

Ару Сағи



Ата-ана мақтауының құпия
күші

AS

Армысыз, құрметті оқырман!

Қолыңыздағы жәй кітапша емес, жұмыс дәптері. Бұл дәптермен бір ай бойы жұмыс жасасаңыз, міндетті түрде сіздерде өзгерістер болады.

Бірақ кез-келген нәрсені бастамас бұрын, біз өз мақсатымызды айқындап алуымыз керек.

Жұмыс дәптердің мақсаты

1. Балаңыздың жаман әдетін өзгерту. Қандай әдетін өзгерткіңіз келеді? Мәселен, балаңыз ойыншықтарын жинамайды. Бұл жаман әдет. Сіз оның ешқандай қырсықпай, ұрыс-керіссіз жинағанын қалайсыз.

2. Сіздің көңіліңізден шығатын балаңыздың жақсы әдетін, одан әрі нығайту. Мәселен сіздің балаңыз сабағын қиындықсыз оқиды. Сіз оның өздігінен оқу құралдарын, сөмкесін дайындап, ескертусіз сабақ оқығанын қалайсыз.

3. Баланың жақсы қасиеттерін байқау арқылы, оның кемшіліктеріне ашулануды азайту.

Сонымен қорыта айтқанда, мақсатымыз-баламыздың жаман әдетін азайту, жақсы әдеттерін одан әрі жақсартып түсу және жақсы сөз арқылы баламен қарым-қатынасты нығайту.

Міне осы 3 мақсатты орындауға арналған бұл кітапша, практикалық жұмыс дәптері болып табылады.

Оған кіріспес бұрын, сізбен бірге теорияны қайталап алайық.



Ата-ана назары

Сіз көбіне балаңыздың қандай қылықтарына назар аударасыз?

Жалпы назардың өзі екіге бөлінеді. Ол жақсы (позитивті) болуы мүмкін немесе жаман (негативті) болуы мүмкін.

Негативті назар дегеніміз-баланы сөгу, ұялту, кемсіту, айқайлап ұрсу. Тіпті оған көңіліңіз толмайтындығын сөзбен айтпасаңыз да, қас-қабағыңыз арқылы, мимикаңызбен көрсету де негативті назар болып саналады.

Позитивті назар дегеніміз-балаға қарап қуану, баланың жақсы істеріне разылығыңды білдіру, құшақтап сүю, оны жақсы көретініңізді көрсету. Позитивті назар да, кері назар сияқты сөзбен айтпасаңыз да түріңізден, қас қабағыңыздан, тіпті сөйлегендегі дауысыңыздың тонынан сезіліп тұрады.



Назардың қарым-қатынасқа әсері

Балалар тақырыбын қоя тұрып, жақсы назардың сізге қалай әсер ететінін талдап көрейікші. Сізге ең жақын адамдардың сізді бағалауы, сіз туралы жақсы ойлауы, сізді жақсы көруі, сіздің көңіл-күйіңізге әсер ете ме?

Мәселен, күйеуіңіздің сізді мақтап, қолдау көрсетуі, жақсы істеріңізді уақытында бағалап отыруы ше? Ал керісінше сіздің жақсы жақтарыңызды көрмесе, тек кемшіліктеріңізді айтып, критика жасай берсе, бұл сіздің көңіл-күйіңізге қалай әсер етеді?

Зерттеулер бойынша жанұялық өмірде ажырасу, осы бір жұптың жасағанын екінші жұп.

бағаламауынан, ешқандай алғыс айтпай, солай болу керек сияқты қабылдағандығынан болады екен.

Бұл адамдар арасындағы жақсы қарым-қатынастың фундаменті. Яғни, бір-бірін бағалау, мақтау, бір-бірінің кемшіліктеріне кешіріммен қарап, бір-біріне сенім артып, жақсы жақтарына назар аударуға басымдылық беру-бұл жақсы қарым-қатынастың түп тамыры.



Жақсы назар мотивацияға қалай әсер етеді?

