



КАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ПРЕЗИДЕНТІНІҢ ЖАҢЫНДАҒЫ ӘЙЕЛДЕР  
ІСТЕРІ ЖӘНЕ ОТБАСЫЛЫҚ ДЕМОГРАФИЯЛЫҚ  
СЯСАТ ЖӨНІНДЕГІ ҰЛТТЫҚ КОМИССИЯ



ҚР АҚПАРАТ ЖӘНЕ ҚОҒАМДЫҚ  
ДАМУ МИНИСТРЛІГІ



unicef 

әрбір бала үшін  
for every child  
для каждого ребенка

# Кіші мектеп жасындағы (7-12) балаларға ЖАҚСЫ АТА-АНА БОЛУДЫ ҮЙРЕНЕМІЗ



# Мазмұны

**Кіші мектеп жасындағы балаларға (7-12 жас) жақсы ата-ана болуды үйренеміз.**  
**Нұр-Сұлтан, 2021 жыл**

Қазақстан Республикасы Президентінің жанындағы Әйелдер істері және отбасылық-демографиялық саясат жөніндегі ұлттық комиссияның қолдауымен, Қазақстандағы БҰҰ (ЮНИСЕФ) Балалар қоры өкілдігінің жәрдем етуімен дайындалды.

Авторлары: педагог-психолог О.Г. Мачина, медицина ғылымдарының докторы, Жастар денсаулық орталықтарын дамыту жөніндегі ресурстық орталықтың жетекшісі Ш.Е.Қаржаубаева, Ph.D., M.P.H., M.Ed., педагогика, эмоционалды интеллект, әлеуметтік және эмоционалды оқу саласындағы халықаралық сарапшысы Эми Франклин.

Бұл жарияланымда пайдаланылып отырған белгілеулер мен материалдың мазмұндалуы ЮНИСЕФ тарапынан Қазақстандағы балалардың құқықтық мәртебесіне, қандай да бір елге не оның аумағына, не оның билік органдарына, не оның шекараларының делимитациялануына (белгіленуі) қатысты қандай да бір пікір білдіруі деп түсінілмеуі керек.

Басылым тегін таратылады. Ақпаратты қайта басып шығару, дәйексөзді алу және өзге де пайдалану кезінде бұл жарияланымға сілтеме жасау міндетті түрде қажет болады.

Қазақстан Республикасындағы БҰҰ (ЮНИСЕФ) Балалар қоры  
Қазақстан Республикасы, 010000  
Нұр-Сұлтан қ, Бейбітшілік к-сі, 10-А үй  
Тел: +7 (7172) 32 17 97, 32 29 69, 32 28 78  
[www.unicef.org/kazakhstan](http://www.unicef.org/kazakhstan)  
[www.unicef.org](http://www.unicef.org)

Кіріспе.....	3
7-ден 12 жасқа дейінгі жасерекшелік.....	4
Эмоциялық интеллект.....	6
Балаға позитивті тәрбие беру.....	8
Тәрбие беру стильдері.....	10
Сенімді, берекелі, қамқор атмосфера – бақытты отбасы кепілі.....	12
Мектеп табалдырығын алғаш аттау.....	16
Баланың қызығушылықтары.....	20
Баланы қалай ынталандырған жөн?.....	21
Баланың бойындағы талантты қалай анықтауға және дамытуға көмектесуге болады?.....	22
Спорт.....	23
Шығармашылық.....	25
Бала өмірінің қауіпсіздігі.....	27
Баланың интернеттегі қауіпсіздігі.....	29
Мектептегі өзара қарым-қатынас. Қудалау.....	31
Сенімділік – қарым-қатынас негізі: неге балалар өтірік айтады?.....	33
Баланың сезімдерінің пайда болуы.....	36
Неліктен бала агрессия білдіреді?.....	38
Дұрыс әдеттерді дамыту.....	40
Жыныстық тәрбие беру.....	42
Өзара қарым-қатынас және достық.....	44
Пайдаланылған әдебиеттер тізімі.....	46
Қысқаша жазбалар үшін.....	48



# Кіріспе

## Құрметті ата-ана!

Балаға тәрбие беру – ең алдымен ата-ананың мойнына түсетін ерен еңбек, себебі бала өзінің айтарлықтай көп уақытын отбасында өткізеді. Бұл брошюрада кіші мектеп жасындағы балаларға тәрбие беру жөніндегі ақпарат пен практикалық ұсыныстар берілген.

Ұсынылып отырған білім мен білік сіздерге балаларға тәрбие беру жөніндегі машықтарыңызды одан әрі жақсартуға және өз балаларыңызбен өзара түсіністік пен қарым-қатынасыңызды нығайтады деген сенімдеміз. Барлық баяндалған ақпарат кіші мектеп жасындағы баланың жас ерекшелігін ескере отырып, ата-ана мен балаларға бірін-бірі оңай түсінуге бағытталған.

Балаға тәрбие бере отырып, мынаны есте сақтаңыз: бала тұлғасына сіздің әсеріңіздің күші өте айтарлықтай зор, себебі балаңыз үшін ең маңызды ұстаз бен тәрбиеші – тек қана сіз. Сіздің шүбәсіз махаббатыңыз, байсалды талап етуіңіз бен қамқорлығыңыздың қосындысы ғана балаңызға сіздің пікіріңізді сыйлауға, сенімділік пен сүйіспеншілік білдіре отырып, сіздің кеңестеріңізге құлақ асуға мүмкіндік туғызады.

# 7-ден 12 жасқа дейінгі кезең

Бастауыш мектепте білім алу кезеңімен тұспа-тұс келетін кіші мектеп жасының шекарасы 7 мен 12 жас аралығында белгіленеді. Бұл кезеңде балалар өздерінің жеке тұлға екенін таниды және бауырларынан, ата-анасынан және құрбы-құрдастарынан айырмашылығын түсінеді. Бұл жастағы негізгі рөл – оқу іс-әрекеті болып келеді. Білім алу үрдісінде кіші мектеп жасындағы оқушы жаңа білім, білік пен дағды меңгереді, сондай-ақ өз алдына оқу мақсаты мен міндеттерін қоюды, білімді меңгеру мен қолдану әдістерін табуды, өз іс-әрекеттерін бақылауды және бағалауды үйренеді.

Бұл жаста өзін-өзі бақылау дағдылары қалыптасады, бала өз қылықтарына баға бере бастайды, сөйтіп өз тәртібін өзгерте, қажетті қалыпқа қарай жоспарлай алады. Баланың өз сөзіне, іс-әрекеттеріне, білдірген сезімдеріне жауапкершілік қабылдау арқылы оның бойында өзін-өзі бақылауын ынталандырып отыру маңызды. Ата-ана баласымен әр түрлі жағдайларды үлгіге келтіре, олардың шешу жолдарының ықтимал нұсқаларын талқылауға тиіс. Бала мейлінше тәуелсіз бола бастайды, белгілі бір жағдайларда өзін-өзі қалай ұстауды керек екендігін бала өзі таңдай бастайды. Бұл жаста балалар белгілі бір ережелер мен заңдарға сүйене бастайды. Көбіне бұл үлкеннің мақұлдауына ие болу немесе қатарластарының арасында ең жақсы болу ниетімен байланысты болады.



## 7 – 12 жастағы балалардың жас ерекшеліктері

**1. Есте сақтаңыз:** бұл жастағы бала нақты бірдеңеге ұзақ уақыт зейін тоқтатуға қабілетті емес. Баланың қызығушылық жоғалтқанын байқасаңыз, оған ақпаратты басқаша беріңіз. Мәселен, жай ғана сөйлесіңіз, оқып беріңіз, осы тақырыпта ролик үлгі ретінде көрсетіңіз. Іс-әрекеттер өзгеруі мүмкін, бірақ баланың зейіні сол затта қалады.

**2. Білім алу және оқыту көрнекі сипатта,** қарапайым және түсінікті түсіндірмемен үйлесуі керек.

**3. Бала өзінің іс-әрекетін өз бетінше ұйымдастыруды және реттеуді үйренеді.** Өзін-өзі бақылауы артады.

**4. Бала үшін мұғалімнің бағалауы және өзінің оқудағы жетістіктері оның құрбылар тобындағы орнын белгілейтіндіктен, айтарлықтай маңызды болып табылады.**

**5. Ата-ана баланың жеке қасиеттерін және жетістіктерін белгілеген және назар аударған жөн.** Мысалы, ынтасына, мейірімділігіне, білуге құмарлығына, қайсарлығына, ерік-жігеріне, өзгеге көмек беруге деген ниетіне, аяушылық білдіруіне, шығармашылық және музыкалық қабілеттеріне, спорттық қызығушылығына, әлеуметтік дағдыларына көңіл бөлген жөн. Осылайша, баланың өзін-өзі бағалауы академиялық бағаға тәуелді болмайды және бала өзінің жеке қасиеттерін бағалай алады.

**6. Осы жаста бала тұлғасының дамуында «мынаны жасағым келеді» деген сарыннан «мынаны жасауым керек» дегенге ауыса бастайды, себебі ол өзінің тілектерінің салдарын түсініп, эмоциясын құрықтай алады, өзіндік саналы ойлануы және алдына мақсат қойып, оған қол жеткізу қабілеті дами бастайды.**

**7. Баланың бойында өзінің қылықтарына баға беру қабілеті пайда бола бастайды.** Бұл – ойластырып, өзін-өзі қадағалай білуі. Өзіне-өзі сарапшы болу қабілеті арқылы бала өз қылықтарын сезінеді, нәтижесінде өзінің қылығын өзгертеді.

**8. Кіші мектеп жасында баланың адамгершілік мінез-құлық негіздері қалыптасады, моральдық нормаларын және мінез-құлық ережелерін меңгеру үрдісі жүреді, балалар басқалардың мүддесі жайлы ойлана бастайды.** Ата-ана баланы адамгершілік жолына бағыттай алады және баланың бойында жаны ашу және өзінің ғана емес, өзгенің мүддесін ойлайтын көзқарастың дамуына бағдар бере алады. Мұндай жағдайға өзге адам қалай ойлайтынын балалардан үнемі сұрай отыра қалыптастыруға болады. Осылайша бала икемділік пен өзгені түсінуді үйренеді.



# Эмоциялық интеллект

Ең соңғы зерттеулер адамның қоғамда табысты болуы көбінесе оның білімі мен жалпы оның IQ интеллект деңгейімен ғана емес, эмоциялық жай-күйін, басқаша айтқанда өзінің эмоциялық интеллектісін (EQ) басқара алу білігімен айқындалады.

” **Эмоциялық интеллект** – өз сезімдері мен өзгенің сезімдерін тани білу, өзі үшін мотивация қалыптастыру және ішкі эмоцияларымен қатар, басқа адамдармен қарым-қатынас жасауда эмоцияны басқара білу қабілеті.

Адам бойында пайда болатын кез келген сезімнің себебі бар және қандай да бір сезімнің туындауына себепкер болған шын себебін білетін болсақ, біз өзіміздің эмоциямызды басқара аламыз. Эмоция бізге өзімізді және басқа адамдарды одан да жақсырақ түсінуге, өзіміздің және өзгенің мүддесін ескере отырып, дұрыс шешім қабылдауға мүмкіндік беретін индикатор болып табылады. Эмоциялық интеллектісі дамыған балалар күйзеліске мейлінше төзімді болып келеді, өзіндік сана-сезімі мен өзін-өзі бақылауы дамыған, бұл олардың мектепте де, қоғамда да және жалпы өмірде табысқа жету мүмкіндігін арттырады.

Отбасы – бала бойында пайда болатын алғашқы позитив және негатив әсер мен эмоцияның қайнар көзі. Отбасындағы қарым-қатынас адамның эмоциялық интеллектісінің қалыптасуына негіз болады. Сондықтан ата-ана өз баласының жай-күйіне сезімтал әрі сергек болуы тиіс.

Балаларға өзінің сезімі мен эмоциялық жағдайы туралы ашық айтуға мүмкіндік беру керек.

Мектеп өміріне табан басқаннан кейін бала сыныптастарымен белсене өзара қарым-қатынас жасай бастайды, жаңа құрбы-құрдас табады, мектеп өміріне қатыса бастайды. Ұжымда бала икемді, жауапты, қоршаған ортаға төзімді және жаны ашығыш болуды үйренеді, әр түрлі жағдайларға бейімделу және оларға жауап беру машығын меңгереді.

