Нысанбекова Бақыт Болатқызы

Ата-аналарға кеңес беру

"Балалар қорқынышы"

Әр адам қорқады және бұл жасқа байланысты емес. Қорқыныш-бұл ағзаның тітіркендіргішке табиғи және болжамды реакциясы, ол біздің санамыз қауіп ретінде көреді. Бірақ қорқынышты жеңе аламыз, онда балалар өте қиын. Олар көбінесе олармен не болып жатқанын өздері түсінбейді. Тек өте ыңғайсыз сезінеді. Сіз барлық балалар қорқынышын жеңе алмайсыз, өйткені олардың кез келген балада көп. Бірақ сіздің міндет – бұл үйрену барабар оларға қамқорлықпен қарауға көңіл аудару, жасақтайды және тырысуы өзі болмау себебі қорқу.

Балалар қорқынышы ұғымы

Балалар қорқынышы-бұл 16 жасқа дейінгі баланың алаңдаушылық немесе мазасыздық сезімі. Әрбір жас психикаға әсер етуі мүмкін өз қорқынышын көтереді. Егер балалар қорқынышы жеңсе, онда бұл батыл, өзіне сенімді және ынталы тұлғаны өсіруге көмектеседі. Егер қорқынышқа назар аудармаса, онда бала ата-ана қорғанысының толық көлемде екенін білмейді және болашақта қайғыға ұшырайды. Әсіресе күшті және ұзақ қорқынышты пысықтау қажет.

**Балалар қорқынышы қайдан келеді**

Мазасыздық, қорқыныш және фобия-бұл балалар ғана емес, ересек қорқыныштың үш сатысы. Кейбіреулер тез пайда болуы және жоғалуы мүмкін, басқалары ұзақ уақытқа (кейде мәңгі) жадта анық із қалдырады. Оқиға қайталанбайды, бірақ қорқыныш қалады.

Жаңа туған бала әлі себептері мен салдарларын түсінбейді,яғни қисынды ойлай алмайды. Сондықтан ол әлемді ата-анасы ретінде толық қабылдайды. Осыдан қорытынды: ата-аналар өзінің барлық қорқынышын баланың психикасына көшіру арқылы ауыстыра алады. Үрейлі көзқарас және интонация – жетілмеген ақылдың қорқынышы берілетін жіптер. Сондықтан ең маңыздысы-ата-аналардың кез келген тітіркендіргішке реакциясы. Баланың не болғаны маңызды емес екенін есте сақтаңыз. Ол анасын қарап, былай деп шешеді: жылап тұр ма, жоқ па. Егер ол қорқып қалса, баланың реакциясын күтіңіз. Бұдан басқа, қорқыныш үшін себептер жеткілікті.

Бір нәрсе қорқынышты. Оқиға - балалар қорқынышының негізгі себебі. Бұл қатты айқайлап, фильмнің қорқынышты сахнасы, лифтте кептелу, баланың немесе туыстың жарақаты, ата-анасынан қорқу, осьтің немесе иттің тістеуі, жерлеу болуы мүмкін. Егер баланың ата – анасы-тұрақты психикасы бар, бейонфликтік емес, тыныш, позитивті және өзіне сенімді адамдар болса, онда қорқыныш қысқа мерзімді болады. Егер жаңа туған нәрестеде ата-аналардың ұрыстары және басқа да жарақат алған жағдайлар болса, онда ол өзіне сенімсіздік тудырады. Бұл нақты жағдайға байланысты қорқыныш жадқа тұрақты бекітілуі мүмкін дегенді білдіреді. Мұндай балалар иттерден, жәндіктерден сақтана бастайды және кез келген жағдайға жиі жауап береді.

Қиял. Көбінесе балалар қорқынышының кінәсі тым дамыған қиялға айналады. Белгілі бір жағдай орын алады, және қоян өз ақылында егжей-тегжейлі аяқтайды. Мысал ретінде түнгі көлеңкелерді келтіруге болады. Скомкан көрпе қабырғада көлеңке жасайды және бала қиялда бұл қасқыр немесе ғажайыптар деп ойлайды. Егер ол мультфильмдерді жақсы көрсе және басқа планеталар туралы түсінікке ие болса, онда ол терезеге жарқыраған айдан қорқуы мүмкін. Сонымен қатар, оның қиялдары оны бақылайтын өзге планеталарды ойлап табуды бастайды. Мұнда Кощея, Яги мен Мойдодыр қорқынышын жатқызуға болады. Сондықтан баланы теледидардан қоршау және оның мультфильмдерін сүзу маңызды.

Отбасындағы жеңілдіктер. Жұбайымен ұрыс-бұл қалыпты. Бірақ бұл дұрыс – конструктивті және төмен тондарда істеу керек екенін есте сақтаңыз. Егер әрбір жанжал қатты сөздерді қолданып, есіктерді қопарып, ыдыс – аяқты сындырып, жанжалға ауысса, баланың қорқынышты, үрейлі және қыңыр болады деген таңқаларлық емес.

Әлеуметтік өмірдегі үлестер. Мұғалімдермен, бір жылдық және басқа адамдармен жанжал социофобияның себебі болуы мүмкін. Бала ұжымдардан қорқады және өзін скованно сезінеді. Егер олар уақытында байқалса, мұндай балалар қорқынышын жеңу қиын емес. Алайда, сіз бірнеше жыл өткеннен кейін ғана білуге мүмкіндік бар. Сондай-ақ бала балалар лагеріне барғаннан кейін қорқынышпен өсе алады, онда балалар бір-біріне түнде қорқынышты әңгімелейді.

Невроз. Кейде невроз деп аталатын психологиялық ауытқу қорқыныштың себебі болады. Ол бірте-бірте және егер қорқыныш бәсеңдесе, күшейтілсе және пысықталмаса ғана өндіріледі.