Бұл сұрақты талдау үшін, сіз қол астында жұмыс жасаған жұмыс берушіні немесе мұғаліміңізді есіңізге түсіріп көріңізші. Қай жұмыс беруші, қай мұғалім сіздің жұмыс жасауыңызға, еңбек қабілетіңізді арттыруға жақсырақ әсер етті?

Келесі бағанға мына экспериментті жасап көріңіз. Жақсы жұмыс берушіңіздің 5 жақсы қасиетін және ол сіздің жұмыс жасауыңызға қалай әсер еткенін жазыңыз. Дәл солай жаман жұмыс берушіңіздің де жаман мінездерін есіңізге алып, жазыңыз.

ЖАҚСЫ ЖҰМЫС БЕРУШІ

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

ЖАМАН ЖҰМЫС БЕРУШІ

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Экспериментті жасаған болсаңыз, қай адаммен жұмыс істеген ыңғайлырақ екенін түсінген боларсыз. Әлбетте, сіздің еңбегіңізді бағалайтын, сіздің жасаған еңбегіңізге материално және морально сыйақы беретін, кемшілігіңізге кешіріммен қарайтын, сізге жағымды тапсырмалар беретін адаммен жұмыс істеу жақсырақ екенін байқаған шығарсыз.

Керісінше “сенің қателесуіңе жол жоқ”- деп, үнемі критика жасап, қажеттіліктеріңді ескермейтін, жетістіктеріңді бағаламайтын, оған сый көрсетпейтін адаммен жұмыс жасағыңыз келе ме? Әрине “жоқ”-деп жауап бересіз.

Әлбетте бәрі, тек жұмыс берушінің жақсы назарына байланысты емес. Дегенмен бұның рөлі мотивация беруде өте зор. Мұғалімдеріңізді есіңізге алсаңызда, сізді бағалаған, үнемі мақтап жүретін мұғаліміңіз өміріңізде көбірек орын алған шығар.

Енді сұрақ

Балаңызбен қарым-қатынаста сіз жақсы жұмыс берушісіз бе, әлде жаман жұмыс берушісіз бе?

Егер жақсы назар, үлкендермен қарым-қатынаста осынша маңызды рөл атқаратын болса, баламен қарым-қатынаста ол соншалықты маңызды емес деп ойлайсыз ба? Әрине маңызы зор.

Демек, бала мен ата-ана арасындағы қарым-қатынаста, дәл осы заңдылыққа бағынады.

Сондықтан кімді тыңдағың келеді, кімнің айтқанын екі етпей орындағың келеді? Кімді қуантқың келеді? Ойланыңыз.



Сенің жақсылықтарыңды көре білетін, тырысқаныңды бағалайтын, ол үшін қандай да бір морально және материално сыйақы беретін адаммен үнемі жақсы қарым-қатынаста болғың келеді, солай емес пе? Сенің қателіктеріңді “сен жамансың”- деп емес, бұл жай ғана қателік екенін түсініп, оны түзетуге болатынын көрсете алатын адаммен, тіпті үлкен қателікке ұрынып қалсаң да, сенікі дұрыс емес болса да, сені жақтайтын, саған қорған болатын адамға жақын боласың ғой.

Бір қуанарлығы, ата-ана назары баланы тәрбиелеуде, ата-анаға көмектесетін керемет құрал. Өйткені бала дүниеге келгенде, өзі туралы еш ақпаратты біліп тумады. Жасап жатқан ісі дұрыс па, бұрыс па білмейді. Оны тек ата-ананың жақсы не жаман назары арқылы біледі. Яғни, жақсы назар жасаса “бұл болады”, жаман назар жасаса “бұл болмайды”- деп қабылдайды.

Бұл арқылы бала өзі туралы пікір қалыптастырады. Жақсы назар жасаса “мен жақсымын”, жаман назар жасаса “мен жаманмын” деп ойлайды. Бұл балаға табиғатынан жазылған программа. Және бұл программаны ата-ана дұрыс қолдану арқылы, бала тәрбиесінде үлкен жетістіктерге жете алады. Әрине теориялық тұрғыда бұның бәрі оңай сияқты. Біз баланы мақтап, оны жақсы көретінімізді айту, онымен жақсы қарым-қатынас құру қаншалықты маңызды екенін білеміз. Бірақ практика жүзінде біз көптеген қателіктер жасаймыз.

