

ISSN 1998-6718



# *Мектептегі* **ПСИХОЛОГИЯ** *в школе*



*Конституция дегеніміз – Мемлекеттік  
идеология*

*Коррекция эмоционального состояния  
детей младшего школьного возраста  
посредством развития музыкального  
восприятия*

*Цифрлық дәуірдегі отбасы тәрбиесі мен  
құндылықтары*

*10(208)*  
*2025*







## Құрметті оқырман қауым!

Қолдарыңызға тиіп отырған журнал мектеп, мектепке дейінгі, арнайы, жоғары оқу орындары мұғалімдері мен оқытушыларына, жалпы оқырмандарға арналған. Журналға «Казпочта», «Ернұр пресс», «Евразия Пресс», «Эврика почта» және Post.kz сайты арқылы жазылған тиімді.

## Жазылу ай сайын жүргізіледі.

### Мекен-жайымыз:

050036, Алматы қаласы, Мамыр-2, 13-7.







№10(208), 2025  
(Қазан-Октябрь)

# МЕКТЕПТЕГІ ПСИХОЛОГИЯ ПСИХОЛОГИЯ В ШКОЛЕ

Журнал 2006 жылдың қаңтар-ақпан айынан бастап  
қазақ және орыс тілдерінде шыға бастады.

Журнал издается с января-февраля 2006 года на казахском и русском языках  
2011 жылдан бастап ай сайын шығады – С 2011 года выходит ежемесячно

(Республикалық ғылыми-теориялық және қолданбалы журнал – Республиканский научно-теоретический и прикладной журнал)

## МАЗМҰНЫ - СОДЕРЖАНИЕ

### Н. ЕСЕНФАЗЫ

Конституция дегеніміз – Мемлекеттік идеология .....3

### Б. АМАНҒАЛИЕВА

Балалар үйінде тәрбиеленуші жеткіншектердің  
психологиялық қарым-қатынас сипаттамасы .....4

### Т. ҚДЫРНИЯЗОВА

Мектеп психологының қызметі жайлы .....9

### І. ӘЛІМЖАН

Оқушылардың мазасыздануын төмендетуге арналған  
психологиялық жаттығулар.....13

### А. ВАЛИЕВА

Коррекция эмоционального состояния детей младшего  
школьного возраста посредством развития музыкального  
восприятия .....16

### С. АРЕНОВА

Адаптация учащихся 5 класса к условиям обучения в  
среднем звене общеобразовательной школы .....21

### А. ДАВЛЕТОВА

Методика на раскрытие творческого потенциала  
школьника.....25

### Г. ИСАБЕКОВА

Оқушыларды қиял ұғымымен таныстыру .....29

### Д. АХМЕДАЛИЕВА

Бала тәрбиесіне ата-ана қарым-қатынасының әсері.....32

### А. СЕРЖАНОВА

Оқушылардың сенімділіктерін арттыруға арналған  
психологиялық тренинг .....37

### С. МОЛДАХАНОВА

Цифрлық дәуірдегі отбасы тәрбиесі мен  
құндылықтары.....42

### Н. АЗЕНОВА

Оқушыларға арналған психологиялық сабақ.....45

## ҚҰРЫЛТАЙШЫ:

«Педагог LTD» ЖШС

Бас редактор –

**Ақнұр ОЛЖАЕВА**

Ғылыми редактор –

**Маржан АХМЕТОВА**

20. 05. 2010 ж.

ҚР Байланыс  
және ақпарат  
министрлігінде  
қайта тіркеліп, №10964-Ж  
күелігі берілді.

Басылым индексі: 75487

Басуға қол қойылды

28. 10. 2025 ж.

Офсеттік басылым.

Тапсырысы: 320.

## Редакцияның

### мекен-жайы:

050036, Алматы қаласы,  
Мамыр-2 ы/а, 13-7.

### Тел/факс:

8 (727) 255-72-94.

Ұялы тел: 8 777 303 37 67.