Осыған байланысты кіші мектеп жасы баланың келешектегі эмоциялық интеллектісін дамыту үшін айрықша маңызды уақыт болып табылады. Мектеп оқуы басталған сәттен-ақ балалардың бойында сан алуан эмоция туындайды. Олар ашу, қорқыныш, қуаныш, қайғы, мақтаныш, ұят және т.б. секілді түрлі сезімдерді сезеді. Сонымен қатар, кіші мектеп жасындағы балалар өте сезімтал келеді. Жекелеген оқушылардың күлкісі сыныптағы қалған оқушылардың да күлкісін туғызады, кейінгілер күлкінің себебін де білмеуі мүмкін. Қыздар жылап отырған құрбысына қарап, бірге жылайды, досының әділетсіз ренжігеніне емес, көз жасын көргеннен жылайды. Мұғалімнің ескертуі, алған төмен бағасы, тапсырманы орындай алмауы баланың бойында жағымсыз эмоция тудырады. Бала мектепке сәтті бейімделіп, қоғамда өзін сенімді сезінуі үшін оның дамыған эмоциялық интеллект болғаны – өзінің сезімін тани әрі қабылдай алғаны, қандай да бір эмоция кезінде өзінің қылықтарын басқара алғаны, оларға саналы түрде әсер ете алғаны дұрыс, сондай-ақ өзге адамдардың да сезімін түсінгені және мойындағаны абзал.



# Балаға позитивті тәрбие беру



**” Позитивті тәрбие** – бұл өзара сыйластық, махаббат пен сенімділіктен құрылған тәрбие. Ата-ана тәртіп ережелерін нақты белгілейді, ережелер себептерін біртіндеп түсіндіреді және өздері де оларды сақтайды. Мұндай тәрбиенің негізгі қағидасы: өз қылықтарына жауап беретін сыйластық пен сүйіспеншілікте өскен дербес тұлға тәрбиелеу.

Позитивті тәрбие қолданылатын отбасылардың балалары қоршаған ортамен жеңіл тіл табысады. Олардың эмоциялық күйлері мейлінше тұрақты, олар өздерінің не күтетінін, алаңдауы, уайымы мен қорқынышы туралы еркін айта алады, сондай-ақ кеңес сұрауға ата-анасына жиі жүгінеді.

## Позитивті тәрбие беру жөнінде ұсыныстар

Позитивті тәрбие сенімге, өзара сыйластыққа және ынтымақтастыққа негізделген, мұнда ата-ана жағымды үлгі көрсетеді және балаларына беделді болады.

**1.** Әрқашан балаларыңызды мұқият тыңдауға, олар өзінің қылығымен – жылауымен, есірігімен және талқандағыш қылығымен сізге не жайлы айтқысы келіп тұрғанын түсінуге тырысыңыз. Олардың сезімін айтыңыз және атаңыз, оларды түсініп отырғаныңызды көрсетіңіз. Сұрақ қоя отырып, олардың іс-әрекеттері мен сезімдері жайында өз болжамдарыңызды нақтылаңыз. Балалармен жиірек сөйлесіңіз.

**2.** Өз балаларыңызбен көбірек уақытыңызды өткізіңіз. Бірлесе өткізілген уақыт әрбіреуіңіз үшін жағымды, көңілді, еркін болсын. Бірлескен уақыт өткізу сенімді қарым-қатынас жасауға негіз қалыптастырады.

Сондай-ақ, үлкендер секілді балалар да өздеріне уақыт бөлген кезде сіздерге маңызды екендігін сезінеді.

**3.** Балаңызға өз бетімен шешім қабылдауға мүмкіндік беріңіз. Бала бойында өз шешіміне қатыстылығы мен жауапкершілік сезімін дамыта алуы үшін оның жас ерекшелігіне сәйкес таңдау құқығын беріңіз.

**4.** Баланың қылығын түзеткіңіз келсе, балаңызға деген махаббатыңыз кез келген жағдайда өзгеріссіз қалатынын, ал сіз оның әрекетін ғана құптамай тұрғаныңызды ұмытпаңыз. Балаға жақсы көретініңізді, оны сыйлайтыныңызды және оған қамқор болатыныңызды айтыңыз және қылығын неліктен өзгерту керек екенін түсіндіріп жеткізіңіз. «Мен сені жақсы көремін. Мен саған қамқормын және осы жағдайға байланысты алаңдап отырмын» деген сөздерден бастаңыз.

**5.** Қорқытуды болдырмаңыз. Қорқытудан бала үрей алады, балаға аса қажетті сізге деген сенімі жойылады. Қорқыту баланың бойында қарсыласу немесе ашу сезімдерін туындатуы мүмкін.

**6.** Балаға отбасылық іс-шараларға қолынан келетін үлес қосуға мүмкіндік беріңіз. Оның жауапкершілік білдіргенін және сіз бен өзгелерге көмектескенін мадақтап отырыңыз.

**7.** Кешіре білу – бала сәби кезінен үйренуге тиіс қасиет. Ата-анасы ең кішкентай ағаттық үшін кешірім сұрай алатынын көріп өскен бала бұдан өз істері мен қателіктері үшін жауапкершілік алуды үйренеді.

# Тәрбие беру стильдері

Бүгінгі таңда балаға тәрбие берудің ең көп таралған төрт стилін айқындап өтуге болады: авторитарлы, бетімен жіберу, кіріспеу және беделді. Әрбір стильдің айрықша сипаты бар және тұлғаның қалыптасуына әр түрлі әсер етеді.

**Авторитарлы стиль** баланың ата-анасының ырқына сөзсіз бағынуын білдіреді. Бұл жерде ол таңдау құқығынан айырылған. Аталмыш стильге ырқын басу мен мәжбүрлеу, тыйым салу мен қорқыту тән. Нәтижесінде бала ата-ананың ырқына көнбейтін, барлығын қасақана жасайтын немесе «жабылып» қалатын, өзінің жеке басы құндылығын және өз бетінше шешім қабылдау қабілетін толығымен жоғалтып алған адам болып өсуі мүмкін. Бұл стильде ата-анасы ымыраға бармайды. Қарым-қатынас ата-ананың балалардың үстінен билік етуіне құрылады.



**Естеріңізде болсын:** тәрбиелеудің авторитарлы стилін пайдаланатын ата-ана, әдетте, балаларын үлкеннің көзінше немесе көпшілікте өзін жақсы ұстауға үйретеді. Бірақ, ата-ананың мынаны ұғынғаны жөн: балаларды өзгеге қамқорлық пен сыйластық білдіре отырып, көпшілікте өзін-өзі қалай ұстау керектігін үйреткен абзал. Осылайша бала өз сезімдері мен мінез-құлқын басқаруды үйренеді, ол өз кезегінде келешекте қоршаған ортамен үйлесімді қарым-қатынас орнатуға көмектеседі.

**Бетімен жіберу стилі** – ата-ана балаларына қамқор болады, оларға барлығын дерлік рұқсат етеді, сирек жазалайды және іс жүзінде ешқашан олардың тәртібін қадағаламайды. Олар тәрбие беру әдістерінде өздеріне-өздері қайшы келеді, мұндайда сирек бақылау жұмсақтық пен жүгенсіздікке ауысып жатады. Бұл жерде ата-ана мен балалар арасында олардың тәртіптері мен қылықтары туралы талқылау болмайды. Балалар мінез-құлықтағы рұқсат етілгендік шегін білмейді, қызба, мазасыз, өз әрекеттерінде сенімсіз бола бастайды.

**Кіріспеу стилі** – мұндай отбасылардағы өзара қарым-қатынас негізінде баланың жай-күйі мен проблемаларына немқұрайлы қарау және қызығушылық танытпау жатады. Ата-анасы баланың тек негізгі физикалық қажеттіліктерін ғана қанағаттандыруға тырысады, ал эмоциялық мұқтажы ескерілмейді. Ата-анасы баласына мүлдем уақыт бөлмейді деуге болады, эмоциялық қатысудан жалтарады. Мұндай стильде тәрбиеленген балалар көбіне көшенің және әлеуметтік желілердің, сән ағындарының әсеріне тап болады.

Бұл алкоголизмнің, нашақорлықтың немесе ұрлықтың себебіне айналуы мүмкін. Бала өмірде ата-анасының қолдауынсыз және қорғауынсыз өз жолымен жүру керек деген сезіммен өмір сүреді.

**Беделге негізделген стильде** қамқорлық, мейіріммен бірге ата-ананың ықпалы жеткілікті дәрежеде үйлескен. Ата-анасы баласына қашанда отбасылық дәстүрлер мен құндылықтарды ескере отырып, оның қылықтарының себептері мен салдарларын түсіндіруге дайын. Бала отбасының және қоғамның толық құқылы, дербес, бірақ тәлімгерлікке мұқтаж мүшесі ретінде қабылданады. Аталмыш стиль үлкеннің беделін жоққа шығармайды, бірақ балалардың пікірін, қажеттігін және сезімін де ескереді. Отбасындағы қарым-қатынас бір-біріне деген өзара сенім мен ықыласқа негізделген. Тәрбиедегі мұндай тәсіл негізінде балалар өз пікірлерін еркін білдіреді, ойын қисынды айта алады, өзгелердің сезімін сыйлайды. Олар үйлесімді, мақсатқа ұмтылған, мейірімді, өз бетінше шешім қабылдай және оған жауапкершілікпен қарай алатын жан-жақты тұлғаға айналады.

## Ұсыныстар

**1.** Баламен сенімге негізделген қарым-қатынас пен оның алдында беделіңізді сақтай отырып, мысал келтіре, өзіңіздің шешімдеріңіздің себептерін түсінікті етіп жеткізіңіз.

**2.** Махаббат пен сыйластық білдіре отырып, баламен жылы, достық қарым-қатынас дамытуға тырысыңыз. Жиі әңгімелесіңіз және ортақ қызықты іс ұйымдастырыңыз, барлық отбасына маңызды мәселелерді бірлесе талқылаңыз. Сіздер бірге өткізген уақыттарыңыз жағымды және жайлы болсын. Қарым-қатынас сыйластық, сенім және махаббат негізінде құрылса, баланы тәртіпке келтіру жеңіл болады.

**3.** Баланы өз көзқарасыңыздан толыққанды тұлға ретінде қабылдаңыз.

**4.** Баланын бойынан көргіңіз келетін қасиетті өз бойыңызда дамытуға және қалыптастыруға тырысыңыз (балалар әдетте өз ата-анасына еліктейді).

**5.** Балаға көбірек жеке кеңістік беріңіз. Балаңыз мейірімді және адал болып өсетініне сеніңіз.

**6.** Отбасыңызда өз ережелеріңізді құрыңыз да, оларды неліктен сақтау керек екенін балаңызға түсіндіріңіз және өзіңіз де сол ережелерді сақтаңыз. Бұл ережелерді сақтау отбасындағы және қоғамдағы өзара қарым-қатынасты нығайтуға және сенім қалыптастыруға көмектесетінін түсіндіріңіз.

**7.** Тым қамқорлығыңызды күшейтіп жібермей, дамуға мүмкіндік бере отырып, балаға негізгі қауіпсіздік ережелерін және дербес дағдыларды үйретіңіз. Балаңыз ересек және дербес болып көрінсе де, онымен қашан да байланыста болыңыз.

**8.** Балаға тәрбие беру махаббат пен өзара сыйластыққа негізделуі тиіс екенін есіңізден шығармаңыз.

**9.** Өз тәрбие беру стиліңізді таңдай отырып, балаңызды болашақта қандай болғанын көргіңіз келетінін ойланыңыз. Ересек балаңыз жұрт не айтса да, соған сөзсіз сенгенін және өзгенің айтқанын орындап жүргенін қалайсыз ба? Немесе оның шығармашылықпен және сыни тұрғыдан ойлағанын қалайсыз ба? Оның өзіне де, өзге де қамқор болғанын қалайсыз ба, әлде тек өзіне ғана қамқор болғанын тілейсіз бе, жауапкершіл болғанын немесе жауапкершіліктен қашқанын, өмірде белсенді болғанын ба, әлде тұйық болғанын қалайсыз ба? Балаңыздың болашағын көз алдыңызға елестете отырып, қандай тәрбие стилін таңдау керектігін шеше аласыз.