Ендеше, сол қателіктерге тоқталайық.

Ата-ана балаға назар аударуда жіберетін қателіктер

1.Жақсы нәрселерді байқамау. Әрине біз бұның бәрін әдейі жасамаймыз. Біз баламызды жақсы көретініміз, оған жақсылық тілейтініміз рас. Бірақ көбіне баламыздың жақсы жақтарына көз жұмып қараймыз.

Оған бірнеше себеп болуы мүмкін.

1.Бәлкім, кішкентай кезіңізде сіздің жақсы жақтарыңызды байқамаған болар. Ата-анаңыздан көп мақтау естімеген боларсыз. Сондықтан ол сіз үшін қалыпты жағдай болып қалған шығар.

2.Бәлкім сіз тым талапшыл шығарсыз. Яғни, кішкентай жақсы нәрселерді мақтау қажет деп таппайсыз. Тек көзге көрінетін, қомақты нәрселер үшін ғана мақтау керек деп санайтын боларсыз

3.Мүмкін балаңыздың жаман әдеттерінен, оның қателіктерінен көңіліңіз қалған шығар. Сол себепті оның кішкентай жақсы жақтарын байқамайтын шығарсыз.

Ал енді осы жерде өзіңіздің “жаман жұмыс берушіңізді” есіңізге алыңыз. Немесе күйеуіңіз сіздің кішкентай жақсы нәрселеріңізді байқамай, олар онсызда жасалыну керек сияқты қабылдап, тек қана кемшілігіңізді айта беретін болса. Сіз қандай күйде боласыз? Сізге өсуге қандай мотивация болады?

Дәл осы сезімді балаға аударып, оны түсінуге тырысыңыз.

Бұл дегеніміз, балаңыздың кез-келген жақсы әрекетін көрсеңіз, секіріп, қуанып, сондай бір эмоция көрсетіңіз деген сөз емес. Бірақ, баланың сәл болса да тырысқанын бағалап, жақсы жақтарын барынша байқап отыру, оның ішкі мотивациясын қалыптастыруға әсер ететінін жоққа шығармаймыз.

2. Қателікке негативті назар аудару.

Жақсы нәрсені байқамау, ол бір басқа. Ал одан жаманы, баланың қателігіне өте үлкен назар беру. Яғни бала сәл қателессе, анасы айқайлап шығады. Бірден жаман назарын көрсетеді. Және бұл қайталана береді. Жаман назар туралы жоғарыда айтылды. Есіңізге түсіргіңіз келсе жоғарға қайта оралыңыз.

Яғни осының кесірінен, балада шығуы қиын тұйықтық пайда болады. Қателік-айқай, қателік-айқай. Біз не нәрсеге көбірек мән берсек, сол нәрсе өсетінін білеміз. Егер біз баланың қателіктеріне көп назар аударып, соған көп эмоция жұмсайтын болсақ, онда балада да сол нәрсе көбейеді.

Баланы түсінуге болады. Өйткені сен туралы жаман ойлайтын болса, сен туралы тек жаман сөздер айтатын болса, жақсы болу өте қиын. Ол бара-бара осы нәрсеге үйреніп кетеді. Сондықтан да ата-ана қанша ұрысса да, ұрса да баласынан жақсы нәтиже көрмей жатады.

Әлбетте ата-ана бұл мәселенің шешімін тапқысы келіп, басын тауға да, тасқа да соғып жүрген болуы мүмкін. Оған баласы қарсы сөйлеп, оны сыйламайтын сияқты. Кейде тіпті әдейі істейтін сияқты көрінуі мүмкін. Бірақ бұл жағдайдан бала жақсы әсер алмайды. Оған да қиын. Ол жас. Оның өмірден тәжірибесі жоқ. Және бұл ситуациядан қалай шығу керек екенін білмейді.

