

## **Жасөспіріммен қалай сөйлесуге болады?**

Біздің балалар өсіп келеді-олардың тәрбиесіне байланысты мәселелер де өседі. Жақында ғана бұл "ешнәрсе қаламайтынды" тамақтандыру негізгі мәселе ғана болатын. Кеше ғана басқаның ойыншықтарын неге алуға болмайтынын дұрыс түсіндіру маңызды болатын... Ал бүгін бала бізді өмір сүруге үйретеді және ата-аналарын өз мінез-құлқымен тығырыққа қояды. Өзара түсіністікті қалай табуға болады (және оны табуға болады ма), балалықша шеше алмасан,ал ересек адам ретінде шешуді үйреніп үлгермесең. Жасөспірімдер тәрбиесіне байланысты кең таралған мәселелер туралы әңгімеліп көрерлік. Бірақ ең алдымен ата-аналар жиі қоятын сұраққа жауап берейін: "Жасөспірім жасы қандай кезеңде баламен өзара іс-қимылда ең қиын және неге?".Жауап: ата - аналар үшін ең қиын уақыт (және бала үшін де) - бұл 13 және 14 жылдар арасындағы аралық. Дәл осы уақытта жеке тұлғаның мүмкіндіктеріне күмән және ТОЛЫҚ ЕМЕСТІК СЕЗІМ барынша күшейеді. Жасөспірім ересектердің тарапынан үнемі қысым көреді және бір мезгілде құрдастары тарапынан мойындау бойынша бағаларын сезінеді. Осы уақытта болып жатқан барлық нәрсе оның психологиялық багажында жинақталып, оның ересек өмірі үшін үлкен маңызға ие. Дәл осы уақыт кезеңінде адам сырттан әртүрлі әсерлерге барынша психологиялық тұрақсыздыққа ие, ол өзіне күмәнмен толы, ересектер тарапынан психологиялық қысымға жиі ұшырайды және оның жеке тұлғасы соншалықты жойылып,болашақта оны қалпына келтіру қиын болуы (кейде мүмкін емес) мүмкін. Мұны жасөспірім баланы тәрбиелейтін барлық ата-аналарға есте сақтау қажет. Сонымен, осы жастағы негізгі мәселелер.

### **1 МӘСЕЛЕ. "Менің балам мені ЕСТІМЕЙДІ"**

Мысал "Менің 16 жасар қызым мүлдем тыңдамай кетті: ол мен оны бірдеңе жасауды өтінген кезде мүлдем жауап бермейді. Менің оның жанында жоқ деген кейіп танытады. Ал мен: "Саған қанша рет айтуға болады?!"- деп қайталуға шаршадым, бәрібір ешқандай жауап жоқ. "Кетші!"- осының өзін жиі естімейсін..."Таныс оқиға ма? Өз баласының "назарын аударту" сияқты жағдайларда не істеу керек? Сізге келесі ережелер көмектеседі:

1-ші ереже. Балаға қарап, көп емес, аз айтыңыз. Бұл жағдайда сізді түсінетін және еститін ықтималдығы артады. Неліктен? Өйткені, балаларға бірдеңе жауап бермес бұрын еститінін ұғынуға көп уақыт қажет (оларда ересектерден гөрі, ақпаратты өңдеудің мүлдем басқа жылдамдық). Осылайша, егер сіз өз балаңызға сұрақ қойсаңыз немесе бір нәрсе туралы сұрасаңыз, кем дегенде бес секунд күтіңіз-бала көп ақпаратты қабылдайды және мүмкін дұрыс жауап береді. Қысқа және дәл сөйлеуге тырысыңыз, ұзақ монологтардан аулақ болыңыз. Бұл жаста, егер бүкіл дәрісті тыңдаудың қажеті жоқ екенін білсе, бала сезімтал болады. Мысалы: "Қыдырмас бұрын шкафты жина,

өтінемін", "Қазір саған физиканы үйрену керек" және т. б. Кейде бір сөзбен еске салу жеткілікті: "Тазалау!", "Әдебиет!".