### Эл пошта:

pedagog-ltd@mail.ru

### Сайт:

www.pedagogltd.kz

Журнал <<Print  
House GERONA>>

типографиясында  
басылды.

Алматы қаласы, Сәтбаев  
көшесі 30А/3, 124.

Көркемдеуші және  
беттеуші:

**Нұрзат Раймқұлова**



## Редакциялық алқа: Редакционная коллегия:

**М. Ахметова** – редакция алқасының төрағасы, психол. ғ. д., проф.  
(Алматы, «Қайнар» Академиясы)

**О. Саңғылбаев** – психол. ғ. д., проф.  
(Алматы, ҚазҰПУ)

**М. Перленбетов** – психол. ғ. д., проф.  
(Алматы, «Қайнар» Академиясы)

**Б.Р. Кадыров** - д.пс.н., профессор  
(Узбекистан, Ташкентский филиал МГУ им. М.В. Ломоносова)

**М.П. Кабакова** – канд. психол. н., профессор (Алматы, КазНУ)

**Ш. Сатиева** – психол. ғ. к., проф.  
(Семей, «Семей ун-т»)

**А.Х. Кукубаева** – д. психол. н., проф.  
(Кокшетауский унив. им. Абая Мырзахметова)

**Б. Бейсекеева** – педагог-психолог  
(Астана қ.)

 Жарияланған материалдар редакцияның пікірін білдірмейді. Фактілер мен мәліметтердің дұрыстығына авторлар жауапты. Журналға шыққан материалдардың стильдік қателіктеріне редакция жауап бермейді. Қолжазбалар мен фотосуреттер рецензияланбайды және қайтарылмайды.

 Опубликованные материалы не отражают точку зрения редакции. Ответственность за достоверность фактов и сведений в публикациях несут авторы. Рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются.

Главный редактор –  
**Акнур ОЛЖАЕВА**  
Научный редактор –  
**М. АХМЕТОВА**

Журнал перерегистрирован в Министерстве связи и информаций РК.  
Свидетельство №10964-Ж от  
20. 05. 2010 г. Астана.  
Подписной индекс: 75487

Подписано в печать 29. 09. 2025 г.  
Печать офсетная.  
Заказ 320.

### Учредитель:

ТОО «Педагог LTD»

Адрес: 050036, г. Алматы,  
Мкр. Мамыр-2, 13-7.

Тел. /факс: 8 (727) 255-72-94;

Моб. т.: 8 777 3033767

Эл. почта: [pedagog-ltd@mail.ru](mailto:pedagog-ltd@mail.ru)

Сайт: [www.pedagogltd.kz](http://www.pedagogltd.kz)

Дизайнер-верстальщик  
Нурзат Раймкулова

Журнал напечатан в типографии  
<<Print House GERONA>>  
г. Алматы, ул. Сатпаева, 30А/3,  
124-офис.

## НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!

Материалдарды компьютерде Times New Roman қарпімен теріп, көлемі 2 беттен аспайтын Microsoft Word бағдарламасында сақтап жіберіңіз. Мақала соңында автор туралы толық әрі нақты мәлімет болуы керек. Аты-жөніңізді толық жазыңыз. Мақаланың қосымша журналға жазылғандығыңыз жөніндегі **түбіртек көшірмесін** салғаныңыз жөн Түбіртектің түпнұсқасы өзіңізде қалсын. Ол журналды уақытысында алмаған жағдайда байланыс бөлімшесіне барып, талап етулеріңізге керек болады. Мақаланы мүмкіндігінше Интернет арқылы электронды поштаға ([pedagog-ltd@mail.ru](mailto:pedagog-ltd@mail.ru), [aknur@mail.ru](mailto:aknur@mail.ru)) жіберіңіз. Факс арқылы, бағалы хат арқылы да редакция мекен-жайына жіберулеріңізге болады.

## ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Представляемые материалы должны быть напечатаны на компьютере и сохранены в формате программы Microsoft Word. Объем не более 2-х страниц. Сведения об авторе должны быть точными и полными. К высылаемому материалу приложить копию квитанции о подписке на журнал. Материалы отправляйте электронной почтой ([pedagog-ltd@mail.ru](mailto:pedagog-ltd@mail.ru), [aknur@mail.ru](mailto:aknur@mail.ru)), факсом или заказным письмом.



## **Конституция дегеніміз – Мемлекеттік идеология**

**Н. ЕСЕНФАЗЫ**

«Отызда орда бұзбасаң, қырықта қамал алмайсың» дегендей, биыл 30 тамыз күні Қазақстан Республикасы Конституциясының қабылданғанына 30 жыл толды.

Мемлекеттегі тұрақтылықтың кепілі, елімізде қабылданатын заңдардың темірқазығы – Ата Заңымыздың төл мерекесі құтты болсын!

Біз үнемі «мемлекеттік идеология жоқ, мемлекеттік идеологияны жасау керек» деп айтып келеміз. Ал, шын мәнінде, мемлекеттік идеология дегеніміз – Конституция болу керек. Конституцияның әрбір бабының астарында осы мемлекеттің идеологиясы жатыр. Ішкі саясат та, сыртқы саясат та, әлеуметтік саясат та, тәжірибе жұмысы да Конституциядан шығады емес пе? Сондықтан, Конституция – Ата Заң, Заңның Заңы, мемлекеттің идеологиясы деп айтуға толық негіз бар.

Біздің бүгінгі «мемлекеттік идеология жоқ» деп жүргеніміздің астарында баяғы Кеңес Одағы дәуіріндегі идеологияны аңсау жатыр. Екіншіден, Конституцияны жазғанда «Қасым ханның қасқа жолы», «Есім ханның ескі жолы», «Тәуке ханның Жеті жарғысы» және қазақ халқының тыйымдарын, ырымдарын, әдеттерін, ғұрыптарын, салттарын, дәстүрлерін, яғни, ата-бабамыздың өсиет заңдарын енгізсе екен деген ұсыныстарымыздың ескерілмегенінен.

«Конституциялық тәрбие» деген ұғым бар. Демократиялық қоғам құрып жатқан Тәуелсіз мемлекет үшін бұл – маңызды мәселе. Көптеген елдер оқу орындарында Конституцияны жеке пәннің бірі ретінде оқытады. Заңын сыйламайтын, білмейтін басшылар, мамандар ертеңгі күні еліне зиян келтіреді деп есептейді.

Шын мәнінде, еліміздегі келеңсіз жағдайлар Конституцияны білмегендіктен, сыйламағандықтан болады.

Конституцияны жүзеге асыру – Үкіметтің ғана емес, әр азаматтың шаруасы, оның саяси мәдениетіне байланысты дүние. Қазір бізде азаматтық қоғам толық қалыптасты деп айта алмаймыз, ол қалыптасса, әділетсіздікке қарсы тұрар еді. Біздің саяси-құқықтық мәдениетіміз төмен. Кейбір жоғары лауазым иелері өздерін бұқарадан жоғары санап, олардың мүддесіне жүрдім-бардым қарайтынын көріп жүрміз.

Конституцияның бірінші бабында мемлекеттің ең басты қазынасы адам және адамның өмірі, құқықтары мен бостандықтары деп жазыл-



ғанын білеміз. Бірақ сол адамның құқықтары мен бостандықтарының үнемі сақтала бермейтінін көріп жүрміз. Адам құқығы – біздің санамызға әлі терең сіңбеген құндылық. Өйткені, азаматтық қоғам қалыптастыруға әлі толық үлгере алмай жатырмыз. Ата Заңымызда адам құқығы да, азаматтық құқық та толығымен қорғалатындығы атап көрсетілген.