Әрине біз бұл жерде баланың кемшілігін, қателігін мүлдем айтпа деп тұрған жоқпыз. Өйткені өмірге үйрену үшін, міндетті түрде қай жерде қателесіп жатырсың білу керек, көру керек, оны түзеу керек.

Яғни бала тәрбиесінде мақтаудан бөлек, критикаға да орын бар. Ол міндетті түрде болу керек. Бала бір нәрсені бүлдірсе, оның қалай болу керек екені алдын-ала үйретілген, қалыптасқан ережені бұзса, балаға оны айту керек.

Бірақ критиканың конструктивті (сындарлы сын) болуы маңызды. Ол сіздің негативті эмоцияңызбен қатар жүрмеуі керек. Ол салмақты айтылу қажет. Бұл қателікті қалай түзетуге болатынын, қалай істесе дұрыс болатынын байсалдылықпен үйрету керек.

Қорыта айтқанда, нақты қай жерден қате кеткені, қалай түзеу керек екені толық айтылған критикамен, сіздің негативті эмоцияңызбен, балаңыздың ар-намысына тиіп, кейде тіпті оған қол жұмсаумен айтылған критиканың арасы жер мен көктей.

Осы кезде өзіңіздің жаман жұмыс берушіңізге қайта оралыңыз. Негативті эмоциямен, үйіп-төгіп критика айтқанда, көбіне жұмысшы бұл қателікті қалай түзету керек екенін білмейді. Одан өзін нашар сезініп, жұмыс жасауға деген құлқы болмай қалады.

Бұл жағдайдан қалай шығамыз?

Егер сіз айтылған осы кемшіліктерден өзіңізді танысаңыз. Демек сіздің балаңызбен қарым- қатынаста белгілі бір қатып қалған әрекеттер (стереотипное поведение) қалыптасқан.

Ендігі мақсат осы сценарийге өзгеріс енгізу. Ол қандай өзгеріс? Яғни, негетивті назарды азайтып, керісінше жақсы нәрсеге, позитивті назарды көбейту.

Демек, мақтау арқылы баланың әдеттерін өзгертуге болады. Ол үшін сіздерге арнайы үй жұмысын ұсынамыз.



Үй жұмысы

Сіз енді баланың жақсы жақтарын байқаймын деп шешім қабылдағаныңызбен, бала өзінен-өзі өзгеріп кетпейтіні анық. Ол бұрынғыдай сіздің ашуыңызды туғызатын әдеттерін жалғастыра беруі мүмкін. Бірақ біз бұрынғыдай реакция жасап, әрекет етуді тоқтатамыз.

Мәселен, балаңыз біреуді ұратын болса, қолын ұстап, “Бұлай жасауға болмайды, “немесе балконнан түкіруге болмайды”, “ойнап болғасын, ойыншықтарыңды жинаймыз” деп салқынқандылықпен айтамыз.

Яғни, осы аптадағы басты мақсат, мейлінше негативті назарыңызды азайту. Баланың дұрыс жасамаған нәрселеріне, қалай дұрыс жасау керек екенін айтып, тоқтату. Артық эмоция шығармау.

Сонымен қатар, біз баланың жақсы жақтарын байқап, жақсы назарымызды көбейтеміз. Тіпті ол сіздің ашуыңызға тиетін жаман әдет жасап жатқанның өзін де де, оның жақсы әдеттерін тауып алуға тырысып, оған жақсы назар береміз.

Бірақ осы жерде ата-ана бірнеше қиынтармен кездеседі. Ол қиындық ең алдымен ата-ананың басындағы шаблондарға байланысты.



Сол шаблондарға тоқталып кетейік.

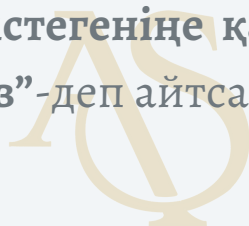
Бірінші шаблон (установка): **“Бала мақтауға тәуелді болып қалуы мүмкін, бұдан кейін оны үнемі мақтап отыру керек”**

Олай қорқудың қажеті жоқ. Мысалға кез-келген музыкалық аспапта ойнап үйреніп жүрген баланы алуға болады. Оған басында әр нота қиындықпен беріледі. Кейін тәжірибені көйбейткен сайын, аспапта қиналмай ойнауды үйреніп кете алады.