2-ші ереже. Сіз сізбен сөйлескенді қалай қалайсыз, солай сөйлесіңіз, сыпайы, мейірімді және...-ТЫНЫШ. Төмен, ақырын естілген дауыс, әдетте, адамды таң қалдырады, және бала сізді тыңдау үшін міндетті түрде тоқтайды. Сондықтан, сынып назарын аудару үшін мұғалімдер бұл әдісті жақсы пайдаланады.

3-ші ереже. Тыңдаушы болыңыз, бала сізге бір нәрсе айтқан кезде бөтен істерге алаңдамаңыз. Оны сөйлегеннен екі есе көп тыңдаңыз. Сіздің өсіп келе жатқан балаларыңыз, егер ешкімнен үлгі алмаса, мұқият тыңдаушы бола алмайды. Өз балаңыздан не талап ететініңізге үлгі бола алатыныңызға көз жеткізіңіз (сіз жұбайыңызды, достарыңызды, туыстарыңызды және баланың өзін қалай тыңдайтыныңызға назар аударыңыз).

4-ші ереже. Егер сіз өте қатты ашулы болсаңыз, әңгіме бастауға болмайды. Сіздің ашуыңыз, агрессияңыз сіздің балаңызға бірден беріледі, сондықтан ол сізді естімейді. Бұл осы жастағы психологиялық ерекшеліктердің бірі эмоционалды тұрақсыздық болып табылады, көбінесе бала ағзасында болатын гормондық өзгерістерге байланысты.

5-ші ереже. Бір нәрсе айтпас бұрын, баламен көру байланысын орнатыңыз. Алдымен, ол жан - жаққа емес, сізге қарап тұрғанына көз жеткізіңіз (егер жоқ болса, онда сізге қарап тұруды сұраңыз-бұл тәсіл ересектермен, мысалы, жұбайыңызбен жұмыс істейді). Егер сіз бір - біріңіздің көзіңізге қарасаңыз— балаға өз өтінішіңізді немесе сұрағыңызды тұжырымдауға болады. Егер сізге баланың назар аудару керек болса, үнемі осылай жасаңыз, ол баланы сізді тыңдауға үйретеді.

6-ші ереже. Жиі жасөспірімдерге сіздің сұрағыңызға назар аудару қиын болады, әсіресе олар өте ұнайтын нәрседен қолдары тимесе. Сонымен қатар, бала шын мәнінде сізді естімеуі мүмкін (бұл жастағы назар ерекшелігі осындай). Бұл жағдайда ескерту жасаңыз – уақытшашектеу қойыңыз: "Мен бір минуттан кейін сөйлескім келеді, назарыңды аудар, өтінемін" немесе "Маған екі минуттан кейін сенің көмегін қажет болады". Бұл ретте белгіленген уақыт аралығы бес минуттан аспауы тиіс, әйтпесе жасөспірімұмытып кетеді.

## **2МӘСЕЛЕ. "Үлкенге құрмет көрсетпеу, дөрекілік. Менің балам үнемі АШУЛЫ"**

Мысал "Ұлым 15 жаста, ол мейірімді және тыныш тәрбиелі бала болып өсті. Қазір ол, оның айтуынша, өзі нересек адам деп сезінеді, бірақ бұлересегімен онда мүлдем жаңа қасиеттер пайда болды

олтыңдаудытоқтатты, барлықуақытта не айтса дадөрекі сөйлейді. Мен тек қанамынаны естимін: "Иә,қазір!", "Сен меніүйретпе!", "Сен не түсінесің?".

Мұндай мінез-құлықтың психологиялық себебі: өзін ересектер ретінде сезіну қажеттілігінің пайда болуы. Ересектер ретінде сезіну тілегі бар, ал шынайы ересектілік әлі жоқ. Жасөспірім-бала әлі ересек адам мәртебесін беретін беделді пайдалана алмайды,бірақ бала кезінде болған артықшылықтарын жоғалтты. Міне сондықтан жасөспірім өзінің "ересектігін" қалай көрсететінін білмейді, және ең қарапайым жолды табады –бұрын көрсете алмаған, дәрекілік, мейірімсізсөздер. Бұл жерде ата-аналаржағдайды түзету үшін,ұрыспай, абырой деңгейін көрсетпей, өздерін дұрыс ұстау өте маңызды.