Конституцияда ұлттық идея бар. Бірақ мен Қазақстан Республикасының азаматы ретінде Конституцияның бір ғана бабымен келіспеймін. Ол – Конституцияның 7-бабының 2-тармағы. Қазақстан Республикасының мемлекеттік тілі – қазақ тілі, сонымен бірге мемлекеттік ұйымдарда және жергілікті өзін-өзі атқару органдарында орыс тілі ресми түрде қазақ тілімен тең қолданылады. Шын мәнісінде, мемлекеттік тіл – біреу болуға тиіс.

Конституция бар жерде әділет бар, бейбіт өмір бар, адам бақыты бар.

#### **Ұсыныстар:**

1. Ата Заң қағидаларын тек болашақ заңгердің ғана емес, барлық жастардың санасына сіңіруіміз керек. Қазақстан Республикасының Конституциясы «Қазақстан халқының әдебиеті, тарихы» секілді аса құрметті пән болуы тиіс. Сонда біз жастардың бойына мемлекеттік идеологияны да, ұлттық құндылықтарды да сіңіреміз;

2. Конституцияның 7-бабының 2-тармағында жазылған және «Тіл туралы заңындағы» 5-бабында «Мемлекеттік ұйымдарда және жергілікті өзін-өзі басқару органдарында орыс тілі ресми түрде қазақ тілімен тең қолданылады» деген мәтінді алып тастау керек.

## **Балалар үйінде тәрбиеленуші жеткіншектердің психологиялық қарым-қатынас сипаттамасы**

**Б. АМАНҒАЛИЕВА**

Менің зерттеу жұмысым екі үлкен психологиялық мәселенің қарым-қатынас өрісіне тигізер әсерін қарастыруымен өзекті. Оның біріншісі – жеткіншектік кезең дағдарысы. Жеткіншектік кезең жас ерекшелік психологиядағы ең күрделі шақ есебінде. Бұл кезең қоршаған адамдармен қарым-қатынасының ушығуымен, үстірт сезімдермен, ересектер нұсқаулары негізінде өмір сүру машығымен, өзіндік таным аясының

қайта құрылуымен, оқу материалдарын қабылдаудағы қиындықтармен, тәртіп бұзушылық әрекеттермен сипатталады. Жеткіншектердің әлеуметтік, психологиялық жағдайларындағы өзгерістер олардың тұлғалық қалыптасуына елеулі ықпал етеді. Жеткіншектер ересектермен қарым-қатынастан бас тартуы өз-өздерін қажетсіз сезінуге әкеледі, нәтижесінде өз құны мен құндылықтарынан айырылады.

Екіншісі – жетімдік мәселесі. Жетімдік – бүгінгі күннің өзекті мәселелерінің бірі. Бұл елімізде қамқорлық қажет ететін саны 48456 жетекен баланың болуымен байланысты, ол тұл жетімдер, ата-анасы құқығынан айрылғандар, тастандылар (2009 жылғы деректер бойынша). Ата-ана қамқорлығынан айрылған балалар мәселесінің күннен-күнге Қазақстан Республикасында артып отырғанымен, бұл салада жүргізілген зерттеулер саны кем де кем. Ата-ана қамқорлығынан тыс қалған бала дамуының әлеуметтік жағдайының ерекшеліктерін түсіндіруде елеулі үлес қосқан кеңестік И.В. Дубровина, В.С. Мухина, А.М. Прихожан, А.Г. Рузская, Н.Н. Толстой сынды ғалымдар олардың тұлғалық, мотивациялық, эмоциялық, танымдық аясындағы өзгешеліктерді атап, оның себебін ересектермен қарым-қатынас жасау тапшылығы деп тұжырымдаған.

Сонымен, балалар үйлерінде тәрбиеленуші жеткіншектердің психологиялық ахуалынын олардың қарым-қатынасына қатысы жайлы біздің алғашқы болжамымыз орынды сияқты. Ендеше, бұл бөлімде балалар үйінде тәрбиеленуші жеткіншектердің қарым-қатынасының сипаттамасын айқындауымыз қажет.