# Сенімді, берекелі, қамқор атмосфера— бақытты отбасының келілі

Отбасы – баланың қарым-қатынас жасауының алғашқы мектебі. Бала үшін ата-ананың бір-бірімен қарым-қатынасы – бұл әлеуметпен өзара әрекет ету үлгісі. Тек отбасыда ғана тұлғаның негізі қалыптасады. Ол анасымен, әкесімен, ағаларымен, әпкелерімен, аталарымен, әжелерімен және өзге де туыстарымен жақын қарым-қатынас жасау үрдісінде алғашқы күннен-ақ қалыптаса бастайды. Ата-анамен байланыс жасау баланың бойында өмірге тұрақтылық жай-күйін, батылдық пен сенімділік сезімін орнатады. Ал ата-анаға қанағаттанушылық, қуаныш сезімін әкеледі.

Салауатты отбасыда ата-ана мен бала күнделікті байланыспен ұштасқан. Бұл олар арасындағы сондай тығыз қарым-қатынас, нәтижесінде рухани бірлік, негізгі өмірлік ұмтылыс пен әрекеттер бірлігі пайда болады. Мұндай қарым-қатынастар негізін ата-ана махаббаты және бала мен ата-ананың мейірім құштарлығынан туындайтын туысқандық байланыс, аналық пен әкелік сезімі құрайды. Отбасыда бала бойында әлемге деген жағымды немесе жағымсыз қарым-қатынас орнайды, қоршаған ортамен қалай қарым-қатынас орнату керектігі туралы көзқарас қалыптасады.

Бір-біріңізбен және баламен сөйлесе отыра, сенімділікке негізделген қарым-қатынасты нығайту үшін шынайы және ақкөңіл болыңыз. Отбасыда орын алған күрделі жағдайлар туралы, мысалы, ата-ананың бірінің ауруы, жұмысты жоғалту, қаржылық қиындықтар, жақындардың қазасы және өзге де мәселелер

жайлы ашық айтудан қорықпаңыз. Мұның өзінде ақпаратты баланың жас ерекшелігіне сай түсінікті жеткізуге тырысыңыз және мұның бәрі уақытша қиындықтар, оларды отбасы мүшелері бірін-бірі қолдаған кезде көтеру жеңілрек болатынын міндетті түрде жеткізіңіз. Ашық және сенімді қарым-қатынас балаға өзін қауіпсіздікте және сенімді сезінуге көмектеседі.

Тыңдай алу машығы отбасыда қатынас жасаудың маңызды тетігі болып табылады. Егер сіз кешкі ас дайындап жатқан кезде балаңыз маңызды бірдеңе айтқысы келіп тұрса, бүлдіршініңізге көңіл бөлуге бір минут уақыт табыңыз. Отбасы мүшелері бір-біріне қатысты да діл осылай жасағандары абзал. Отбасыдағы қарым-қатынас баланың тұлға болып қалыптасуына зор ықпал етеді.

Ата-ана позитивті мінез-құлықты бекіту үшін бір-бірінің және баланың жағымды қасиеттері мен әрекеттерін атап отырған жөн. Осылайша ата-анасы қызына немесе ұлына нақ осы мінез-құлықтың отбасыда жарамды екенін түсіндіреді. Бұл - позитивті тәрбие беру қағидаларының бірі. Дегенмен, көбіне ата-ана назарын позитив және дұрыс әрекетке аударудың орнына, өздеріне ұнамайтын дүниені байқап қалады да, бір-біріне және балаға айтып салады. Мүмкін осылайша олар баланың теріс қылығын түзеткісі келетін шығар. Бірақ мұндай тәсіл назар екінің теріс қылыққа бекітеді және олардың оңтайлы өзгеруіне көмектеспейді.





Отбасыда алғыс айту мәдениетін қалыптастырыңыз. Бір-біріңізге алғыс айтыңыздар. Өзге адамдар сізге жасаған жақсы, пайдалы нәрселерге назар аударуды өзіңізге ереже ретінде қалыптастырыңыз. Мадақтау мен алғыс айту – мүлде әр түрлі дүние екендігін ата-ананың ұмытпағаны жөн.

Бір-біріңізге алғыс білдіру сіздің отбасыңызда қалыпты жағдайға айналуға тиіс, осылайша сіз алғыс білдіруді балаларыңыздың бойына сіңіруде үлгі көрсетесіз. Ата-анасы біріне-бірі дәмді кешкі ас үшін, жақсы демалыс үшін, тұрмыста көрсеткен көмек үшін алғыс айту жөн.

Балаға еңбегі мен ынтасы үшін рахмет айтқаныңыз жөн. Мысалы: «Бүгін ықыласпен сабақ оқығаның үшін рахмет. Кейде оқудың, мұғалімді тыңдаудың, мұғаліммен және сыныптастармен сөйлесудің, қосымша сабақтарға барудың және күн тәртібін сақтаудың қиын екенін білемін. Сенің тырысып жатқаныңды көріп жүрмін. Сенің шыдамдылығың, жауапкершілігің мен мейірімділігің үшін алғыс білдіремін».

Сол күні өзіңіз куә болған немесе біреуден естіген мейірімді, дұрыс, батыл қылық туралы оқиғаны айтыңыз. Өзіңіз бөлісе алатын оқиғаларды жинақтап алыңыз.



Өз үлгіңізбен отбасының әрбір мүшесі маңызды және керек екенін көрсетіңіз. Мұны бір-біріңізге деген қамқорлықпен, жәрдеммен, өзара көмекпен көрсетіңіз. Егер отбасыда әр түрлі жынысты балалар болса, бір-біріне көмектесудің қаншалықты маңызды екендігін айтып түсіндіріңіз. Мысалы, ұл мен қыз бірлесе отырып, үйді жинай алады, тамақ пісіре алады, азық-түлік сатып ала алады, қоқыс шығара алады. Ұл мен қыз да бірдей футбол ойнағысы келетінін, билегісі, жүзумен шұғылданғысы келетінін немесе сурет салғысы келетінін түсіндіріңіз және олардың қызығушылықтарын дамытуға көмектесіңіз. Сонымен қатар, отбасылық құндылықтарды спортқа, театрға, қала сыртына серуенге шығу және еңбекке қызығушылықтарын бала бойына сіңіріңіз – бұл отбасы мүшелерін жақындатады және керексіз нәрселерден балалардың көңілін аударады.

## Ұсыныстар

1. Бір-біріңізді және балаңызды отбасының ең қымбат құндылығы деп талқылаңыз.
2. Барлық отбасы мүшесінің өміріне қатысыңыз және тыңдауға, көмектесуге және қолдауға дайын болыңыз.
3. Баланың үй шаруасын орындағанын мадақтаңыз. Олардың жетістіктерін атап отырыңыз. Бұл отбасында қамқор және тату атмосфера қалыптастыруға көмектеседі.
4. Отбасылық дәстүрлер мен салттар құрыңыздар және оларды ұстаныңыз.
5. Бірі-біріңізге және балаға алғыс білдіруді ұмытпаңыз.



# Мектеп табалдырығын алғаш аттау

## Мектепке бейімделу. Балаға қалай көмектесуге болады?



Мектепке бару – бала үшін де, ата-ана үшін де күптігей сәт. Отбасының өмірі мен тәртібі түбегейлі өзгереді. Балада енді жаңа «оқушы» мәртебесі және, әрине, жаңа міндеттері пайда болады: ол сабағына жауапкершілікпен қарауы, мектеп өмірінің талаптары мен ережелерін сақтауы тиіс.

” **Мектепке бейімделу** – бұл бірінші сынып оқушысы күнделікті өзінше бастан кешетін және түсінетін жаңа талаптарға әдеттену үрдісі. Көптеген бірінші сынып оқушылары мектепке балабақшадан келеді. Онда ойын, серуен, жайлы тәртіп, күндізгі ұйқы, қасында әрқашан тәрбиеші болатын. Ал мектепте бәрі өзгеше. Мектеп жүйесіне бейімделу үшін күш пен уақыт керек.

Баланың мектепке бейімделу кезеңі әдетте 2-3 аптадан 6 айға дейін созылуы мүмкін. Бұл көптеген факторларға: баланың жеке ерекшеліктеріне, мектепке дайындық деңгейіне, білім беру ұйымының типіне, білім беру бағдарламаларының күрделілік деңгейіне, балалармен қарым-қатынас орнату білуіне, мұғалімдердің машықтарына байланысты болады. Осы кезеңде балаға барлық туысқандарының (анасының, әкесінің, ата-әжесінің, бауырларының) қолдауы аса маңызды.

Бірінші сыныпқа келген кезде балада түрлі сезім болуы мүмкін: қуаныш, мұң, үміт, қорқыныш, қобалжу, басқа балалармен достаса алар ма екен, тапсырманы түсінер ме екен, сол жөнінде уайымдау сияқты. Сондықтан балаларға осы кезеңде көмектескен аса маңызды.

### Балаға қалай көмектесуге болады?

1. Ұйқы уақытына айрықша көңіл бөлген жөн – ұйқыға дайындық пен ұйқыдан ояну уақытын нақты ұстанған жөн.
2. Бірінші сынып оқушысымен бірге күн тәртібін құрыңыз және оның орындалуын қадағалаңыз.
3. Баланың көңілін бағаға бекітпеңіз. Жасаған ынтасын, қажырлығын, ыждаһаттылығын, білімге құмарлығын, міндеттерді орындау тәсілдерін іздеуін және бастаған істі аяғына дейін жеткізу ниетін мадақтап отырыңыз. Мұндай тәсіл білім алу үрдісінен рақат алуға және баланың өзін-өзі бағалауына көмектеседі.
4. Баланың бойында мұғалімге және мектеп қызметіне деген жағымды қарым-қатынас тәрбиелеңіз.

5. Үлкендердің көмегі балаға өз бетінше жетістікке жетуге жағдайлар жасауында көрінуі тиіс.

6. Оқу өмір қарқынын толығымен өзгертетініне қарамастан, баланың ойнауға және демалысқа уақыты қалатындай етіңіз. Уақытты дұрыс ұйымдастырудан көп нәрсе үлгеруге болады.

7. Мадақтау мен эмоциялық қолдау оқушының зияткерлік жетістіктерін айтарлықтай арттыра алады. Оның ынтасы мен тапсырмаларды орындаудағы тырысушылығына назар аударыңыз. Осылайша баланың бойында өмірлік жағдайларды шешуде қажетті машықтарды: өзін-өзі тәртіпке келтіру, шыдамдылық, қажырлылық, дербестілік, табандылық қалыптастырасыз.

8. Баланы үй тапсырмасын мектептен кейін бірден орындауға мәжбүрlemeңіз, тамақтануға, демалуға, бойын еркін ұстауға, әңгімелесуге, шамалы оқуға мүмкіндік беріңіз, содан кейін бала мектеп тапсырмаларын орындауға кіріссін.



## Баланы оқуға қалай талпындыруға болады?

Білім алуға қызығушылығын сақтап қалу үшін және оқу қуаныш әкелетіндей болу үшін бала мен ата-ана арасындағы жылы қарым-қатынас білім алу үрдісінде аса маңызды рөл атқаратынын ұмытпаған жөн.

Белгілі бір жасқа дейін (шамамен 10 – 12 жас) бала көптеген жағдайда ата-анасының пікіріне құлақ асады. Егер ата-анасы өзінің жеке үлгісімен білімнің өмірде қажет болмағанын көрсетсе, олар баласына мотивация бере алмайды! Бұл жағдайда ата-анаға оқудың қажеттілігі туралы баланы сендіру өте қиын болады. Білім алу қандай пайда әкелгенін ата-ананың өздері түсінгені маңызды: олар өз тәжірибесіне сүйене отырып, балаға оқудың пайдасы туралы айтып отыруы тиіс.

## Ұсыныстар

**1.** Бала көмек сұрап жатқанда ата-ана әрқашан жауап беруі тиіс. Олар балаға түрлі шешімдер ойластыруға және ойлап табуға көмектесе алады, бірақ бала тапсырманы өзі шешуі тиіс. Осылайша бала өзінің ашу мен жетістіктерінен рақат және қуаныш сезімдерін сезінеді.