1-ші ереже. Егер сіздің балаңыз дәрекі болса, онда ол сызықты аттап өткенін білу үшін оған бірден көрсетіңіз. Өз ескертулеріңізді баланың жеке тұлғасына емес, мінез-құлқына жіберіңіз. Мысалы: "Мен сенімен сөйлескен кезде сен көзінді басқаға бұрып отырасың. Бұл құрметсіздіктің көрінісі. Осылай енді істеме", "Мен сенімен сөйлескен кездемаған "аулақ жүр" айтудың қажеті жоқ. Мен мұны қайталамайтындай етіп жасауға тырыс".

2-ші ереже. Баламен тең сөйлеуді үйреніңіз, балаша сөйлеспеңіз, қаталдық да танытпаңыз - оған осы сезімді алудың басқа жолдарын іздемеу үшін өзінің маңыздылығын сезінуге мүмкіндік беріңіз. Әр түрлі отбасылық мәселелерде онымен жиі кеңесіңіз - ол жаңа шешім ұсынуы да мүмкін, және мұндай жағдайдадөрекі сөйлеуге ешқандай қажеттілік жоқ, сонымен қатар, мұнда дәрекілік оған балалық болып көрінеді.

3-ші ереже. Балаға қалай дұрыс, не бұрыс, не болатынын, не болмайтынын түсіндіріңіз. Бала өзін қалай дұрыс ұстау керектігін өзі біледі деп ойламаңыз. Сіздің беделіңіз оған әлі де қажет. Тек осыны оған достық әңгіме кезінде, тіпті тәжірибе жүзінде көрсетуге тырысыңыз.

4-ші ереже. Араздыққақосылмауға тырысыңыз. Демонстративті түрді дем алып, қолыңызды бұлғамаңыз, ашулы екеніңізді көрсетпеңіз - мұндай тактика осындай мінез-құлықты қиындатады. Тәжірибе көрсеткендей, жасөспірім балалар ересектердің назарын аудару үшін тиімсіз екенін көрген кезде дәрекі сөйлеуден, жек көруден бас тартады. Сондықтан бейтарап ұстаңыз, жауап бермеңіз. Мысалы, бір нәрсеге шеттетіліп қараңыз, ал егер көмектеспесе, басқа бөлмеге кетіңіз. Бала дәрекі болғанша, сөйлесуді жалғастырудан бас тартыңыз және ӘРДАЙЫМ осылай жасаңыз.

5-ші ереже. Егер жасөспірім бұрыс және дәрекі ұстаса да, басқа ересектер мен жасөспірімдердің қатысуымен емес, онымен жекешеде ғана ескерту жасаңыз. Жасөспірімдер кез келген сынды өз атына ӨТЕ ауыр қабылдайды, ал бұл айқын оппозициялық мінез-құлыққа алып келуі мүмкін және тек дәрекілікті күшейтеді.

### **3 МӘСЕЛЕ. "Менің балам әрдайым өтірік айтады"**

Мысал: "Менің ұлым әрдайым - кез келген мәселе бойынша, мұны істеуге болмайтын жағдайларда да, маған өтірік айтады. Тіпті ұсақ-түйек, жай ғана. Өйткені, көптеген жағдайларда өтірік бірден сыртқа шығады және ол мұны түсінеді. Және әлі де уақыт өтірік айтады! Неліктен?"

Себебі: Өкінішке орай, жасөспірімдік жаста өтірік айту, әсіресе, егер ол бұрын орын алса, бала үшін әдетке айналады, ол жиі өтірік айтады. Бұл ересектермен қарым-қатынаста көрінеді, өйткені ата-аналардан көбірек құпия болғандықтан, алдау себебі пайда болады. Құрдастарымен қарым-қатынаста-өз қасиеттерін, мүмкіндіктері мен қабілеттерін бояушылық мақсатында. Әдетке айналған кезде өте жаман, және "өзі өтеді" деген мұнда орынсыз. Баланы өтірік айтудан жұмсақ, сыпайы, бірақ табанды арылту қажет.