В.С. Мухина мектеп-интернаттарда тәрбиеленетін жеткіншектерде отбасында тәрбиеленетін балаларда кездеспейтін бірқатар мәселелердің болатынын айтады. Оның пікірінше, ол:

1) қатарластары тобына бейімделу қажеттігі, ал бұл балалардың эмоциональды ширығуын, мазасыздығын, агрессиясын тудырады;

2) жеткіліксіз жағымды эмоция, махаббат, қалыпты адами қарым-қатынастың деформацияланған компенсациясы;

3) өзіндік сананың қалыптасуы үшін аса қажет болатын жекелену мүмкіндігінің болмауы;

4) үнемділік және жауапкершілік болмайтын асырандылық позициясының қалыптасуы;

5) «Біз» сезімінің пайда болуы, адамдарды «бөтендер» және «өзіміздікі» деп бөлуі топтық өзімшілдік тудырады, бұдан олар бөтендерге алғашында селқостық, кейіннен агрессивтілік танытады, өз мақсаттарына жету тәсілі ретінде пайдаланады.

В.С. Мухина, сонымен қатар, интернат типті жағдайда тәрбиелене-



тін жеткіншектердің қарым-қатынас жасай алмайтындығын атайды. Олардың қатынастары үстүрт, неврозды және асығыс, бұл балалардың өзіне назар аударылуын талап етуі агрессияға не енжар жатсынуға алмасатынын атайды. Өзін жақсы көргенді, өзіне көңіл бөлінуді қалайтынын, бірақ осы қажеттілігіне сәйкес өз қылықтарын реттей алмайтынын, қарым-қатынасқа түсу тәжірибесінің дұрыс қалыптаспауы баланың өзгелер алдында негативті позицияға ие болуына әкелетінін дәйектеген.

Жеткіншектер екі жазықтықта, яғни ересектермен және өз қатарластарымен қарым-қатынас жазықтығында өмір сүреді. Өз қатарластарымен қарым-қатынас әлемі бір ұрпақтан екіншісіне дәстүр болып жалғасатын, мінез-құлық, жүріс-тұрыс нормалары, құндылықтарының жиынтығы, құрылымы. Жүргізілген эксперименттер нәтижесіне сүйенсек, балалар мінез-құлық, жүріс-тұрыс, қарым-қатынас түрлерін ересектерден емес, көбінесе өз қатарластарынан тез үйренеді. Әсіресе, сыни жағдайларда қатарластарының әсері өте күшті болады.

Я.Л. Коломинский жетім балалардың өзіне серіктес таңдауына қатысты былай деп жазады: «көбінесе мектеп-интернатының оқушылары белгілі бір сыныптасын таңдағысы келмеуінде оның ұқыпсыздығын, салақтығын, эстетикалық емес машықтарының болуын негізге алады. Себебі, балалардың мектеп-интернаты жағдайындағы бірлескен өмір әрекеттерінде аталған қасиеттер жағымсыз болып есептеледі». Алайда жеткіншектер ортасында сенімділік, бірлік, шыншылдық жоғары бағаланып, сатқындық, сөзіне тұрмаушылық, эгоизм, сараңдық қабылданбайтындығы В.С. Мухина, И.С. Коң, И.В. Дубровина т.б. еңбектерінде сипатталған. Олай болса, балалар үйінде тәрбиеленуші жеткіншектердің қатарластарымен қарым-қатынасы тұлғалық даму аясында әлеуметтік ережелерге негізделеді.

XX ғасырдың басында Я.Корчак балалар үйінде тәрбиеленушінің оқшауланғысы келгенде, өзін ыңғайсыз сезінгенде, көңіл-күйі болмағанда немесе жай ғана шудан жалыққанда оңашалана алатын, жалғыз қалу мүмкіндігі болатын жағдай жасау қажеттілігі мәселесін көтерген. Дәл осы мәселені 80 жылдардың соңында балалар үйі мен мектеп-интернаттары туралы айта келе В.С. Мухина да қозғайды. Әйтсе де, жетім балалардың үздіксіз ұжымдық, бірлескен өмір сүру әрекетінің күрделі нәтижеге әкелуі ықтималдылығы бірқатар зерттеушілерді алаңдатқанымен, мемлекеттік мекемелер жағдайында шешімін таппаған мәселелердің бірі.