Сол сияқты қазір біз баламызды әрбір, тіпті кішкентай жетістігі үшін мақтаймыз. Бірақ ол өмір бойы мақтаймыз деген сөз емес. Бала үшін ол жақсы нәрселер қалыпты болып кеткен кезде, біз әрине мақтауды тоқтатамыз. Бұрын киінгенде байбалам салып (истерика) киінетін бала, кейін ол әдетін өзгерткен кезде, біз тағы да “алақайлап” қуанбаймыз, әрине. Мақтау тек сол нәтижеге жеткенше ғана қолданылады.

Ата-ананың екінші қорқынышы: **“егер көп мақтап жіберсем, бала тек өзі жақсы болған кезде ата-анасы жақсы көреді, жаман болған кезде жақсы көрмейді деп ойлайды”.**

Бұл ойда тегіннен-тегін емес. Бұл нәрсе, егер ата-анасы жақсы жағын көріп, **“біз сенің жақсы жетістікке жеткеніңе, осындай жақсы нәрсе істегеніңе қатты қуанамыз, біз осы үшін сені жақсы көреміз”**-деп айтса ғана болады.



Егер сіз осындай сөзді қолдансаңыз, әлбетте балаңыз **“мені ата-анам тек жақсы болсам ғана жақсы көреді”**- деп ойлап, өмір бойы басқалармен қарым-қатынаста, жақсы болуға, солардың махаббатына лайық болуға тырысып жүретін болады. Ол әсіресе қыздар үшін өте қауіпті.

Бастысы баланың істеген ісімен, жеке басын ажырата білуіміз қажет. Яғни, балаға **“сен жақсы баласың, өйткені сен бүгін өзіңді өте жақсы ұстадың”** деген сөздерді айтпаймыз. Бала не істесе де жақсы. Өйткені ол сіздің балаңыз.

Мақтауды тәрбие құралы ретінде қолданудағы ата-ананың үшінші қорқынышы **“бала өзінше болып кетеді”**. Бұл қорқыныштың да жаны бар. Шынымен де, егер жөн-жосықсыз мақтай берсе, бала өзінше болып кетуі мүмкін. Өзін Құдайдай сезініп кетуі мүмкін.

Бұндай нәрсені болдырмас үшін, біз мақтау әдісінің шарттарын толық меңгеруіміз керек.



Мақтау әдісінің шарттары

1 қадам

Мақтауды дұрыс қолдануға сізге екі апталық үй жұмысын береміз.

Үй жұмысын жасау алгоритмі:

Алғашқы аптаға, әрі кетсе екі аптаға сіз баладан қалайтын өзгерісті жазыңыз. Мүмкін сіз 5-6 өзгеріс қалайтын шығарсыз. Бірақ алдымен бір, немесе екі өзгеріс жазуға болады. Одан артық жазбаймыз.

Мысалы: Бала сізді естімейтін сияқты, айтқаныңыз бір құлағынан кіріп, екінші құлағынан шығып жатқан сияқты болса, осыны жазамыз. Енді сіз балаңыз сіздің айтқаныңызды естіп, тез арада түсінгенін қалайсыз. Немесе балаңыз мектепке сөмкесін ұзақ жинайды. Сіз оның айқай шусыз, тез жиналғанын қалайсыз. Міне сол сияқты нақты қай теріс әдетін, оң әдетке айналдырғыңыз келеді, соны жазамыз.

2 қадам

Енді дәл осы әдеттеріне қарсы жақсы нәрселерді байқаймыз. Мәселен сізді мүлдем тыңдамайтын бала, бір секунд көзіңізге қарады ма, міне осының өзі жақсы. Күнде истерика жасайтын адам, күні бойы 30 рет истерика жасап, бір рет айтқаныңызға көнді ме, міне осы да жақсы өзгеріс.