**2.** Жұмыс орнын бала үшін жайлы және жағымды етіп жасау қажет. Кеңістігі мен жарығы жеткілікті, теледидар секілді нәрселер мен шуы жоқ ыңғайлы жұмыс үстел. Шығармашылық және тапқырлық білдіріңіз де, сәрелерге немесе қабырғаға түрлі түсті математикалық формулалары бар, ережеге бағынбайтын сөздер жазылған стикерлер жапсырып қойыңыз. Балаға ақпаратты қалай қоса алатынын айтыңыз.

**3.** Егер грамоталары мен марапаттары болса, олардың баланың жанына сурет жақтаушаға салып қойыңыз, оларға ол қарай отырып, өзінің жетістіктерін есіне түсіреді және өз бойында сенімділік пен өзінің маңыздылығын арттыратын болады.

**4.** Баламен «мектеп» ойын ойнаңыз, ойын түрінде немесе қызықты әдіспен қалай сабақ оқуға көмектесуге болатынын ойлап табыңыз, оның ұсыныстарын тыңдап көріңіз.

**5.** Сан алуан түрлі түсті кеспелер, қарындаш пен фломастер, магнит, конструктор және баланың қызығушылығын туындататын және математика есептерін түрлендіретін өзге де заттарды, грамматикадан мәтіндер мен ережелерді пайдаланыңыз. Осылайша бала үй тапсырмасын орындауға қызығушылық танытатын болады.

**6.** Балаңыздың қабілетіне әрқашан сеніңіз. Оларға өз әлеуетін жүзеге асыруға көмектесу тек сіздің қолыңызда.

**7.** Еш жағдайда да бала үшін ештеңе орындауға болмайды. Сіздің міндетіңіз – оқу үрдісіне, таным машықтарын дамытуға және оларды өз бетінше әрекет етуге үйрету.

**8.** Кез келген басталған істі аяқтау өте маңызды екенін үнемі атап отырыңыз.



# Баланың қызығушылықтары

Баланы одан да жақсырақ түсіну үшін оның қызығушылықтарын түсінген жөн. Қызығушылықтарын іске асыруда, сондай-ақ сан алуан әрекет түрлерін байқап көруде баланы қолдау және ынталандыру өте маңызды.

7-12 жастағы бала өте белсенді, қызыққұмар және бір істен келесіге оңай ауыса салуы мүмкін. Олар қызықты және шабыттандыратын формада дұрыс берілген ақпаратты тез ұғып алады, бірақ оқуға мәжбүрленгенді ұнатпайды. Бұл жаста ата-анасы баланың жан-жақсы дамуына көңіл бөлгені жөн.

Баланың белсенді әрі қызыққұмар кезінде оған жаңа дүниені үйретуге керемет мүмкіндік туындайды. Конструктор, үстел үсті ойындары, квест секілді ойындар өте қызықты болуы мүмкін. Ақпарат көзіне айналатын оқу атмосферасын қалыптастырған өте маңызды. Балаңызды кітаптармен, энциклопедиялармен, танымдық әдебиетпен, телебағдарламалармен, онлайн ресурстармен, оқу фильмдерімен қамтамасыз етіңіз. Бұл жастағы ұлдар мен қыздардың сұрақтары көп болады және олар барлығына жауап тапқысы келеді.



# Баланы қалай ынталандырған жөн?

Мотивация сыртқы және ішкі болады. Сыртқы мотивация сыртқы ынталандырудан – өзгелерден құрмет, марапат алу, билікке ие болу немесе жазалау мен қымсынудан құтылу ниетінен туындайды. Ішкі мотивация мейірім мен зұлымдық, адалдық, эмпатия секілді ішкі сезімдерден, ішкі құндылықтар мен сенімі секілді мотивтерден шығады. Мотивацияның әрбір типі адам тәртібін өзгертуі мүмкін.

” **Сыртқы мотивация** сыртқы ынталандыру үшін бірдеңе жасауға қозғау және мәжбүрлеу. Мұндай мотивация түрі тәрбиенің авторитарлы стиліне тән. Баланың бойында бірдеңені өзі үшін жасау түсінігі мен ішкі ниеті болмайды.

**Ішкі мотивация** – қылықтар өзінің бастамасымен жасалады, соның арқасында бала қанағаттанушылық сезімді бастан кешеді. Мәселен, бала сыныптастарына жемісін бөліп берсе, ол мұны шынайы эмпатия сезімімен жасайды да, жасаған қылығынан қанағаттанады. Ішкі мотивацияға бағытталған көптеген адамдар өзін басқаның орнына қойып, өзге адамдардың сезімін ескере алады. Ата-анаға баласы білдіретін табиғи эмпатия сезімін дамытуға және нығайтуға тырысу керек.

Көрсеткен көмегі үшін баланы мадақтай отыра кейде ересектер баланың назары мен ынтасын сыртқы мотивацияға ауыстырып жібереді. Мысалы, мұғалім баланың құлап қалған кезде оның сыныптасы көмектескенін көріп, оны өзгелердің көзінше мақтайды да, оған жаңа қалам сыйлайды.

Бұл кезде баланы ішкі мотивациясы итермеледі, ал нәтижесінде мадақтама үшін көмектескені сияқты болып шықты. Ал келесіде ол мақтау алмаған кезде көңілі түсетін және іс-әрекетке деген мотивациясы төмендейтін болады. Әрине, мұғалім баланың бойындағы жақсы қасиетті атап өту ниетімен жасаған іс-әрекет болатын, бірақ қарапайым «алғыс айту» баланың көмектескені үшін сезінген ішкі қанағаттану сезімінен туындаған ішкі мотивациясының дамуына көбірек көмектесер еді. **Ересектер мен ата-аналарға өз балаларының қылықтарына қалай жауап қайтаратынына және оларды қалай ынталандыратынына назар аударған жөн. Баланың бойында қандай қасиеттер басымырақ болатыны осыған байланысты болмақ.**

Ішкі мотивация баланың ішінде туындайды және сыртқы жағдайлармен және ынталандырумен байланысты болмауы мүмкін. Сондықтан, баламен сөйлесе отырып, оның назарын қандай да бір іс-әрекеті оның өзіне қандай артықшылық беретініне аударыңыз.



# Баланың бойындағы талантты қалай анықтауға және дамытуға көмектесуге болады?

Ата-анасы баласымен қашан да тығыз байланыста болуы тиіс, қызының немесе ұлының сыртынан бақылап, оның көбірек қызығушылығы және бейімі бар істі анықтауға көмектесу керек. Кейде ата-ана қызығушылықты талант деп қабылдайды, ол уақыт өте келе – бір айдан соң, жарты жылдан кейін немесе тіпті екі сабақтан кейін баланың қызығушылығы өзгеруі мүмкін.

Егер табиғи қабілет жайлы сөз болса, бұл таңдаған бағыт балаға қазір ғана емес, бір жылдан кейін де, тіпті 5 жылдан соң да қызықты болады. Бұл баланың бойында тұрақты қызығушылық тудырып отыратын дүние, ол ұзақ уақыт бойы сол іспен рақаттана шұғылданатын болады, сол іс басқасына қарағанда жеңілірек қолынан келетін болады. **Егер бала қандай да бір істі өзінікі деп таныса, тиісті сала бойынша маманды, үйірмені, курсты іздестірген жөн.**

Талантты анықтаудың ең қарапайым әдісі – сыртынан бақылау. Балаңызды бақылай отырып, оның шығармашылық, зияткерлік немесе спорттық қабілеттерін байқай аласыз. Таланттың белгісі баланың сол істе қатарластарынан озуы, айрықша қызығушылық танытуы болып табылатынын ұмытпаған жөн. Сондай-ақ баланың бойындағы талантты байқау және анықтау үшін психолог маманға жүгінуге болады.



## Спорт

Спорт баланың үйлесімді дамуы үшін аса маңызды. Спорт залына жүйелі түрде бару және жаттығулар жасау одан да жақсырақ оқуға көмектеседі. Себебі **спортпен шұғылдану ағзаны оттегімен қанықтырады** және мидың жұмысын белсендендіре түседі. Кіші мектеп жасында балалар қозғалыс белсендігіне айрықша қызығушылық танытады. Сондықтан ата-ана баланы спорттық үйірмелермен таныстыруы және спорт әрекеттерінің артықшылықтары туралы айтуы тиіс.

Спортпен шұғылдану баланың психикалық дамуына да әсер етеді. Командада жаттығу әлеуметтік машықтарының дамуына ықпал етеді, достарымен өзара әрекет етуді, өзінің ұжымдағы орнын анықтауды үйретеді. Жауапкершілік сезімі дәл осы командалық спортта тәрбиеленеді. Сондай-ақ спорт бала бойында жеңіске деген және қойылған мақсатқа қол жеткізуге ұмтылысты тәрбиелейді.

Бала алдына қойған мақсатты саналы түрде түсініп, оны қабылдаған кезде ғана спорттың пайда әкелетінін білген абзал. Егер ол баланың емес, ата-анасының немесе жаттықтырушысының мақсаты болса, бұдан жақсы нәтиже шықпайды. Ата-ана балаларының кенеттен кәсіби түрде спортпен шұғылданғысы келмейтін болып шешкен жағдайларға тап болады. Ата-анасы мұны жалқаулық пен жауапсыздық деп қабылдайды, ал шын мәнінде бала спорт жұлдызы боламын деп жоспарламаған еді және спортпен шұғылдану оған жай ғана күнделікті бос уақытты өткізу ретінде ұнайтынын білдіреді.



Спорт түрін баламен бірлесе таңдаған жөн. Таңдалған спорт түрі балаға қызықты, ең бастысы жас ерекшелігіне сай қолжетімді болуы тиіс. Баламен спорттық үйірмелерге қатысу кестесін талқылап алған маңызды. Бастысы, спорт қысым көрсету емес, ынталандыру мен рақат әкелетін іс болуы тиіс. Кез келген жағдайда, спорт бала өмірінде оң рөл атқаратын болады: тіпті ол атақты спортшы болмаса да, спорт баланың денсаулығын, ерік-жігерін және өз уақытын ұйымдастыру машықтарын нығайтуға мүмкіндік береді. Ең алдымен ата-анасы баласы үшін жарқын үлгі болуы тиіс. Өзіңіз спортпен шұғылданыңыз, одан да жақсысы – баламен бірге қандай да бір оның сүйікті спорттық ойынын ойнаңыз.



### Ұсыныстар

1. Егер спорт сабақтарында бала өзін қолайсыз сезінсе – жаттықтырушыны немесе үйірмені ауыстырыңыз.
2. Егер балаға спорт түрі ұнамаса – бағытын өзгертіңіз.
3. Жаттығуы аптасына 5 рет өтетін үйірмеге баланы бермеген жөн.
4. Өз балаңызды өзге балалармен салыстырмаңыз.
5. Кез келген жетістік үшін мақтаңыз да, сәтсіздіктері үшін ұрыспаңыз.
6. Егер бала үйірмеге үзілді-кесілді барғысы келсе, оның мұндай үрейлі сигналына көз жұмбаңыз.
7. Спорт түрін баланың ықыласы мен дене дамуын және темпераментін ескере отырып, онымен бірлесе таңдаңыз.
8. Баланы ынталандыру үшін оның сенім білдіру шеңберінде болуыңыз керек.

## Шығармашылық

Шығармашылық – баланың үйлесімді және бақытты өмір сүруінің міндетті бөлшегі. Елес пен қиял балаға ойында қалай жәрдем берсе, ойын барысында да солай көмектеседі. Шығармашылық стандарттан тыс ойлау, кез келген іс-әрекет түрінде жаңаша көзқарас және шешім қабылдауда дербес тәсіл көрсету қабілеттерін дамытады. Сурет салу, кесте тігу, қағаздан, балшықтан, ермексаздан бұйымдар жасау, аппликация, көркем композиция, музыка, әдеби шығармалар – осылардың кез келген түрі балаңыздың шығармашылық ізденісі мен өзін-өзі көрсету үшін жарайды.