Өзінің диссертациялық зерттеуінде Н.В. Репина балалар үйінде тәрбиеленуші кіші мектеп жасындағы балалардың қатарластарымен

өзара қарым-қатыныс жасау жүйесі отбасында тәрбиеленетін балаларға қарағанда сәтсіз жағдайда екендігін көрсетеді.

Й. Кох отбасында тәрбиеленуші балалардың 90 пайызы қалыпты дамуға қол жеткізсе, балалар үйінде тәрбиеленушілердің 12 пайызынан ғана қалыпты дамуды байқауға болатындығын анықтаған. Олардың арасындағы айырмашылық тілінің және әлеуметтік қатынастарының қалыптасуынан байқалады, себебі «үйдегі балалар сергек кезеңінің басым бөлігінде жақын адамдарымен қатынасады, ойнайды, ал жетімдер үшін бұл қолжетерлік емес». Жеткіншектер ересектердің талаптарына, ережелеріне қарсылық білдіріп, өзбеттілікке ұмтылғанымен, ересектердің қолдауын қажетсінеді, жақын ересектерінің дос ретінде қабылдануын қажетсінеді. Ал балалар үйі жағдайындағы жеткіншектер үшін жақын ересектері тәрбиешілері, әдіскерлер, мекеме әкімшілігі, мұғалімдер және осы аталған адамдарға олардың қарсылығы бағытталады. Алайда олардың ауыспалылығы сенімді достық қатынастың орнығуына кедергі келтіреді, сәйкесінше, балалар үйіндегі жеткіншектердің қалыпты психологиялық, әлеуметтік дамуы бұрмаланады.

Отбасылық тәрбиеге қатысты өзінің диссертациялық зерттеу жұмысында В.В. Трифанов баланың қоршаған әлеммен, адамдармен алғашқы танысуы, адамгершілік қасиеттерінің қалыптасуы отбасы аясында өтетінін атайды және «... отбасында тұлғаның жан-жақты әрі үйлесімді даму процесі жүреді» деп жазады.

Рене Спиз еңбектерінің брінде балалар үйінде тәрбиеленуші сәбилерді сипаттайды. Оларды жақсы тамақтандырған, тазалық пен жылуда ұстаған. Әйтсе де, өз отбасыларында тәрбиеленетін қатарластарымен салыстырғанда олар физикалық және эмоциялық жағымсыз күйді сезінуге бейім болады. Мұны Р. Спиз балалар үйіндегі тәрбиеленушілерге қол тигізу, құшақтау және сипау сияқты, баланың әдетте ата-аналарынан алатын, стимулдары жетіспейді деп қорытындылаған. Эрик Берн («транзакты талдау» негізін қалаушы) «сипау» сөзін баланың қол тигізу қажеттілігімен байланыстырады.

Кез келген адамның балалар үйіне келгенде бірінші байқайтыны – тәрбиеленушілердің қарым-қатынасқа түсу тәсілдері жалпы мектеп оқушыларына, ата-анасынан уақытша ажыраған, жазғы демалыстағы балаларға қарағанда бір басқа болатындығы. Кіші мектеп жасындағы балалар үйі тәрбиеленушілері әрбір тілектес көрінген ересекке «жабысады», «менің мамам келді» деп алдынан жүгіреді, өзіне көңіл бөлінсе болғаны, ересектің кез-келген тілегін орындауы әзір тұрады. Осы көрініс жеткіншектерден де айқын байқалады. Ересектермен қа-



рым-қатынасында балалар үйінде тәрбиеленуші жеткіншектер «жабысуымен» қатар дәрекілік, еш негізсіз агрессивтілік, өкпешілдік, т.б. танытады. Осының барлығы балалар үйі тәрбиеленушілерінің психологиялық ахуалының проблемалығын көрсетеді.

