

Ата-аналарға кеңес беру "баламен қарым-қатынас құпиялары".

Мақсаты: ата-аналарға баламен қарым-қатынас мәселесі туралы ойлануға мүмкіндік беру. Ата-аналарды тиімді қарым-қатынас әдістерімен қаруландыру.

Байланыс дегеніміз не. Қарым-қатынас бала үшін қаншалықты маңызды?

- Баланың айналасындағы ересектермен қарым-қатынасы тек шарт қана емес, сонымен бірге оның психикалық дамуының негізгі көзі болып табылады. Егер бала адамзат қоғамында бар білімді, дағдыларды, қабілеттерді, қатынастарды игермесе, бала қалыпты адам бола алмайды. Мұның бәрін ол жалпыадамзаттық қоғамның басқа адамдарымен қарым – қатынаста ғана игере алады.

Әңгімелер кішкентай балалар жақын адамдарымен қарым – қатынастан айырылған кезде белгілі фактілер, бұл маугли балалары. Мұндай балалар басқа адамдармен қарым-қатынас жасау тәсілдерін, әлеуметтік мінез-құлық тәсілдерін білмеді, психикалық дамудың төмен деңгейін анықтады және іс жүзінде адамзат қоғамына бейімделе алмады.

Психологиялық зерттеулер көрсеткендей, айналасындағы ересектермен қарым-қатынас тапшылығы, жылу, махаббат, түсіністік тапшылығы баланың жеке басының қалыптасуын бұзады. Бала неғұрлым аз болса, ересек отбасы мүшелерімен байланыс соғұрлым маңызды болады.

Ересектермен эмоционалды қарым-қатынаста болашақ тұлғаның негізі қаланады: әлемді көру, есту, қабылдау қабілеті, танымдық қызығушылық, қауіпсіздік сезімі, өзіне деген сенімділік дамиды. Егер өмірдің алғашқы айларында бала жақын адамдарынан тиісті жылу алмаса, болашақта бұл өзі туралы білуге мүмкіндік береді. Бала қатал және пассивті, өзіне сенімсіз немесе, керісінше, қатыгез, агрессивті болады...

Отбасында әркім шынымен тыңдай алуы, өз эмоцияларын шын жүректен білдіруі, жанжалдарды бейбіт жолмен шешуі, екіншісінің қадір-қасиетін құрметтеуі өте маңызды. Егер жалпы отбасында бейбіт және мейірімді атмосфера болмаса, баламен дұрыс қарым-қатынас орнату мүмкін емес.

Баламен қалай байланысу керек?

- Балаға тамақ сияқты қарым-қатынас қажет. Нашар тамақ ағзаны улайды, дұрыс емес қарым-қатынас баланың психикасын "уландырады", оның психикалық денсаулығына, эмоционалдық әл-ауқатына соққы береді. Зерттеулер көрсеткендей, ата-аналардың өзара әрекеттесу стилі баланың психикасына еріксіз енеді. Бұл мектепке дейінгі балалық шақта болады және әдетте бейсаналық. Ересек адам ретінде адам оны табиғи түрде көбейтеді. Нәтижесінде ұрпақтан ұрпаққа жалғасады

қарым-қатынас стилінің әлеуметтік мұрасы. Ата-аналардың көпшілігі балаларын бала кезіндегідей тәрбиелейді.

Мәскеу университетінің профессоры Юлия Борисовна Гиппенрейтердің кеңестері және оның " баламен сөйлесу. Қалай?»

Ең алдымен, сіз баланы міндетті түрде қабылдауыңыз керек – оны ақылды, сабырлы, әдемі емес, сіздікі болғандықтан, ол үшін жақсы көріңіз!

Психологтар махаббатқа деген қажеттілік адамның негізгі қажеттіліктерінің бірі екенін дәлелдеді. Оның қанағаттануы баланың қалыпты дамуы үшін қажетті шарт болып табылады.

Сіз балаға деген сүйіспеншілігіңізді қалай білдіресіз?

- Әрине, сүйіспеншілікке деген қажеттілік балаға оның сізге қымбат, маңызды, қажет екенін, оның жай ғана жақсы екенін және оны мейірімді көзқарастармен, жанасулармен, мейірімді сөздермен сүйемелдеу арқылы қанағаттандырылады.

Сіз балаңызды күніне қанша рет құшақтайсыз?

- Әйгілі отбасылық терапевт Вирджиния Сатир баланы күніне бірнеше рет құшақтауды ұсынды. Ол әр адамға өмір сүру үшін күніне 4 құшақ қажет, ал әл-ауқат үшін күніне кемінде 8 құшақ қажет дейді. Мұндай назар белгілері эмоционалды түрде өсіп келе жатқан денені тамақтандырады және оның психикалық дамуына көмектеседі.

Егер біз балаға ашулансақ, оны үнемі тартып, сынға алсақ, онда нәресте жалпылауға келеді: "олар мені жақсы көрмейді". Адамға оны жақсы көру, құрметтеу, біреуге қажет және жақын болу керек. Адамның бақыты ол өмір сүретін ортаның психологиялық әл-ауқатына, сондай-ақ балалық шақта жинақталған эмоционалды багажға байланысты. Климат пен багаж қарым – қатынас стиліне, ең алдымен ата-ананың баламен қарым-қатынасына байланысты.

Ересектер балаға деген наразылықтарын қалай білдіруі керек?

- Мамандар кеңес береді: балаңызбен қаншалықты дұрыс қарым-қатынас жасайтындығыңызды талдау үшін біз сізге кішкене тапсырманы орындауды ұсынамыз. Бірнеше сұрақтарға жауап беріңіз.

* Күні бойы балаға эмоционалды жағымды сөздермен (қуанышты сәлемдесу, мақұлдау, қолдау) қанша рет жүгінгеніңізді есептеңіз?

* Теріс сөгіспен, ескертумен қанша рет?

* Күні бойы сіз баланы қанша рет құшақтайсыз (таңертеңгі сәлемдесу және түнде сүйісу есептелмейді)?

• Баламен қарым-қатынаста қандай мейірімді сөздерді қолданасыз?

* Сіз ашуланған кезде баланы қандай сөздермен атайсыз?

Баламен тиімді қарым-қатынас принциптері.

* Отбасында ата-ана тәрбиесі мен баламен қарым-қатынас мәселелері бойынша көзқарастардың бірлігін сақтаңыз.

* Бала үнемі жақындарының сүйіспеншілігін сезінуі керек.

* Баланы барлық ерекшеліктерімен сол күйінде қабылдау керек.

* Қарым-қатынас кезінде балаға қызығушылық таныту, бас изеу, мақұлдау және т. б.

* Баланың ересек отбасы мүшелерімен қарым-қатынас жасауға деген ұмтылысын қолдау.

* Қарым-қатынас жағымды эмоционалды реңкке ие болуы керек. Онымен қарым-қатынас кезінде балаға жиі күлімсіреңіз. * Баланың жетістіктері мен жетістіктерін байқаңыз, онымен бірге қуаныңыз.