Ересектер балаға қажетті дағдыларды қалыптастыруға және әр түрлі техниканы меңгеруге көмектесе отырып, шығармашылық үрдісіне қатысады. Балалар шығармашылығы ұлдың және қыздың барлық тұлғалық жақтарын дамытуға көмектеседі, сондай-ақ бұл бала ағзасын психологиялық бәсеңдетудің тиімді әрі жақсы әдісі. Көптеген материалдарды зерттей келе, олармен жұмыс жасай отырып, бала өзінің жеке шығармасын жасайды. Оған үрдістің өзі маңызды, жаңаны құру мүмкіндігі маңызды. Кіші мектеп жасындағы баланың шығармашылық деңгейі,



әдетте, бүлдіршін мектепке дейінгі жаста ойын және айналасындағылармен қарым-қатынас жасау барысында алған дағдыларға байланысты болады. Мектепте негізінен балалар оқу пәндерін меңгерумен айналысады, шығармашылыққа арналған мүмкіндік пен уақыт қысқарады. Дегенмен аталған шектеулер баланы шығармашылықтан айырмайды, тек шамалы оны тежеуі мүмкін. Егер үлкендер оқушыны және оның жұмысын мадақтаса, бала рухани көтерме сезінеді және жаңа шығармашылық табыстарға дайын болады.

Өсе келе баланың қызығушылықтары, онымен бірге шығармашылық түрі де өзгеруі мүмкін. Шығармашылық әрекетке, биге, музыкаға, көркем әдебиетке деген қызығушылықтың ауысуы әбден қалыпты жағдай. Ата-анасы ұлына немесе қызына өзінің шығармашылық әлеуетін ашуға, балалардың түрлі көркем әрекет түрлеріне қызығушылықтарын қолдауға көмектесе алады.

### Ұсыныстар

**1. Отбасыңызбен жиналыңыз да, шығармашылық кештер ұйымдастырыңыз.**

**2. Өз балаңыздың шығармашылығына сыластықпен қараңыз, оның жасаған туындыларын көрінетін жерге қойыңыз.**

**3. Балаларыңыз шығармашылықпен шұғылданған кезде мақтаңыз, сонда ол олан сайын рақаттана айналысатын болады.**

**4. Ата-ананың міндеті – балаға еркіндік беру және үрдісті сыйлықтар бәйгесіне айналдырмау. Естеріңізде болсын: шығармашылық қуантуы, шабыт беруі және қанаттандыруы тиіс.**



## Баланың қауіпсіздігі

Баланың қауіпсіздігі – әрбір ата-ана үшін маңызды тақырып. Балаңыз мектеп табалдырығын аттағандықтан, оның жеке қауіпсіздігін қамтамасыз етуге қажетті ақпаратты жеткілікті меңгергеніне көз жеткізуіңіз керек, белгілі бір дербестік деңгейіне ие болуы тиіс. Негізгі мақсат – қауіпті жағдайлар мен қауіпті адамдарды түсінуді әрі сезінуді және қауіпсіз әрекетті таңдау керек екенін үйрету.

Кіші мектеп жасындағы балалар көшедегі қауіпсіздік және тәртіп ережелерін мейлінше жақсы білуі және тәжірибеде қолдануы тиіс. Баланың әлеуметте қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін оның бойында саналы мінез-құлық дағдыларын дамытқан жөн, үйде де, көлікте де, бөтен адамдармен қарым-қатынас жасаған кезде де қауіпті жағдайларда өзін дұрыс ұстауды үйрету қажет. Ересектердің міндеті баласын өздері қорғау әрі сақтандыруда ғана емес, оны әр түрлі қиын, кейде тіпті өміріне қауіпті жағдайларға дайындауда жатыр.

Ата-анасы баласының қайда және кіммен жүргенін білуге тиіс. Егер бойыңызды күмәндану немесе мазасыздану сезімі билесе, бұл сезімді елеусіз қалдырмаңыз. Ақпаратты байсалды түрде тексеріңіз. Мәселен, егер көршіңіз немесе балаңыздың күтушісі жайсыздық сезімін тудырса, өзіңіз бен балаңыздың үрейіне құлақ асыңыз, бақылап қараңыз және өзіңіздің түйсігіңізге сеніңіз. Күмән тудыратын адаммен қарым-қатынас жасаудан балаңыздың жайсыздық сезінуін болдырмаңыз.

Балаңызға сезіміне құлақ асуды үйретіңіз. Бұл оның қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін аса маңызды. Бала өзінің жеке сезімдерін түсінуі және оларға сенуі қажет, сондай-ақ ата-анасының қашан да қажетті сенімді қолдау көрсететінін білуі тиіс. Ата-анасы кез келген ыңғайсыз мәселені немесе сұрақты баласымен талқылауға ашық екенін көрсетуі тиіс. Мұндай әңгімеде ешбір жағдайда ата-анасы баласын айыптамағаны және ұялтпағаны абзал, керісінше көмектесуі әрі қолдауы керек.

Қандай жаста мұндай мәселелерді талқылау қажет екендігін болжап айту қиын. Өз балаларыңыздың сыртынан бақылаңыз, олардың қызығушылықтары мен проблемалық сұрақтарына құлақ асыңыз. Өзін қызықтырып жүрген мәселе ыңғайсыздық сезімін туындатса да, оларды талқылауға сіз ашық екендігіңізді балаңыз білуге тиіс.

Жеке қауіпсіздіктің қандай тақырыптарын баламен талқылау қажет екенін және баланың жеке ерекшеліктері мен жасына сәйкес қалай дұрыс талқылау керек екендігін шешіңіз. Әңгімеге балаңыз тыңдайтынына кепілдік беретін және сіздің барлық айтылғандарыңызды ол салмақты қабылдайтындай қолайлы жағдай жасаңыз. Мұндай әңгімелер балаңызды болуы мүмкін ықтимал күрт жағдайларға дайындайды, сондай-ақ оны қорқыныштан арылтады.

## Қауіпсіздік мәселесінде түрлі тақырыптар қозғалуы тиіс:

- Көшедегі қауіпсіздік;
- Үйдегі қауіпсіздік;
- Жолдағы қауіпсіздік;
- Өрт қауіпсіздігі ережелері;
- Электр құралдарын пайдалану ережелері;
- Дүлей апат кезіндегі қауіпсіздік ережелері;
- Жеке кеңістік ережелері.

Алынған білімді тексеріңіз, сұрақтар қойыңыз, қандай да бір жағдайлардан бала қалай шыға алатынын сұраңыз.

### Есіңізде болсын:

Баланың жеке қауіпсіздігі ең алдымен жақын адамдарына және олардың түрлі жағдайларда өзін-өзі ұстауына байланысты болмақ, барлық балалар ата-анасын қайталауға бейім, олар күнделікті баланың миына басқа дүние құйса да, ол көргенін істейді.



# Баланың Интернеттегі қауіпсіздігі



Бастапқыда үлкендердің пайдалануын және ақпаратпен алмасуына арналған интернет кеңістігі балалардың білім алуына, дамуына және қарым-қатынас жасауына бірталай мүмкіндік береді. Бала өмірінен Интернетті пайдалануды алып тастау – оның қарым-қатынас жасау шеңберін шектеу ғана емес, сонымен қатар баланың ақпаратты іздеу, алу және беру мүмкіндігінен айыру деген.

Интернетте қарым-қатынас жасау – бұл шынайы өмір емес, бұл бейне бір ойын секілді екенін түсіндіру қажет. Бұл жерде оның ынтасын қоршаған ортаны тануға бағыттауға тырысыңыз. Балаңызбен оның Интернетте танысқан жаңа достары жайлы әңгімелесіңіз және олармен ешқашан жеке кездеспеуін талап етіңіз, көбіне сол адамдар өздері көрсетіп отырған тұлға емес, басқа адам болып жатады.



Балаңызбен сенімділік қарым-қатынас сақтаңыз, балаңыздың Интернетте немен айналысатыны, кіммен әңгімелесетіні жайлы хабардар болуыңызға көмектеседі. Интернетпен байланысты көбірек танымдық және шынайы жағдайларды үлгі ретінде келтіріңіз.

Ата-ана өз үйінде желілік қорғаныс жүйесін орната білуі және белгілі бір интернет ресурстарына тосқауыл қоя білуі тиіс. Антивирустық бағдарламалар, қауіпсіз іздестіру режимінің фильтрі мен баптауын пайдаланаңыз. Компьютерге тыйым салынған сайттар, бағдарламалар мен ойындар тізімін («қара тізім») және бала Интернетті пайдалана алатын уақыт мерзімін көрсетіп, «ата-ана бақылауын» орнатыңыз. Интернетке шығу уақытын шектеу баланың өмірлік әсерін әлсіретпейді. Оны Интернет кеңістігінен тыс дамуға ынталандырыңыз. Кейбір шектеулер балаңызға отбасындағы үйлесімді және сау күнделікті өмірді сақтауға көмектеседі.

Интернетке баланың сауығы мен қызығушылық құралы ретінде арқа сүйеу өте оңай. Дегенмен, қауіп-қатер жайлы ұмытпаған жөн. Сондықтан балаңыздың виртуалды кеңістікте болуының қақ ортасын табу аса маңызды. Баланың және отбасының өзге де мүшелерінің онлайн режимде қанша уақыт өткізе алатынын анықтаңыз. Күні бойы экранның алдында отырып, уақытын кетіргенше, уақыттың біраз бөлігін мақсатқа сай пайдаланған жөн екені жайлы баламен талқылаңыз. Әйтпесе далада ойнап, достармен араласа алмай, армандай, ересектерге көмектесе немесе олардан бірдеңе үйрене алмай, қолдан бұйымдар жасап, оқу, спортпен шұғылданып үлгере алмай қалуға болады.

### **Ұсыныстар**

- 1. Баламен сенімділікке негізделген байланыс жасаңыз, оның виртуалды өміріне тым килікпейтіндей қызығушылық танытыңыз.**
- 2. Жеке ақпаратпен Интернетте бөліспеуді, құпия мәліметтерді жарияламау керектігін үйретіңіз.**
- 3. Әлеуметтік желіде достар қатарына тек жақсы танытын адамдарды ғана қосуға болатынын түсіндіріңіз.**
- 4. Белгісіз жерден келген хаттарға абайлықпен қарау керектігін түсіндіріңіз. Жолданған хаттарда қауіпті бағдарламалар және ақпарат жәбірлеу сипатында болуы мүмкін.**
- 5. Интернетте кездестіретін адамдар шын мәнінде басқа біреу болып шығуы мүмкін екендігін үнемі түсіндіріңіз.**
- 6. Виртуалды танысу шынайы танысуға айналып кетпеуі керектігін балаға түсіндіріңіз. Егер мұндай шешім қабылданса, кездесу қоғамдық орында және ата-ананың бақылауының аясында болу керек.**
- 7. Интернетті пайдалану ережелерін және уақыттық шектеулер жасаңыз.**
- 8. Сайттардың мазмұнын іріктеуге, кіру орнын және онлайн әрекетін бақылауға мүмкіндік беретін заманауи бағдарламаларды пайдаланыңыз.**

# Мектептегі өзара қарым-қатынас. Қудалау

## Неліктен бұл орын алады және балаға қалай көмектесуге болады?

Сенімділікке, сыйластыққа негізделген адал қарым-қатынас құруды үйрену – әрбір адам үшін маңызды міндет. Мектеп, спорт, сыныптан тыс және қосымша іс-шаралар балаларға сан алуан қызығушылығы бар жаңа адамдарды кездестіруге және олармен қалайша өзара позитив әрекет ету керектігін білуге мүмкіндік береді. Балаларға достық қарым-қатынас құруда және дос таңдауда сіздің көмегіңіз мен кеңесіңіз керек болуы мүмкін.

Өкінішке орай, балалар шеттетілу (сондай-ақ мектепте қудалау және жәбірлеу) мәселелесіне тап болады. Кейде балалар басқаларды жәбірлеудің куәгерлері немесе қатысушылары болып шығады. Мұндай тәжірибе бәріне – қудалауды бастан кешіп жатқанға да, бақылаушыға да, жәбірлеушіге де зиян. Мұндай жағдайда барлығы құрбан болады. Жәбірлеу құрбанына жақтаспаған бақылаушы іске араласып, жәбірлеуді тоқтатпағаны үшін жиі ұят, өкініш және дәрменсіздік сезімін бастан кешіп жүреді. Жәбірлеуді жасап жүрген бала өзі қорқыту, зорлық-зомбылық немесе менсінбей қараудың құрбаны немесе куәгері болуы мүмкін. Көбіне қудалаушылар – өздеріне отбасындағы көрсетілген қорлықтың құрбаны болып келеді. Өзгені ренжітуге тырысу өзінің толымсыздығы сезімінен туындайды. Мүмкін қудалаушының үйдегі зорлықты бақылауға дәрмені жоқ шығар, есесіне қоғам ішінде немесе мектепте ол оны жасай алады және өзін билікті қолында ұстап тұрған жан болып сезінетін шығар?