Иә бұл әлі де кішкентай. Бұл сіздің ойыңыздағыдай кемшіліксіз емес. Әйткенмен де осы кішкентай дозаларды жинақтаймыз. Тамшылардан көл жинаймыз.

Көзіңізге уақытша, “розовый очки” киіп алыңыз. Тек жақсы нәрселерді көреміз, жаман нәрсені көрмейміз.

Тағы да мысал келтіріп кетейін. Мысалға күнде төбелесетін екі балаңыз, күні бойына 5 рет төбелессе, оған назар аудармауға тырысасыз. Алтыншы рет төбелеспей ойнап отырса, осыны байқап жақсы назарыңызды бересіз. Өзіңіздің эмоцияңызды бересіз.

Эмоцияны қалай береміз? **“Керемет”, “супер”, “жарайсың”** деген сияқты сөздерді қолданамыз. Шынымен разы екеніңіз сіздің бет-әлпетіңізден сезіліп тұру керек. Осы сөздерден кейін, нақты несіне, қай әрекетіне разысыз соны айтамыз.

Мысалы: **“Жарайсың, машиналарыңның бәрін каробкаға салып қойыпсың ғой”, “Алтыным, қандай кереметсің, мен сұрағанда, қайталап бірден жасағаныңа сондай қуанып тұрмын”, “Мен сөйлегенде, сенің көзіме қарағаның кәдімгідей ұнап тұр”, “Киімдеріңді айтқызбай шкафқа апарып тастағаның, сенің өскеніңнің белгісі, мен сондай қуанып тұрмын”, “Сендердің бір-біріңмен төбелеспей ойнағандарыңды көгеніме қуаныштымын”.**

Ескерту. Баланың жақсы әрекетін көргенде, сол бойда мақтаймыз. Таңертең байқағаныңды кешке, үйге келгесін, бір сағаттан кейін дегенді ұмытамыз. Қалай байқаймыз, сол бойда мақтаймыз.

Келесі бір бақылауда ұстайтын дүние, бос мақтаудан, мақтауға тұрмайтын нәрселер үшін мақтаудан аулақ болу.

Ата-аналар жиі мынадай қателіктер жасайды. Бала жасап жатқан теріс әрекетпен қалай күресу керек екенін білмей, мақтай бастайды. Мәселен баласы истерика жасап, ұйқтамай жатса, анасы оны қушақтап сүйеді. Бұл арқылы анасы баланың жаман әдетін, өз қолымен одан сайын қазық сияқты қадап жатқанынан бейхабар.

Үшінші ескеретін қателік. Мақтағаннан кейін өзіңіздің сөзіңізді өзіңіз жуып шаю. Бұндай мысалдар да жиі кездеседі. Мәселен, баласы ойыншықтарын жинап тастады. Анасы келеді де **“жарайсың, 30 рет қақсатып әйтеруір жинадың ғой”** деген сияқты сөздер айтады. Бұл не? Мақтау ма әлде даттау ма?

Осы үй жұмысын жасау барысында қандай қиындықтармен кездесуіңіз мүмкін?

Не үшін мақтау керек екенін таба алмай тұрмын. Егер сізге балаңызды мақтау қиын болса, демек сізде екі проблема бар деген сөз.

Сіз тым талапшылсыз немесе сіз баланың кішкентай жетістіктерін байқамайтын адамсыз. Бұл жерде сізге жоғарда айтылған кеңесті қайталаймыз. “Розовый очки” киесіз де, болмайтын, тіпті мақтауға тұрмайтын, бір сәттік болса да, кішкентай әрекеттерін там-тұмдап жинап, мақтай бересіз.

Мысалы:

1.Бала айтқан сөзді ұқпайды,сізді тыңдамайды, қырсық. Бірақ бір сәтте сіз “Маған жақындашы”- деп айтып едіңіз, бала қасыңызға бірден келді. Міне мақтауға тұратын нәрсе.