1-ші ереже. Адалдықты болжап, шындықты талап етіңіз. Адалдыққа деген көзқарасыңызды үнемі түсіндіріңіз: "Біздің отбасымызда барлығы бір-бірімен адал болу керек". Бірақ бұған дейін сіз адалдықтың қандай үлгісін өзіңіз ұсынатыңызды талдаңыз. Сіз өзіңіз "жазықсыз" өтірікті пайдаланасыз ба? Сіз үйде бола тұра, балаңыздан телефон арқылы сіз үйде жоқ деп жауап беруді сұрадыңыз ба, және т. б.

2-ші ереже. Алдау себептерін анықтауға тырысыңыз. Әдетте, жасөспірім бірінші кезекте ата-аналардың, ересектердің, достардың назарын өзіне аудару үшін өтірік айта бастайды. Екінші орында қызғаныш, өкініш, реніш немесе ашулану. Ал үшіншісінде-жазалау алдында қорқыныш немесе ата-ананың үмітін ақтамай қалудан қорқу. Және бұл тақырыпқа тікелей сұрақ жұмыс істемейді: ол әдетте, нақты себептерді өзі білмейді. Өзіңіз талдаңыз: өтірік айту қашан басталды, ол кімге өтірік айтады – барлығына ма немесе тек кейбірулеріне ме?

3-ші ереже. Сіздің балаңыз бала емес екеніне қарамастан, неге алдау жаман екенін түсіндіруді жалғастырыңыз. Баланың жасына жақын, көрнекі мысалдармен бірге нақты дәлелдер келтіріңіз: өтірік қиындықтарға, көбінесе өте үлкенге әкеп соғуы мүмкін; беделі де зардап шегеді, құрдастар саған сенімсіздік білдіре бастайды (жасөспірімдік жаста бұл өте үлкен әсер етеді); алдау, әсіресе ең жақын адамдарды ренжітеді және т.б. Балаға осындай мінез-құлық неге әкелуі мүмкін екенін түсінуге көмектесетін сұрақтар қойыңыз және оларға жауапты күтіңіз. Мысалы: "Егер сен өз сөзінде тұрмасаң, саған қалай сене аламын?" және т. б.

4-ші ереже. Есіңізде болсын, жасөспірімдер көбінесе назар аудару үшін жиі алдайды. Осыған орай, шындықты асыра көрсетуге немесе бұрмалауға аса өткір әрекет етпеуге тырысыңыз. Егер сіздің балаңыз дәл осылай істесе,

тыныштықты сақтауға тырысыңыз - сіздің айқайыңыз бен үйретуден олар адал болуды емес, тек алыс жерге қашып кетуді қалайды.

5-ші ереже. Өтірік үшін "айыппұл" енгізіңіз. Бұл әдіс сіздің балаңыз оны пайдалану нәтижесінде алдауға кедергі болатындай етіп таңдаңыз. Мысалы, әр жолы алдағаны үшін, "зардап шеккенге" - анасына, әкесіне және т.б. кешірімді хат жазады (өз балаңызды түсу үшін бұны оқу сізге пайдалы болады).

#### **4 МӘСЕЛЕ. "Әрдайым билікке ұмтылу"**

Мысал "Біздің 14 жасар қызымыз өзінің барлық достарымен басшылық ете бастады және бәрі тек өзі қалағандай болуы тиіс деп санайды. Ол өзі қандай фильмге достарымен кинотеатрға баратынын шешеді және бәрі қолдамаса да, бұған барлық жолмен қол жеткізеді; ол кіммен жақсы дос болуды немесе болмайды айтады, өйткені ОҒАН ұнамайды. Алдымен мен өзімді, бұл көшбасшының барлық алғы шарттары деп көндірдім, бірақ енді бұл бар шекарадан өтіп кетті. Қарап отырсам: егер ол тоқтамаса, онда бұл шектен тыс өз-өзіне деген сенімділік арқасында барлық достардан айырылады".