Ал жәбірленуші бала ұзақ уақытқа психологиялық және эмоциялық күйзеліс алуы мүмкін. Балаңыздың күйіне қарамастан – ол жәбірлеуші ме, құрбан немесе куәгер ме - сізге араласып, балаңызға көмектесу керек. Ата-ананың шиеленіске қатысушыларға қатысты қатты эмоция мен қысым білдіруден алшақ болғаны жөн. Проблемаға шындап, бірақ байсалдылықпен кірісіңіз. Балаға, мұғалімдерге, өзге балаларға шынайы қызығушылықпен сұрақ қойыңыз, бірақ қатты наразылық білдірмеңіз. Балаңызды қолдаңыз, нормаға жатпайтын және көнуге болмайтын, қиын жағдайды жеңуге көмектесітіңізге сендіріңіз. Мұндай жағдайлар болатынын, бірақ олар жалғасуы тиіс емес және сіз проблеманың шешімін таба алуға көмектесетініңізді айтыңыз.

Балаңыздың сыныптастарымен қарым-қатынасы жайлы мұғалімдермен сөйлесіңіз. Баланың сыныпта, сабақтан кейін немесе үзілісте өзін қалай ұстайтынын: сөйлесуге қадам жасай ма, кіммен араласады, онымен кім араласады және т.б. көру үшін мектепке барыңыз. Әдетте мектептер ата-ананың тікелей мұғалімге келгенін қалайды. Егер мұғалім проблеманы шеше алмаса немесе шешкісі келмесе, мектептің басшылығына жүгінген жөн. Көмекке мектеп психологына жүгінуге болады, оған балалардың сыртынан бақылауға әлдеқайда жеңіл. Мектеп пен ата-анаға бірлесе отырып шиеленісті толық шешуге тырысу керек және болашақта мұндай жағдайларды болдырмайтынды ету қажет. Тек барлық жоғарыда аталған ұмтылыстар бекер

болғанда ғана баланы басқа сыныпқа немесе мектепке ауыстыру туралы ойлануға болады.

Жанжал кезінде ата-анаға байсалдылық және саналылық танытқан жөн. Осылайша ата-ана өз үлгісімен тіпті күрделі әрі шиеленіскен жанжалдар болашақта кез келген жанжалдық жағдайларды сындарлы түрде шешуге көмектесетін машықтар дамытуға арналған мүмкіндік болып табылады.



### **Қудалау құрбаны немесе куәгері болған балаға қалай көмектесуге болады?**

- 1. Ешбір жағдайда бала басынан кешкенді елеусіз қалдырмаңыз және жағдайды өз бетінше жібермеңіз.**
- 2. Балаңызды мұқият тыңдаңыз және оған сеніңіз. Мынадай сөздер айтып жұбатыңыз және қолдаңыз: «Маған айтқаның дұрыс болған. Сен дұрыс жасадың», «Мен саған сенемін», «Сенің кінәң жоқ», «Мұндай жағдайға сен ғана тап болған жоқсың, бұны өзге балалар да бастан кешіп жатады», «Осындай жағдайға тап болғаның өкінішті».**
- 3. Балаға жаныңыз ашып, кейін жағдайды шешудің әдістерін ойластыруға, соның ішінде өзге бала бұл жағдайды қалай қарастыруы мүмкін екенін түсінуге көмектесіңіз.**
- 4. Бұл жайлы мұғалімге, мектеп психологына, мектеп басшысына хабарлау.**
- 5. Егер бала орын алған оқиғадан тым шошып қалса және күйзеліске ұшыраса, екінші күні оны мектепке жібермеген жөн.**
- 6. Бастан кешкен күйзеліс тым қатты болса, баланы басқа сыныпқа немесе мектепке ауыстыруға тырысу керек.**
- 7. Жарақаттан кейінгі күйзелістік синдром дамып кетсе, жылдам мамандарға жүгіну керек.**

## Сенімділік – қарым-қатынас негізі: балалар неге өтірік айтады?

Баламен сенімділікке негізделген қарым-қатынаста өтірік айтуға болмайтынын айтыңыз. Өтіріктің астарында қорқыныш, қысылу, ұялу сезімдері жасырынып жатады. Күткен нәтиженің ақталмауы, қателік жасап қою қорқынышы, ересектердің жасаған әділетсіз қылығын байқау, мәжбүрлеу арқылы шамадан тыс бақылаудан бала тәуелділік немесе оның өміріне деген шамадан тыс бақылау сезіне бастайды және мұндай жағдайда ол үшін жалғыз шешім өтірік айту болады.

Ата-анасы балаларын өтірік айтуға итермелемеуі, сондай-ақ балаларына «тұзақ» құрмауы тиіс. Мысалы, ата-анасы баласының бақылау жұмысын нашар орындағанын білсе, одан: «Бақылау жұмысы қалай өтті? Жақсы ма? Осы жолы мені алдай алмайсың! Мұғаліміңмен сөйлестім, сенің өте нашар орындағаныңды білемін» деудің қажеті жоқ. Оның орнына «Бақылау жұмысын орындай алмағаныңды естідім. Бұл жайында не сезініп тұрсың, саған көмектесе аламын ба?» деп балаға тікелей айту керек. Осылайша балаға назар аударылады және оның пайымы мен қажеттіліктері болашақтағы үрдісте айтарлықтай маңызды фактор болып қала береді.

Кейде бала ата-анасы оның барлық құпияларын білгенін қаламайды. Отбасында өтіріктің мүлде қажеті болмайтын атмосфера құрыңыз.



Егер бала ата-анасына өзінің сырын сене алатынын білсе, оның қылықтары талқыланады және қабылданса, жазалау тәрбиелеудің ең жалғыз құралы ретінде қолданылмаса, онда өтірік айтуға тіпті ешқашан себеп те туындамайды.

### Ұсыныстар

1. Әділдіктің маңыздылығын атап отырыңыз және ол сенімнің негізін құрайтынын түсіндіріңіз. Қарым-қатынастағы сенімнің барлық түрлерінің, әсіресе отбасындағы сенімнің рөлін ерекше атаңыз.

2. Өзіңіз көргіңіз келетін қылықты үлгі ретінде көрсетіңіз.

3. Баланы өтірікке итермелемеңіз.

4. Әділдікті ынталандырыңыз: «Маған шындықты айтқаныңды және сенімділік білдіргеніңді бағалаймын. Және мен сені шындықты айта алатын батылдығың мен батырлығың үшін аса бағалаймын».

5. Балаңызға әділ болғаны үшін алғыс айтыңыз. Алғыс айту – мадақтау емес екенін ұмытпаңыз.

6. Баланың әділ болуын үйрету үшін одан шындықты естуге және қабылдауға дайын болуыңыз керек. Есіңізде болсын: егер бала шындық үшін жазаланса, ол қорғану үшін өтірік айтады.

7. Егер кенеттен баланың өтірік айтқанын байқасаңыз, сол мезетте айқайлаудың және ұрсудың қажеті жоқ.



Мұндай жағдайларда дауыс ырғағын көтермей, байсалды және ақылға салып әңгіме жүргізген дұрыс. Кері жағдайда бала жазаланудан қорғану үшін өтірік айтуды жалғастыратын болады.

8. Егер балаңыздың өтірік айтқанын байқасаңыз, бұған шындап қараңыз. Алдау оған деген сенімге күмін келтіретінін жеткізіңіз. Сенімді бұзып алу оңай, оны қалпына келтіру үшін уақыт қажет. Қажет болған жағдайда сізге өтірік жайлы белгілі болған кезде, өзіңіздің реакцияңызды таразылау үшін әңгімені біршама уақытқа кейінге қалдыра тұрыңыз. Сізге келесі қадамды ойластыру қажет екендігін балаңызға жеткізіңіз, себебі сіз мұндай күрделі проблема бойынша салиқалы әңгіме болғанын қалайтыныңызды айтыңыз. Егер ыңғайсыздық, қорқыныш, ашу, таңдану секілді сезімдерді бастан кешіп жатсаңыз, оны тым қатал емес формада балаңызға айта аласыз.

Егер кідіріс алу туралы шешім қабылдаңыз, жақын арада қайтып келетініңізді және бала өзін тастанды және қабыл алмаған ретінде сезінбес үшін қашан келетініңізді айтыңыз. Мысалы, «Маған жаңа ғана белгілі болған осы жаңа ақпарат туралы біраз ойлану үшін шағын кідіріс алғым келеді. Менің шамалы серуендегім келіп тұр және осы жайында сөйлесу үшін 30 минуттан кейін қайта келемін. Сөйлескенге дейін үйде қалуыңды өтінемін». Бұл жайында тағы біреумен сөйлескіңіз келсе, бұл жайлы балаңызға айтыңыз: «Бұл жайында әкеңмен/анаңмен сөйлескелі жатырмын. Бұл жайлы сенің пікіріңді білуім керек». Мұндай тәсіл опасыз қылықтың күрделілігіне ерекше назар аударады.

9. Баланың жасы мен қызығушылықтарын ескере келе, бірлескен уақыт өткізу үшін көбірек уақыт бөліңіз. Бұл сенімділікке негізделген қарым-қатынас орнатуға көмектеседі.

10. Баланы жазаламаңыз. Осылайша сіз оны қателіктері туралы айтуға, оны шынайы мойындауға және барлығын түзетуге тырысуға ынталандырасыз. Қателікті барлығы жіберуі мүмкін және бұрыс қылықты мойындай білу керек, сондай-ақ ондай әрекеттерді жасауға итермелеген сезім мен қажеттіліктерді түсіну қажеттігін түсіндіріңіз. Бала болашақта тағы қандай басқа іс-әрекеттер жасауы мүмкін екендігін талқылаңыз. Мынадай сұрақ қоюға болады: «Егер мұны басқаша жасай алғаныңда, қалай әрекет етер едің?»

11. Балалар қандай болса да, ата-анасы оларды солай жақсы көретінін білуі тиіс. Бірақ ересектер рұқсат етілген шекарасын белгілеуде мейлінше табанды болуы тиіс сәттер кездеседі.

# Баланың сезімдерін білдіруі

**Табандылық** қайсарлық адам табиғатының ажырамас бөлігі болып табылады. Табандылық баланың дамуына қажет, әйтпесе ол қоршаған ортаны тани, қорғана, өзгелермен бәсекелесе алмас еді. Орынды шеңберде табандылық әрбір адамға қажетті – ол өзінің құқығын талап етуге қажет, ниетін қанағаттандыруға және мақсатқа қол жеткізуге көмектеседі, өзін-өзі қорғау әдісі болып табылады. Осындай мінез-құлық формасы балаға әлеуметтік ортаға бейімделуге, жаңа бірдеңені танып білуге, табысқа қол жеткізуге көмектеседі. Мұндай тектес табандылықты барлық бала, тіпті ең тұйық бала да көрсете алады. Табандылықты агрессияны патологиялық көрсетуден қалай ажыратуға болады?