И.В. Дубровина, А.Г. Рузская, Н.Н. Толстых, А.М. Прихожансынды ғалымдардың зерттеулері отбасынан тыс тәрбие алушы балалардың дамуы ерекше жолмен жүретіндігін көрсетті. Оларда мінез, тұлға, мінез-құлық жүріс-тұрыстың ерекше қырлары қалыптасатынын дәйектеді. Аталған балалар ортасының ересектермен, қатарластарымен қатынасу ерекшеліктері, қарым-қатынасқа түсу аясының шектілігі, әлеуметтік тәжірибесінің таяздығы балалар үйі түлегінің әлеуметтік ортаға бейімделуінде бірқатар қиындықтар тудыратынын тұжырымдайды.

А.М. Прихожан және Н.Н. Толстых балалар үйі тәрбиеленушілерінің ересектермен қарым-қатынас жасауының бұзылуы – депривацияның жетекші көрсеткіші деп түсіндіреді және баланың «бала - жақын ересек адам» аясындағы қарым-қатынасының бұзылуы, кейіннен, баланың басқа ересектермен және қатарластарымен қарым-қатынасының бұзылуына әкелетінін тұжырымдайды. Мұны «сиқырлы психологиялық шеңбер» жағдайының пайда болуы деп сипаттайды, бұл аналық депривацияның бір көрінісі болатын, ересектермен қарым-қатынасының бұзылуына әкелетінін, отбасынан тыс өсіп келе жатқан балалардың ересектермен, қатарластарымен қарым-қатынасының бұзылуы балалық шақта және ересек өмірінде де орын алатынын түсіндіреді.

И.Ю. Кулагина жеткіншектердің ата-ана бақылауынан тәуелсіздікке ұмтылғанымен, ата-ана махаббатын, қамқорлығын, ой-пікірін қажетсінетінін, ата-ана ұстанымына қатысты жеткіншектерде құндылық бағдарларының, әлеуметтік мәселелерді шешу жолдарының, жағдайлар мен әрекет-қылықтарға рухани-адамгершілік баға беруі қалыптасатынын дәйектеген.

И.А. Фурманов аналық депривация жағдайындағы балаларда жаңа және бейтаныс ортада мазасыздық, қорқыныш сезімдері қызығушылық пен таңырқау күйлерінің орынын басатынын айқындайды.

Олай болса, балалар үйінде тәрбиеленуші жеткіншектердің бейтаныс ортадағы әрекет-қылықтары, қарым-қатынасындағы амал-тәсілдері, серіктесін бағалауы орыныққан мазасыздық, сенбеушілік, қорқыныш сезімдерінің ықпалында атқарылады.

# **Мектеп психологының қызметі жайлы**

**Т. ҚДЫРНИЯЗОВА**

Мектеп-лицейдің педагогикалық ұжымы мен оқушылардың психикалық және әлеуметтік жағдайын сақтауға бағытталған жұмыстарды ұйымдастыру.

Лауазымдық міндеттері:

- оқушылардың психикалық және әлеуметтік жағдайын сақтауға бағытталған кәсіби қызметін жүзеге асырады;
- болашақ кәсібіне бейінділігін анықтауға бағытталған жұмыстар жүргізеді;
- оқушылардың жеке басы мен әлеуметтік мәселелеріне арналған педагогикалық ұжымын бағдарлау мақсатында психология-педагогикалық қорытынды шығарады;
- дарынды және үлгермейтін оқушылармен іс-шаралар ұйымдастырады;
- педагогтердің, ата-аналардың, әлеуметтік педагогтің құзырын жоғарылату үшін, психологияны практикада қолдану мәселелері бойынша педагогтерге кеңес береді;
- әр түрлі бейінді мақсатта психологиялық диагностика жасайды, ауытқу дәрежесін анықтайды, психо-педагогикалық түзету жасайды.