2.Бала сабаққа дайындалғанда, кітап оқығанды ұнатпайды, тіпті жек көреді делік. Бірақ бір рет алғашқы бес минутында, тыныш отырып оқиды. Бұл да мақтауға тұратын дүние.

3.Бала ойыншықтарын ешқашан жинамайды. Бұл процесс сіздерде үлкен айқаймен іске асатын. Бірақ бір рет жүз машинаның ішінен, бір машинаны көтерді. Бұның да мақтауға тұратын нәрсе екенін біліңіз.

Тіпті мақтайтын нәрсе таппай жатырсыз ба, онда талабыңызды төмендетесіз. Яғни, бала жаман емес жасайтын нәрселер үшін де мақтай бастайсыз. Күнделікті, үйреншікті нәрселерінің өзі мақтауға тұрарлықтай болуы мүмкін.

Мысалы: Ешқандай истерика жасамайды. Киініп шешінуден сізге қиындық тудырмайды, яғни өзі киініп, шешінеді. Өзімен-өзі тыныш ойнай алады. Міне мақтайтын нәрсе.

Өзі солай болу керек демеңіз. Кейбір ата-аналарда ол да жоқ.



Әдетте осындай талапшыл ата-аналарға мақтау қиын болады. Өйткені олар “ кітап оқығаны үшін мақтаудың не керегі бар, он рет қақсатып оқуға отырды ғой”- деуі мүмкін. Немесе “тынышталғаны үшін мақтаудың не керегі бар. Оның алдында адамды ұятты қылып, көршілерге естіртіп истерика жасаған жоқ па”деген ойда болуы мүмкін.

Бұл бізде уақытша жаттығу екенін ұмытпаңыз. Алдағы екі аптаның ішінде талабыңызды төмендетіп, тіпті сіздің көңіліңізден шықпайтын, әлі идиалға жетпеген жақсы әрекетінің өзін байқап, мақтап отырыңыз.

Ал егер бала қарсылық танытып, “Жоқ мен жақсы нәрсе жасаған жоқпын “, “мен жақсы бала емеспін”деген сияқты нәрселер айтса, не істейміз?

Иә, бұндай да болуы мүмкін. Егер сіз балаңызға мақтау арқылы жиі манипуляция жасап, “сен жақсы баласың ғой, жей ғой тамағыңды” деген фразаларды жиі қолданатын болсаңыз, осындай жағдай орын алуы мүмкін.

Сондықтан да, тағы қайталаймын. Балаңыздың нақты қай әдетінде жақсы өзгеріс болғанын қалайсыз, соған қатысты мақтаймыз. Есіңізде болса, біз 10 әдет жазған жоқпыз. Бір немесе екі әдетін жаздық. Ал енді балаға қалыпты нәрсеге айналған әдеті үшін жөн-жосықсыз мақтай бермейміз. Және мақтаумен манипуляция жасамаймыз. Яғни өзіңіздің айтқаныңыздан шығармау үшін, сіз қалағандай болуы үшін, әзірге қолданбаймыз.

Ескерту!

Бұл нәрсе айтылды, сонда да тағы есіңізге сала кетейін. Егер бала еркеліктің шегіне шығып, мүлдем жасауға болмайтын, сізге ұнамайтын әрекеттер жасап отырса, сізге ұнамайтынын, ондайды жасауға бомайтындығын салқынқандылықпен айтуды ұмытпаңыз. Яғни сөзіңізден де, жүзіңізден де, эмоцияңыздан да разы емес екеніңіз білініп тұруы керек. Кейбір ата-аналар “болмайды” деп сөзбен айтып тұрса да, еш салмақсыз, дауыстарынан қарсылық сезілмей, тіпті күліп айтып жатады. Осы қателікті жасамаңыз.