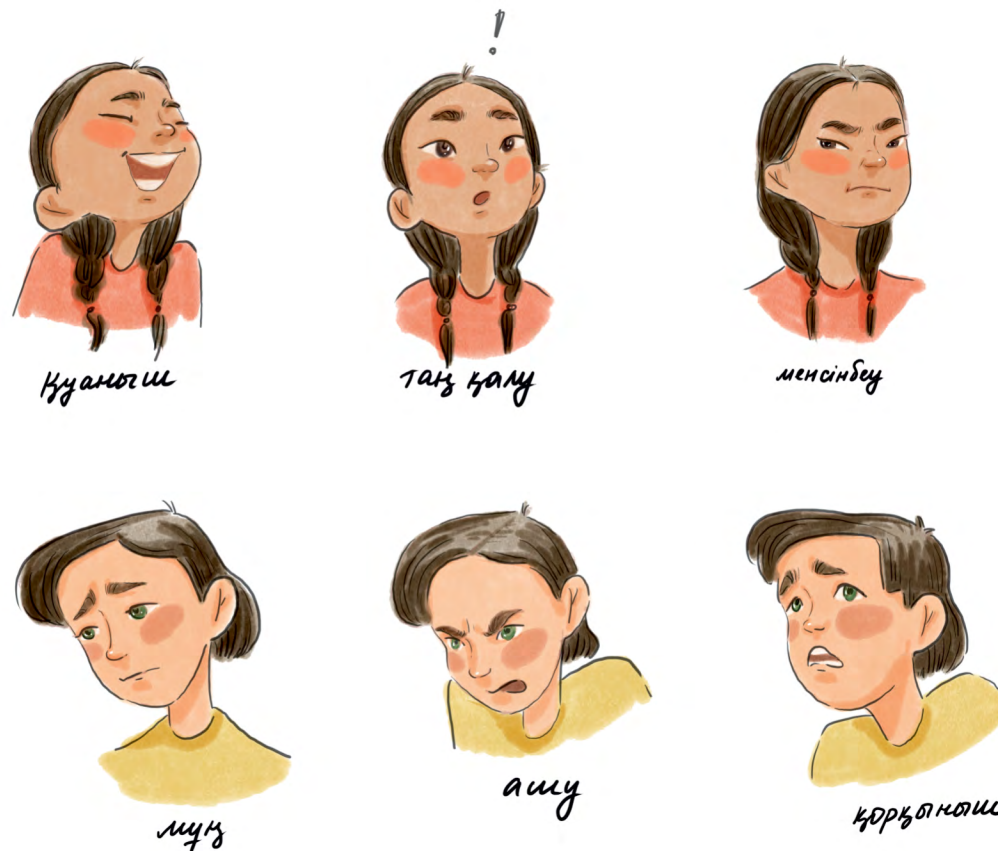
**Агрессия** – тәндік және ақылақтық зақым келтіретін және психологиялық жайсыздық тудыратын мінез-ұлық. Формасы бойынша агрессия тәндік, мысалы төбелес және ауызша болып бөлінеді: қорқыту, айқайлау, намысына тию, жала жабу. Агрессиялық жағдай кіші мектеп жасындағы оқушы бойында кездесуі мүмкін. Көбінесе агрессия ауызша түрде көрініс табады – бұл өзінен әлсіздеу сыныптасына қатысты мазақ, ұрыс болуы мүмкін. Сондай-ақ төбелес те болуы мүмкін. Көбінесе қарсылық білдіру жиі туындайды. Кіші мектеп жасындағы баланың сабағын оқығысы келмеуі, үйді жинамауы, үйге уақытымен келгісі келмеуі және т.б.

Ата-аналарға **ашу мен агрессияны ажырата білу** өте маңызды. Ашу адамның табиғи сезімі мен эмоциясы. Оны барлық адамдар оқтын-оқтын сезініп тұрады.

**Агрессия** – өзге адамға бағытталған талқандағыш әрекеттер: итеру, шымшу, ұру, тістеу немесе қорқыту, сондай-ақ ауызша жәбірлеу, мазақтау. Ашу агрессиялық импульске айналуы мүмкін: келді де, тістеп алды, ұрып жіберді, затты лақтырып жіберді және сындырды. Ата-аналар баласымен бөлісудің және өзінің сезімдерін түсінуге көмектеспей, өте жиі ашуға да, агрессиялық қылыққа да тыйым салады.

Баланың ашулануға құқығы бар, бұл қалыпты сезім, бірақ басқаның жанына тию – оны жасауға болмайды. Агрессиялық әрекеттерімен өзгенің шеңберін бұзбастан, ашуды шығаруды балаға үйреткен өте маңызды. Мысалы, «Мен саған ашуланып тұрмын!» -деп, агрессиялық әрекетімен басқа адамның шеңберін бұзбай, аяқпен жерді бір тебуге болады. Бұл – бала өтетін тәжірибе. Ашуды былай көрсеткенге байсалдылықпен қарау керек, мүмкіндігінше реттеу керек, кей кезде дегеніне көну, кейде, керісінше, баланың көңілін басқа істерге немесе міндеттерге аудару керек. Бұл жерде баланың қылығы қаншалықты қиқарланған әрі қиын болса да, оған деген махаббатыңыз бен сыйластық сезімін сақтаған жөн.

Көбіне балалар ашуын қол жұмсау арқылы білдіреді, себебі негатив сезімдерін басқаша білдіруге болатынын білмейді. Баланың сезімін әрекеттен сөзге ауыстыру оған бірден біреуді міндетті түрде итерудің, ұрудың немесе тістеудің қажеті жоқ екенін, мәселе жайлы сөйлесуге болатынын білуге мүмкіндік береді. Бала біртіндеп сезім тілін меңгереді, оған өзінің агрессивті қылығымен назар аудартқаннан гөрі, өзінің ренжігені, көңілінің түскені, ашу екендігі және т.б. жайлы айтқан жеңілірек болады.



# Неліктен бала агрессия білдіреді?

Агрессия жайлы алғашқы білім мен оның үлгілері туралы бала отбасында алады. Отбасында баланың санасында негатив із қалдыратын агрессивті қылықтар болуы мүмкін. Бұған, біріншіден, отбасылық қарым-қатынас өзара қарым-қатынас сипаты әсер етеді: мүмкін үйде болған ұрыстар, ата-анасы арасындағы жанжал; екіншіден, отбасылық тәрбие стилі: балаларды қадағалауының болмауы және жиі қатыгез жазалаулар қолдану әсер етеді. Қадағалаудың болмауының салдары ретінде, жағымсыз жағдай болса, ата-ана тәрбиені қолға алады, ал басқа уақытта бала өз жайымен қалады. Бала осындай жағдайда өз мінезін таңдай алады және қиын жағдайда көбінесе агрессивті болады.

Баланың агрессиялық мінез-құлық үлгілерін игеріп алудың айтарлықтай маңызды факторының бірі – бұқаралық ақпарат құралдары, негізінен теледидар, Интернет және компьютерлік ойындар. Әдетте агрессия қорғаныштық сипатқа ие болады және баланың травматикалық жағдайдан қорғануы болып табылады. Көбінесе балалар үшін агрессивті мінездің маңызды факторы - бұқаралық ақпарат құралдары: теледидар, Интернет және компьютерлік ойындар. Баланың санасына виртуалды әлемнен жалған және қауіпті құндылықтар сіңеді: күшке табыну, қатыгездік, дерекі мінез-құлық балалардағы гиперқозғалыс және агрессия көбейеді.

Егер бала көптеген ұрыс-керістер, садизм көріністерінің қайталанатын әрекеті бар туындыларды қараса, ол кейіпкердің құрбан болып қайғыруынан рақат алса және агрессиялық әрекеттерге фиксациясы болса, бұл – психологқа жүгінетін айтарлықтай күрделі себеп және агрессиялық мінез-құлыққа әкелетін жағдай.

7 жасқа дейін балаларда виртуалды агрессиядан қорғаныс санасы болмайды, 12 жастан кейін балалар виртуалды және нақты шындықты айыра бастайды.



## Агрессия мен ашу білдіру себептері

1. Баланың бойында қорқыныш немесе үрей сезімдері туындаса, онда кез келген сырттан көрсетілгенді ол әлеуетті қауіп деп есептейтін болады.

2. Бала тыйым салуға тап болған кезде ашулана бастайды, себебі бұл оған тілектерін қанағаттандыруға мүмкіндік бермейді.

3. Ашу сезімі өз шекарасын тануға және оны талап етуге мүмкіндік береді. Бала абсолютті тәуелді жаратылыс иесі болып туады. Оның басты міндеті – дербес болуды, тәуелсіздік алуды үйрену – бұл есею кезеңдері болып табылады.

4. Ата-ана баламен қарым-қатынаста дауыс көтерсе, қорқытса және айқайласа, бала қорғануға мәжбүр болады.

5. Ата-анасы мен үлкен бауырлары баланы күлкіге айналдырса, ол туралы немесе оның достары жайлы негатив айтса, оны өзгелермен салыстырса, бұл агрессиялық мінез-құлық тудырады.

6. Балаға қатаң талаптар қойылса, оны жиі жазаласа, агрессия отбасындағы қарым-қатынасқа жауап ретінде көрініс табады.

7. Баланы жақындары мен бөтен адамдардың көзінше сөксе, агрессия қорғаныс реакциясы ретінде білінеді.

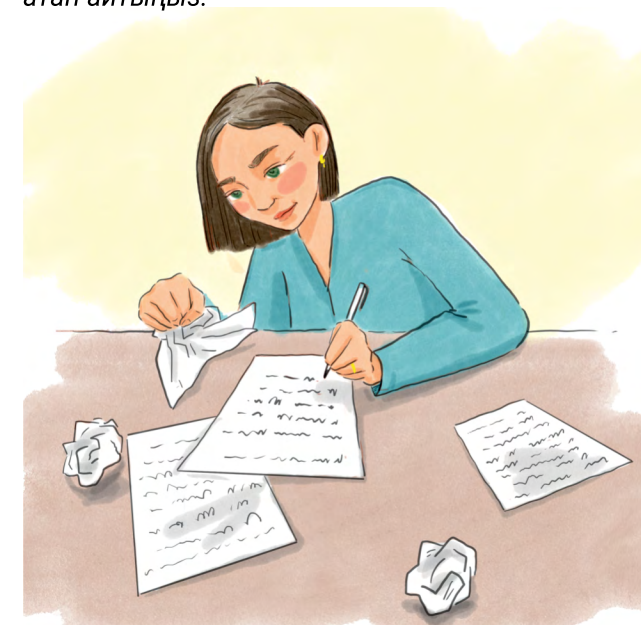
## Ұсыныстар

1. Ата-анаға өз мінез-ұлық үлгісін немесе бір-біріне қарым-қатынасын және балаға деген қарым-қатынасын қадағалап, отбасында ықыласты, игілікті жағдай құруға тырысу керек.

2. Ашу мен ызаны білдірудің лайық формаларына үйретіңіз. Мәселен, өзінің сезімі туралы сыртқа айта білу: «Мен қазір ашулымын», «Қазір қорқып тұрмын». Ашуды әр түрлі шығаруға болатынын түсіндіріңіз: кейбіреулер жастықты ұрады, кейбіреулер ызасы туралы қағазға жазады, ал кейбіреулері қағазды түйіршіктеп, жырта бастайды, кейбіреулер ашуын спорттық дене белсенділігіне ауыстырады (мысалы, жүгіру, серуендеу немесе жүзу). Бастысы – қандай жағдай болмасын күш көрсетуге болмайтынын және өзінің де, өзгенің де жанын ауыртуға болмайтынын түсіндіріңіз.

3. Баланың намысына тимеңіз, көп ескертулер айтпаңыз – бұл наразылық пен ашу тудыртады. Баланың басқаша жасағанын қаласаңыз, қалай жасау керек екендігін түсіндіріңіз және көрсетіңіз.

4. Баланың өзін-өзі бағалауын көтеріңіз және бойындағы жақсы қасиеттер мен қылықтарын атап айтыңыз.



# Дұрыс әдеттер дамыту

Ата-анаға баласының шынайы қажеттіліктерін түсінуге және оларды қанағаттандыруға көмектесу керек. Әйтпесе зиянды әдеттер пайда болуы мүмкін.

Ерте сәбилік шағынан (бір жасынан бастап) баланың қандай сезім сезініп тұрғанын түсінуге көмектесіңіз: қарны ашу, шаршау, тоңу, дәретханаға бару қажеттілігі, өзін құшақтасын деген ниеті, жалғыздық, жайсыздық. Оларға өзінің негізгі сезімдерін түсінуді және олардың кейінгі әрекеттері мен шешімдеріне қалай әсер ететінін үйретіңіз. Балалар өздерінің негізгі қажеттіліктерін қанағаттандыра білуі тиіс. Өз сезімдерін түсіну балаға дұрыс шешім таңдауға көмектеседі.

Егер бала бірдеңе талап етіп тұрса, ал сіз оны бере алмасаңыз, шынайы қажеттілігін анықтауға және дәл сол сәтте нәліктен сұраған нәрсесін ала алмайтынын үйретіңіз. Жағдайларға байланысты нақты қажеттілігін қанағаттандырғанға дейін баланың назарын басқа затқа немесе белсенділікке аударыңыз.

Бала өзінің нақты қанқы қажеттілігін түсенген кезде ғана (тілегі қашан да қажеттілік бола бермейді) балаға оны қанағаттандыруға көмектесіңіз.

Баланы гаджетсіз (телефон, планшет, компьютер) тынышталуды және демалуды үйретіңіз.

