.

- Мана бу кўшиқни ўчириб ташламоқчиман.

- Нега?

- У оиламиз қоидаларига тўғри келмайди, шу боис уни ўчириб юбормоқчиман.

Албатта, мен вазиятни қўлдан бой бермасдан, дарҳол қилаётган ишига қойил қолганимни ва ундан фахрланишимни айтдим.

Ота-оналар қўмитаси аъзоси Деб Роффман қайд этади: “Оиланинг қадриятларига тўғри келмайдиган бирор нимага (реклама ролиги, телевизион шоу, мусиқали видео), дуч келсангиз, бу ҳақда фарзандингиз билан гаплашиб олинг. Унинг учун ўзига хос “маданият таржимони” бўлинг”<sup>14</sup>.

**14. Чўмилиш вақти.** Қизларимдан бири икки ёш арафасида бўлганида, Дотти бир куни мендан уни чўмилтириб қўйишимни сўради. Мен рози бўлдим, илиқ сувни улаб қизимга дедим: “Азизам, ечингин, лекин ҳали сувга тушмай тургин”. Биласизми, мен болаларимиздан бирортаси сирпаниб боши билан ваннага урилишидан ҳамиша қўрққанман, шу боис унга айтдим: “Ота келгунича кутиб тургин. Менинг сенга совғам бор!” Мен яқинда бўлган саёҳатим вақтида сотиб олган резина ўрдакчани сафар ҳалтамдан олиш учун ташқарига чиқдим. Мен эндиgina ваннахонага қайтмоқчи бўлганимда, ўша жойдан қаттиқ чинқирик эшитилди. Юрагим безовта ураётганини ҳис қилган ҳолда, эшик сари қичқилиб югурдим:

- Азизам, сенга нима бўлди?

Менинг миттигина қизалоғим ванна четида ўз танасига қараб ўтирганди. У қўрқув тўла кўзлари билан менга қаради:

- Ота, отажон, менинг олатим тескари тарафда экан!

Тушуняпсиз-а, қизим бундан аввал акасини яланғоч ҳолатда кўрганди. Хўш, икки ёшли қизалоқ тагин нима деб ўйлаши мумкин? Ундаги олати ёки узилиб тушган ёхуд орқага буралиб кетган. Мана сизга қайғу ва алам!

Мен бундай қулай вазиятни қўлдан чиқармадим.

- О, йўқ, азизам, - дедим мен. - Худо аслида сени шундай қилиб яратган. Худо аканг каби ўғил болаларга олат беради, сенга ўхшаган қизларга эса - қин. Жуда ғаройиб ўйлаб топилган, тўғрими? Энди эса чўмилиш вақти келди, бўлақол.

Бутун суҳбатимиз йигирма сониядан ортиқ вақтни олган эмас. Жинсий алоқа мавзусини ёритиш учун ажойиб сабаб. Жуда қулай вазият. Агар сиз ажойиб суҳбат учун юқорида келтирилган барча вазиятлардан ва бошқа кўплаб имкониятлардан фойдалансангиз, агар сиз болангизни мурғаклик давридан бошлаб шундай суҳбатга жалб этсангиз, у улғайган пайтда ўзи бу каби суҳбатлар учун сабаб излайдиган бўлади.

## БОЛАНГИЗ НИМАЛАР БИЛАН МАШҒУЛ ЭКАНИНИ ҚАНЧАЛИК ТЕЗ-ТЕЗ КУЗАТИБ БОРИШ КЕРАК?

Бугунги дунёда болангиз нима билан машғул эканлигини кузатиб туриш - мутлоқ зарурият, албатта, сиз уни ҳимоя қилишни истасангиз агар. Назоратни ҳаддан зиёд ошириб юборишдан қўрқманг - “етарлича таъм бермай қолиш”дан қўрқинг.

Ҳозирда қандай жабҳаларни назорат қилиш керак? Ўз-ўзидан тушунарлики, болангизнинг дўстлари ва уларнинг оилалари, мактаб, тўғарақлар, фарзандингиз кўрадиган телевидение, фильм ва видеороликлар, унинг ўқийдиган журналлари, болангиз эшитадиган мусикалар ва албатта, Интернет ана шундай жабҳага киради. Бу озмунча меҳнатни талаб қилмайди, лекин бусиз иложи йўқ.

Бугунги дунёда биз, ота-оналар, қатъиятли эканлигимизни кўрсатишимиз ва болаларимиз нима билан ҳаёт кечираётганларини кузатиб боришимиз зарур. Интернет кенг тарқалган асримизда аввал ҳеч кимнинг ҳаёлига келмаган муаммоларни ҳал этишга тўғри келади. Мактабгача ёшдаги болалари бўлган қизимиз Кэти яқинда менга (Доттига) шундай деди: “Фарзандларимни замонавий дунё маданиятидан ҳимоя қилиш умидидан воз кечдим”. Шу боис унинг тутган йўли шундан иборатки, “болаларни келажакдаги жанглардан ҳимоя қилиш эмас, балки шунга *тайёрлаш* - уларга тушунча бериш, курашишга ўргатиш ва ҳаёт йўлидан муносиб кадам ташлашларига ёрдам беришдан иборат”. Бундай ёндашув жиддий, баъзан эса мураккаб қарорлар қабул қилишни талаб этади.

Болаларимизнинг қизиқиш оламига шўнғиш учун ҳамиша ғайриоддий ижодий усуллар топиш мумкин. Менинг (Доттининг) синглим, юқори синф ўқувчиларининг онаси, бу ўринда ажойиб ибрат бўлиши мумкин. У - дипломли мураббий, аммо декрет таътилидан сўнг ишга чиқмасликка қарор қилди, негаки синглим қизи ҳаётининг марказида бўлишни хоҳлади. Синглим ўз мақсадига эришмоқ учун қизи ўқийдиган мактабга ишга кирди. Шу тариқа, синглим қизи билан мулоқотда бўладиган болалар билан танишиш, бошқа ўқитувчиларни яқиндан билиш ва мактаб муҳитини тўлақонли ҳис қилиш имконига эга бўлди. Албатта, ҳар биримизга ҳам бундай омад кулиб боқавермайди, аммо *ҳамма* ҳам топқирлик ва қатъият кўрсатиши мумкин.

Биз Жош билан бу масалада қатъият кўрсатдик ва болаларимиздан ҳисобот беришларини кутганмиз. Биз улардан қаёққа боришларини ва қачон қайтишларини, қандай даврада нима билан машғул бўлишларини айтишни талаб қилардик. Бу биздан вақт ва куч-қувват талаб қиларди, аммо фарзандларимизнинг хавфсизлиги ва ўз хотиржамлигимиз учун сабр қилишга ва орқага чекинмасликка тўғри келган.

Биз асосий қоида - ўзини тутишнинг муайян кодексини, - шунингдек, “комендантлик соатини” ўрнатгандик. Болаларимиз бизнинг нуқтаи назаримизни, муаммоларимизни тушунишлари учун бу жараёнда биз билан баробар иштирок этишарди. Буларнинг ҳаммаси қалбан яқин муносабатлар ҳолатида бажариларди - акс ҳолда, биз қаршилиқка дуч келишимиз мумкин эди. Ёдингизда бўлсин: “Яқин муносабатлар асосида ўрнатилмаган қоида кўпинча қўзғолонга сабаб бўлади”.

Болаларимиз улғайгани сайин, балоғатга етганликларини ва жавобгарликларини кўрсатганлари сари талабларимиз ҳам юмшатиб борилган. Бу ўзига хос тайёргарлик жараёни бўлган: биз уларнинг вақти келиб коллежга ўқишга киришларини ёки ишга кириб, эртами-кечми ўзлари мустақил қарор қилишлари лозимлигини тушунардик. Албатта, баъзан болаларимизга уларни мижғовлик учун эмас, вайсаш ва айб излаш учун эмас, балки ота-она бўлганимиз боис назорат қилаётганимизни эслатиб туришга тўғри келарди.

Болангиз қўшнининг уйида ўйнаётганида, бирор ёши катта ишончли одам борлигини билиш зарур. Афсуски, кўпинча бошқа болалар томонидан ҳам зўравонлик содир этилади, шу боис уйда ким борлигини билишингиз муҳим. Болангизни янги танишган одамлар олдида меҳмон бўлиб боришидан аввал, ўша уйда порнография йўқлигига ишонч ҳосил қилинг. Биз билан ёнма-ён яшайдиган ёшгина эр-хотинлар болалари таклиф этилган оилада катта ёшдаги ўғил болалар бор-йўқлигини доимо суриштиришади. Агар бор бўлса, оила сиёсати шундай: болалар қўшнининг уйида эмас, уйларида ўйнай

колишсин. Бундан ташқари, улар ўз болаларини ўсмир ўғил болаларга асло ишониб топширишмайди. Бир тарафлама бу ортиқча инжиқликдек кўриниши мумкин, аммо болалар хавфсизлиги - ҳаммасидан муҳим.

Болангизга нималарни ўргатишаётганини билиб қўйинг, зеро мактабларнинг сиёсати турлича, яъни мактабингиз қайси штатда жойлашганига ва шу мактаб давлатга тегишлими ёки хусусий эканлигига боғлиқ. Воқеалар марказида бўлинг, синфга чақиришса ёки бирор масалада ёрдам сўрашса бош тортманг. Ота-оналар қўмитаси йиғилишларида қатнашиб туринг, ўқитувчилар билан фаол мулоқотда бўлинг. Давлат сиёсатини кузатиб боринг, айниқса, мактабингиз жойлашган ҳудудга ўз таъсирини ўтказадиган янги қонунлар қабул қилинишини эътибордан четда қолдирманг.

Фарзандингиз қандай фильмларни, теледастурларни ва DVD-дискларни томоша қилаётганини кузатинг. Ҳар бир оилага болаларининг манфаатларини ҳимоя қиладиган муайян бир сиёсат зарур. Ҳа айтгандек, болаларимиздан иккитаси улғайишгач, уйда телевизор бўлишидан воз кечишди. Яна биттаси эса барча теледастурларни синчиклаб текшириб чиқади. Қандай фильмлар ва DVD-дисклар уйингизда эканлигидан бохабар бўлинг; оилангиз андазаларини акс эттирадиган рўйхат тузиб чиқинг. Майли, бу нарсалар ҳақидаги баҳс мазмунли суҳбатлар учун яхши бир сабаб бўла қолсин. Болалар оммавий ахборот воситаларида ўзлари учун ёлғон, хавфли ва зарарли маълумотлар тўлиб кетганлигини тушунишлари зарур. Болангиз ўқиётганларини ўқишга, эшитаётганларини эшитишга ҳаракат қилинг. Ана ўшанда сиз унинг сеvimли китоби ёки кўшиғидаги мазмунга таянган ҳолда, болангиз билан мулоқот қилишингиз мумкин. Доимий назорат бизга боламиз билан яқинлашиш ва ўзаро тушунишимиз учун катта имкониятлар беради.

## ЙИГИРМА САККИЗ ЁШЛИ АҚЛЛИ ОНАНИНГ ИНТЕРНЕТГА ВА БОЛАЛАРГА БЎЛГАН ҚАРАШИ

Бизнинг кунларимизда болаларимизни Интернет таъсиридан асраб бўлмайди<sup>1</sup>. Бу муқаррар: ҳатто мактабда ҳам фақат Интернетда бажариш мумкин бўлган уй вазифаларини беришади.

Бироқ эндиликда фойдаланиш мумкин бўлган кўплаб турли ҳимоя дастурлари пайдо бўлди. Улардан айримлари учун пул тўлаш керак бўлса, бошқалари - бепул. Баъзилари смартфонлар учун белгиланган, бошқалари - йўқ. Мана, шундай таъминот дастурларидан бир қанча мисоллар:

|                           |                                                                          |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| X3 Watch - пуллик / бепул | <a href="http://www.x3watch.com/">www.x3watch.com/</a>                   |
| Total Net Guard - пуллик  | <a href="http://afo.net/">http://afo.net/</a>                            |
| Bsecure - пуллик          | <a href="http://www.bsecure.com/">www.bsecure.com/</a>                   |
| Net Nanny - пуллик        | <a href="http://www.netnanny.com/">www.netnanny.com/</a>                 |
| Covenant Eyes - пуллик    | <a href="http://covenanteyes.com/">http://covenanteyes.com/</a>          |
| K9 Web Protection - бепул | <a href="http://www1.k9webprotection.com/">www1.k9webprotection.com/</a> |
| Safe Eyes - бепул         | <a href="http://www.internetsafety.com/">www.internetsafety.com/</a>     |
| Cyber Sitter - пуллик     | <a href="http://www.cybersitter.com/">www.cybersitter.com/</a>           |
| Pure Sight - пуллик       | <a href="http://www.puresight.com/">www.puresight.com/</a>               |

Эслатиб ўтиш жоизки, бу ўринда дастур фильтри барча ножоиз маълумотлардан асрашга тўлиқ қафолат беролмайди. Дастур таъминоти кўпгина порнографик сайтларга тўсиқ қўяди, лекин ҳаммасига эмас, бундан ташқари, у электрон почтани текширмайди.

Мен (Дотти) болаларни ҳимоя қилиш мақсадида қуйидагиларни қўллаганман:

1. Хонадонимиздаги барча компьютер ва смартфонлар кечки соат тўққиздан кечикмай ўчирилади. Ушбу матал бежиз айтилмаган: “Кечки тўққиздан кейин ҳеч қандай яхши нарсa бўлмайди”.
2. Мен болаларимга тунда ўз хоналарида компьютер, телевизор ёки смартфонни ёқишларига рухсат бермаганман.

3. Мен болаларимнинг дўстлари ва қайси оиладан эканликларини билардим. Болаларимнинг имонга кирмаганлар билан дўст бўлишига қарши эмасдим, аммо фарзандларим бегона уйга боришлари учун рухсат сўрашса, ўша оила бизнинг оилавий андазаларимизга тўғри келсагина ижозат берардим, аксинча ҳолларда бегона болаларнинг ўзлари бизнинг уйга меҳмон бўлиб келишарди.
4. Мен болаларимга Интернетдан фойдаланиш имтиёз эканлигини, аммо бу улар туғилганидаёқ ўз-ўзидан бериладиган ҳуқуқ эмаслиги ҳақидаги фикрни сингдирганман. Мени эски услубдаги аёл ёки кўҳна қолипда тобланган она деб ҳисоблашингиз мумкин, бироқ мен болаларимнинг китоб ўқиб, кўчада ўз тасаввурлари билан ўйнаб юришларини хоҳлаганман.
5. Мен болаларга Интернетда вақт ўтказишлари учун чеклов белгилардим. Мен айрим оилаларда Интернетда ўтказиладиган вақт мукофот тарикасида берилиши ҳақида эшитгандим. Ҳатто виртуал тизим ҳам ҳисоб-китобли: болалар хонадон юмушларига ёрдам бериб, ютуқли балл йиғишлари мумкин. Менга шундай ёндашув ёқади: тартибга келтирилган тўшак учун ўн дақиқа, овқат тайёрлаганлик учун ўн дақиқа, тозаланган гилам учун йигирма дақиқа ва ҳоказо.
6. Компьютерлар бизнинг уйимизда кўпчилик бўладиган ва очик ерда жойлаштирилганди.
7. Болаларим компьютер олдида ўтирганларида ёки смартфон тугмаларини босиб турган пайтларда ухлаш учун ётмасдим.
8. Ва ниҳоят, болаларим учун ўрнатилган ҳар қандай қоидаларга ўзим ҳам амал қилардим. Мен улар учун ҳаётнинг барча жабҳаларида намуна бўлишга интилардим, хусусан, Интернетга ва ижтимоий тармоқларга тааллуқли масалалар бўйича эҳтиёткорликда ҳам.

Эҳтимол, кимнингдир назарида мен она сифатида болаларимга ҳаддан зиёд раҳнамолик қилиб юборгандирман. Аммо қайси томонга қараб хато қилишни танлашга тўғри келса, бу ҳолда ҳаддан зиёд раҳнамолик камроқ ёмонлик келтириши тайин.

### **ПОРНОГРАФИЯ БАРБОД ҚИЛГАН ОИЛАЛАР**

2012 йилнинг январида Мелисса, Том ва уларнинг оиласи бир умрга ўзгариб кетди<sup>а</sup>. Полиция уларнинг ўн уч ёшли ўғли Кайлни сўроқ қилиш учун уларнинг уйига келди. Кайл сўроқ чоғида порнографияга берилиб кетиб, ўз укаси ва синглиси билан қуюшқондан чиқиб кетганига, шунингдек, уларнинг уйига тез-тез келиб турадиган кичкина ўғил болани ҳам ахлоқсизликка тортганига иқрор бўлди. Мелисса ва Том юрак-юракдан ларзага тушдилар. Полиция уларнинг ўғлини уйдан олиб, балоғатга етмаганлар сақланадиган муассасага жойлаштирдилар. Унга нисбатан жинсий зўравонлик бўйича учта ва битта ўта оғир жиноят юзасидан айб қўйилди.

Мелисса ва Том фарзандларини Худонинг хайрихоҳлиги ила тарбия қилишди, яхши ва ёмонни фарқлашга ўргатишди, улар учун ибодат қилишди ва имконлари етганча ҳимоя қилишди. Болаларидан бирови порнографияга ружу қўйишини, тагин унинг таъсири остида қилғилиқ содир этишини ота-она ҳаёлига ҳам келтирмаганди. Порнографиянинг кучини ва унга осон йўллар борлигини тўғри баҳоламаган ота-она анойи эканликларини кўрсатишди.

Бир куни ахлоқсиз роликни тасодифан кўриб қолган Кайл, тезда унга муккасидан берилиб кетди. У ота-онасининг хонасига ўтиб, уларнинг филтрлаш дастури ўрнатилмаган ноутбукларидан фойдаланган. Бундан ташқари, у оғайнилари билан порно томоша қилган. Унинг дўстлари тез-тез уйларига келиб, “масихий мусикаларни тинглаш” учун Мелиссдан Wi-Fi паролини сўрашган. Аёл очикқўнгиллик билан барча истаганларга паролни айтаверган, у ҳатто пароль болаларнинг телефонида сақланиб қолишини ва уларнинг кейинги ҳар қандай ташрифида Тармоққа ўз-ўзидан кириш имконини беришидан беҳабар бўлган.

Кайл эса кўрганларини ёддан чиқара олмасди. У ҳаёлида юз бераётган шахвоний саҳналардан қутула олмаган ва уларнинг таъсири остида охир-оқибат жинсий зўравонлик содир этган. У қариндошлари хонадонидан уй қамоғини ўтаб, эндиликда синов муддатида ва икки йиллик тезкор даволаниш дастурини ўтамоқда. Фақат яқиндагина унга синглиси ва укаси билан учрашишга рухсат беришди, бироқ дастур якунигача у ўзининг уйига қайтолмайди. “Ёш болаларни зўрловчи” тамғаси умрининг охиригача у билан бирга қолади. Кайлни фош этишганидан сўнг, унинг ўзи бор воқеани ҳаммага ошкор қилишни хоҳлади. У Мелисса ва Томдан унинг дўстларини ва оилаларини порнографияга ва бошқа васвасаларга қарамликдан сақланишга даъват этишларини мунтазам сўраб туради. Гарчи Кайл эрта болалик давриданок Масих севгиси ҳақида эшитган бўлсада, бу уни порнография тўридан асраб қололмади... аммо унинг ҳаёти қандай тус олмасин, бу севги унга ҳаётини тўғри изга солишига ёрдам беради. У тиз

---

<sup>а</sup> Маълумотлар махфийлигини ҳимоя қилиш мақсадида ушбу мақолада кўрсатиб ўтилган одамларнинг исмлари ўзгартирилган.

чўкиб гуноҳларидан покланишни сўрайди ва ўзининг тарихи кимдир учун сабоқ бўлиши ҳақида ибодат қилади.

## ФАРЗАНДИНГИЗНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ УНИНГ ШАХСИЙ ДУНЁСИГА БОСТИРИБ КИРИШ ҲИСОБЛАНАДИГАН ЧЕГАРА ҚАЕРДА?

Бола ёки ўсмир учун улғайиб боргани сайин махфийлик кўпроқ аҳамият касб эта бошлайди. Унга ўзининг шахсий дунёсини тақдим этиш - унга ишонч ва ҳурмат кўрсатиш демакдир. Аммо бундай ишонч ва ҳурматни қозонишга ҳам ўрганиш керак.

Мисол учун, хонадонимиздаги болалар хоналари ёпиб қўйилмаган. Биз, ота-оналар, ўз ётоқхонамизда тушунарли сабаблар билан беркиниб олишимиз мумкин, болалар эса ўз хоналарида - йўқ. Бироқ болаларимизга ва уларнинг ўз шахсий оламига бўлган эҳтиёжига ҳурмат юзасидан, барча қизиқувларимизни (улар бир неча соатдан буён муттасил нима билан машғул?) бир четга суриб, биз уларнинг хоналарига киришдан аввал, доимо тақиллатишимизни билдирдик, негаки ҳар бир одамнинг махфийлиги ҳурматга муносиб.

Кўп маротаба киришдан аввал ёпиқ эшик ортида туриб тақиллатиб овоз берганимиздан сўнг, болаларимиз чиндан ҳам тақиллатмасдан кирмаслигимизга ишонч ҳосил қилишди. Бундай сиёсатимиз уларнинг кўпроқ ишончи ва ҳурмати қозонишимизга ёрдам берди.

