

YANA OTA BO'LISHGA TAYYORMISIZ?

OILA VA GENDER
ilmiy-tadqiqot instituti



Yana ota bo'lish odatda birinchi marta ota bo'lishdan ko'ra osonroq, lekin homiladorlikka tayyorgarlik ko'rish paytidan boshlab yana ota bo'lishga tayyorlanishda yordam beradigan bir nechta maslahatlar mavjud.



01 Fiziologik jihatlar

Keyingi farzandga tayyorgarlik ko'rayotganda, agar oraliq vaqt uzoqroq bo'lsa, turmush o'rtog'ingizning jismoniy holatida farq bor-yo'qligiga, fiziologik holatidagi o'zgarishlarga va yana homilador bo'lishga tayyor ekanligiga e'tibor berishingiz kerak.



02 Psixologik jihatlar

Yangi chaqaloq oilaga qo'shilishidan oldin o'zingizdan so'rang: **bunga tayyormisiz?** Chunki ota katta farzandga qarash vazifalarini va rollarini o'z zimmasiga olishi kerak bo'ladi, shunda turmush o'rtog'i dam olishi hamda onaning jismoniy va ruhiy stressini kamaytirishi mumkin.



03 Iqtisodiy jihatlar



Keyingi farzand uchun homiladorlik tekshiruvlari, tug'uruq va tug'uruqdan keyingi parvarish kabi xarajatlar yana takrorlanadi. Chaqaloq tug'il-gandan so'ng yashash, tibbiy va ta'lim xarajatlari bo'ladi, bu xarajatlar ikki baravar ko'payadi, shuning uchun ota-onalar moliyaviy rejalashtirishni oldindan amalga oshirishlari kerak.

04 Hayot tarzi jihatlar

Siz turmush o'rtog'ingiz bilan birgalikda yana homiladorlik tekshiruvlari, tug'uruq va tarbiya jarayonini boshdan kechirishingiz kerak bo'ladi va ijtimoiy faoliyatlar o'zgaradi. Uyingizga, chaqalog'ingiz oldiga qaytish mas'uliyati yanada ortadi va bu bilan birga chaqalog'ingizning kulgusi ham ikki baravar oshadi.