Психологиялық себеп: жасөспірім жасында басымдыққа ұмтылу мақұлдаудағы жоғары қажеттіліктен, өзін - өзі бағалауының төмендігінен (пубертаттық кезеңнің өте жиі серігі) және коммуникативтік дағдылардың жоқтығынан туындайды. "Өз қалағанымды қолыма жеткізе аламын, бұл жақсы, яғни достарым мені құрметтейді", - деп жасөспірім ойлайды. Әрине, сіз баланың билік рухын түбегейлі өзгерте алмайсыз, бірақ сіз оны басқалардың пікірімен санауға үйрете аласыз.

1-ші ерекше. Жасөспірімнің мінез-құлқын мұқият қарастырыңыз. Оның биліктік мінез-құлқының себебі қандай болса да, ең бастысы – өзіне есеп бері алу.

2-ші ерекше. Бала өзін дұрыс ұстаған уақытты тауып және оны мақтаныз (таң қалмаңыз, бұл әдіс төменгі сынып оқушылары үшін де, жасөспірімдер үшін де бірдей жұмыс істейді) - мадақтау үнемі өзін осылай жиі ұстау үшін ынталандырады.

3-ші ереже. Командирлердің мінез-құлқысы- құрметсіздік екенін, жиі ауыр тиетінін түсіндіру керек. Сондықтан балаға "рөлді ауыстыруды" сұраңыз: "Өзіңді досың үнемі не істеу керек, не істемеу керек, нені болады, нені болмайтынын айтатын бұл ... деп елестет. Ол қазір не туралы ойлайды? не сезінеді?"

4-ші ереже. Кезектілікті сақтау керектігін түсіндіріңіз. Әрқашан бірінші болу – бұл жақсы, бірақ айналасындағыларды қатты басудың және қысудың қажеті жоқ. Өзінің кішкентай шеңберінде ол-командир болғанымен, жаңа

жерде жағымсыз қасиет деп саналуы мүмкін. Оған көп жағдайда сені бірінші деп тану үшін алдымен "кезекке тұру" қажет, көңіл-күй ауытқуын бақылау, кезектілікті күту және сақтай білу маңыздырақ екенін түсіндіріңіз.

5-ші ереже. Балаңызға "билік ету", ол өз берілген командаларына жауапкершілік алуды білдіретінін түсіндіріңіз. "Басшы" топтың қандай іс-әрекеттері оның мүшелері үшін ең қолайлы екенін түсінуі және сезінуі тиіс. Ол жалпы топқа және әрбір адамға қамқорлық жасау керек. Бұл кейде белгілі бір жағдайда көшбасшының жеке тілегіне қайшы келсе де. Тек сол кезде ғана "командир" нағыз көшбасшы, көшбасшысын сыйлайтын табысты топтың көшбасшысы бола алады.

Біз жасөспірімдермен қарым-қатынас кезінде ата-аналар бастан кешкен мәселелердің аз бөлігін ғана қарастырдық. Осы тақырыпты талқылауға біз сайт беттеріне міндетті түрде ораламыз. Ал әзірге жасөспірім баланы тәрбиелеп отырған ата-ана жасөспірім болу өте қиын екенін түсінгенін қалаймыз. Қуатты физиологиялық қозғалыстарда босаған, тәуелсіздікке деген қажеттіліктен туындаған қуатқа толы, үлкен өмірде болашақ табыстардан үмітке толы жасөспірім өзіне жаңа әлемдегі өз жолдарын іздеуде ауыр сынақтардан өтеді. Сізге қаншалықты қиын болса да, оны өмір жолының осы бөлігінде жалғыз қалдырмаңыз, оның "жолсерігі" болыңыз. Ауыр өмір кезеңі өтеді, ал сіздің көмегіңізді бала ешқашан ұмытпайды. Бала емес, алайда ересек те емес сіздің балаларыңызға және сізге табыстар тілейміз.