Болаларни парваришлаш бўйича мутахассис Мэри Ван-Клей шундай дейди:

Боланинг шахсий оламига ҳурмат ва ишонч ҳолатида у нафақат ишонч ва ҳурмат билан жавоб қайтаришга ўрганади, балки ўзи учун муҳим жабҳаларда (вақти, танаси, хонаси ва ҳ.к.з.) шахсий чегаралар ўрнатиш имкониятига эга бўлади<sup>1</sup>.

Ҳа, лекин болангизнинг Facebookдаги ёзишмалари билан нима қилмоқ керак? Ёки электрон почтаси билан? Улар ҳам шахсий ишими? Унинг ёзувли хабарлари ва электрон хатлари билан танишиб бориш имкони сиз учун керакми? Бизнинг жавоб: *албатта, керак!* Сиз фарзандингизнинг барча ижтимоий akkaунтларига кириш имконига эга бўлишингиз керак. Боланинг хонаси Интернет саҳифасига асло ўхшамайди. Facebook ёки электрон почта - болангиз ижтимоий тармоқларда фойдаланадиган сайтлардан қайси бўлса ҳам - киришингиз учун сизга очиқ бўлиши керак. Унинг Интернетдаги фаоллигини назорат қилиш сизнинг нафақат ота-оналик ҳуқуқингиз ва жавобгарлигингиз, балки энг аввало фарзандингизни ҳимоя қилиш усулидир.

Аммо бу ўринда ҳам хона эшигини тақиллатган каби йўл тутиш керак: болаларнинг виртуал оламига ўйиб кириш ўрнига, дастлаб улар билан бу имкониятни муҳокама этинг. Ўғлингиз ёки қизингизнинг “ҳудуди”га сўровсиз бостириб кирманг, ўрталарингиздаги ҳурмат ва ишончни мухтаҳкамлайдиган қарорларни биргаликда қабул қилинг. Барча пароль ва фойдаланувчиларнинг исмларини талаб қилиш бошқа, сиз унинг ёнида бўлиб, қизиқишларини баҳам кўришни исташингизни болангизга тушунтириш эса бошқа гап. Кичик ўғлингизга ёки қизингизга шахсий смартфон олиб бериш шартми? Балки, Интернетга кириш имкони бўлмаган телефон улар учун етарли бўлар? Болангиз билан ўзаро тушунчаларга эришинг, сўнгра эса “киришдан аввал тақиллатиш”ни асло унутиб қўйманг.



## БОЛАНГИЗНИНГ “БИРИНЧИ СЕВГИСИ”ГА ҚАНДАЙ МУНОСАБАТ БИЛДИРИШ КЕРАК?

Сиз ўзингизнинг “биринчи севгингиз”ни - баъзан айтишганидек, “кучукча севгингиз”ни - эслайсизми? Биринчи марта бўса олганингиз ёки илк бора қўл ушлашганингиз ёдингиздами? А-ҳа, ўша “севгилингиз” сизни “севмай қўйганида” ҳаётингиз барбод бўлгандек туюлганмиди? Ўтган йилларингизга қараганингизда бу соддаликдек туюлиши мумкин, лекин ўша пайтда ҳаммаси жиддий бўлганди.

Кўпчилик ота-оналар ўз ёшликларида бу туйғулар ниҳоятда муҳим бўлганлигини негадир унутиб қўядиганга ўхшайди. Албатта, бу ҳали чин севги эмас эди, бироқ биз ўшанда буни билмасдик, шундай эмасми? Кимдир бизга бу туйғу - “сохта” эканлигини айтиб қолса борми, бу билан бизни ерга қориштириб ташлаган бўларди. Бизнинг болаларимиз билан ҳам аҳвол ана шунақа.

Болалар ўсиб, улғайишади ва биз уларга (ёшидан қатъий назар) мустақил қарор чиқара оладиган катталарга қарагандек муносабат билдиришимизни иташади. Айни дамда фарзандингиз юрагида кечаётган эҳтирос ёки руҳий азобларни унинг ўзига “болалик машмаси” деб айтиш яхши эмас. Албатта, бу ҳиссиётлар ўтиб кетганида унинг ўзи ҳозирги азобларига келгусида кулги билан қараши мумкин, аммо айни пайтда “севишганлар” бу ҳақда эшитишни ҳам иташмайди! Шу боис, уларнинг “биринчи севгиси”ни қабул қилишимиз ўзларига ғамхўрлик ва тушунишдек ёки улар назарида бизнинг бағритошлик ва укувсизликдек туюлиши мумкин.

Болангизнинг туйғулари ҳақида билгач, унинг аҳамиятини пасайтирманг, айниқса жаҳлини чиқарманг. Яхшиси, бу ажойиб имкониятдан болангиз билан янада яқинлашиш ва кўп нарсалар ҳақида гаплашиб олиш йўлида фойдаланинг. Фарзандингизнинг биринчи севгисига оид кечинмаларга жиддий ёндашинг, бу кечинмаларни аҳамиятсиз ёки барвақт бўлган дея ҳисобламанг. Аслида, ўтказилган бир тадқиқот натижаларига кўра, биринчи севги “инсоннинг ўз ҳаётида кечирган энг аҳамиятли ва қизғин севгиси” бўлиши мумкин<sup>1</sup>.

Вақтингизни аямасдан болангизга сиз ҳам шу каби туйғуларни қалбингиздан ўтказганингизни, бу ҳис-туйғулар унинг улғайганидан муҳим дарак бераётганини тушунтиринг. Чин севги нима эканлиги ҳақида гаплашиб олиш имкониятларидан фойдаланинг (3-бобга қаранг). У билан мулоқотда жўшқинликка берилманг: “Менга қара-чи, хўш, у ерда нима гаплар ўзи? Айтиб бер!” ёки “Ахир сен энди мана шундай кучли ҳиссиётларни қалбингдан ўтказишинг ажойиб эмасми?” Болани мазкур босқичда қўллаб-қувватлаган ҳолда, сиз унга аниқ шундай тушунчани берасиз: унинг учун муҳим бўлган нимаики бўлса қалбингизни тўлқинлантиради ва сиз ҳамиша унинг ёнидасиз. Сизнинг ҳеч бир эътирозсиз ёрдамингизни олиб, у келгусида яна ва яна бу ёрдамга ошиқади.

Лондон Университети коллежи тадқиқотчилари севишган ёшлар ўз “ярим”лари ҳақида ўйлаган пайтларида улар онгидан нусха кўчиришди ва “дарҳол миянинг тўртта қисмларида катта фаоллик” юз беришини аниқлашди. Шу тариқа, севишиш - бу ҳамма тарафлама қамраб оладиган ҳиссиёт бўлиб, онгга ҳам, танага ҳам деярли тўлиқ таъсир қилиши ҳақидаги фикр тасдиқланди<sup>2</sup>.

Миллий кампания ташкилотчилари ўсмирлар ўртасида режасиз ҳомиладорликни бартараф этиш бўйича ўтказган савол-жавобларини “Talking Back” сарлавҳаси остида тўплам қилиб нашр этди: Бир ўсмир илтижо қилади: “Биз билан жинсий алоқа, севги, муносабатлар ҳақида очиқ гаплашинг. Агар сиздан кичик ёшли бўлсак, бу бизнинг севишга лаёқатсиз эканимизни билдирмайди... Биз учун бу туйғулар - ҳақиқий ва жуда кучли. Бизга бу ҳис-туйғуларни хавфсиз, ўзимизга ҳам, бошқа одамларга ҳам зиён етказмаган ҳолда ҳал этишимиз учун ёрдам беринг”<sup>3</sup>.

Агар фарзандингиз сизнинг ёрдамингизни, тушунча ва севгингизни ҳис қилишини хоҳласангиз, унинг туйғуларини жиддий қабул қилинг.

## ФАРЗАНДГА ЖИНСИЙ АЛОҚА БОРАСИДА ҚАНДАЙ ҚОИДА ЁКИ ЧЕГАРАЛАРНИ ЎРНАТИШ ЗАРУР?

Қоидалар муҳим. Чегаралар зарур. Ва биз уларни болаларимиз учун ўрнатишимиз лозим. Аммо ёдда тутиш муҳим, “яқин муносабатларсиз ўрнатилган қоидалар кўпинча қўзғолонга сабаб бўлади”. Ҳар қандай чекловлар яқин муносабатлар ва ўзаро севги ҳолатида жорий этилиши керак. Эҳтимол, сиз болангизга чегаралар ўрната бошлаганингизда, ушбу китобдаги 3, 4 ва 5-бобларни ўқиб бериш ҳалақит бермаса керак.

Аввал қайд этганимиздек, Худо бизга “йўқ” деганида ёки қандайдир чекловлар ўрнатганида, У ҳамиша бизга ғамхўрлик қилиш ва ҳимоя этиш мақсадида севги ила шундай қилади. Болаларингиз учун жинсий алоқа борасида чекловлар ўрнатаётганингизда, албатта уларга бўлган севгингиз туфайли шундай йўл тутаётганингизни билдиринг.

Менга (Жошга) “ёмғирпўш билан тасвирланган сурат” жуда ёқади: у ғамхўрлик ва ҳимоя қоидаларини яхши англатади. Мен қоидалар ёмғирпўшга ўхшаш эканлигини айтяпман. Кўчада шаррос ёмғир ёғаётганида сиз уни ўзингиз билан оласиз ва токи унинг остида бўлар экансиз, у сизга ғамхўрлик кўрсатиб, ҳимоя қилади. Унинг остида сиз азият чекмаслигингиз мумкин, яъни шалаббо бўлиб қолмайсиз. Аммо ўз билганингизча ташқарига қадам қўйсангиз, сиз ғамхўрликдан ҳам, ҳимоядан ҳам маҳрум бўлиб, ноўрин қдамингиз оқибатидан азият тортасиз. Сиз жикқа ҳўл бўласиз. Сўнгги қарорни ўзингиз чиқарасиз.

Болангиз шуни тушуниши муҳим: сиз ўрнатган чегаралар - уни ғамхўрлик ва ҳимоя билан қуршаб олиш мақсадидаги сизнинг хоҳишингиз, сизнинг севгингиз маҳсулидир. Энди асослар билан танишиб олганимиздан сўнг, келинг, сизга қандай чекловлар ўрнатиш кераклиги ҳақида гаплашиб олайлик. Биз бешта чеклов ўрнатишни таклиф этамиз.

### 1. УЧРАШУВ

Биз ҳаммамиз ҳам қачонлардир шундай катта бир саволга тўкнаш келамиз: болаларимизга учрашувга боришлари учун қачон рухсат бериш керак? Кўпчилик учрашувга анчайин кичик ёшда боришни бошлайди - ўн бир - ўн икки ёшда. Бироқ ҳаттоки “ҳамма аллақачон учрашиб юрган” (ўн бир ва ўн икки ёшга тўлмаганлар ҳам) бўлсада, бу болаларингизнинг учрашувга боришларига ижозат бериш учун етарли асос дегани эмас.

Сиз, ота-оналар, болангиз ўзи учун жавоб бера оладиган ёшга етганига ишонч ҳосил қилганингизда, мақбул вақт келган бўлади. Бу эса бола ўзи учун муайян ахлоқий андазаларни биз 3-бобда ёзганларимизга мувофиқ тарзда, яъни, Худонинг шартларига асосан содиқлик, поклик, вафо ва севги намоён этган ҳолда ўрнатишга тайёр эканлигини англатади. Ёш йигит ва қизлар бу андазаларни аниқ шакллантириб, уларга амал қилишни билишлари лозим. Мабодо улар бунга тайёр бўлишмаса, босимга бардош беролмасликлари ва никоҳгача бўлган жинсий алоқага майл билдиришлари мумкин. Шакшубҳасиз, бундай ҳолатда уларнинг учрашувга боришлари керак эмас.

Бундан ташқари, болангиз ва унинг учрашадиган маҳбуи билан ўрталаридаги фарқни эътиборга олиш лозим. Миллий кампаниянинг ўсмирлар ўртасида режасиз ҳомиладорликни бартараф этиш ташкилотчилари ота-оналарга қатъий (ва адолатли) даъват йўллайди: “Қизингизнинг ўзидан анча катта ёшдаги киши билан учрашишига қатъий қаршилик қилинг, шунингдек, ўғлингизга ўзидан анча кичик ёшдаги қизлар билан учрашувига изн берманг”<sup>1</sup>. Ва бу каби огоҳлантиришлар давом этади:

Ёш қизларга каттароқ ёшдаги йигитлар ўта жозибадор бўлиб туюлади. Лекин мабодо йигит қиздан анча катта ёшда бўлса, бу уларнинг ўртасидаги муносабат назоратдан чиқиб кетиши эҳтимолини ошириб юборади. Чегаралар ўрнатишга урининг: улар ўртасида икки (кўпи билан уч) ёшдан ортиқ фарқ бўлмаслиги керак, акс

ҳолда жисмоний куч борасидаги фарқ боис қиз ўзи истамаган хавфли жинсий алоқа исканжасига тушиб қолиши мумкин<sup>2</sup>.

“Focus on the Family” Америка масиҳийлик ташкилоти оилаларни шакллантириш тадқиқотлари бўлими директори Гленн Стэнтон тушунтиришича, “ўсмирлар учун тушунарли қоидаларни ўрнатган ота-оналар болаларининг жинсий алоқадаги фаоллигидан камроқ азият чекадилар. Бундай ота-оналар мўътадил қоидалар ўрнатишади, болалари қаяққа ва ким билан бораётганини пухта назорат қилишади, шунингдек, болалари оқилона “комендантлик соати”га риоя этишларини талаб қилишади<sup>3</sup>.

## **2. КЎНГИЛОЧАР ОАВ**

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, “очиқ саҳнали телешоуларни кўраётган ўсмирлар катта эҳтимол билан жинсий алоқага киришишни барвақт бошлайдилар; телевизор қаршисида кўп вақт ўтказадиган ўсмирлар бокираликда қанақадир салбийликни назарда тутишга мойилдирлар; ва ниҳоят, очиқ саҳнали дастурларни ўзлари учун одатий ҳол сифатида қабул қиладиган ўсмирлар уларнинг таъсирига осонгина тушиб қолишади”. Дастлаб қайд этилган сўзларни эслайлик, “замонавий болалар мактабга боришни бошлашларидан аввал телевизор қаршисида беш минг соатни ўтказишади”<sup>4</sup>. Дарвоқе, эндиликда болалар ёппасига жўр бўлиб Интернетни телевидениедан афзал кўришмоқда<sup>5</sup>.

Сиз ўрнатган қоидалар болангиз қаерда ва қанча вақт телевизор кўриши ёки бошқа ОАВга мурожаат қилиши вақтининг микдорини, муддати ва жойини чегаралаб бериши зарур.

## **3. СПИРЛИ ИЧИМЛИКЛАР ВА ГИЁҲВАНД МОДДАЛАР**

Биз фарзандларимизга спиртли ичимлик ичган ёки гиёҳванд модда истеъмол қилган одам нафақат ахлоқ доирасида ўзини бошқаролмаслигини, балки қанақадир масъулият ҳам кўрсатолмаслигини тушунтиришдан чарчамаймиз. Учрашув пайтида спиртли ичимлик ёки гиёҳванд моддалар қабул қилиш ва жинсий алоқа ўртасида боғлиқлик,- у ўзаро қовушиш бўладими ёки орал жинсий алоқами - борлигини қайд этишнинг ўзи етарли. Бундан бир неча йиллар муқаддам “Ёшларнинг таваккал ҳаракатларини кузатиш бўйича ҳисобот” қуйидагиларни кўрсатган:

- Бугунги кунда фаол жинсий алоқада бўлган талабаларнинг 26%и (30,9 % эркеклар ва 20,7% аёллар) сўнгги жинсий алоқа пайтида спиртли ичимлик ёки гиёҳванд модда истеъмол қилишганини айтган.
- Ҳозирги кунда фаол жинсий алоқада бўлган ўн иккинчи синфдаги 25%, ўн биринчи синфдаги 24,7%, ўнинчи синфдаги 27,7% ва тўққизинчи синфдаги 24% ўқувчиларнинг охириги жинсий алоқа пайтида спиртли ичимлик ёки гиёҳванд модда қабул қилишганини билдиришган.
- Бугунги кунда фаол жинсий алоқада бўлган қора танли талабаларнинг 17,8% , Лотин Америкалик талабаларнинг 24,1% ва оқ танли талабаларнинг 27,8%, охириги жинсий алоқа пайтида спиртли ичимлик ёки гиёҳванд модда истеъмол қилишганини айтишган<sup>6</sup>.

## **4. КАТТАЛАР ЙЎҚЛИГИДА УЙДА ВАҚТ ЎТКАЗИШ**

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, ўсмирлар одатда мактабдан сўнг токи ота-оналари ишдан қайтгунигача бўлган вақт оралиғида жинсий алоқа қилишади. Қоидалар ўрнатиш: катталар уйда бўлмаганида қарама-қарши жинс вакили бўлган “дўстлар” бу ерга келмаслиги керак. Бола таажжубланиши мумкин: “Жиддий айтяпсизми? Она, ота, нима, сизлар менга ишонмайсизларми?” Бу сизнинг ягона мақсадингиз - севги, ғамхўрлик ва уларни ҳимоя қилиш истаги эканлигини тушунтиришнинг айна вақти.

education.com сайти қуйидаги маълумотларни келтиради:

- ҳафтасида беш ёки ундан камроқ соатлар уйда ёлғиз қолдирилган 75% ёш йигитлар ва 59% қизлар жинсий алоқада бўлганликларини айтишган; ҳафтасида ўттиз ва ундан кўпроқ соатлар уйда назоратсиз қолдирилган ёшларда эса бу даража янада юқори - 87% ёш йигитлар ва 72% қизлар.
- Уйда ҳафтасида беш ёки ундан камроқ соатлар ёлғиз қолган 5,7% ёш йигитлар ва 15% қизларнинг айтишича, улар жинсий алоқа орқали ўтадиган хасталикни юктиришган; ҳафтасида ўттиз ва ундан кўпроқ соатлар назоратсиз қолдирилган ёшларда бу хасталикни юктириш даражаси янада юқори - 13,6% ёш йигитлар ва 19,5% қизлар.
- 43% ёш йигитлар ва 27% қизлар охириги маротаба ўз уйларида жинсий алоқа қилишганини айтишган<sup>7</sup>.

Шу ўринда “Harvest USA” томонидан берилган бир салмоқли маслаҳатни келтириб ўтамиз:

Ўз уйдан бошқа жойда тунаб қолиш порнография ёки бошқа жинсий алоқага дахлдор тажрибаларни томоша қилиш учун сабаб бўлиши мумкин. Эътиборингизда бўлсин, бошқа оилалар (хатто жамоатга борадиганлар ҳам) замонавий технология билан боғлиқ хатарнинг нақадар жиддий эканлигини сиздек ҳис қилмасликлари мумкин. Болаларингиз мабодо уларга иснод келтирадиган вазиятларда хавфни сезиб қолишса, ҳаракат қилишнинг (уларни олиб кетишлари учун уйга қўнғироқ қилишгача бўлган) аниқ режасига қатъий риоя этишларига ишонч ҳосил қилинг.

## 5. КОМПЬЮТЕР, ҚЎЛ ТЕЛЕФОНИ, СМАРТФОН, ИНТЕРНЕТ

Бизнинг кунларимизда Тармоққа уланишнинг 50% дан кўпроғи компьютерлар орқали эмас, балки чўнтакда жойлашадиган (смартфонлар, iPad, Kindles ва ҳоказо) қурилмалар орқали амалга оширилади. Ҳозирда кўплаб ота-оналар уйдаги компьютерлар кўринарли жойда (ётоқхонада эмас) туришини ва болаларнинг ухлаш вақтида Интернетга уланган барча қурилмалар ота-онанинг хонасида бўлиши лозимлигини талаб қилишмоқда.

“Harvest USA” - масиҳийлик ташкилоти бўлиб, жамиятнинг жинсий алоқага доир босимига қай йўсинда қаршилиқ кўрсатиш юзасидан жамоатларда ва оилаларда болаларга сабоқ беради. Мазкур ташкилотнинг ходимлари ота-оналарга шундай тавсия беради:

Майли, замонавий технологиялар билан боғлиқ хавф-хатарлар болаларингизга Худони таниб яшашига ҳалақит бермаслиги учун сиз севгингиз кучи билан уларни кузатиб боришингизни била қолишсин. Уларга ўз ҳушёрлигингиздан тенгдошлари томонидан ўтказиладиган босимга қарши ҳимоя сифатида фойдаланишларини таклиф этинг. Шунда улар тўғри келган пайтда шундай айтишлари мумкин: “Мен бундай қилолмайман, негаки бу ҳақда ота-онам билиб олишлари муқаррар”. Бу ўсмир-масиҳийлар катта эҳтиёж сезадиган қўшимча ҳимояни таъминлайди<sup>8</sup>.

Ёввойи Ғарб даврида айрим муассасаларда “кириш олдидан қуролни топшириш” талаб қилинган. Бундан мақсад, муассасага келадиганларнинг хавфсизлигини таъминлаш учун шундай йўл тутилган. Қарангки, бир ёш онанинг хаёлига яхши фикр келибди: болаларини ҳимоя қилиш учун юқоридаги ҳолатга ўхшаш қондани амалга киритибди. Болаларининг дўстлари меҳмон бўлиб келишганида, шундай деркан: “Кириш олдидан смартфонларингизни менга топширинг”. Аёл болаларнинг ўз хотира карталаридан фойдаланиб, самартфонларида порнографик тасвирларни сақлашлари ва Интернетга киришга зарурат сезмаган ҳолда биргаликда уларни томоша қилишлари мумкинлигини биларкан. Шу тариқа, хонадонда бу каби ҳолатларни бартараф этиш учун, аёл эшик олдида смартфонларни йиғиштириб олиб, болалар қайтишаётганида ўзларига қайтарар экан... Ёввойи Ғарбда қурол билан қандай йўл тутган бўлсалар, худди шу тарзда.