Дұрыс әдеттер олар үшін пайдалы екенін түсіну қажет, ал ата-анаға дұрыс үлгі көрсету керек. Балаңызбен бірге шынымен де қызықты болатын іс тауып алыңыз.

Егер бала велосипедті жақсы тебуді, тігуді, балық аулауды, пісіруді және т.б. үйренгісі келсе, оның қызығушылықтарын жүзеге асыру әдістерін табуға көмектесіңіз. Мәселен, баланың қызығушылығына қарай жақын жердегі үйірмелерді тауып бере аласыз. Немесе ата-ана бірлескен шеберлік сағаттарын немесе марафон ұйымдастыра аласыз.

Өзіңіздің мінез-құлқыңа назар аударыңыз және өз үлгіңізбен көрсетіп жатқан дүниеңізге шынайы болыңыз. Телефоныңызды ұстап немесе компьютер алдында қанша уақыт өткізесіз? Бос уақытыңыз бола қалса, не істейсіз? Жеке үлгіңізбен қандай болуы мүмкін мінез-құлық әдістерін және моделін көрсетіп жатырсыз? Бала көптеген жағдайда сіздің мінез-құлық үлгіңізді қайталайтыны есіңізде болсын.



# Жыныстық тәрбие

Жыныстық тәрбие беруде ата-ана маңызды рөл атқарады. Олар өзара сыйластыққа және сүйіспеншілікке негізделген қарым-қатынас құруға үйрете алады. Балаңызбен әңгімені адамның дене құрылысынан, ұлдар мен қыздардың бірдей және өзгеше дене мүшелері бар екенін айтқан жөн. «Өзгеше» дегеніміз жыныстық деп аталады, оларды көрсетуге болмайды. Дененің интимді бөлігіне қатысты нормалар мен тәжірибелерді мәдениет, дін, отбасылық құндылықтар орнататынын түсіндіріңіз.

Денесінде өзгерістер пайда болатыны жайлы ертерек айтып, баланы дайындаған жөн. Сөйлесуге дейін өзіңіздің жайсыздығыңызды және қысылу сезімдерін жеңуге тырысыңыз да ағзаның функциялары, жеке гигиена, жыныстық толысу жайлы айтыңыз. Балаңызбен бөлісетін ойыңыз туралы ойластырыңыз және шешім қабылдау үшін ата-анаға өзінің жеке нанымын, сезімін және бастан кешкен тәжірибесін түсіну қажет. Бұл күрделі жұмыс болып көрінуі мүмкін және ата-ана өмірдің мұндай түбегейлі



аспектілерінде баласы үшін алғашқы қайнар көзі болу аса маңызды. Әйтпесе, құрбы-құрдастары және Интернет тұңғыш ашушыға айналып, ата-ананың құндылықтарына және күткеніне сәйкес келмейтін ақпарат беруі мүмкін.

Баламен жыныстық даму тақырыбында сөйлескен кезде араларыңызда құнды эмоциялық байланыс орнайды. Егер балаңыз сұрағымен сізге келсе, бұл сізге деген сенімділігінің бер екендігінің дәлелдемесі, мұны бағалау керек. Ата-ана бұл тақырыптағы білімін алдын-ала толықтырып алғаны немесе қол астында жауап тауып алатын қажетті әдебиет ұстағаны жөн.

Өзіңіз біле қоймайтын мәселе жайлы білмейтініңізді айтудан ұялмаңыз: «Қымбаттым, мына кітапта мен түсіндіргенге қарағанда, жақсырақ жазылған. Кел, бірге көрейік». Осылайша сіз жыныстық толысу және жыныстық қарым-қатынас тақырыбына балада қарым-қатынас қалыптастырасыз және бұл жайлылықпен әрі сенімділік негізінде талқыланса, жақсы. Сондай-ақ интимді гигиенаның жеке сәттері жайлы сөйлесу маңызды.

Баламен жыныстық қатынас туралы сөйлесудің қажеттілігі мен маңыздылығы тағы балаға зорлық көрсетудің алдын алуында жатыр. Бөтен адам балаңызға жасамауы тиіс әрекеттер туралы түсіндіріңіз. Біреу-міреу баланың интимді жерінен ұстағысы келсе немесе жағымсыз бірдеңенің дәмін татуға берсе, өзін-өзі қалай ұстау керектігі жайлы айту керек.

Отбасыда сенімділік атмосферасын құрыңыз. Баланың шекарасын сыйлаңыз. Жуынатын бөлмеге немесе балалар бөлмесіне тықылдатпай кірмеңіз. Баланың қасында және оны қолдауға дайын болыңыз.

## Ұсыныстар

**1.** Жыныстық даму тақырыбын талқылағанда позитивті реакция білдірген маңызды. Байсалды және баланың жас ерекшелігіне сай туындаған сұрақтары мен қызығушылықтарына түсініктемелер беріңіз.

**2.** Ақпарат көлемі және оны ұсыну формасы баланың түсіну деңгейінде болуы тиіс.

**3.** Бұл тақырыптан құпия жасаудың қажеті жоқ. Баланың жыныстық қатынас туралы сұрақтарына оның жас ерекшеліктеріне сай жауап беріңіз.

**4.** Баламен сапалы уақытты көбірек өткізуге тырысыңыз. Оның жасына қарай бейімделіңіз, баламен оның тілінде сөйлесіңіз.



# Өзара қарым-қатынас және достық

Кіші мектеп жасындағы оқушы үшін құрдастар тобымен өзара әлеуметтік әрекет ету және дос табу дағдыларын меңгеру маңызды міндеттерінің бірі болып табылады.

Кіші мектеп жасындағы оқушылардың қарама-қарсы жынысты балаға қызығушылығы өзіндік бір формада көрініс табуы мүмкін. Осылайша, ұлдарға «қоқилану», келемеждеу және тіпті ренішті лақап ат қою секілді өзіне назар аударту тән. Әдетте қыздар мұндай әрекеттердің себептерін түсінеді де, соншалықты қатты ренжи қоймайды, өз кезегінде, көрмегендей ұлдарды елемейді. Өзге жынысты балаға ықылас одан да көбірек күшейеді, дегенмен сырттай қарым-қатынаста қыздар мен ұлдардың қатты оқшаулануы байқалатын кезең туындайды.

Қыздардың ықыласы ұлдарға қарағанда ертерек пайда болады: өзінің ұнатуы туралы жақын құрбысына айтылады, кейде құрбылар тобына да айтылады. Тіпті өзара ұнату кезінде де ашық достық қарым-қатынас сирек білдіріледі, себебі ол үшін жасөспірімдерге өзінің қысылушылығын жеңумен қатар, қатарластарының тарапынан болатын мазақтауларға қарсы тұруға дайын болу керек. Алғашқы ықылас және өзге қатарласын түсінуге тырысу жалпы адамдарды қабылдауды дамуының бастамасын береді. Ұл мен қыз арасында сезімдердің туындауы мүмкіндігін талқылай отыра, бұл тек романтикалық емес, серіктестік қарым-қатынас болуы мүмкін екендігіне көңіл бөліңіз. Олар ынтымақтастықпен, өзара көмекпен және ортақ қызығушылықпен сипатталады.

## Ұсыныстар

1. Балаңызға жынысына, ұлтына, дініне, әлеуметтік жағдайына қарамастан өзге балалармен татулық қарым-қатынас құруды үйретіңіз.
2. Барлығының құқығы бірдей екенін балаңызға түсіндіріңіз.
3. Достық пен қарым-қатынас жасауда бірін-бірі жыныстық сипаты бойынша бөлудің керегі жоқ екендігін түсіндіріңіз. Өзімен бір жыныстағы балалармен де, қарама-қарсы жынысты балалармен де бірдей жақсы қарым-қатынас құруға болады әрі құру керек.
4. Барлық балалар жынысына қарамастан барлық пәндер бойынша бірдей жақсы оқи алатынын, өздеріне ұнайтын нәрсені хобби қылып ала-алатынын балаңызға түсіндіріңіз.
5. Ұлдар да, қыздар да бірдей өз сезімдері мен эмоцияларын білдіре алатынын түсіндіріңіз. «Ұлдар жыламайды», «барлық қыздар әлсіз» деген стереотиптен аулақ болуға тырысыңыз.
6. Өз үлгіізбен ұлдарға да, қыздарға да қол жұмсауды, жәбірлеуді, қорқытуды және айқайлауды қолдануға болмайтынын түсіндіріңіз.





# Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. И.Г. Галушко, Г.Г. Микерова, А.Г. Чебелко. Мұғалімдер мен ата-аналардың өзара әрекет ету салдары ретінде бірінші сынып оқушыларын мектепте оқуға табысты бейімдеу. 2017 ж.
2. Г.Д. Горбунов. Спорттың психопедагогикасы. 1986 ж.
3. Гвен Девар. Ата-ана болу стильдері: Дәлелдерге негізделген мәдениетаралық басшылық (Parenting styles: An evidence-based, cross-cultural guide). 2010-2018 жж.
4. С.В. Дрокова, Е.А. Кургак. Кіші мектеп жасындағы оқушылардың алаңдаушылығындағы мектеп ортасының психологиялық қауіпсіздігі. 2007 ж.
5. Т.А. Зерщикова. Үшінші-төртінші сынып оқушыларының зиянды заттар туралы түсінігі және олардың алдын-алудың педагогикалық шаралары. Халықаралық қолданбалы және күрделі зерттеу журналы. 2014 ж.
6. Роберт Кайл. Бала психикасының құпиялары. Психологиялық энциклопедия. 2002 ж.
7. Н.В. Ктотова. Мектептегі буллинг: себептері, салдарлары, көмек көрсету. 2015 ж.
8. И.Ю. Кулагина. Жасерекшелік психология: баланың туғаннан 17 жасқа дейінгі дамуы. 1997 ж.
9. Ольга Маховская. Позитивті тәрбие беру. Балаңызды қалай түсінуге болады. 2017 ж.
10. В.С. Мерлин. Дербестік психологиясы. Е.А. Климовтың ред. 1996 ж.
11. Анатолий Мудрик. Әлеуметтенудің әлеуметтік-педагогикалық проблемалары. 2016 ж.
12. В.С. Мухина. Жасерекшелік психологиясы. 2003 ж.
13. А.А. Осипова. Жалпы психологиялық түзету. 2012 ж.
14. А.А. Посмитная. Кіші мектеп жасындағы балалардың мектепке келген кездегі қауіпсіз мінез-құлықтарын қалыптастыру. Ғылыми-әдістемелік электронды- журнал «Концепт». 2017 ж.
15. Д.В. Рыжов. Кіші мектеп жасы – эмоциялық зиятты дамытудың сенситивті кезеңі. 2013 ж.
16. Метью Сандерс. Triple P – позитивті ата-ана болу және балаға қатысты нашар қарауды болдырмау жөніндегі бағдарлама (Triple P – Positive Parenting Program and the prevention of child maltreatment). Ата-ана болу және отбасын қолдау орталығы, Квинсленд университеті, Австралия, 2009 ж.
17. А.Н. Сухов. Әлеуметтік қауіпсіздік психологиясы. 2003 ж.
18. Кэтрин Уиттед, Дэвид Дуппер. Мектептегі қудалауды болдырмау және қысқартудың үздік тәжірибелері (Best Practices for Preventing or Reducing Bullying in Schools).

19. Адель Фабер, Элейн Мазлиш. Балалар тыңдау үшін қалай сөйлесу керек, балалар сөйлеу үшін қалай тыңдау керек (How To Talk So Kids Will Listen and How to Listen So Kids Will Talk). 1999 ж.
20. И.А. Фурманов. Балалар агрессивтілігі. 1996 ж.
21. О.В. Чикишева. Кіші мектеп жасындағы балалардың психологиялық-педагогикалық ерекшеліктері. 2012 ж.
22. А.Г. Хрипкова. Балалық шақ әлемі: кіші мектеп жасындағы оқушы. Педагогика. 1998 ж.
23. Денсаулық үшін бүкіл өмірге тәрбиелеу (Parenting for Lifelong Health), Кейптаун Университеті, Оксфорд Университеті, Бангор Университеті, ДДСҰ, ЮНИСЕФ.



# Қысқаша жазбалар үшін

Handwriting practice area on page 48, consisting of 20 horizontal dotted lines.

Handwriting practice area on page 49, consisting of 20 horizontal dotted lines.