Әлбетте сіздің балаңыздың кейде теріс қылықтарының өзі, соншалықты тәтті болады. Ондай сәтте ұрысқың да келмейді. Бірақ біз қазір сізге ұрысу туралы айтып жатқан жоқпыз, тек қана балаңызды қателестірмеңіз. Сіз оған болмайтын нәрселерді бірде болмайды деп қатал түрде айтып, бірде күліп- ойнап айтатын болсаңыз. Бала дұрыс түсінбейді де өзінің теріс қылықтарын жалғастыра береді. Қай жерде дұрыс, қай жерде қате жасап жатқанын ажырата алмайтын болады. Бала анализ жасай алмайды. Сондықтан да қаншалықты жүрегіңіз езіліп бара жатса да, бұлай істеуден аулақ болыңыз.



Алғашқы аптадағы өзгеріс

Аталған әдістердің бәрін қолданғанда, алғашқы аптадан-ақ балаңызбен қарым-қатынасыңыз танымастай өзгеріп кетеді деп айта алмаймыз. Тіпті мүлдем өзгермеуі де ғажап емес. Өйткені балаңыз сіздің негативті назарыңызға әбден үйреніп кеткен болуы мүмкін. Дегенмен сіз осылайша жалғастыра берсеңіз, уақыт өте бала сізді қарым-қатынас жасауға жақсы адамдар ретінде қабылдай бастайды. Яғни біртіндеп сіз туралы пікірін өзгертеді. Оның сіз туралы пікірінің өзгеруі, әлбетте сіз туралы қарым-қатынастағы әрекеттерінің де өзгеруіне алып келеді.

Сіз өзгерткіңіз келген теріс әрекеттегі, сәл болса да жақсы өзгерісті байқадыңыз ба, бірден баланы мақтайсыз. Не үшін, қандай әрекеті үшін мақтағаныңызды айтасыз. Және мүмкіндік болса құшақтап, сипау немесе сүю арқылы тактильді контакт жасауға тырысасыз.

Мақтау әдісін қолдануда, балалардың жасына байланысты әр түрлі нұсқалар болатынын ескеруіміз керек.

3 жасқа дейін. Бұл жаста балалар сөзге түсінбеуі мүмкін. Сондықтан да сіздің мақтау әдісіндегі ең басты назар аударатын нәрсеңіз, ол сіздің эмоцияңыз, бетіңіздегі жылы шырайыңыз болу керек.

4-7 жас аралығы. Жоғары да айтылған үш компоненттің бәрін қолдануға болады. Әсіресе құшақтап сүю әдісін. Бірақ бала қарсы болып жатса, тек бірінші, екінші әдісін қолданамыз.!

8-12 жас. Бұл жаста әрине мақтауды оңды-солды қолдана бермейміз. Өйткені қарапайым нәрсе үшін мақтау балаға күлкілі көрініп, тіпті сенімсіздік тудыруы мүмкін. Сол себепті бұл кезеңдегі мақтау мейлінше салмақты, әрі нақты болу керек.

Бұл жастағы балалардың өзінше өмірге деген көзқарастары қалыптасып қалған деп айтуға болады. Сондықтан да сіздің аяқ астынан өзгерісті қалайтыныңыз, балада сенімсіздік тудырмас үшін, бұл әдіске көшкеніңізді ашық айтсаңыз болады.

Яғни “бұған дейін мен саған қатысты кейбір нәрселерді дұрыс жасамаппын. Кейбір нәрселерде тым талапшыл болыппын, ал кейбір сенің жақсы жақтарыңды байқамаппын. Мен өзгергім келеді. Сондықтан да мен сенің кемшіліктеріңді емес, жақсы жақтарыңды байқауға тырысып жүрмін.

Маған сенде көмектесіп қойшы”- деп, осы үй жұмысын атқаруда баланың өзінен көмек сұрасаңыз болады.



Қорытынды

Мақтау өте маңызды. Ол балаңыздың өзі туралы жақсы пікірін қалыптастырады. Сонымен қатар бала жақсы істеріне жақсы көзқарасты білген кезде, әрі қарай оны көбейтуге тырысып, тек оң бағытта өзгеруге мотивация алады. Сондықтан бұл іске немқұрайлы қарамай, өзіңіз және балаңыз үшін үй жұмысын тиянақты орындаңыз.

Сәттілік тілеймін!