Интернетдан фойдаланиш бўйича “Harvest USA АҚШ ҳосили” шунга даъват этади:

Сифатли интернет-филтрни сотиб олинг! Уйда бирор-бир тўсиқ қурилмаси ва тозалаш тизими бўлмаган ҳолда Интернетга кириш имкониятининг бериб қўйилиши ақлли иш эмас. Балки, оиланинг Интернетдан фойдаланадиган ҳар бир аъзоси - ота, она, болаларнинг ҳар бири, - “ҳисоб-китоб дастури”нинг иштирокчилари бўлишлари мумкин, мисол учун, бунда иштирок этаётган барчага Интернетдан ноўрин фойдаланилган пайтда электрон хабар йўллайдиган “Covenant Eyes” дастурини айтишимиз мумкин. Ота-оналар Интернетга кириш юзасидан ҳисобдорлик бўйича болаларига ибрат кўрсатишлари зарур. Сиз ҳам болангиз олдингизда ҳисобот берадиган кишилардан бири бўлишингиз мумкин<sup>9</sup>.

Эътибор беринг-а, тозалаш дастурларини мобил қурилмалари учун ҳам олишингиз мумкин.

Биз 19-бобда бир қанча “ҳисобот дастурлари”ни келтириб ўтдик, аммо уларни яна бир бора санаб ўтмоқчимиз:

|                           |                                                          |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|
| X3 Watch - пуллик / бепул | <a href="http://www.x3watch.com/">www.x3watch.com/</a>   |
| Total Net Guard - пуллик  | <a href="http://afo.net/">http://afo.net/</a>            |
| Bsecure - пуллик          | <a href="http://www.bsecure.com/">www.bsecure.com/</a>   |
| Net Nanny - пуллик        | <a href="http://www.netnanny.com/">www.netnanny.com/</a> |

|                           |                                                                          |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Covenant Eyes - пуллик    | <a href="http://covenanteyes.com/">http://covenanteyes.com/</a>          |
| K9 Web Protection - бепул | <a href="http://www1.k9webprotection.com/">www1.k9webprotection.com/</a> |
| Safe Eyes - бепул         | <a href="http://www.internetsafety.com/">www.internetsafety.com/</a>     |
| Cyber Sitter - пуллик     | <a href="http://www.cybersitter.com/">www.cybersitter.com/</a>           |
| Pure Sight - пуллик       | <a href="http://www.puresight.com/">www.puresight.com/</a>               |

Бундан ташқари,

браузерда ёзилганларни, қўл телефонидаги хотирани, чатлардаги ёзишмаларни, YouTube-дан қўчирилган роликларни текширинг; шунингдек, MySpace (ва Facebook) саҳифаларини ва болангиз дўстларининг рўйхатини қараб чиқинг, унинг шерикларини умумий миқёсдаги онлайн-ўйинлар тўпламидан билиб олинг. Ўсмирларга тажриба ўтказиш имконини берадиган MySpace каби сайтлардан фойдаланишга рухсат беришда эҳтиёт бўлинг, негаки икки ёқлама ҳаёт уларга сохта яқинлик туйғусини ёки қандайдир виртуал уюшмага алоқадорлик туйғусидан тортиб токи ҳақиқий оламдан юз ўгириш истагигача уларга сингдириши мумкин<sup>10</sup>.

Сиз ўз оилангизда ўрнатишингиз зарур бўлган бошқа кўплаб чегаралар ҳам бор. Жинсий зўравонликка дахлдор - у жисмоний ёки оғзаки тарзида бўлмасин - яна бир жиддий тушунча бор. “Health and Fitness” порталида эълон қилинган “Болаларни соғлом жинсий алоқага ўргатиш” номли мақолада шундай тушунтирилади:

Ота-оналар зиммасидаги энг муҳим вазифалардан бири - болаларни бошқаларнинг шахсий оламига ва бошқаларнинг жинсий аъзоларига ҳурмат билан тарбиялашдан иборатдир. Бола “ҳеч қандай тегинишсиз” қоидасини ўрганиши мумкин: “Илтимос, бошқа одамларнинг жинсий аъзоларига тегма”, “Қўлларингга эрк берма”, “Мабодо сенинг жинсий аъзоларингга биров тегса, илтимос, бу ҳақда менга айтгин”<sup>11</sup>.

Мана, оилада ўрнатиш зарур бўлган чегаралар. Болангизнинг жинсий аъзоларига тегмоқчи бўлган ҳар қандай одамга (ҳатто қариндошга ҳам) қатъий туриб “йўқ” дейишига рухсат беринг. Мунтазам уқтиринг: бундай вазиятда “йўқ” дейиш - яхши ва мақбул, шундан сўнг эса барчаси ҳақида сизга айтиб берсин.

Болангиз учун ўрнатилган чекловлар биз аввалроқ айтиб ўтган ёмғирпўшга ўхшайди. Улардан ҳар бири болангиз фойдаси учун хизмат қилади ва унга бўлган севгингизни, ҳимоя қилишга бўлган интилишингизни, унинг манфаатлари йўлида қайғураётганингизни яна бир бора намоён этади. Энг аввало, ҳаттоки қоидалар унга мутлақо ёқмаса ҳам, мулоҳазаларингизга фикран боғлана олмаётган бўлса ҳам, сизнинг барча ҳаракатларингиз асосида севги ётганлигини болангиз билиб қўйсин. Асосийси, сиз уни севишингизни тушуниши керак.

## **ЎСМИРЛАРНИНГ НИКОҲГАЧА “ТОҚАТ” ҚИЛИШЛАРИ ҲАҚИДАГИ ФИКРЛАР ҲАҚҚОНИЙЛИККА МОС ТУШАДИМИ?**

Мен (Жош) бир вақтлар Калифорния штатидаги Лос-Анжелес катта йўлларида машинада кетаётганимда, кўчада шундай сўзлар битилган реклама тахтасини кўриб қолдим: “Мабодо жинсий алоқа қилишга сабринг чидамаётган бўлса, презервативдан фойдалан”. Буни кўриб, хаёлга ботдим: “Бу қанақаси бўлди - “жинсий алоқа қилишга сабринг чидамаётган бўлса”? Ахир жинсий алоқа - ҳаёт кечирешнинг мутлақо зарурий бир қисми эмасми? Ахир жинсий алоқасиз ҳаёт мавжуд бўлмайди-ку, мисол учун, сувсиз яшаб бўлмаганидек, шундай эмасми?”

Бундан бир неча йиллар муқаддам Қўшма Штатларда ва бутун жаҳонда “жинсий алоқа бўйича мутахассис” сифатида донг таратган ва ўзини доктор Рут дея атаган ўта машҳур бир аёл пайдо бўлганди. Паст бўйли кекса бу аёл баъзан қўпол ҳазилларга ўтиб кетарди ва уни талабалар олдида чиқиш қилиши учун тез-тез таклиф этиб туришарди.

Цинциннати университетидаги чиқиши пайтида талабалардан бири сўраб қолди: “Доктор Рут, кутишга ортиқ сабр қилолмасам нима бўлади?” “Йигитча, - жавоб қайтарди аёл, - кутишга қодир эканлигингиз ҳақидаги фикр ҳақиқатга тўғри келмайди. Бу ҳолатда ҳирсингиз ниҳоятда кучли”. Аудитория кулоқни ёрадиган даражадаги қарсақлардан ларзага тушди.

Келинг, ана шу нуқтаи назар ёруғлигидан кейинги саволга қарайлик: “Хўш, агар мен хоҳласам ҳам, севган қизим жинсий алоқа қилишни истамаса-чи?” Бу йигитнинг кутиши ҳақидаги фикр ҳаққонийликка мос тушади-ми? Ахир, доктор Рут, унга ниҳоятда кучли ҳирс борлигини айтмади-ми? Демак, агар одам, айтишганларидек, қисталанг бўлиб қолса, у чидаб туради деб ўйлаш нотўғри, шундайми? Демак, зўравондан ҳам бошқа ниманидир кутиш ҳақиқатга тўғри келмайдими?

Доктор Рут ва бутун бир ёш авлод шуни билишгани ҳалақит бермасди, яъни биз, одамлар, ҳис-туйғулар ва бетизгин истаклар бошқарадиган ҳайвонлардан фарқли тарзда Худога монанд қилиб яратилганмиз. Жинсий алоқа - бу инсоннинг эркин танлови. Мен ишонаманки, доктор Рут ва бошқа кўплаб “жинсий алоқа мутахассислари” агар аёл жинсий алоқа билан шуғулланишга тайёр бўлмаса, эркак ўзини тийишга ва кутишга қодирлиги ҳақидаги фикрга қўшилишади. Қонун аёлни жинсий алоқага мажбурлашни таъқиқлайди.

Хўш, эркак ҳирси ҳаддан зиёд кучлими ёки барибир бундай эмасми? Болаларимиз онгига шуни сингдиришадими, агар қиз жинсий алоқа қилишни истаса... демак, йигитнинг ҳирси ўта кучли. Хўш, агар қиз хоҳламаса-чи? Бу ҳолда унчалик кучли эмасми? Сизни ҳеч нима ҳайрон қолдирмаяптими? Ғалати, тутуриқсиз ва шунчаки мантиқсиз нуқтаи назар. Бундай ёндашув билан, таъриф берганларидек, тўйгача “тоқат” қилолмайдиган ўша ёш йигит-қизлар оилавий ҳаётда садоқатни асраб қолишармикан? Агар уйланган эркак жинсий алоқа қилишга тайёр бошқа аёлни учратиб қолса, ўз хотинига садоқат кўрсатишини кутиш тўғрими?

Биз болаларимизни покликка эришиш мумкинлигига ва буни Худо ҳам, умумий ахлоқ ҳам талаб қилишига ишонтиришимиз зарур. Тананинг бошқа аъзолари билан эмас, бош билан фикрлаш керак. Жинсий алоқа - инсоннинг эркин танлови бўлиб, ўз ортидан турли оқибатлар олиб келади, улар ижобий ҳам, салбий ҳам бўлиши мумкин.

Аввал Калифорния Қора танли Гўзали дея аталган Лакита Гарт бир интервьюда бу ҳақда шундай деганди:

Бир неча йиллар аввал мен Fanta ичимлигининг рекламасида суратга тушдим. Танаффус чоғида тўсатдан олдимга бир нотаниш қиз келиб сўради: “Дарвоқе, Лакита, сенинг ҳаётингда жинсий алоқа қандай кечмоқда?” Унинг дангалчилиги ва такаллуфсизлиги мени ҳайратга солди. “Кечирасан, - жавоб қайтардим мен, - аммо ҳозирча ҳаётимда жинсий алоқа йўқ”. Қиз гапидан қолмасди: “Унда охирги маротаба жинсий алоқа қилганингда нималар бўлганини айтиб бергин” ва мен яна шуни айтдим: “Менда асло охирги жинсий алоқа бўлмаган”. Назаримда, унинг жағи осилиб қолгандек бўлди. “Ишонгим келмайди! - давом этди қиз. -

Атрофингда шунча йигитлар бор, сен эса чидаб юрибсан-а! Ҳар ҳолда сен ҳаётда нималарни бой бераётганингни тасаввур қиларсан?” - Биласанми, ҳар қалай, сен ҳақсан, - жавоб бердим мен. - Мен ҳаётда кўп нарсани бой берганман. Мисол учун, эрталаб уйғонганигда ҳомиладорлик ҳақидаги тест нимани кўрсатишидан ташвишга тушасан, мен эса ўша ҳаяжон титроғини бой берганман. Ёки севимли йигитинг сени касалхонага аборт қилдириш учун олиб боряпти, негаки сен ва чақалоғинг билан умрининг охиригача бирга қолишни истамайди, мен ана шундай ҳолатдаги қизнинг кечинмаларини бой берганман. Хонамда бирга яшайдиган аёл ҳар йили тайин бир кунда кўз ёшлари билан туғилмаган боласини ёдга олиб, тавба қилаётганда нима ҳис қилишини мен билмайман. ОИТСга чалинган дўстим Род уйғонган пайтида боши узра касалхона шифтини кўрган, мен эса бу имкониятни қўлдан чиқарганман. Род ўзини ҳақиқий эркак ҳисоблаб, бундан фахрланиб юрарди. У гўё атрофдаги ҳамма “шу билан” машғул эканлиги ҳақидаги ёлғонга лаққа тушганди. У ўлими олдидан мен ўз йўлимдан қайтмаслигимни ўтиниб сўради. Хуллас, ўйлашимча, сен мутлақо ҳақсан! Мен ҳаётда кўп нарсани бой берганман”.

Ҳар қандай танлов ўз ортидан оқибатини олиб келади. Мабодо фарзандларингиз тўйгача жинсий алоқа қилмасликни афзал кўришса ва кейинчалик никоҳда ҳам садоқатли бўлиб қолишса, хайриятки, кўплаб оғриқ ва қалб азобларини “бой бериб қўйишади”. Шу боис, ёшлардан ахлоқан тўғри қарор қилишларини кутиш калта фикр эмас. Биз фақатгина тоза жинсий алоқа ва садоқат ила яшаш - бизга ғамхўрлик кўрсатишни ва ҳимоя этишни истаган Худонинг амрларига биноан ҳаёт кечириш эканлигини болаларимиз онгига сингдиришимиз лозим.

## ФАРЗАНДНИ ҚАРАМА-ҚАРШИ ЖИНС ВАКИЛЛАРИ БИЛАН ЎЗИНИ ТЎҒРИ ТУТИШГА ҚАНДАЙ ЎРГАТИШ МУМКИН?

Қарама-қарши жинс вакиллари билан ёшлар ўртасидаги мулоқотда чегаралар йўқлиги сизни хайрон қолдирмайдими? Яқин атрофдаги савдо марказига борганингизда ҳозирги ўн икки, ўн уч ёки ўн тўрт ёшли ўсмирлар ўзларини қандай тутишларига эътибор қаратганмисиз? Худди ҳеч ким уларга ахлоқ меъёрларини ёки ёш йигитлар қизларга қандай муносабатда бўлиши кераклигини ўргатмаганга ўхшайди. Хўш, болаларингизни қарама-қарши жинс вакилларига ҳурмат билан ёндашишлари учун уларни қандай тарбиялаш керак? Мабодо биз уларни мурғаклик давридан бошлаб шунга ўргатсак, бу келажақда уларга тоза жинсий алоқани сақлашга ёрдам бериши мумкин.

Энг самарали ва ишончли услуб - ўз никоҳи мисолида ҳурмат ва севги намунасини кўрсатишдир. Болалар бизнинг муносабатларимиз ва ҳатти-ҳаракатларимизни кузатиб, қарама-қарши жинс вакилини ҳурмат қилиш ёки ҳурмат қилмасликни ўрганади.

Бу қанчалик ғалати эшитилмасин, аммо қизалоғини ўғил болаларга нисбатан ҳурмат руҳида тарбияламокчи бўлган ота учун энг яхши усуллардан бири, бу ўз қизини учрашувга таклиф этишдан иборат. Қизалоқ учун бу ҳолат учрашувлардан умуман нима кутса бўлишини тушунишига ёрдам беради. Бу бизнинг қизларимизга жуда ижобий таъсир кўрсатган. Катта қизимиз Келли ҳикоя қилади:

Мен ҳали анча ёш бўлганимда, отам мени ва синглимни учрашувга таклиф этиб шундай деди: “Агар бўлажак йигитинг ўзини мендек тутмаса, ундан воз кечиб юбор”. У бизга эшик очди, жуда илтифот кўрсатди, биз билан эҳтиром ила гаплашди - умуман айтганда, эркак аёл олдида ўзини қандай тутиши кераклигини очик-ойдин кўрсатди. Бу мен учун қандай аҳамиятли бўлганлигини мана энди тўлиқ англаяпман. Учрашувлар кимнингдир менга босим ўтказиши эмас, балки мен учун йигитни яхшироқ билиб олиш имконияти бўлган. Отам уюштирган бу учрашувлар келажақда ўзим учун ёқимсиз бўлган нарсаларга рози бўлиш ҳиссини сезмаслигим учун унинг айёрона ғамхўрлик усули эди. Бу босимга қарши туриш ва шахсий чегараларимни ҳимоя қилишда менга ёрдам берган майда-чуйдадек туюлади.

Никоҳ ва оила масалалари бўйича маслаҳатчи, доктор Кори Аллан тавсия қилади: “Мабодо қизингиз бор бўлса, уни учрашувларга таклиф этишни кечиктирмай бошланг. Унга эркак ўзини қандай тутиши керакли борасида намуна кўрсатинг: унинг қаршисида эшик очинг, у билан суҳбатлашинг ва уни ҳам тингланг, бинойидек кийиниб олинг. Бу эса қизга келгусидаги учрашувлар учун янада юқори даражалар ўрнатишига ёрдам беради. Ўғиллар масаласида ҳам бундай ёндашув адолатлидир. Оналар ҳам хонимлар ўзини қандай тутишини кўрсатиш учун ўғиллари учрашувга таклиф этишлари мумкин”<sup>1</sup>.

Агар сиз ота бўлсангиз, баъзи-баъзида қизингизни учрашувга таклиф этиш учун вақт топинг. У билан ёқтирган таомини бирга тановул қилиш учун бирор ёққа олиб боринг, кўнгилхушликлари билан ўртоқлашинг. Агар она бўлсангиз, ўғлингиз билан бирор жойга боринг. Унга ҳар бир аёл қандай муносабатни исташини кўрсатиб беринг. Болани қарама-қарши жинс вакиллари қандай муносабатда бўлишга ўргатишнинг энг яхши усули - бу уларга яққол ибратни кўрсатишдир.



## ОЧИҚ МАЗМУНДАГИ СМС-ХАБАРЛАР ЖЎНАТИЛИШИГА ҚАНДАЙ ЁНДАШИШ ЛОЗИМ ВА БУ БОРАДА НИМАЛАР ҚИЛМОҚ КЕРАК?

Ҳозирги кунда мобил телефони эгалари жинсий алоқа мавзуидаги видеоролик ва фотосуратларни ўзаро тез-тез алмаштириб туришади.

Мана, ҳозирги оилалар тўқнаш келадиган ҳақиқий ҳолат:

- ўн икки ёшдан ўн етти ёшгача бўлган 75% ўсмирлар мобил телефонларига эга, улардан 88% ўзаро СМС-хабарлар жўнатиб туришади. Ўсмир ўртача миқдорда бир ойда 3146 хабар юборади, ўн икки ёшдан ўн тўққиз ёшгача бўлган болалар эса ҳар ойда 1146 хабар жўнатишади<sup>1</sup>. Бундай маълумотлар катталарни ажаблантириши мумкин, лекин бу ўринда ҳайрон қоладиган ҳеч нима йўқ: болалар қаерда бўлмасинлар - мактабда, уйда, савдо марказида, - қўл телефонларидан “узилиб кетишмайди”. Шу билан биргаликда ўсмирлар кўпинча юқори технологиялардан беҳаё мазмундаги СМС-хабарларни ўзаро алмаштириб туришда фойдаланишади. Эҳтимол, сиз бу ҳақда аввал билмагандирсиз, аммо:
- 20% ўсмирлар яланғоч ёки ярим яланғоч ҳолда ўзлари қатнашган видеороликлар ёки фотосуратларни юборишган ёки барча кўриши мумкин тарзда жойлаштиришган.
- 39% ўсмирлар жинсий алоқа мавзуидаги хабарларни жойлаштиришган ёки бир-бирларига юборишган.

Жинсий алоқа мавзуидаги тасвирларни ёки хабарларни юборганлар орасидан:

- 71% ёш қизлар ва 67% ёш йигитлар бу каби материалларни “ўз йигити ёки қизига” жўнатганини айтган.
- 21% ёш қизлар ва 39% ёш йигитларнинг айтишича, бундай мазмундаги материалларни ўзлари учрашмоқчи бўлган кимгадир юборишган.
- 66% ёш қизлар ва 60% ўғил болалар буни “кўнгилхушлик учун” ёки “текшириб олиш” учун қилганларини билдиришган.
- 40% ёш қизлар айтишича, улар жинсий алоқа мавзусидаги матнли хабарларни ёки тасвирларни “ҳазиллашиш учун” юборишган<sup>2</sup>.

Бироқ аслида ўсмирлар назарида ҳазил ёки оддий ноз-карашма бўлиб туюладиган бу ҳолат жиноят ҳисобланади. Кейинги бир неча йил ичида кўплаб ўсмирлар телефон орқали жинсий алоқа мазмундаги тасвирларни юборишгани учун жиноий жавобгарликка тортилишган. Қонун бўйича, бу болалар порнографиясини тайёрлаш ва айланттириш ҳисобланади. Ўсмирлар жинсий суратларни юбориш шахсий иш, бу ҳақда ҳеч ким ҳеч қачон билмайди дея ўйлашади, лекин уларнинг ўртоқлари ва дугоналари бошқаларга бундай суратларни осонгина кўрсатишаверади.

