

## Психологтың кеңесі "ашулану кезінде не істеу керек?»

Балалардың ашулануы кезінде ең бастысы — сабырлы болу, қауіпсіздікті қамтамасыз ету және тыйымдарды жоймай манипуляцияға берілмеу. Жақын болу маңызды, бірақ айқайлаған баланы ескертуге тырыспаңыз. Оңтайлы: егер ол сұраса, құшақтаңыз немесе дауылды күтіңіз, оны шетке шығарыңыз және тынышталғаннан кейін жанашырлық танытыңыз.

Психологтардың негізгі ұсыныстары:

Сабырлы болыңыз: сіздің дүрбелеңіңіз немесе агрессияңыз жағдайды нашарлатады. Бала сіздің жағдайыңызды көрсетеді.

Қауіпсіздікті қамтамасыз етіңіз: өткір бұрыштарды алып тастаңыз, басыңызды ұрмаңыз, қажет болған жағдайда бір деңгейде болу үшін онымен бірге отырыңыз.

Мойындамаңыз: егер ашуланшақтық бас тартудан (тыйым салудан) туындаса, "жоқ" сөзінен бас тартпаңыз. Әйтпесе, ашуланшақтық қалаған нәрсені алу тәсілі ретінде бекітіледі.

"Көрермендерді" елеменіз, бірақ баланы емес: егер сіз қоғамдық жерде немесе топта болсаңыз, баланы шетке шығарыңыз. Егер ол қорқатын болса, оны жалғыз қалдырмаңыз, бірақ шыңында сөйлесуге тырыспаңыз.

Тынышталғаннан кейінгі әдіс: бала тыныш болған кезде, оны құшақтап, оның сезімін айтыңыз ("сіз ашуландыңыз, өйткені...") және Ережені қысқаша түсіндіріңіз.

Ойындар мен режим: ашуланшақтықты нақты күн режимімен, рәсімдермен (белгісіздікке жол бермеу үшін) және ұсақ-түйекке таңдау құқығымен ескертіңіз.

Не істеуге болмайды:

Баланы айқайлау, ұру немесе шайқау.

Ашуланған сәтте белгілерді тәрбиелеу және оқу — бала сізді естімейді.

Баланы жалғыз үмітсіз күйде қалдыру (егер сіз өзіңіз шетте болсаңыз, алыстағаныңыз жөн)