### ХЎШ, НИМА ҚИЛМОҚ КЕРАК?

Ёшлар билан ишлаш бўйича мутахассис Эл Менкони бизга бешта амалий ғояни таклиф этади:

- Болангизга бундай тарздаги қўл телефони керакми ёки керак эмаслиги ҳақида жиддий ўйлаб кўринг.
- Муайян чекловлар ўрнатинг. Овқатланиш, мактабдаги машғулотлар, оилавий сайрлар вақтида ҳеч қандай ўзаро хабар алмашишлар бўлмасин. Ҳа! Ва албатта, қўл телефонларини тунда ўчириб қўйинг!
- Агар бошқа бирор нарсага мўлжалланган бўлмаса, ҳеч қандай ўзаро хабар алмашишлар бўлмасин. Бу ўринда биринчи навбатда автомобилни бошқариш масаласи туради. Сўровда қатнашган

хайдовчиларнинг деярли ярми автомобилни бошқариб кетаётганда телефон орқали ўзаро хабар алмашишларини айтган. Бир қанча штатларда машинани бошқариш пайтида хабар алмашиш қонунга зид дея эълон қилинган.

- Суиистеъмолчиликнинг оқибатлари ҳақида фарзандингиз билан яхшилаб гаплашиб олинг. Ёлғон, номақбул хабарлар ва бутунлай беадаб ёзишмалар ва ҳ.к.з. - буларнинг барчаси сизнинг таъқиқларингиз остида бўлиши зарур. Ножўя ишнинг хатарли эканлигини уқтириб қўймоқчимисиз? Болангиздан бир ҳафта муддатга қўл телефонини олиб қўйинг.
- Мабодо болангиз кимдир билан ахлоқсиз хабарларни алмашиб туришига шубҳа қилсангиз, ҳар вақт унинг аввалги ёзишмаларини қараб чиқишингиз мумкин. Ҳа, бу пойлаб юришга ўхшайди, бироқ ота-оналикнинг асосий вазифаси шундан иборатки, болангиз замонавий технологиялардан масъулият билан ва ўзига зиён келтирмаган ҳолда фойдалансин<sup>3</sup>.

Худо бизни жинсий алоқа қиладиган мавжудотлар сифатида яратган, лекин жинсий алоқа ҳам соғлом, ҳам носоғлом усуллар билан ифодаланиши мумкин. Жинсий алоқа мавзусини ёритиш бўйича мураббий Логан Левкофф шундай уқтиради: “Болалар ўз жинсий майлларини ифодалаш учун сабаб ахтаришади, айниқса, учрашувга бориш ва “бу билан” шуғулланиш уларга таъқиқланганини эшитганларидан сўнг. Замонавий технологиялар уларга мавжуд оламда бирор-бир ҳаракат содир этмай, ўз жинсий майлларини ифода этиш имконини беради<sup>4</sup>.

Болаларимизга муайян қоидаларни шунчаки ёпиштириб қўйиш ўрнига, биз уларни инсон организмидаги бундай ҳодиса ҳақидаги суҳбатга тортиш учун жинсий йўналишдаги ёзишмалар мавзусидан фойдаланишимиз мумкин. Худонинг жинсий алоқага оид режаси ҳақида болангиз билан суҳбатлашиш учун яхши имкониятни бой берманг. Улар беҳаё мазмундаги СМС-хабарлар билан кўпинча иккита сабабга кўра алмашилишади: биринчидан, ўз жинсий майлини билдирмоқ учун, иккинчидан, тенгдошларидан орқада қолиб кетмаслик учун. Ҳаётнинг бундай барвақт палласида улар - худди барчамиз каби - ўзларининг қабул қилинишларини иташади. Фарзандингизга жинсий алоқа ҳақида гапириб берган ҳолда, сиз аслида унга янги ҳис-туйғуларини, янги ҳаётий кечинмаларини тушунишга ёрдам берасиз, Бола сиз билан мулоқот жараёнида ўз туйғуларини кўпинча мактабда, теледастурларда ёки Интернетда билдирганлари каби эмас, балки соғлом тарзда ифода этишга ўрганади

## ФАРЗАНДИНГИЗ ЖИНСИЙ БОСИМГА ҚАРШИЛИК КЎРСАТИШИ УЧУН УНГА ҚАНДАЙ ЁРДАМ БЕРИШ МУМКИН?

Ҳозирги болалар никоҳгача бўладиган жинсий алоқа тарғиботининг улкан босими остида туришибди. Улар жинсий яқинликни Худо яратганини ва бу борада бежиз муайян чегаралар ўрнатмаганини англашлари лозим, шунингдек, бу ҳақда фарзандлар билан яқин ва ишончли муносабатлар ҳолатида гаплашиш керак. Бу ҳақда биз китобимизнинг дастлабки бешта бобида батафсил сўз юритдик. Аммо фарзандларни дуч келишлари мумкин бўлган босимга қарши тайёрлаш ҳам бундан кам аҳамиятли эмас.

Ижтимоий босимлар (айниқса тенгдошлар томонидан) ўсмирларнинг ҳаётига жуда кучли таъсир кўрсатади. Гиж-гиж қилишлар ва писанда гапларга қарши тайёрланмаган болалар уларга қандай қаршилиқ қилишни билишмайди. Энг аввало, болангизга қуйидагиларни эгаллаб олишига ёрдам беринг:

- Гарчи ён-атрофдан шунга ўхшаш тасаввур туғилсада, теваракдаги барча ҳам “шу билан” шуғулланмайди.
- Жинсий алоқадан воз кечиш ўсмирни “нозиквой” ёки “гўдак”ка айлантириб қўймайди. Аксинча, ўзини сақлаш унинг барча “рози” ва “қарши” томонларни диққат билан ўрганиб шу қарорга келганини кўрсатади: никоҳгача бўлган жинсий алоқа унинг манфаатларини ҳимоя қилмайди ва тўғри қарор ҳисобланмайди.
- Жинсий алоқа ўсмирни катта одамга айлантириб қўймайди.
- Жинсий алоқа ҳеч бир ҳолатда кимнингдир севгисини исботлаб бермайди.
- Жинсий яқинлик ҳеч қачон сусайиб қолган муносабатларни сақлаб қололмаган ва ажралиш хавфини бартараф этмаган.
- Ўз-ўзига тўғри баҳо бериш ўсмирга тенгдошлари томонидан билдириладиган гиж-гижларга ва масхараларга қарши туришида ёрдам беради. Ўз кадр-қиммати ҳақида қониқиш туйғусига эга бўлган ўсмир, зўр бериб ўзини қабул қилишларини ва “хайбаракалла” излайдиган бошқалардан фарқли тарзда ижтимоий босим ҳолатида эгилмайди.
- Ўғил ёки қиз боланинг манфаатларига тўғри келмайдиган ҳаракатларга уларни мажбурлашганида, фойдаланса бўладиган тайёр жавоблар “андаза”си бор.

Қуйида болангиз учун кўпроқ фойдали бўладиган жавоблар келтирилган. Уларни аста-секин ўзлаштириб борган афзал, аммо бир маротабада битта-иккитадан. Бу сўзлар чиндан ҳам вазиятни асраши мумкин.

### ГИЖ-ГИЖЛАР ВА УЛАРГА НИСБАТАН ТЎҒРИ ЖАВОБЛАР<sup>1</sup>

| Лукма                                                                  | Жавоб                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>“Қўйсангчи ахир, атрофда ҳамма шу билан шуғулланади!”</i>           | “Бу мени кизиқтирмайди - мен ҳамма эмасман. Атрофдаги ҳамма шундай қилишаётганини доим гапириб юришади”         |
| <i>“Агар мени севганингда эди, тўшакда мен билан ётган бўлардинг”.</i> | “Агар сен мени севганингда эди, ўзим хоҳламаган нарсга мени мажбурламаган бўлардинг”.                           |
| <i>“Агар мени севганингда эди...”</i>                                  | “Бундай сўзлардан кейин жинсий алоқа қилишни истамай қоларкансан, шунчаки кетиб юборгинг келади” <sup>2</sup> . |
| <i>“Агар мени севганингда, бунга рози бўлардинг...”</i>                | “Агар сен мени севганингда, ўз                                                                                  |

|                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                        | айтганингда туриб олмаган бўлардинг!”                                                                                                                                                                                                       |
| “Агар рад этсанг - демак, мени севмас экансан!”                        | “Бу сўзларинг билан сен мени севмаслигингни билдираяпсан”.                                                                                                                                                                                  |
| “Агар мен билан тўшакда ётмасанг, сени ташлаб кетаман”.                | “Агар севган кизинг тўшакда сен билан ётиши шарт бўлса, мен сенинг севгилинг бўлишни истамайман”.                                                                                                                                           |
| “Наҳотки мен сенга ёқмасам?”                                           | “Ёқасан. Лекин, бундан ташқари, сени ҳурмат қиламан. Сен ёқимтой/чиройлисан, сени кўпроқ билиб олишни истаяпман”.                                                                                                                           |
| “Жинсий алоқа бизнинг яқинлашишимизга ёрдам беради”.                   | “Нотўғри, ахир мен ҳомиладор бўлиб қолмаслик учун ташвишга тушаман”.                                                                                                                                                                        |
| “Нега мен билан тўшакда ётишни истамайсан-а?”                          | “Хоҳламайман - гап шу”. (Бошқа ҳеч қандай изоҳ бериш керак эмас.)                                                                                                                                                                           |
| “Ҳамма шундай қилади”.                                                 | “Демак, бошқа бировни топишда қийналмайсан”.                                                                                                                                                                                                |
| “Ахир биз аввал буни қилиб кўргандик-ку. Нега энди менга рад этипсан?” | “Қайта ўйлаб кўришга ҳаққим бор. Бу менинг танам, менинг ҳаётим, энди мен тўйгача кутмоқчиман”.                                                                                                                                             |
| “Кўйсангчи, бўлақол. Кўриб турибман, ўзинг ҳам хоҳлаяпсан-ку!”         | “Йўқ. Йўқ. Йўқ. Қайси ҳарф сенга тушунарсиз бўлди? “Й”? “Ў”? Ёки “Қ”?”                                                                                                                                                                      |
| “Ота-онанг эрталабгача уйда бўлмайдими? Балки, уйингга борармиз?”      | (Бу сиз учун худди туз қартани кўлингизда ушлаб тургандек бир имконият: ҳамма айбни “қатталар”га ағдараверинг”.) “Қандай қилиб - менинг уйимга? Нималар деяпсан? Ота-онам ўзлари бўлмаган пайтда ҳеч кимни олиб боришга рухсат беришмайди!” |
| “Эркак бўлишни хоҳлайсанми?”                                           | “Мен шундоқ ҳам эркакман!”                                                                                                                                                                                                                  |
| “Сени эркакка айлантиришимга ижозат бер”.                              | “Бунда жинсий алоқанинг нима дахли бор?”                                                                                                                                                                                                    |
| “Сенинг ҳамма дугоналаринг фақат шу билан шугулланишади-ку”.           | “Нима ҳам дердим, боргин, улар билан хоҳлаган ишингни қилавер”.                                                                                                                                                                             |
| “Ҳеч ким жинсий алоқада тажрибаси бўлмаган қизга уйланмайди”.          | “Ўйлашимча, бу масалада мен истисно бўламан”.                                                                                                                                                                                               |
| “Қанчалик кўп нарсани бой бераётганингни билсанг эди!”                 | “Ўзингга ҳам худди шуни айтмоқчиман”.                                                                                                                                                                                                       |
| “Аммо мен бошқа чидабмайман!”                                          | “Демак, тўйдан кейин ҳам чидаб юролмайсан”.                                                                                                                                                                                                 |
| “Мен ахир сени жуда қаттиқ севаман!”                                   | “Тўйгача кута оладиган даражада қаттиқ севасанми?”                                                                                                                                                                                          |
| “Ҳамма нарса қачондир юз беради”.                                      | “Жинсий алоқа - бу тасодиф эмас. Ҳамиша танлаш имкони бўлади, шуни билиб қўйгин”.                                                                                                                                                           |
| “Бу жуда ажойиб!”                                                      | “Шунчалик ажойибки, бунинг учун тўйгача кутса арзийди”.                                                                                                                                                                                     |
| “Лекин биз сен билан жуда яқинмиз... Наҳотки бу ҳисобга кирмаса?”      | “Яқинлик - ҳали никоҳ эмас. Никоҳ - мана бу ҳақиқий яқинлик.                                                                                                                                                                                |

## ФАОЛ ЖИНСИЙ АЛОҚАДА БЎЛГАН ЙИГИТ ЁКИ ҚИЗ ЎЗ ҲАЁТЛАРИНИ ҚАНДАЙ ҚИЛИБ ПОКИЗА ТАРЗДА БОШЛАШЛАРИ МУМКИН?

Кўпинча шундай бўладики, жинсий алоқага доир ҳаётни бошламоқчи бўлаётган ёш йигитлар ва кизлар ўзларида айбдорлик, уят ва ҳаттоки ҳеч кимга кераксизлик туйғусини ҳис этадилар. Шундай бўлсада, энг аввало Худонинг олдида улар кечиримга эришишларига ёрдам бериш учун сизда ҳуқуқ ва имконият бор.

Кимдир жинсий алоқа борасида қачонки жинойт содир этса, у энг аввало Худога қарши гуноҳ содир этган бўлади. Шох Довуд қўрқув билан Унга ёлворган: “Сенга, ёлғиз Сенга қарши гуноҳ қилганман, Сенинг олдингда қабихликларга қўл урганман...” (Ҳикматлар 50:6). Довуд нега бундай деган ва унинг гуноҳи нимада эди?

Худо Ўз марҳамати ила баъзан *даҳшатли* қилмишлар содир этган такводор одамлар акс эттирилган Муқаддас Китобни бизга берган. Довуд “Худо марҳаматлаган эр” бўлган, лекин у бир куни Ботшева исмли эрли аёл билан зино қилди, аёлнинг ҳомиладорлигини билгач эса, унинг эрини жангда ўлим топишини уюштирди. Довуд Ботшева ва унинг эрига нисбатан гуноҳ қилди, аммо охир-оқибат у Худога қарши жинойт содир этди. Нега?

Худо бизни Ўзи билан мукаммал дўстликда яшашимиз, Унинг эзгу амрларини бажаришимиз, Унга итоат қилиб, ишонган ҳолда У билан мулоқотдан роҳатланишимиз учун бизни Ўзи учун яратган. Шу боис, биз қачон Унинг амрларини бузганимизда, қалбан Унинг олдида гуноҳ қилган бўламиз.

Биз гуноҳ қилганимизда Худо Ўз марҳамати ила бизга айбдорлик ва уят туйғусини ҳис қилишимизга изн берган, зеро бу туйғу Худо бизга қувонч билан берадиган кечиримни излашимизга ундайди. Каломда шундай дейилган: “Борди-ю гуноҳларимизни эътироф этсак, содиқ ва адолатли бўлган Худо гуноҳларимизни кечириб, бизни ҳар қандай ёмонликдан фориғ қилади” (1 Юҳанно 1:9).

Ҳақиқат шундан иборатки, биз барчамиз гуноҳларимиз учун жазога лойиқмиз, аммо Каломда айтилганки, “У доимо бизни айбламайди, Ёки то абад ғзабини сочмайди Бизни У гуноҳларимизга қараб жазоламас, Ёмонликларимизга қараб қайтармас, Самолар заминдан нақадар баланддир! Эгамизнинг содиқ севгиси ҳам, Ундан қўрққанларга шундай юксакдир! Шарқ ғарбдан қанчалик узоқ бўлса, Гуноҳларимизни биздан шу қадар узоқ қилади”. (Забур 102:9-12). Нега Довуд “шимол жанубдан қанчалик узоқ бўлса” деб эмас, балки “шарқ ғарбдан қанчалик узоқ бўлса” деб ёзган? Забурчи чексизликни билдирувчи ибронийча ифодадан фойдаланган. Шимолдан жанубгача бўлган масофа ўлчаб чиқилган, негаки сайёрамизнинг Шимолий ва Жанубий кутблари бор, лекин шарқ ва ғарбни ўлчаб чиқишининг иложи йўқ. Агар сиз шарқ томон йўлга чиқсангиз, бу ҳолда бутун умр шарқ сари юриб боришингиз мумкин. Мабодо ғарб томонга йўлга чиқсангиз, бутун умр ғарб сари боришингиз мумкин. Худо кечиримининг ифодаси қандай ажойиб! Сиз бу ҳақдаги фикр-туйғуларингизни кечиримга мушток фарзандингиз билан баҳам кўринг. Бола Худонинг уни кечиришни хоҳлашини ва бунга доимо тайёр эканлигини билиб қўйсин.

Худонинг марҳамати мавзусини очиб, фарзандингизга ҳар бир кишининг кечирим олишига йўл очиб берадиган қуйидаги еттита қадамни ташлашига ёрдам беринг.

**1. Қилган гуноҳингизни айтинг.** Кечирим сари биринчи қадам - қилмишингизни ўз номи билан, яъни гуноҳ деб аташ. Болангиз Худонинг хоҳишига қарши содир этиладиган нимаики бўлса гуноҳ эканлигини тушуниши лозим. Ниманидир гуноҳ дея тан олиниши - бу тавба қилиш учун замин яратади.

**2. Гуноҳга тавба қилинг.** Муқаддас Китобда шундай дейилган: “Борди-ю гуноҳларимизни эътироф этсак, содиқ ва адолатли бўлган Худо гуноҳларимизни кечириб, бизни ҳар қандай ёмонликдан фориғ қилади” (1 Юҳанно 1:9). Хўш, “гуноҳларимизни эътироф этсак” нимани англатади? Бу Худо билан иккита масалада келишув демакдир: биринчидан, биз Унинг олдида гуноҳ қилганимизни тан оламиз, иккинчидан, У бизни кечиришини тан оламиз.

**3. Худонинг кечиримини қабул қилинг.** Сиз бирор инсоннинг ўз гуноҳини тан олиб, самимий тавба қилганини, сўнгра эса Худо чиндан ҳам унинг қилмишларини кечирганига шубҳа қилиб, умидсиз яшашда давом этганини кўрганмисиз? Гуноҳни ва Худонинг кечиримини қабул қилишни тан олиш - болаларимиз учун энг муҳим иккита қадам ҳисобланади. Агар Худо уларни кечирганига ишонмасалар, ўзларини қандай қилиб кечиришлари мумкин?

Фаол жинсий алоқада бўладиган ёш йигит-қизлар учун бу қадамларни ташлаш қийин. Худонинг барча гуноҳларимизни кечириш учун берган ваъдасига қарамай (қаранг: 1 Юҳанно 1:9), никоҳ қургунча жинсий алоқа қиладиган ёшлар Унинг ваъдасига зўрға ишонишади. Бу ўсмир йигит-қизлар ўзларини иккинчи тоифа одамлар, омадсизлар, Худонинг севгисига номуносиблар дея ҳисоблашади.

Болангизга бизлардан ҳеч ким бирор-бир ҳаракатимиз ёки ҳис-туйғуларимиз билан марҳаматга муносиб бўлмаслигимизни англатинг. Биз гуноҳларимизнинг қанчалик оғирлиги ёки уларга нисбатан туйғуларимиздан қатъий назар, кечирим оламиз. Кечирим учун асос ягона - бу Масиҳнинг қурбонлиги. Худо бизнинг гуноҳ қилишимизни аввалдан билган, шу боис Ўз Ўғлига, Исо Масиҳга инсон қиёфасига кириб хочда кўтарилишига изн берган. Исо хочда ҳайқирган: “Амалга ошди!”, сўнгра эса тирилган ва биз зарур бўлган гуноҳлардан покланишни олдиқ. Болаларимиз Масиҳнинг кечиримини қабул қилган ҳолда, Масиҳнинг ўлими ва тирилишида яққол намоён бўлган Худонинг инояти ўзларининг ҳирсий гуноҳлари учун етарли тўлов бўлганлигини тан олишади.

**4. Ўзингизни ўзингиз кечиринг.** Одамлар кўпинча гуноҳларини ва Худо уларни кечирганини тан олишади, аммо ўзларини ўзлари кечира олишмайди. Худди шу ҳолат болаларимизга ҳам тааллуқли. Улар ҳирсий гуноҳ қилиб, айбдорлик ҳисси билан яшашлари мумкин, бундай ҳислар эса Худодан эмас, балки одамнинг ўзидан келиб чиқади,

Биз севги ва кечирим муҳитини яратиб, болаларимизга Масиҳнинг кечирими ҳақида тез-тез эслатиб туришимиз зарур.

Фарзандингиз гуноҳнинг ёлғон ҳиссиётларини кўнглидан кечираётганини ва ўзини муҳокама этишдан юқорига кўтарилиш қалбини миннатдорликка тўлдиришини тушунишига ёрдам беринг. Болангизни Худони улуғлашга, севги ва кечирим учун Унга миннатдорчилик билдиришга ўргатинг. Олижаноб қалб инсондаги ўзини камситадиган ҳис-туйғуларни изсиз йўқотадиган Худонинг иноятини қабул қилишга қодир.

**5. Тавбанинг ҳосилини беринг.** Ушбу қадам ҳақида ҳамма ҳам гапиравермайди, аммо шундай бўлсада бу Худонинг кечиримига ва айниқса, одам бирортаси билан жинсий алоқа жабҳасида муносабатни тиклашга муҳтож бўлганида энг муҳим қадамлардан бири ҳисобланади. Муқаддас Китобда шундай дейилган: “Тавбага яраша иш тутинглар” (Матто 3:8). Биз фарзандларимизни нафақат уларнинг жинсий гуноҳлари учун шартсиз кечирим олишларини, балки аввалги йўлга қайтмасликлари учун ҳар куни тўғри қарорлар қабул қилишларини ҳам олқишлашимиз лозим. Тавба - бу эркин қарор нафақат гуноҳдан юз ўгириш, балки Худо ва яқин кишилар билан муносабатларни мустаҳкамлаш учун қадамлар қўйиш демакдир.

**6. Сиз ҳисобот бериб туришингиз мумкин бўлган кимнидир топинг.** Ҳар биримизда ҳам бизни Масиҳда севадиган ва биз ишонадиган, ҳаётимиздаги нопоклик ва жинсий бузуқликни кўра оладиган ҳамда бунинг учун бизни жавоб беришга чорлайдиган инсон бўлиши керак. Бундай одам биз билан бир жинсдан бўлиши ва Масиҳ билан мулоқот қилиб турадиган бўлиши керак.

Болангизга тушунтиринг: у шундай одамни топсинки, ўшанинг олдида ўз ҳаракатлари учун жавоб берадиган бўлсин. Агар шундай одам сиз бўлмасангиз, болангиздан бошқа бировни танлашини сўранг, албатта, болангиздан ҳисобот сўрайдиган бу одам - имонда кучли бўлмоғи лозим.

**7. Кимга нисбатан гуноҳ қилган бўлсангиз, ўшандан кечирим сўранг.** Ҳар сафар биз никоҳдан ташқарида кимдир билан жинсий яқинлик қилар эканмиз, унга нисбатан ҳам гуноҳ қилган бўламиз. Болангиз кимга нисбатан ана шундай гуноҳ содир этган бўлса, бунинг учун кечирим сўраши кераклигини унга тушунтиринг. Бу уларнинг муносабатларини тузатиши, улар қайси даражада туришлари лозим бўлса, шунчалик юқори ва тоза даражага кўтариши мумкин.

Худо бизни севгани учунгина бизни ва болаларимизни муҳокама этади. Мабодо болаларимиз гуноҳ иш қилсалар, биз ота-оналар уларга кечирим олишлари учун зарур қадамлар қўйишига ёрдам бериб, хизмат қилиш имкониятига эга бўламиз.

## КЎПЧИЛИК БОЛАЛАР ОРАЛ ЖИНСИЙ АЛОҚАНИНГ ЖИНСИЙ АЛОҚА ЭКАНЛИГИГА ИШОНИШМАЙДИ. УЛАРНИНГ БУ ЯНГЛИШ ФИКРЛАРИНИ ҚАНДАЙ ТАРҚАТИШ МУМКИН?

Орал жинсий алоқа мавзуси юзасидан кўпгина чалкашликлар ва тушунмовчиликлар бор. Сиз уни жинсий алоқа дея ҳисоблайсизми? Нега болалар бу билан шуғулланишади? Бу ўринда бокиралик сақланиб қоладими? Калом бу ҳақда нима дейди? Орал жинсий алоқа пайтида жинсий алоқа орқали ўтадиган касалликларни юктириб олиш мумкинми? Ота-оналар нимани қўллашлари керак? Келинг, ана шу саволларга жавоб берайлик.

### ОРАЛ ЖИНСИЙ АЛОҚА НИМА ЎЗИ?

Луғатда айтилишига кўра, секс - “жинсий алоқага асосланган ҳаракатдир”. Тананинг қайси аъзолари бунда иштирок этмасин, жинсий алоқа барибир жинсий алоқа бўлиб қолаверади. Орал яқинлашиш эҳтирослар кўзғалишига, стимуляцияга ва жинсий қониқишга олиб борадими? Жавоб - ҳа. Организм орал жинсий алоқадан қовушишгандек каби таъсирланади. Тана ва мия кўзғалади, жинсий аъзолар таъсирланади, организм жуфтлик ўртасидаги алоқани мустаҳкамлайдиган “супер-елим”га ўхшаш гормонлар ишлаб чиқаради, дофаминнинг қуйилиши эса уларнинг иштиёқини янада оширади, яна такрорлашни талаб этади. Тана сизнинг жинсий алоқа қилаётганингизга ишонч ҳосил қилади. Мия сизнинг жинсий алоқа қилаётганингизга ишонади. Юрак сизнинг жинсий алоқа қилаётганингизга ишонади. Орал жинсий алоқа ҳам жинсий алоқа ҳисобланади.

Қуйидаги тўртта жисмоний ҳаракат жинсий алоқа ҳисобланади, негаки улар танамизда ҳам жисмоний, ҳам кимёвий реакцияларни кўзғайди:

1. Орал жинсий алоқа (оғиз - жинсий аъзо).
2. Мануал кўзгатиш (қўллар - жинсий аъзо).
3. Жинсий аъзоларнинг бир-бирига тегиши (жинсий аъзо - жинсий аъзо).
4. Ичига киритиш.

Барча бу тўрттала вазиятларда жуфтлик ўртасида алоқа юзага келади, бу тўрттаси ҳам сизни жинсий аъзолар орқали ўтадиган касалликларни юктириш хавфи остида қолдиради. Ушбу ҳаракатлардан бирортасида ҳам иштирок этадиган одам фаол жинсий алоқада дея ҳисобланади.

### ***Болаларимиз орал жинсий алоқа ҳақида қандай фикрдалар?***

- Бешта талабадан тўрттаси орал жинсий алоқани жинсий алоқа дея ҳисоблашмайди<sup>1</sup>.
- Бизнинг давримизда 80% ўсмирлар орал яқинликка жинсий алоқа сифатида қарашмайди<sup>2</sup>.
- Ўн беш ёшдан ўн етти ёшгача бўлган барча ўсмирларнинг ярми орал жинсий алоқа - тўлақонли жинсий алоқа эканлигига ишонишмайди<sup>3</sup>.
- Болалар орал жинсий алоқа ҳақида худди қинга киритилгандек лаззат олишнинг хавфсиз усули, яъни бунда виждон азобини ҳис қилмай, обрў-эътиборни йўқотмаган ҳолда ёки ўз шахсий қадриятлари ва нуқтаи назарларига қарши бормаган ҳолда роҳатланиш мумкин дея ҳисоблашади<sup>4</sup>.
- 40% ўсмирлар орал жинсий алоқани “хавфсиз” дея ҳисоблашади, 20% ёш йигит-қизлар эса юқумли касалликлар орал жинсий алоқа орқали ўтиши ҳақида умуман билишмайди<sup>5</sup>.

### ***Болалар қанчалик тез-тез орал жинсий алоқа билан машғул бўлишади?***

- ўн беш ёшдан ўн етти ёшгача бўлган деярли 36% ўсмирлар орал жинсий алоқа билан шуғулланишларини тан олишади. Ўн беш ёшдан йигирма тўрт ёшгача бўлган ёшлар орасида бу кўрсаткич янада юқори<sup>6</sup>.
- қовушиш тажрибасига эга ўн беш ёшдан ўн етти ёшгача бўлган деярли 75% ўсмирлар орал жинсий алоқа билан ҳам шуғулланишган; қовушиш тажрибаси бўлмаган ўн беш ёшдан ўн етти ёш оралиғидаги 30% ўсмирлар орал жинсий алоқа билан шуғулланганлар<sup>7</sup>.
- Янги Англия округидаги мактаблардан бирида таҳсил олаётган деярли 25% ўнинчи синф ўқувчилари ўтган йил мобайнида орал жинсий алоқа қилиш учун бир неча бора ўз жуфтилари билан алмаштирилганларини билдиришган. Қизлар бу каби уч-тўрт жуфтилари бўлганини айтишган<sup>8</sup>.

### ***Болалар нега орал жинсий алоқа билан машғул бўлишади?***

- Талабаларни орал жинсий алоқага ижтимоий босим ундайди. 92% дан кўпроқ талабалар юқори синфларда бокираликни сақлаб қолиш тўғри ва яхши эканлигини айтишади<sup>9</sup>, лекин кўпгина ўсмирлар “бокираликни йўқотмаган ҳолда” орал жинсий алоқа билан шуғулланиш мумкин эканлигига ишонишади. Фаол жинсий алоқада бўладиган ҳар тўртинчи ўсмир қовушишдан кўра орал жинсий алоқани маъқулроқ дея ҳисоблашади<sup>10</sup>.
- Орал жинсий алоқа ёшлар орасида шу даражада тарқалганки, кўпчилик учун қандайдир оддий, аҳамиятсиз бўлиб қолган. Шубҳасиз, бу ўринда тенгдошлар томонидан ўтказиладиган босим катта роль ўйнайди. Аксарият ҳолларда орал жинсий алоқа қилиш ташаббускорлари ёш йигитлар бўлишади, лекин қизлар бажонидил унда иштирок этишади. Шу билан биргаликда ўзларига паст баҳо берадиган қизлар йигитларидан айрилиб қолмаслик ва ўз даврасидагилардан орқада қолмаслик учунгина орал жинсий алоқага киришадилар.

### ***Орал жинсий алоқа орқали юқумли касалликлар ўтиши мумкинми?***

- Орал жинсий алоқа орқали гонорея, сифилис, герпес, папиллом вируслари одамга ўтиши исботланган<sup>11</sup>.
- Агар инсон ўз ҳаёти мобайнида беш ёки ундан кўпроқ жуфти билан орал жинсий алоқада бўлган бўлса, унинг томоқ саратони билан оғриш эҳтимоли 250% ортади<sup>12</sup>. Мабодо орал жинсий алоқадаги жуфтлар олтитадан ошса, бу эҳтимоллик 450% ошади<sup>13</sup>.
- Орал жинсий алоқа билан шуғулланганда папиллома вирусини юқтирган одамда томоқ саратони 3200% ортади<sup>14</sup>.

### ***СИЗ ОТА-ОНА СИФАТИДА НИМА ҚИЛИШИНГИЗ МУМКИН?***

Энг аввало, болангизга жинсий алоқа аслида нима эканлигини аниқ-равшан тушунтиринг. Болангизни саломатлик учун орал жинсий алоқа билан боғлиқ таваккалчиликлардан, шунингдек, обрў-эътибори ва ўзига баҳо беришда узоқ давом этувчи оқибатларидан огоҳлантиринг. Ёшлар маданиятини, шунингдек, болангиз ҳар куни бўлиб турадиган ўша оламини тушуниш жуда муҳим. Бизнинг давримизда васваса ва тенгдошлар босими жуда юқори, бироқ орал жинсий алоқадаги иштирок ўзидан кейин узоқ давом этадиган оқибатларни олиб келади. Қовушишнинг муқобил йўли тариқасида биз орал жинсий алоқага киришганимизда шуни тушунишимиз лозимки, бу ҳақдаги хотиралар онгимизда доимо сақланиб қолишига ҳалақит беролмаймиз.

Фаол жинсий алоқада бўлиб бокираликни “техник” ҳолатда асрашимиз Худонинг режасига тўғри келмайди. Болаларингизга яна бир бора Худонинг жинсий алоқани яратишдан мақсади ва унинг ҳаётдаги ўрни ҳақида - китобимизнинг биринчи бўлимида баён этилганидек - тушунтириб ўтинг. Павлус Эфесликларга Мактубида ёзган: “Сизларнинг орангизда фахш, зинокорлик, ифлослик ёки ҳасислигу очкузлик ҳатто тилга ҳам олинмасин” (Эфес. 5:3). Худо никоҳдан ташқарида фаол жинсий алоқада бўлишимизга изн бермаган, У никоҳда ва никоҳдан ташқарида бўладиган жинсий алоқалар натижасида олинадиган лаззатни фарқламайди. Худо бизни ҳар қандай нопок жинсий алоқалардан нари юришга даъват этганида Унинг ягона мақсади бизни ҳимоя қилиш ва никоҳдаги яқинликдан юқори даражада лаззатланиш имконини тақдим этишдан иборатдир.



## БОЛАНГИЗНИНГ ЎЗИГА БЕРАДИГАН СОҒЛОМ БАҲОСИ УНИ НИКОҲГАЧА БЎЛАДИГАН ЖИНСИЙ АЛОҚАДАН ҚАЙ ТАРЗДА ҲИМОЯ ҚИЛАДИ?

Қуйида иккита ўсмирнинг айтганлари келтирилган:

Мен ўзимга берадиган баҳоимни кўтаришим учун никоҳгача бўладиган жинсий алоқа қилганман. Ҳар битта ўтказилган жинсий яқинлик эркак бўлганлигимни исботлашга хизмат қилар, бундан ташқари, ечиниш хонасида ўз “ғалабалар”им билан мақтанишим учун имкон берарди.

Мен ўзимни эркак эканлигимга ишонтиришим учун қарама-қарши жинснинг эътиборига тушишга эришдим. Бундай эътиборнинг ҳар бир белгиси менинг ўзимга берган баҳоимни оширарди.

Гарчи бу иккала билдиргилар ёш йигитлар томонидан айтилган бўлсада, ўз-ўзига паст баҳо берадиган қизлар ҳам шунга ўхшаш воқеаларни сўзлашади. Улар аҳамиятга эга эканликларини кўрсатиш учун ўз ихтиёрлари билан жинсий алоқага киришадилар, яъни ўзларига берадиган баҳони кўтариш ва тенгдошлари даврасида қатъиятли бўлиш учун жозибадор эканликларини ва қарама-қарши жинс вакилларига ёқишларини исботламоқчи бўлишади.

Шу билан биргаликда, улардан кўпчилиги айнан ўзларига паст баҳо бериш оқибатида фаол жинсий алоқага киришадилар. Одамлар ўзларини қандай тасаввур қилсалар, шунга монанд равишда ҳаракат қилишга мойилдирлар. Биз нималарни кўраётганимиздан, қарорлар қабул қилаётганимиздан, нималарни ўйлаётганимиздан ва қандай ҳаракат қилишимиздан келиб чиққан ҳолда, ҳаётга гўё қандайдир заррабин ёки шишалар орқали қараймиз. Мисол учун, мабодо ёш қиз ўзига паст баҳо берадиган бўлса, бу ҳолда босим остида у ўзига ҳақиқатни бузиб кўрсатишга мослашган заррабин ёки шиша орқали қараши ва шундай ҳаёлга бориши мумкин: “Мен барибир ҳеч нимага арзимаيمان, шундай экан, нима фарқи бор? Аҳмоқона ҳаракатлар - аҳмоқ одамлар учун, хуллас, ҳаммаси тўғри”. Жуда тезда бундай фикрлар ҳаракатларга мувофиқ ўсиб боради.

Биз ҳозирда қизларни нуқул ялтироқ журнал муқовасидаги гўзаллар билан ўзларини таққослашга ундайдиган маданият шароитида яшаймиз. Ташқи кўринишга бўлган юқори талаб нафақат қизлар, балки ўсмир ўғил болаларни ҳам ўзига боғлаб олмоқда. “Focus on the Family” ташкилотининг ёшлар билан ишлаш бўйича мутахассиси Роб Жексон эслатиб ўтганидек, биз ота-оналар

... болаларимизнинг бузилмас қадриятларини Ота Худо уларнинг абадий ҳаёти учун берган тўловига асосан, яъни Исо Масиҳнинг тўккан қони асосида эълон қилиш ҳуқуқига эгамиз. Боланинг ҳаракатлари ҳам, унинг атрофидагиларнинг маъқуллаши ҳам бола ҳаёти баҳосининг ўлчови бўлмаслиги керак. Ягона ўлчов - Исо Масиҳнинг шу бола учун қилган жасорати ва ҳар бир киши Масиҳни қалбан қабул қилганида Самовий Отадан оладиган маъқулловдир. Мана, болаларингизни нафақат ҳис-туйғулар даражасида, балки тафаккур даражасида ҳам нималарга ўргатиш керак<sup>1</sup>.

Болаларимиз ўзларининг зўр ютуқлари ёки иқтидорларини тўғри баҳолай олишмайди, аммо Худо уларни ким қилиб ва нима учун яратганлигини англай олишлари мумкин. Ота-оналар имонда ўзига баҳо бериш борасида ибрат кўрсатганларида, бу ҳолат боланинг ўзига баҳо беришини оширишига улкан таъсир кўрсатади.

Миллий кампаниянинг ўсмирлар ўртасида режасиз ҳомиладорликни бартараф этиш масаласи бўйича ташкилотчиларининг фараз қилишларича, “ота-оналар ёки оиланинг бошқа аъзолари буни исташ-истамасликларидан қатъий назар, ҳар қандай ҳолатда ҳам фарзандлар ва оиланинг қолган аъзоларида ўзларига берадиган баҳо шаклланишида таъсир ўтказади - гап фақат буни қилиш яхшими ёки ёмон эканлигида”<sup>2</sup>. Тадқиқотларга кўра, агар болалар оилада ўзларининг қадри эканликларини ҳис қилсалар, “бу ўн саккиз ёшда жиддий тушқунликка тушиб қолиш эҳтимолини камайтиради”<sup>3</sup>. Тўққиз ёшда ўзининг

кадрли эканлигини ҳис қилиш “келажакда ўзига баҳо бериши учун ижобий таъсир кўрсатиб, тушкунлик (айниқса эркаларда), гиёҳванд моддаларга ружу қўйиш, ўз жонига қасд қилиш, шахсиятлараро муносабатлар муаммоси, одамовилик ва хавотирли-тушкун ҳаракатлар ва қонунбузарликка мойиллик каби хатарлар эҳтимолини пасайтиради”<sup>4</sup>.

Фарзанларингизни кадрланг ва ҳурмат қилинг. Худо уларни кадрлашини ҳам болаларингиз билиб қўйсин. Қуйида келтирилган ҳақиқатларни уларга тез-тез такрорлаб тулинг. Сиз айтишингиз мумкин: “Сен - сен ноёб боласан, сен жуда кадрлисан, негаки Худо айтганки...

\* У сени севади (қаранг: Юҳанно 3:16),

\*Сен - Унинг фарзандисан (қаранг: Юҳанно 1:12).

\*Сен - танлангансан (қаранг: Эфесликлар 1:4).

\*Сенинг гуноҳларинг кечирилган (қаранг: Эфесликлар 1:7),

\*Сен - Унинг ижодисан (қаранг: Эфесликлар 2:10),

\*Сен - Унинг дўстисан (қаранг: Юҳанно 15:15),

\* У сени асрайди (қаранг: 1 Юҳанно 5:18).

Ҳақиқат гўё “англаб бўлмас” ҳисобланадиган замонавий дунё маданияти шароитида, онг аллақачондан буён эътиқодни тўсиб қўйганида, ҳақиқатни англашнинг ягона манбаи табиий фанлар бўлиб қолганида, болалар учун ягона ва ўзгармас ҳақиқат - Худо, уларнинг Яратувчиси севиши ва ҳеч қандай шартларсиз қабул қилишига ишонч ҳар қачонгидан ҳам кўра зарур. Болалар кўпинча ўзларига мактабдаги муваффақиятлари, орттирган тажрибалари, қобилият ва иқтидорлари ҳақида тенгдошларининг фикр-мулоҳазалари орқали баҳо беришни исташади. Бироқ барибир фарзандингизнинг ҳаётига сиз кўпроқ таъсир кўрсатасиз. Имкон қадар унинг манфаатлари ҳақида кўп ўйлашингизни тез-тез тушунтириб боринг, мунтазам равишда Худо уни севиши ва ғамхўрлик қилиши ҳақида ҳам эслатиб тулинг.

Болалар билан яқин муносабат - унинг келгусида жинсий алоқа босимларига бардош беришида ёрдам берадиган муҳим усуллардан биридир. Оилавий муносабатларда чинакам илиқлик ва севги мавжуд бўлса, болада ўзига нисбатан соғлом баҳо бериш ва сиз белгилаган чегаралар фақат унга ғамхўрлик қилиш ва ҳимоя этиш учунгина ўрнатилганини тушуниш имкониятлари ортади. Болангизга севги ва ғамхўрлик муҳитида бош-қош бўлиб, ўзига берадиган соғлом баҳони юксалтиришига ёрдам берасиз ва замонавий дунё маданиятининг вайронкор таъсирига қарши туришида уни қўшимча куч билан таъминлаган бўласиз.

## ФАРЗАНДИ БИЛАН ЖИНСИЙ АЛОҚА ҲАҚИДА ГАПЛАШАДИГАН ДОНО ОТА- ОНА БЎЛИШНИНГ ОЛТИТА УСУЛИ

Замонавий дунёда ёшларни жинсий алоқа босимиға қарши тура оладиган қилиб тарбиялаш осон эмас. Мазкур китобда биз буни қандай бажариш юзасидан сизга бир қанча маслаҳат ва йўналишларни таклиф этдик, умид қиламизки, сиз уларни фойдали дея ҳисоблайсиз. Китобнинг биринчи қисмида қайд этилганидек, бу ўринда асосий омил яқин муносабатлар ҳисобланади. Сиз қай тарзда болаларингиз билан мулоқотда бўлсангиз, мулоқот учун сабабнинг ўзи ҳам худди шундай, эҳтимол, ундан ҳам кўпроқ муҳимдир. Ва биз биргаликда босиб ўтган йўлнинг яқунловчи босқичида болаларини Худонинг режасига мувофиқ тарзда жинсий алоқадан роҳатланишга тайёрлайдиган янада доно ва нуфузли ота-она бўлишингизнинг олти та усулини таклиф этмоқчимиз.

Ўзимиз ҳам ота-она сифатида мазкур олти та усул оиламиз учун чиндан ҳам қўл келганини, шунингдек, ўз тажрибамиздан келиб чиққан ҳолда, бошқа оилаларга ҳам ёрдам бериши мумкинлигини айтмоқчимиз.

### 1. ФАРЗАНДЛАРИНГИЗ ДОИМО ЎЗ САВОЛЛАРИ БИЛАН ОЛДИНГИЗГА КЕЛИШЛАРИ МУМКИН БЎЛГАН ОТА-ОНА БЎЛИНГ

Қанчалик ёқимсиз туюлмасин, болаларнинг ҳар қандай саволига ва ҳар бирини етарлича муҳим ҳисоблаган ҳолда жавоб беришимга тайёр туришимиз керак. Болалар сўраб турган пайтларида биз устозлик қилиш ҳолатида бўламиз. Асосийси - нимаики эшитмайлик хотиржамлик ҳамда вазминлик билан тўғри ва очиқ жавоб беришимиз керак.

Бир мисол келтираман. Қизимиз Кэти ўн уч ёшда бўлганида, мен (Жош) уни ва дугонаси Сарани тоғ сайрига олиб бордим. Машинанинг орқа тарафни кўрсатадиган кўзгуси орқали қизлар ўзаро шивирлашаётганига, менга саволомуз боқиб, яна шивирлай бошлашганига кўзим тушди. Уларнинг хаёлида қандайдир бир “тегажоқлик” борлиги аниқ эди.

Шунақа бўлди ҳам: Кэти охир-оқибат олд ўриндиққа ўтириб олди, Сара эса бизни яхшироқ эшитиш учун олд ўриндиқлар орасига бошини тикди ва шунда суҳбат бошланди: “Ота, менинг саволим бор. Шунчаки, арзимас бир гап...” Мен дарҳол тушундим: масала жиддий. “Ота, орал жинсий алоқа нима ўзи?” Сал бўлмаса машинам йўлдан чиқиб кетаёзди! Саккизинчи синф ўқувчисининг гапига қаранг! Мен эсанкираб қолгандим, аммо буни билдирмасликка уриндим ва шама қилмасдан ҳаммасини очиқ айтиб бердим. Гапимни тугатганимда, қизим ҳайқириб юборди: “Жирканчли-ку!” ва орқа ўриндиқдаги дугонасининг олдига ўтиб олди.

Сара ўша оқшомдаёқ гапларимни онасига айтиши мумкинлигини тушунганим боис, ҳазилакам ташвишга тушмадим. Уйга қайтгач, биринчи навбатда бўлган воқеани Доттига айтдим, сўнгра Саранинг онасига қўнғироқ қилиб, суҳбатимиз қандай бошланганини ва мен айнан нима деб жавоб берганимни айтдим. Нариги телефон гўшагидан узоқ вақт жавоб келмади, мен эса хаёлан фарёд қилдим: “*О йўқ! Бу масалага бегона болани тортиш керак эмас эди!*” Сўнгра баланд овозда нафас чиқариш эшитилди ва ҳамсуҳбатим шундай деди: “Улар айнан *сизга* мурожаат қилишгани учун Худога шукур бўлсин!”

Болалар ҳамиша савол билан мурожаат қилишлари мумкин бўлган ота-она бўлинг. Болангиз ҳар қандай вақтда сиз билан хоҳлаган мавзуда гаплашиши мумкинлигини билиб қўйсин. Ҳатто унинг саволи сизни ноқулай аҳволга тушириб қўйса ҳам, буни болангиздан яширишга ҳаракат қилинг. Мабодо у сизнинг таажжубга тушганингизни сезиб қолса, хавфли мавзуга ёндашганлиги ҳақидаги фикрларга бориши мумкин. Агар сиз унинг барча саволлари учун очиқ эканлигингизни тушунтира олсангиз, Худо жинсий алоқани қандай мақсадда яратган бўлса, унинг қаршисида қадамба-қадам ана ўша оламни кўрсатиб берадиган биринчи устозлар бўлишдек ажойиб имкониятга эга бўласиз.

## 2. ТИНГЛАШНИ БИЛАДИГАН ОТА-ОНА БЎЛИНГ

Биз фарзандларимизни диққат билан эшитганимизда, бу билан уларнинг ўзлари ва айтаётган гаплари бизга қанчалик муҳим эканини кўрсатган бўламиз. Агар сиз тинглашни билмасангиз - ҳар қандай савол учун очик бўлишдан маъно кам.

Яхши тингловчилик маҳоратини кўрсатмоқ учун, айтишда дамда машғул бўлган ишингизни тўхтатиб, болага эътибор қаратишга урининг. Албатта, доим ҳам бундай қилиб бўлмайди, лекин уддасидан чиқсангиз, шу орқали болани диққат билан эшитишга тайёрлигингизни ва унинг айтмоқчи бўлаётган гаплари чиндан ҳам сиз учун муҳим эканлиги ҳақида ишора қилган бўласиз.

Кўплаб ота-оналар яхши тингловчи бўлишни исташлари, лекин болалари улар билан кам гаплашишлари ҳақида шикоят қилишади. Бундай вазиятларда уларни гапга солиш учун саволлар бериш керак. Болага савол берган ҳолда, сиз ...

- унга бўлган ҳурматингизни намоён этасиз ва унинг фикрлари сиз учун қимматли эканлигини кўрсатасиз.
- суҳбат мавзусига оид кўп нарсалар унга маълум ёки номаълум эканлигини аниқланг.
- унинг билимлари ҳаётийликка қанчалик мувофиқ эканлигини аниқланг.
- алоҳида фикрларни ёки суҳбат мавзусини аниқлаб олинг.
- жавоб учун сўз танлаётганингизда вақтдан ютинг.
- боланинг у ёки бу маълумотларни қабул қилишга тайёрлигини баҳолаш имкониятларини қўлга киритинг.

Қуйида биз бола билан суҳбатлашишда сизга ёрдам бериши мумкин бўлган айрим одатий саволларни келтириб ўтамиз.

1. Сен Интернетда ўзинг ноқулайлик ҳис қилган ёки сенда қизиқиш ўтини ёққан бирор нимани кўрдингми?
2. Бу қандай юз берди? Сен бунда нимани ҳис қилдинг?
3. Дўстларингдан кимдир тасодифан ёки атайин порнографик ролик томоша қилганми?
4. Сен ... ҳақида қандай фикрдасан?
5. Сен ... ҳақида нималарни эшитгансан?
6. Илтимос, ... ҳақида нималарни билишингни айтиб берасанми?

Бу каби оддий саволлар болангиз билан суҳбат бошлашингизга ёрдам беради, шундан сўнг эса сиз яхши тингловчилик маҳоратингизни кўрсатишингиз мумкин.

## 3. ЭЪТИҚОДЛИ ОТА-ОНА БЎЛИНГ

Биз аввал 4-бобда ёзганимиздек, муносабатлар - бу баракатли негиз бўлиб, ундан ҳосил бўлган ишонч ўз навбатида ўсмирларда қадриятлар шаклланишига таъсир кўрсатади ва уларнинг ҳаракатларини белгилаб беради. Болалар ўз қадриятлари асосида ҳирсий майлларини қондириш йўлидаги ҳаракатларни қилишади, ваҳоланки дастлаб улар бу қадриятлар тўпламини сиздан ўзлаштирган бўлишади. Мана нима учун сиз Муқаддас Китоб берадиган ғояларга мустаҳкам ишонадиган ота-оналар бўлишингиз керак.

*Қадриятларнинг ўзи нима?* Бу қарорларимиз, муносабатлар ва ҳаракатлар асосида ётадиган ҳақиқатларни шахсан қабул қилмоқ демакдир. Сиз ота-она сифатида нафақат масъулиятлисиз, балки ўз қадриятларингизни болангизга узатиш учун жуда яхши имкониятларга эгасиз.

Бир тадқиқот натижаларига кўра, “26% ўсмирлар ўзларининг жинсий алоқа билан машғул эмасликларининг асосий сабаби имон ва ахлоқий қадриятлар билан боғлиқ эканлигини билдиришган”<sup>1</sup>.

Гленн Стэнтон “Ўзини тийишнинг энг самарали омили” мақоласида ота-оналар фарзандларига қандай қадриятларни бериши муҳимлигини қайд этади:

Ота-оналарнинг ўсмирлардаги жинсий ҳаракатларга бепарволиги ўғил болалар учун ҳам, қизлар учун ҳам борадаги таваккалчиликда кучли омилга айланади. Ота-оналари уларнинг никоҳгача бўладиган жинсий алоқаларига қарши эмаслигига ишонадиган ўсмирларнинг жинсий алоқани барвақт бошлашга мойилликлари ажабланарли эмас<sup>2</sup>.

Репрезентатив миллий сўров натижаларига кўра, 64% ўсмирлар ахлоқий қадриятлар уларнинг ҳирсий ҳаракатларига репродуктив саломатлик борасидаги ахборот хизматида кам таъсир қилмаслигини билдиришган, айтишда вақтда ўсмирларнинг деярли тўртдан бир қисми (23%) ахлоқий қадриятлар ҳатто *янада* муҳим омил эканлигини айтишган<sup>3</sup>.

Сизда жинсий алоқага нисбатан жамланган асосий қадриятлар рўйхатини тузиш учун вақтингизни аяманг. Мабодо сиз қуйидаги саволларга ёзма жавоб берсангиз, бу сизга ёрдам бериши мумкин:

1. Жинсий алоқа масаласида менинг нуқтаи назарим айнан қандай ва улардан қайсиларини фарзандимга етказишни истайман?
2. Нега мен буни ҳақиқат дея ҳисоблайман?
3. Бу менинг ҳаётимга қандай таъсир кўрсатган?
4. Бу фарзандим ҳаётига қандай таъсир кўрсатиши мумкин?

Қуйида келтирилган қадриятлар рўйхати устида мулоҳаза юритиб кўришингизни тавсия этамиз. Балки у сизни ва оила аъзоларингизни ўзларида шахсий фикрлар пайдо бўлишига руҳлантирар.

- жинсий алоқа никоҳ учун белгиланган
- Худо севгидир
- фарзандлар - Худонинг инъоми
- бир-бирингизни севинг
- биз Худога монанд ва ўхшаш қилиб яратилганмиз
- нарсаларни эмас, одамларни севиш керак
- дўстлик
- ҳурмат
- садоқат
- қадр-қиммат
- поклик
- ҳалоллик
- вафо
- ишонч
- Муқаддас Китоб - бу илоҳий ҳақиқат
- жинсий алоқа ажойиб
- ҳомиладорлик
- ҳатти-ҳаракат
- никоҳ
- танишув, мулозамат
- иззат-икром
- кийиниш маданиятимиз
- тўй

Асосий қадриятларингизни аниқлаб олгач, табиий равишда ва хиралик қилмаган ҳолда уларни фарзандингизга етказиш учун вақт топинг.

#### **4. ФАРЗАНДЛАРИНИНГ ДЎСТЛАРИ БИЛАН ЎРТОҚЛАШАДИГАН ОТА-ОНА БЎЛИНГ**

Оқшом соат беш яримда меҳмонлар уйимизга кела бошлашди. Мен (Дотти) ўшанда етти ёшда эдим ва дўсту дугоналаримни кечки овқатга таклиф этиш учун ўзимда жасорат топгандим. Ягона муаммо шунда эдики, мен бу ҳақда онамни огоҳлантиришни унутиб қўйгандим. Аммо онам менга жahl қилиб, болаларни ўз уйларига жўнатиб юбориш ўрнига иштиёқ билан дастурхон тузашга киришди ва бодом печеньели бир қанча кутиларни, ширин обакидандонлар жойланган тунука идишни ва мевали консерваларни чиқариб қўйди. Бу бизнинг озиқ-овқат жавонидаги бор нарсаларимиз эди, лекин биз аъло даражадаги байрамни ўтказдик! Онам ўз одатига кўра фарзандининг олдида келган ҳар бир болага эътибор қаратишни ўз олдида мақсад қилиб қўярди. У ҳар бир болага ўзини азиз ва ўзига хос меҳмон эканлигини ҳис қилишига имкон берарди. Онам ўзининг кундалик режалари қандайлигидан қатъий назар, барча дўстларимнинг ҳаёти ҳақида суҳбат қиларди, бу эса мен каби уларнинг ҳам келгуси тақдирига катта таъсир ўтказган. Бундан ташқари, онам дўстларимнинг сеvimли инсони ва қаҳрамонига айланган.

Ўз болалигингизни эслаб кўринг. Кимнинг ота-онаси бошқаларникидан кўра кўпроқ сизга ёқарди? Нима учун? Улар сизга қандай таъсир ўтказишган?

Менга таъсир кўрсатган иккита ибрат хотирамда алоҳида сақланиб қолган: биттаси салбий ва иккинчиси анчайин ижобий.

Болалигимда бир яқин дугонам бўларди. Биз биринчи синфдан токи еттинчи синфгача яқин муносабатда бўлганмиз. Биз биргаликда скаут-қизлар гуруҳида бўлганмиз, биргаликда таёқ билан жонглёрлик қилиш сабоғини олганмиз, чўмилишга борганмиз, тикув сабоқларига қатнаганмиз ва ҳ.к.з. Еттинчи синфдан сўнг мен бошқа штатга кўчиб кетдим, лекин тўққизинчи синфда ўқиётганимда уни кўриш учун олдида келдим.

Йиллик айриликлардан сўнг унинг уйи остонасига қараб югурганимни жуда яхши эслайман. Мен уни яна кўраман деб умид қилмагандим. Эшикни унинг онаси очди. Дугонам уйга ҳали қайтмаган экан, бир неча дақиқа кутишимга тўғри келди. Сухбатимиз қай тарзда бошлангани унчалик ёдимда йўқ, лекин кейинчалик мен бу ерда бўлмаган ўтган йиллар мобайнида дугонам қандай яшаганлигини сўрадим. Уй бекаси дугонамда ҳаммаси яхши эканлигини айтди ва эри икковига қизлари “ҳаётда илк бора” уйга дугоналарини олиб келганида хурсанд бўлишганини тўсатдан қўшимча қилди. Аёл қизининг дугоналарини “ҳеч қачон” ёктиришмаганини таъкидлади, аммо энди ниҳоят ҳаммаси ўзгарибди.

Бу сўзлар мени ҳайратда қолдирди. Таажжуб ва ҳафачиликдан ерга кириб кетгудек бўлдим. Мен ропша-роса етти йил уларнинг уйига меҳмон бўлиб келиб тургандим! Аёл нега бундай деганини асло тушунмадим! Аммо бу азобли ва ҳақоратли эди. Ҳозиргача у аёл ҳақида ўйласам, *ўша сўзлар* ёдимга тушаверади. Мен шунча йиллар мобайнида уларнинг уйига келиб турганимда нима қилганим ва нега бундай қаттиқ жазо учраганим ҳақида тез-тез ўзимга савол бераман.

Бошқа тарафлама эса, қўшни дугонамнинг онаси мени жуда яхши кўрарди. Бунга шубҳа қилишимга тўғри келмаган! Ёдимда, мен чечётка рақсини ижро этмоқчи бўлганимда, шу дугонамнинг онаси сочимни жингалак қилиш учун уйимизга келганди, сўнгра эса ўз оиласи билан концертда бўлиб, ҳаттоки менинг чиқишимни суратга олган. Бу аёл ҳақида ўйлаётганимда, ҳамиша унинг ҳузурида ўзимни ўзгача бир инсон ҳис қилганимни, уйларига борганимда қандай жўшқинлик билан ҳайратини ифода этганини эслайман. Мана бу ҳақиқий қарама-қаршилиқ!

Фарзандингизнинг дўстлари ҳатто йиллар ўтганидан кейин ҳам сизни ана шу тарзда ёдга олишларини истайсизми? Энг юқори даражада ижобий таҳсир кўрсатишга қарор қилиб, уларнинг ҳаётида иштирок этинг. Шундай йўл тутиб, сиз ...

- болангизга муҳим бўлган одамлар сиз учун ҳам муҳим эканлиги ҳақида тушунча берасиз.
- болангиз ҳозирда қандай таъсир остида эканлигини яхшироқ билиб оласиз.
- ўзингизни шундай ҳолатга келтирасизки, болангиз ва унинг дўстлари сиз билан мулоқот қилишни ва фикрларингизга қулоқ солишни истаб қолишади, бу эса болангизга тенгдошлари ўтказадиган салбий таъсирни камайтиради.

Бир вақтлар кичик қизимиз Хизер мен (Жош) танимаган бир йигит билан бейсбол ўйинига бормоқчи бўлди. Унга ўз хавотиримни айтганимда, шу заҳотиёқ жавоб эшитилди: “Ота, хотиржам бўлинг. У сизни шунчалик ҳурмат қиладики, сизга ёқмайдиган ҳеч нима қилмайди”.

Фарзандингиз даврасидагилар учун қаҳрамон бўлинг. Бундай мақомга эришиш учун алоҳида бир ҳаракатлар кўпинча талаб қилинмайди, зеро аксарият ўсмирлар дўстларининг ота-оналари томонидан ўзларига нисбатан эътиборни умуман кутишмайди. Мен (Жош) ўғлимиз ёки қизимиз меҳмонга таклиф этган болалар билан гаплашиш учун ҳамиша имкон топардим. Мен шунчаки ўзимни таништириб ва биргаликда қанчадир вақт ўтказиб, уларнинг кимлиги ва нимага қизиқишларига бефарқ эмаслигимни, уйимга келганларидан жуда хурсанд бўлганимни намоён этардим.

Бундан ташқари, болаларим қатнашадиган спорт тўғрақларига алоҳида эътибор қаратардим. Мен қувонч билан уларга муҳлислик қилардим ва ҳатто амалий маслаҳатлар ҳам берганман, албатта, спортнинг ўша тури бўйича тажрибам бўлса агар. “Қаҳрамон” мақоми фарзандларингизга ҳам, шунингдек, уларнинг дўстлари билан муносабатларингизга ҳам тўғридан-тўғри таъсир кўрсатади.

## **5. БОШҚА ОТА-ОНАЛАР БИЛАН МУЛОҚОТ ҚИЛАДИГАН ОТА-ОНА БЎЛИНГ.**

Бошқа ота-оналар билан мулоқотда бўлиш сизга уларнинг билганларини ўзлаштириб олишингизга ёрдам беради. Ўхшаш манфаатлар, тажриба ва мақсадга эга бўлган ҳамфикрлар билан ўзаро ҳаракат қилсангиз, сиз фарзандингизни қандай тарбиялаш ҳақида кўплаб қимматли маслаҳатлар олишингиз мумкин. Одатда, энг яхши амалий билимлар ва фикрлар сизнинг фарзандингиз билан тенгдош, биров ёши каттароқ ёхуд балоғатга етган фарзандлари бўлган ота-оналар томонидан билдирилади. Уларнинг оиласи - тарбияга оид фикрлар, таълим анжомлари, спорт ва кўнгилочар тадбирлар бўйича таклифлар, шунингдек, тартиб-интизом, саломатлик ва жинсий алоқа мавзусини ёритиш муаммолари борасида ажойиб манбадир.

Мен (Дотти) илк бора она бўлганимда, яқин дугоналаримнинг бирида аллақачон бешта фарзанд бор эди. У ажойиб она бўлган. Мен унинг ҳар бир қадамини кузатганман. Мен унга турмушимдаги ҳар бир янги босқичда маслаҳат сўраб мурожаат қилардим. Дугонам мен учун битмас-туганмас кўмак манбаига айланганди. Айнан у нима муҳим ва нима аҳамиятсиз эканлигини аниқлаган. Мен шу кунгача ундан бекиёс миннатдорман! Ишонч, таҳсин ва ҳурматга муносиб бошқа бир ота-оналарни топиш - бу қимматбаҳо хазинани қидиришга ўхшайди.

Бундан ташқари, сиз билан ҳамкорлик қилишни истайдиган бир қанча ташкилотлар чиқиб қолиши мумкин. Мактаб ёшигача бўлган болалари бор оналарга “MOPS International”ни тавсия қиламан. Уларнинг манзили - MOPS.com. Уларнинг мақсади - оналарнинг ва кичик болаларнинг она қорнидаги вақтидан токи мактабга бориш давригача бўладиган эҳтиёжларини қондириш. Қизларимиздан учтаси мазкур сайтни ўзлари учун ўта фойдали дея ҳисоблашган.

Кичик қизим эса оналар ва гўдаклар учун “Stroller Strides” (strollerstrides.com) фитнес-дастурини тавсия этади. Бошқа ота-оналар билан учрашиш, шунингдек, кувноқ ва хавфсиз шароитда жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланиш учун жой излайдиган ота-оналар - қизларимизга она бўлишганида катта шодлик келтирган гуруҳлар - “The Little Gym” (www.littlegym.org) ва “Mommy and Me” (www.mommyandme.com) га мурожаат қилишлари мумкин.

Яна бир ажойиб манба - “Moms in Prayer International” (аввал “Moms In Touch” (Momsintouch.org)) номли ташкилот ҳисобланади. Унинг вазифаси оналар ибодатини бирлаштирган ҳолда Исо Масиҳнинг таъсирини бутун дунёдаги мактабларга ва болаларга ёйишдан иборатдир.

Бизнинг қатъий ишончимизга кўра, якка жангчи майдонда ғалаба қозона олмайди, шу боис ўхшаш қадриятларга эга бўлган ота-оналар билан муносабатлар сизда янги ғоялар оловини ёқиб, самарали услубларни баҳам кўриш (айниқса жинсий алоқа мавзусини ёритиш) борасида фойдали бўлиши мумкин. Келинг, ҳақиқатнинг кўзига тик қарайлик. Болалар билан жинсий алоқа тўғрисида гаплашмоқ учун алоҳида бир жасорат керак. Биз бу ҳақдаги фикрнинг ўзиданок титраб, айнан нимани ва қанақа сўзлар билан гапириш кераклигини сўрамаган бирорта ҳам ота-онани ҳали учратмадик. Мана нима учун мулоқот қилиш бағоят муҳим.

## **6. ФАРЗАНДЛАРИ БИЛАН БИРГА ВАҚТ ЎТКАЗИШНИ ОРЗУ ҚИЛАДИГАН ОТА-ОНА БЎЛИНГ**

Болалар саломатлиги ва тарбияси мавзусида қалам тебратадиган Лаура Флинн Маккарти “Family Circle” журналида чоп этилган мақоласида эслатиб ўтади: “Ўзларини муваффақиятли келажақ кутаётганига ишонадиган болалар режасиз ҳомиладорлик масаласига бошқалардан кўра оқилона ёндашадилар... Умид - ажойиб ҳимоя воситаси”<sup>4</sup>.

Худо Исроил ўғилларига айтган: “...Мен сизлар тўғрингизда тузган режаларимни биламан, - деб айтмоқда Эгамиз. - Бу режаларим сизларга кулфат эмас, фаровонлик олиб келади, ёруғ келажагу умид беради” (Еремиё 29:11). Худо Ўз халқи учун қаҳрамон бўлган. Ўзларини ўзига хос халқ дея ҳис қилган исроилликлар Унинг юксак умидларини оқлашга интилишган.

Биз болаларимиз учун қаҳрамон бўлсак ва орзу қилишга ўргатсак, бу уларни руҳлантиради ва охир-оқибат улар ҳам бизнинг умидларимизни оқлашни истаб қолишади. Шоҳ Сулаймон айтган: “Рўёбга чиқмаган умид юракни эзади, ушалган орзу эса ҳаёт дарахти кабидир” (Ҳикматлар 13:12).

Болаликда менинг (Доттининг) сеvimли қаҳрамоним Питер Пэн бўлган. Унинг тарихи - ўсмай қолган бола ҳақидаги ажойиб эртак. Бу воқеадаги ҳайратомуз ҳолатлардан бири шундан иборатки, Питер учишни билади. Китобда - ёдингизда борлигига ишонаман - бир жозибали персонаж бор: жажжигина пари Динь-Динь. У ҳайратомуз қобилятга эга - пари кимни сеҳрли заррачаларга кўмса, ўша ҳам Питер Пэн каби учиши мумкин.

Бу ҳақда ўқиб юрагим музлаб кетаёзган. Эртак менинг болалик тасаввурларимни тўлиғича қамраб олган, мен уни такрор-такрор эшитишга тайёр эдим. Бу менинг орзуим эди, мен у ҳақда гапириб куйлардим ва шу воқеалар таъсирида яшардим. Учишни биладиган бола ҳақидаги фикрнинг ўзиданок қалбим қувончга тўлиб-тошарди.

Ҳозиргидек ёдимда: беш ёшлар атрофида бўлганимда, бехосдан адашиб ертўлаимизга кириб қолдим. Ўша ерда, кир ювиш машинаси устида “Ivory Snow” кир ювиш кукунининг катта қутисига кўзим тушди. Унинг ҳар бир донаси қор учқуни шаклида эди. Менда қойилмақом фикр туғилди.

Динь-Динь худди Питер Пэн каби уча олишлари учун Венди, Майкл ва Жоннинг боши устидан сеҳрли заррачаларни сочган ўша сахнани мен ҳаётда амалга оширишим мумкин. Қандай мўъжизавий фикр! Ҳайрат ва ҳаяжондан титраган ҳолда, мен кукунни ховучлаб олиб бутун ертўла бўйлаб сочишга тушдим. Ҳатто орадан ўн йилликлар ўтиб кетган бўлсада, қалбимда ўша ҳайратомуз қувонч яшаб келмоқда. Бу унутилмас дамлар эди. Мен якунлаганимда, бутун ертўла “қор зарралари” билан қопланганди.

Орадан бир неча лаҳза ўтиб ертўла эшиги очилганини... ва зинапоядан келаётган қадам товушларини эшитдим. Бу менинг онам эди! Бошқа оналар бундай пайтда нима дейишларини фақат тасаввур қилишим мумкин. Шунга ўхшаш гапларни айтишган бўларди:

- Сен нималар қилиб қўйдинг?

- Хаёлинг қаёқда эди?
- Нима, ҳамма кукуни сочиб ташладингми?
- Ҳеч бўлмаса, бунинг неча пул туришини биласанми?
- А-ха, тартибсизликни қаранг! Жаҳлимни чиқариб юбординг!
- Шошмай тур, тезда отанг уйга келиб қолади!...
- *Ҳозироқ* буни тозалаб қўй!
- Яна бир марта шундай қилсанг, *йил* бўйи хонангдан чикмай ўтирасан!

Лекин менинг онам бундай гапларни айтмади! Онам қаҳ-қаҳ уриб кулиб юборди, мени кучоқлаб тиззасига ўтказди ва буларнинг ҳаммаси нима учун юз берганидан хабар топди. Мен унга бу Дин-Диннинг сеҳрли заррачалари эканини айтганимда, онам менга воқеа тафсилотининг ҳаммасини бир неча маротаба қайтадан гапириб беришимга ундайверди. Биз иккаламиз кулишдик, сўнгра эса - хотиржам ва қувноқ ҳолда - ертўлани биргаликда тартибга келтирдик.

Бу воқеа онам аслида мени жуда севиши, менга она бўлишини ёктириши ва мен ҳақимда ғамхўрлик қилиши ҳақидаги фикрларни менда мустаҳкамлади. Бироқ бунданда кучлироқ бир нарсани тушундимки, онам *мен билан биргаликда орзу қилишга* қодир, мен учун муҳим бўлган нарсалар (барча ноқулайликларига қарамай) унинг учун ҳам муҳим экан. Онам дадил орзуимни олиб қўймаган ҳолда, келажакка - самимийлик ва бутун қалб билан - умид қилишим учун руҳлантирди.

### ФАРЗАНДИНГИЗНИНГ ҲАЁТИДА ИШТИРОК ЭТИНГ

Фарзандингиз билан биргаликда орзу қилинг, оламга унинг қўзи билан қарашни ўрганинг. Ижодий ёндашувни кўрсатинг, доимо унинг ёнида бўлишингизни кўрсатишингиз учун сон-саноксиз имкониятлардан фойдаланинг. Агар боланинг улғайиш жараёнида бундай сиёсатни давомий қўлласангиз, бу унинг билан балоғат ёши арафасида ва балоғат ёшига етганда очик мулоқот қилишингиз учун асос яратишга ёрдам беради, хусусан, жинсий алоқага тааллуқли масалаларни кўпроқ муҳокама этишингизга тўғри келганида бундай очик мулоқотлар муҳим аҳамият касб этиши мумкин.

Тадқиқотларнинг тасдиқлашича, “ёшлардан юқори умидлар кутилганида, улар бунга жавобан янада конструктив қарорлар қабул қилишга ва келажак сари мақсадлар қўйишга мойил бўладилар”<sup>5</sup>. Бизнинг вазифамиз - болаларга барвақт ҳомиладорлик ва ота-оналик заҳматларидан қўра, келажакнинг янада мафтункор йўлларини танлашларида ёрдам бермоқликдир.

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, катта умидлар билдириляётган ва ёрқин келажagini ҳис қиладиган ёшлар “жинсий алоқа билан олти баравардан камроқ шуғулланишади”<sup>6</sup>.

Болангизнинг орзу ва умидларини завқ-шавқ билан қўллаб-қувватланг. Фақат бу сиз томондан юкланган эмас, балки айнан ўзининг орзуси эканлигига ишонч ҳосил қилинг. Шахсан мен (Дотти) бунинг акси бўлишига икки бора ишонч ҳосил қилганман.

Ўғлимиз кетма-кет бир неча йил мобайнида бейсбол билан шуғулланди. У қойилмақом ўйнади, майли, бу онанинг фикри бўлиб қолса ҳам! Ва мана, баҳор чоғларидан бирида бу йил (саккизинчи синфда) ўйнамаслигини билдирди. Уни фикридан қайтаришга роса уринганимни яхши эслайман! У келгусида маҳоратини йўқотиб қўйишдан қўрқаётганди, яъни ҳозир шу ҳолатда ўйнаса, юқори синфларга ўтганида майдонда лозим бўлганидек ўйнай олмасди. Шон унга барибир эканлигини айтди: у келгусида баскетбол ўйнашга қарор қилганди. Ҳар қанча уринмай, у айтганида туриб олди. Бу нохуш хотира, лекин мен дастлаб мантикий асосларга мурожаат қилдим, бу ҳам иш бермагач, унинг ҳис-туйғуларига “босим” ўтказишга уриндим. Бу ҳам ёрдам бермади! Сиз бу мен учун нега шунчалик муҳим эканлигини сўраяпсизми? Ҳаммаси оддий: мен бейсболни яхши кўрадим. Мен (хаттоки *ҳозиргача* !) “Red Sox” жамоасининг ашаддий мухлисман.

Бейсболни жуда ёқтираман! Ва мана, менинг ишқивозлигим Шон сиймосида қойилмақом ўйнайдиган - айнан бейсболда - ўйинчини тасаввур қилишга мени ундади. Охир-оқибат бу унинг эмас, балки менинг иштиёким эканлигини тушунганимдан сўнг, таслим бўлдим ва ўғлимга ўзи ёқтирадиган спорт тури билан шуғулланишига изн бердим. Ва бу қароримдан бирор марта ҳам афсусланмадим: Шон оиламиздаги барчага улкан қувонч улашган ҳолда баскетбол билан нафақат юқори синфларда, балки коллежда ўқиганида ҳам шуғулланишда давом этди. Унга мухлислик қилиб, трибуналарда ўтказган соатларимиз биз учун энг бахтли ва оилавий ёрқин хотиралар бўлиб қолди.

Биз ахир ўзимиз учун нима муҳим эканлигини биламиз, тўғрими? Шунингдек, болаларимиз ҳам ўзлари учун нима муҳим эканлигини билишади. Биз ота-оналарга болаларимизни ўз орзуларимиз учун эмас, балки ўз орзулари йўлида руҳлантириш ва қўллаб-қувватлаш имкони ҳамда шарафли ҳуқуқи берилган.



Болаларда келажак ҳақидаги орзуларини, собитқадамликни, иззат-нафсни ва юқори даражаларга интилиш ҳиссини ривожлантириш усулларини изланг. Келажакнинг ёрқин тасвири болаларимизни мулоҳазакор, тўғри қарорлар қабул қилишга ундайди.

Саволлар учун очиқ ва тинглашни биладиган, ишонч-этикодга эга, фарзандларининг дўстлари билан ўртоқлашадиган, бошқа ота-оналар билан мулоқотда бўладиган ва ўз болалари билан вақт ўтказишни орзу қиладиган ота-оналар бўлинг. Сиз имкон қадар ўрганиб, китобимизда тасвирланган ота-она тимсолига ўхшаб бораверсангиз, бу жинсий алоқа борасидаги ўғитларингизни болаларингиз қабул қилишига тўғридан-тўғри таъсир кўрсатади.

Болаларингиз билан ушбу мавзуда гаплашиш қандай кечаётганини бизга сўзлаб беринг. Бизнинг [www.josh.org](http://www.josh.org) сайтимиз билан танишиб ўтинг. Дарвоқе, сиз бунда, умид қилганимиздек, ўзингиз учун фойдали бўладиган қўшимча манбаларни топасиз. Биз сизга хизмат қилишда давом этишни истаймиз. Фарзандларингиз учун ибодат қилинг, уларни тўғри тарбияланг, Каломда шундай дейилган: “Худонинг нуқсонсиз, айбсиз ва пок фарзандлари бўлишингиз учун ҳамма нарсани нолимай, баҳслашмай қилинглار. Ҳаётбахш хабарни маҳкам тутар экансиз, ўша бузуқ ва эгри насл орасида самодаги юлдузлар каби порлайсизлар” (Филиппиликлар 2:15).

*Жош ва Дотти Макдауэлл*

## Изоҳ

### 1 боб Биргина ҳаракат билан

1. Жадвалнинг биринчи бешта бандига мувофиқ: Nayeli E. Rodriguez and Number 17, NYC, “Exactly How Much Are The Times A-Changin’?,” *Newsweek*, July 26, 2010, p. 56; article sources: Blogpulse, Google Official History, Reality Blurred, The NPD Group, NBC, Bowker, USPS, The Radicati Group, FORBES, Nielsen, Newspaper Assoc. of America, Digital Music News, Apple, iTunes.
2. Matt McGee, “By The Numbers: Twitter Vs. Facebook Vs. Google Buzz,” SearchEngine Land, February 23, 2010, <http://searchengineland.com/by-the-numbers-twitter-vs-facebook-vs-googlebuzz-36709>.
3. “Internet 2010 in numbers,” Royal Pingdom, January 12, 2011, <http://royal.pingdom.com/2011/01/12/internet-2010-in-numbers/>.
4. “Internet 2010.”
5. Horace Dediu, “iTune app total downloads (finally) overtook song downloads,” ASYMCO, July 13, 2011, [www.asymco.com/2011/07/13/itunesapp-total-downloads-finally-overtook-song-downloads/](http://www.asymco.com/2011/07/13/itunesapp-total-downloads-finally-overtook-song-downloads/).
6. Madeeha Azam, “Internet 2010 in Numbers [Summary],” Pro Pakistani, January 27, 2011, <http://propakistani.pk/2011/01/27/Internet-2010-in-numbers-summary/>.
7. “That Facebook friend might be 10 years old, and other troubling news,” *Consumer Reports* magazine, June 2011, [www.consumerreports.org/cro/magazine-archive/2011/june/electronics-computers/stateof-the-next/facebook-concerns/index.htm](http://www.consumerreports.org/cro/magazine-archive/2011/june/electronics-computers/stateof-the-next/facebook-concerns/index.htm).
8. *The Foster Letter*, May 25, 2011, p. 4.
9. As reported at Wikipedia.org/wiki/Wikipedia.
10. As reported at Wikipedia.org/wiki/Wikipedia.
11. Mickey Alam Khan, “Internet Overtakes TV As Preferred Medium For Under-24 Crowd,” *Direct Marketing News*, July 25, 2003, [www.dmnews.com/internet-overtakes-tv-as-preferred-medium-for-under-24-crowd/article/81588](http://www.dmnews.com/internet-overtakes-tv-as-preferred-medium-for-under-24-crowd/article/81588).
12. Michael D. Resnick, PhD, et al., “Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health,” *Journal of the American Medical Association*, September 10, 1997 (vol. 278, no. 10), p. 829.
13. Family Safe Media as reported at [amilysafemedia.com/pornography\\_statistics.html#anchor5](http://amilysafemedia.com/pornography_statistics.html#anchor5), 2011.
14. Family Safe Media.
15. Family Safe Media.
16. Michael Leahy, *Porn University: What College Students Are Really Saying About Sex on Campus* (Chicago: Northfield Publishing, 2009), pp. 154–155.
17. Chiara Sabina, Janis Wolak, and David Finkelhor, “The Nature and Dynamics of Internet Pornography Exposure for Youth,” *CyberPsychology & Behavior*, 2008 (vol. 11, no. 6), pp. 1–2.
18. Ed Vitagliano, quoted in “Caught! Online Porn, Predators Threaten Children, Teens,” *American Family Association Journal*, January 2007, [www.afajournal.org/2007/january/0107/caught.asp](http://www.afajournal.org/2007/january/0107/caught.asp).
19. Focus on the Family Poll, October 2003; quoted in Rebecca Grace, “When Dad Falls: A Family’s Ordeal with Pornography,” Agape Press. Web. 25 Nov. 2009, [www.crosswalk.com/1284103/](http://www.crosswalk.com/1284103/).
20. Archdiocese of Omaha’s Anti-Pornography Task Force; as reported at [www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf](http://www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf), 2011.
21. Family Safe Media.
22. Patricia M. Greenfield, “Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications of Peer-to-Peer File-Sharing Networks for Child Development and Families,” *Journal of Applied Developmental Psychology*, Nov./Dec. 2004 (vol. 25, no. 6), pp. 741–750, Web. 4 Dec. 2009, [www.centerschool.org/pko/documents/Inadvertentexposure.pdf](http://www.centerschool.org/pko/documents/Inadvertentexposure.pdf).

### 4 боб. Яқин муносабатлар доирасида жинсий алоқа ҳақида қандай гапириш мумкин

1. Archdiocese of Omaha’s Anti-Pornography Task Force, [www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf](http://www.archomaha.org/pastoral/se/pdf/PornStats.pdf), 2011.
2. The Commission on Children at Risk, *Hardwired to Connect: The Scientific Case for Authoritative Communications* (New York: Broadway Publications, 2003).
3. *Hardwired to Connect*.

4. Caroline Bedell Thomas, MD, Karen Rose Duszynski, BA, and John Whitcomb Shaffer, MSc, PhD, "Family Attitudes Reported in Youth as Potential Predictors of Cancer," *Psychosomatic Medicine*, vol. 41, no. 4 (June 1979), pp. 287–302.
5. Carl Zimmer, "Friends with Benefits," *Time* magazine, February 20, 2012, p. 39.
6. Caitlin Flanagan, "Why Marriage Matters," *Time* magazine, July 13, 2009, p. 47.
7. "Back to School 1999 — National Survey of American Attitudes on Substance Abuse V: Teens and Their Parents," The Luntz Research Companies and QEV Analytics, August 1999 as quoted in Lori Lessner Lori Lessner, "Dads key against drugs, study finds," *Dallas Morning News*, August 31, 1999, p. 9A.
8. People Weekly, "Higher Learning: At Oxford University, Michael Jackson bares his soul and a plan to help kids," *People* magazine, March 19, 2001, p. 65.

#### **5 боб. Яқин муносабатлар қуриш учун ғиштлар**

1. "Ten Tips for Parents: To Help Their Children Avoid Teen Pregnancy," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, accessed Feb 6, 2012, <http://www.thenationalcampaign.org/resources/toTips.aspx>.

#### **6 боб. Болангизнинг ҳатти-ҳаракатига ким ёки нима таъсир қилади?**

1. "Teens Look to Parents More Than Friends for Sexual Role Models," *ScienceDaily*, June 15, 2011, [www.sciencedaily.com/releases/2011/06/110615120355.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2011/06/110615120355.htm).
2. Jeffrey Rosenberg and W. Bradford Wilcox, "The Importance of Fathers in the Healthy Development of Children," U.S. Department of Health and Human Services, 2006, [www.childwelfare.gov/pubs/usermanuals/fatherhood/fatherhood.pdf](http://www.childwelfare.gov/pubs/usermanuals/fatherhood/fatherhood.pdf).
3. "Teens Look to Parents."
4. David White, "Take Courage! Parents and the dreaded conversation," Center for Parent/Youth Understanding, 2008, [www.cpyu.org/Page.aspx?id=338336](http://www.cpyu.org/Page.aspx?id=338336).
5. "Trends in Teen Sexual Behavior," Current Thoughts and Trends online, May 2004.
6. B.M. King and J. Lorusso, "Discussions in the Home about Sex: Different Recollections by Parents and Children," *Journal of Sex & Marital Therapy*, vol. 23, pp. 52–60; as quoted in "Families Are Talking—Adolescents Would Prefer Parents as Primary Sexuality Educators," SIECUS Report Supplement, <http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=642>.
7. "Talking to Your Teen About Sexuality," Hillsborough County University of Florida Extension, <http://hillsboroughfcs.ifas.ufl.edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf>.
8. Linda Klepacki, "Dear Parents: Let's Talk About Doing," PureIntimacy.org, [www.pureintimacy.org/piArticles/A000000584.cfm](http://www.pureintimacy.org/piArticles/A000000584.cfm), citing a 2004 Focus on the Family article.
9. Mark and Grace Driscoll, "How To Talk To Your Kids About Sex," Resurgence, accessed February 15, 2012, <http://theresurgence.com/2011/02/28/how-to-talk-to-your-kids-about-sex>.

#### **7 боб. Болангиз жинсий алоқа ҳақида кимдан билишни хоҳлайди?**

1. "How to Talk to Your Kids About Anything," Talking With Kids About Tough Issues—a national campaign by Children Now and the Kaiser Family Foundation, <http://www.talkwithkids.org/first.html>.
2. B. Albert, "With One Voice 2004: America's Adults and Teens Sound Off About Teen Pregnancy," (Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2004); as quoted in Barbara Dafoe Whitehead and Marline Pearson, "Making a Love Connection," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, [thenationalcampaign.org](http://thenationalcampaign.org).
3. Hutchinson and Cooney, 1998; Kreinin et al., 2001; Somers and Surmann, 2004; as quoted in Robert Crooks and Karla Baur, "Initiating Conversations When Children Do Not Ask Questions," The Talk Institute, [www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html](http://www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html).
4. Kay S. Hymowitz, "It's Morning After in America," *City Journal*, spring 2004, [www.manhattan-institute.org/cfml/printable.cfm?id=1337](http://www.manhattan-institute.org/cfml/printable.cfm?id=1337).
5. "Birds and Bees: Tips for Having 'The Talk' With Kids," ABC News (*Good Morning America*, September 22, 2011), <http://abcnews.go.com/blogs/health/2011/09/22/birds-and-bees-tips-for-having-the-talk-with-kids-2/>.

### **8 боб. Фарзанд билан жинсий алоқа ҳақида гаплашиш нега зарур?**

1. Kristin Zolten, MA, and Nicholas Long, PhD, "Talking to Children About Sex," Center for Effective Parenting, 1997, [www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf](http://www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf).
2. Robert Crooks and Karla Baur, "Initiating Conversations When Children Do Not Ask Questions," The Talk Institute, [www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html](http://www.thetalkinstitute.com/articles/initiating.html).
3. Maggi Ruth P. Boyer, "What to Do When They Just Won't Talk!" Advocates for Youth, [www.advocatesforyouth.org/parents/164?task=view](http://www.advocatesforyouth.org/parents/164?task=view).

### **9 боб. Жинсий алоқа ҳақидаги суҳбатлар болани бу борада тажриба қилиб кўришга ундамайдими?**

1. "Myths About Sexuality Education," Sexuality Education Resource Center Manitoba, Inc., rev. 2010, [www.serc.mb.ca/content/dload/MythsAboutSexualityEducation%20file](http://www.serc.mb.ca/content/dload/MythsAboutSexualityEducation%20file).
2. Cheryl B. Aspy et al., *Journal of Adolescence* 30 (2007): pp. 449–466; as quoted in "Parental Involvement and Children's Well-Being," FamilyFacts.org, [www.familyfacts.org/briefs/40/parental-involvement-and-childrens-well-being](http://www.familyfacts.org/briefs/40/parental-involvement-and-childrens-well-being).
3. Karin Suesser, PhD, and Matthew Doll, PhD, "Beyond the Birds and the Bees: How To Talk With Children About Sexuality," [www.dr-suesser.com/articles/talking\\_about\\_sex.pdf](http://www.dr-suesser.com/articles/talking_about_sex.pdf).
4. "Silence Breeds Babies," Campaign For Our Children, Inc., 2008, [www.cfoc.org/index.php/parent-resource-center/talking-with-your-kids-aboutsex/](http://www.cfoc.org/index.php/parent-resource-center/talking-with-your-kids-aboutsex/).

### **10 боб. Қайси ёшда жинсий алоқа ҳақида гаплашиш "вақти келади"?**

1. Jen Boyer, "Talking to Kids About Sex," Balanced Living, [www.balancedmag.com/2011/06/talking-to-kids-about-sex](http://www.balancedmag.com/2011/06/talking-to-kids-about-sex).
2. Alice Park, "Parents' Sex Talk with Kids: Too Little, Too Late," *Time/CNN*, Dec. 2007, 2009; [www.time.com/time/health/article/0,8599,1945759,00.html](http://www.time.com/time/health/article/0,8599,1945759,00.html); emphasis (italics) added by authors.
3. Boyer.
4. Sue Simonson, "The Forgotten Years: Ones that may well be the key to Teen Pregnancy Prevention," Without Regret, accessed February 14, 2012, [www.without-regret.org/tier2/articles.html](http://www.without-regret.org/tier2/articles.html).
5. "Broaching the Birds and the Bees," WebMD, November 26, 2001, [www.webmd.com/sex-relationships/features/broaching-birds-bees](http://www.webmd.com/sex-relationships/features/broaching-birds-bees).
6. Adapted from "How to Talk to Your Kids about Sex," Keeping Kids Healthy, accessed 2012, [www.montekids.org/kkh/topics/how-to-talk-to-your-kids-about-sex/](http://www.montekids.org/kkh/topics/how-to-talk-to-your-kids-about-sex/).
7. Dr. Corey Allan, "How To Talk To Your Children About Sex," Simple Mom, June 14, 2010, <http://simplemom.net/how-to-talk-to-your-children-about-sex/>.

### **11 боб. "Жиддий суҳбат" қилиш керакми?**

1. M. Raffaelli, K. Bogenschneider, and M. F. Flood, "Parent-teen Communication about Sexual Topics," *Journal of Family Issues*, vol. 19, pp. 315–333.
2. Deb Koster, "Talking to Kids About Sex," Family Fire, April 13, 2007, [familyfire.com/parenting/articles/Talking-to-Kids-About-Sex](http://familyfire.com/parenting/articles/Talking-to-Kids-About-Sex).
3. "Talking with Kids: A Parent's Guide to Sex Education," National PTA, Chicago, IL, 2002, p. 9, accessed at <http://eric.ed.gov/PDFS/ED470698.pdf>.
4. "How to talk to your child about sex," Psychologies, accessed Feb. 2, 2012, [www.psychologies.co.uk/family/how-to-talk-to-your-childabout-sex/](http://www.psychologies.co.uk/family/how-to-talk-to-your-childabout-sex/).

### **12 боб. Фарзанд билан жинсий алоқа ҳақида гаплашмаса, нима рўй бериши мумкин?**

1. Jack Wellman, "How to Talk to Your Children about Sex? A Christian Perspective," What Christians Want to Know, July 14, 2011, [www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-about-sex-a-christian-perspective/](http://www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-about-sex-a-christian-perspective/).
2. Jill Manning, "Why the Government Should Care about Pornography," testimony before U.S. Senate Committee on the Judiciary, Nov. 10, 2005. Web 9, Nov. 2005, [www.heritage.org/Research/Testimony/PornographysImpact-on-Marriage-amp-The-Family](http://www.heritage.org/Research/Testimony/PornographysImpact-on-Marriage-amp-The-Family).

### **13 боб. Жинсий алоқа мавзуси болангизда ҳаддан зиёд қизиқишни уйғотсачи?**

1. National Physicians Center for Family Resources, “Sex Talk Starters,” [Pureintimacy.org, www.pureintimacy.org/piArticles/A000000596.cfm](http://Pureintimacy.org/www.pureintimacy.org/piArticles/A000000596.cfm).
2. Clea McNeely, MA, DrPH, and Jayne Blanchard, “The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development,” Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2009.
3. McNeely and Blanchard.
4. Margaret Renkl, “The Birds and the Bees and Curious Kids,” Parenting.com, accessed Feb. 14, 2012, [www.parenting.com/article/kids-and-sexuality](http://www.parenting.com/article/kids-and-sexuality).

### **15 боб. Бунинг учун қанча билим керак?**

1. Clea McNeely, MA, DrPH, and Jayne Blanchard, “The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development,” Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2009.
2. Keith Ferrell, “Adolescent Sexuality: Talk the Talk Before They Walk the Walk,” Healthy Children Magazine, winter 2008, [www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Adolescent-Sexuality-Talk-the-Talk-Before-They-Walk-the-Walk.aspx?nfstatus=401&nftoken=00000000-0000-0000-0000-000000000000&nfstatusdescription=ERROR%3a+No+local+token](http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Adolescent-Sexuality-Talk-the-Talk-Before-They-Walk-the-Walk.aspx?nfstatus=401&nftoken=00000000-0000-0000-0000-000000000000&nfstatusdescription=ERROR%3a+No+local+token).
3. Kristin Zolten, MA, and Nicholas Long, PhD, “Talking to Children About Sex,” Center for Effective Parenting, 1997, [www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf](http://www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf).

### **16 боб. Балки, айрим мавзуларни ҳар ҳолда тушириб қолдириш маъқулдир?**

1. Jerald Newberry, “When Kids Ask Tough Questions About Sex,” Advocates for Youth, 2008, [www.advocatesforyouth.org/parents/176?task=view](http://www.advocatesforyouth.org/parents/176?task=view).
2. Kristin Zolten, MA, and Nicholas Long, PhD, “Talking to Children About Sex,” Center for Effective Parenting, 1997, [www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf](http://www.parenting-ed.org/handouts/sex.pdf).
3. Jack Wellman, “How to Talk To Your Children about Sex? A Christian Perspective,” What Christians Want to Know, July 14, 2011, [www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-aboutsex-a-christian-perspective/](http://www.whatchristianswanttoknow.com/how-to-talk-to-your-children-aboutsex-a-christian-perspective/).

### **17 боб. Фарзанд билан жинсий алоқа ҳақида қанчалик тез-тез гаплашиб туриш керак?**

1. “How to Talk to Your Kids About Anything,” Talking With Kids About Tough Issues—a national campaign by Children Now and the Kaiser Family Foundation, [www.talkwithkids.org/first.html](http://www.talkwithkids.org/first.html).
2. Margaret Renkl, “The Birds and the Bees and Curious Kids,” Parenting.com, accessed Feb. 14, 2012, [www.parenting.com/article/kids-and-sexuality](http://www.parenting.com/article/kids-and-sexuality).
3. Steven C. Martino, PhD, Marc N. Elliott, PhD, et al., “Beyond the ‘Big Talk’: The Roles of Breadth and Repetition in Parent-Adolescent Communication About Sexual Topics,” *Pediatrics*, 2008, <http://pediatrics.aappublications.org/content/121/3/e612.full.html>.

### **18 боб. Агар мен болам билан нуқул битта мавзуда гаплашаверсам, у мени мижғов одамга чиқариб қўймайдими?**

1. “Families are Talking—Teens Talk About TV, Sex, and Real Life,” SIECUS Report Supplement, <http://one.center-school.org/search-document-detail.php?ID=827>.
2. Linda Klepacki, “What Your Teens Need to Know About Sex,” Focus on the Family, 2005, [www.focusonthefamily.com/lifechallenges/love\\_and\\_sex/purity/what\\_your\\_teens\\_need\\_to\\_know\\_about\\_sex.aspx](http://www.focusonthefamily.com/lifechallenges/love_and_sex/purity/what_your_teens_need_to_know_about_sex.aspx).
3. Adapted from “Teachable Moments,” the “Wait for Sex” parent workshop curriculum, ReCAPP—ETR Associates’ Resource Center for Adolescent Pregnancy Prevention, 2004, [www.etr.org/recapp/documents/freebies/teachablemoments.pdf](http://www.etr.org/recapp/documents/freebies/teachablemoments.pdf).
4. Task Force on the Sexualization of Girls, “Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls,” American Psychological Association, 2010; [www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-full.pdf](http://www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-full.pdf).
5. Adapted from “Families are Talking—Teens Talk About TV, Sex, and Real Life,” SIECUS Report Supplement, <http://one.center-school.org/searchdocument-detail.php?ID=827>.
6. Wendy L. Sellers, “Talking to Your Child about Relationships and Sexuality,” EduGuide, accessed February 15, 2012, [www.eduguide.org/library/viewarticle/339](http://www.eduguide.org/library/viewarticle/339).



7. "Talking to Your Teen About Sexuality," Hillsborough County University of Florida Extension, <http://hillsboroughfcs.ifas.ufl.edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf>.
8. "Talking to Your Teen."
9. "Talking to Your Teen."
10. "Talking to Your Teen."
11. "Talking to Your Teen."
12. "Talking to Your Teen."
13. Esther J. Cepeda, "Talking to Kids About Sex: Conversations Worth Having," *Seattle Times*, October 9, 2011, [http://seattletimes.nwsource.com/html/opinion/2016439742\\_cepada10.html](http://seattletimes.nwsource.com/html/opinion/2016439742_cepada10.html).
14. Deb Roffman, "Talking to Your Kids About Sex: Deborah Roffman Offers Parents Advice," Make it Better, [www.makeitbetter.net/family/parenting/939-talking-to-your-kids-about-sex-deborah-roffmanoffers-parents-advice](http://www.makeitbetter.net/family/parenting/939-talking-to-your-kids-about-sex-deborah-roffmanoffers-parents-advice).

**19 боб. Болангиз нималар билан машғул эканини қанчалик тез-тез кузатиб бориш керак?**

1. Ушбу бўлим Жошуа ДеВриснинг шарофати ила юзага келди.

**20 боб. Фарзандингизни назорат қилиш унинг шахсий дунёсига бостириб кириш ҳисобланадиган чегара қаерда?**

1. Mary VanClay, "How to talk to your child about sex," BabyCenter LLC., accessed Feb. 15, 2012, <http://cdrcp.com/pdf/How%20to%20talk%20to%20your%20child%20about%20sex.pdf>.

**21 боб. Болангизнинг "биринчи севгиси"га қандай муносабат билдириш керак?**

1. "Talking to Your Teen About Sexuality," Hillsborough County University of Florida Extension, <http://hillsboroughfcs.ifas.ufl.edu/FamilyPubsA-Z/sexuality.pdf>.
2. Clea McNeely, MA, DrPH, and Jayne Blanchard, "The Teen Years Explained: A Guide to Healthy Adolescent Development," Center for Adolescent Health at Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, 2009.
3. "Talking Back," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, 2012, [www.thenationalcampaign.org/parents/talking\\_back.aspx](http://www.thenationalcampaign.org/parents/talking_back.aspx).

**22 боб. Фарзандга жинсий алоқа борасида қандай қоида ёки чегараларни ўрнатиш зарур?**

1. "Talking Back," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, 2012, [www.thenationalcampaign.org/parents/talking\\_back.aspx](http://www.thenationalcampaign.org/parents/talking_back.aspx).
2. "Ten Tips for Parents: To Help Their Children Avoid Teen Pregnancy," The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, accessed Feb. 6, 2012, [www.thenationalcampaign.org/resources/toTips.aspx](http://www.thenationalcampaign.org/resources/toTips.aspx).
3. Glenn T. Stanton, "The Most Effective Deterrent," PureIntimacy.org, accessed Feb. 16, 2012, <http://www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm>.
4. Eileen M. Hart, "Teens, Sex and Media," 2002, accessed Feb. 13, 2012, <http://www.frankwbaker.com/MediaLitEd.pdf>.
5. "Pornography Statistics," Covenant Eyes, [www.covenanteyes.com/2010/01/06/updated-pornography-statistics/](http://www.covenanteyes.com/2010/01/06/updated-pornography-statistics/).
6. "Youth Risk Behavior Surveillance—United States, 1995, Surveillance Summaries," *Morbidity and Mortality Weekly*, September 27, 1996.
7. "The Truth About Adolescent Sexuality," Education.com, quoting the Sexuality Information and Education Council of the United States, 2005, [www.education.com/reference/article/Ref\\_Truth\\_About/](http://www.education.com/reference/article/Ref_Truth_About/).
8. "How Can I Lovingly Snoop On My Teen?" Harvest USA, 2007, [www.harvestusa.org/index.php?option=com\\_content&view=article&id=172%3Ahow-can-i-lovingly-snoop-on-my-teen&catid=15%3Acontactus&Itemid=1](http://www.harvestusa.org/index.php?option=com_content&view=article&id=172%3Ahow-can-i-lovingly-snoop-on-my-teen&catid=15%3Acontactus&Itemid=1).
9. "How Can I Lovingly Snoop On My Teen?"
10. "How Can I Lovingly Snoop On My Teen?"
11. "Teaching Children About Healthy Sexuality," Health and Fitness, May 2, 2011, <http://www.kylegabouer.com/teaching-children-about-healthy-sex-uality.html>.

**23 боб. Ўсмирлар никоҳгача “тоқат” қилишлари ҳақидаги фикрлар ҳаққонийликка мос тушадими?**

1. Adapted from Lakita Garth, *The Naked Truth: About Sex, Love and Relationships* (Ventura, CA: Gospel Light, 2007), p. 135.

**24 боб. Фарзандни қарама-қарши жинс вакиллари билан ўзини тўғри тутишга қандай ўргатиш мумкин?**

1. Dr. Corey Allan, “How to Talk to Your Children About Sex,” Simple Mom, June 14, 2010, <http://simplemom.net/how-to-talk-to-your-childrenabout-sex>.

**25 боб. Очиқ мазмундаги СМС-хабарлар жўнатилишига қандай ёндашиш лозим ва бу борада нималар қилмоқ керак?**

1. Al Menconi, “Responsible Text Messaging Tips,” August 18, 2011, <http://almenconi.blogspot.com/2011/08/responsible-text-messaging-tips.html>.

2. Menconi.

3. Menconi.

4. Sharon Jayson, “Parents, talk about sex, even if teens tune you out,” *USA Today*, Oct. китобидан иктибос. 13, 2011, [www.usatoday.com/news/health/wellness/teen-ya/story/2011-10-12/Experts-Talk-sex-with-your-teen-even-if-theytune-you-out/50745740/1](http://www.usatoday.com/news/health/wellness/teen-ya/story/2011-10-12/Experts-Talk-sex-with-your-teen-even-if-theytune-you-out/50745740/1).

**26 боб. Болангизга жинсий майл босимига қаршилик кўрсатишида қандай ёрдам бериш мумкин?**

1 “Helping Teens Resist Sexual Pressure,” HealthyChildren.org, quoting American Academy of Pediatrics, “Caring for Your Teenager,” accessed February 14, 2012, [www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Helping-Teens-Resist-Sexual-Pressure.aspx](http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/dating-sex/pages/Helping-Teens-Resist-Sexual-Pressure.aspx).

2. “Parenting—Talking to Your Teen about Sex and Oral Sex,” Dr. Phil.com, accessed Feb. 15, 2012, [www.drphil.com/articles/article/51](http://www.drphil.com/articles/article/51).

**28 боб. Кўпчилик болалар орал жинсий алоқани - жинсий алоқа эканлигига ишонишмайди. Уларнинг бу янглиш фикрларини қандай тарқатиш мумкин?**

1. Jim Liebelt, “Culture Snapshot of Adolescent Sex and Sexuality,” January 29, 2007, HomeWord Center for Youth and Family, [www.homeword.com/culture-snapshot-adolescent-sexuality-ta-a-1161.html](http://www.homeword.com/culture-snapshot-adolescent-sexuality-ta-a-1161.html).

2. Liebelt.

3. 2003 йилда «Kaiser Family Foundation» (KFF) ташкилоти «Seventeen» журнали нашриёти билан ҳамкорликда бир қанча миллий сўровномалар ўтказган.

4. B. L. Halpern-Felsher et al., “Oral versus vaginal sex among adolescents: Perceptions, attitudes, and behavior,” *Pediatrics*, 2005 (vol. 115, no. 4), pp. 845–851. Debby Golonka, “Talking with children about sex,” *Revolution Health*, April 22, 2008, [www.revolutionhealth.com/healthy-living/parenting/talking-with-children-about-sex](http://www.revolutionhealth.com/healthy-living/parenting/talking-with-children-about-sex).

5. Chris Wagner, “Oral Sex is Sex, and Most Teens Don’t Know it,” Center for Parent/Youth Understanding, [www.cpyu.org/pageview\\_p.asp?pageID=18565](http://www.cpyu.org/pageview_p.asp?pageID=18565).

6. Wagner.

7. Wagner.

8. Wagner.

9. Wagner.

10. Wagner.

11. “Parenting—Talking to Your Teen about Sex and Oral Sex,” Dr. Phil.com, accessed Feb. 15, 2012, [www.drphil.com/articles/article/51](http://www.drphil.com/articles/article/51).

12. Roxanne Khamsi, “Oral sex can cause throat cancer,” *NewScientist*, May 9, 2007, [www.newscientist.com/article/dn11819-oral-sex-can-cause-throatcancer.html](http://www.newscientist.com/article/dn11819-oral-sex-can-cause-throatcancer.html).

13. Julie Sharp, “Oral Sex Linked to Throat Cancer: A virus contracted through oral sex is the cause of some throat cancers, say US scientists,” BBC News, May 10, 2007, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/6639461.stm>.

14. Sharp.

**29 боб. Болангизнинг ўз-ўзига берадиган соғлом баҳоси уни никоҳгача бўладиган жинсий алоқадан қай тарзда ҳимоя қилади?**

1. Rob Jackson, "Teaching Children Healthy Sexuality," Focus on the Family, 2004, [www.focusonthefamily.com/parenting/sexuality/teaching\\_children\\_healthy\\_sexuality.aspx](http://www.focusonthefamily.com/parenting/sexuality/teaching_children_healthy_sexuality.aspx).
2. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, *Rethinking Responsibility: Reflections on Sex and Sexuality* (Washington, DC: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2009).
3. Laura Flynn McCarthy, "Pregnancy Test," *Family Circle*, February 2011, [www.familycircle.com](http://www.familycircle.com).
4. "Talking With Kids About HIV and AIDS," Talk With Your Kids, [www.talkwithyourkids.org/aids.html](http://www.talkwithyourkids.org/aids.html).

**30 боб. Фарзанди билан жинсий алоқа ҳақида гаплашадиган доно ота-она бўлишнинг олти таусули**

1. "The Truth About Adolescent Sexuality," SIECUS—the Sexuality Information and Education Council of the United States, [www.siecus.org/pubs/fact/fact0020.html](http://www.siecus.org/pubs/fact/fact0020.html).
2. Glenn T. Stanton, "The Most Effective Deterrent," PureIntimacy.org, accessed Feb. 16, 2012, [www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm](http://www.pureintimacy.org/piArticles/A000000608.cfm).
3. The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, "Bridging the Divide: Involving the Faith Community in Teen Pregnancy Prevention," October 10, 2007, [www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/Bridging\\_FINAL.pdf](http://www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/Bridging_FINAL.pdf).
4. Laura Flynn McCarthy, "Pregnancy Test," *Family Circle*, February 2011, [www.familycircle.com](http://www.familycircle.com).
5. The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, *Rethinking Responsibility: Reflections on Sex and Sexuality* (Washington, DC: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2009).
6. R. Lerner, "Can Abstinence Work?: An Analysis of the Best Friends Program," *Adolescent & Family Health*, 2005 (vol. 3, no. 4), pp. 185–192; as quoted in The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, *Rethinking Responsibility: Reflections on Sex and Sexuality* (Washington, DC: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2009).