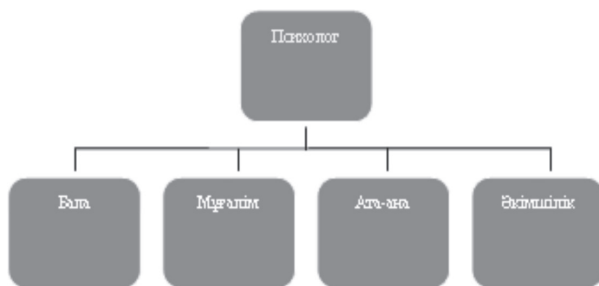
**Мектептегі психологиялық қызметтің мақсаты:**

мектептің білім беру ортасында арнайы жағдайды қалыптастыра отырып, оқушылардың психологиялық даму үдерісін басқару.

**Психологиялық қызметтің міндеттері:**

- Оқытудың түрлі кезеңдерінде оқушылардың психологиялық даму нәтижелерін бақылап отыру;
- Оқушылардың дамуындағы мәселені шешуге психологиялық көмек көрсету үшін жағдай жасау;
- Ішкі мектептік білім беру бағдарламасына және технологияларына, олардың сол мектептің оқушыларының индивидуалды және жастық ерекшеліктеріне сәйкес келуі негізінде психологиялық талдауды жүзеге асыру;
- Мектептің білім беру ортасында балалардың оқу, тәрбие және даму үдерістеріне кеңес беру және ақпараттық психологиялық қолдау көрсету.

## Мектептегі психологиялық қызметтің жұмыс түрлері



### **Педагогтармен жұмыс**

- Тұлғаның психодиагностикасы;
- Психологиялық ағарту жұмысы;
- Оқушылардың білім алу мәселесіне бағдарланған жұмыстың түрлі формаларына қатысу (қажет болғанда және өз бастауымен);
- Оқушылардың оқу, тәрбие және дамуына бағытталған, педагогтармен бірге психологиялық және педагогикалық бағдарламаларды жүзеге асыру;
- Сынып сағатына, ата-аналар жиналысына психологиялық құралдар таңдауға көмектесу;
- Жас мамандармен жұмыс: жаңа кәсіби жағдайға және жаңа ұжымға психологиялық бейімделуіне көмек көрсету;
- Оқушыларды психологиялық-педагогикалық диагностикалау;
- Нақты баламен педагогикалық қарым-қатынас орнатуында қиындығы бар жеке педагогтармен психологиялық-әдістемелік жұмыс.

### **Ата-аналармен жұмыс**

- Жанұялық тәрбие стилін анықтау;
- Балаларды тәрбиелеу және психологиялық дамуы мәселелері бойынша ата-аналарға кеңес беру;
- Психологиялық ағарту және профилактика (дәріс, әңгіме, әдебиеттер ұсыну);
- Түзету және дамыту жұмыстарына қатыстыру;
- Психологиялық диагностиканы жүргізу қорытындысы бойынша ақпараттандыру.

### **Психологиялық диагностика**

Балалармен:

- балаларды мектепке дейінгі жаста психологиялық зерттеу;
- балалардың оқуға психологиялық дайындығын диагностикалау (1, 5, 9 сыныптар);



- мектепке дезадаптация себебін (әлеуметтік, индивидуалды және т.б.) диагностикалау.

**Ата-аналармен:**

- бала және ата-ана қатынасын диагностикалау;
- сауалнама жүргізу.

**Педагогикалық ұжыммен:**

- нақты сұраныс бойынша педагогикалық ұжыммен сауал жүргізу;
- психологиялық сауалнама жүргізу.

### **Психологиялық кеңес беру**

**Балалармен:**

- 7-17 жас оқушыларының мектептік дезадаптация сұрақтары бойынша (оқу және мінез-құлық мәселелері);
- мектепке дейінгі жаста балалардың психологиялық дамуы бойынша;
- жоғарғы сынып оқушыларына кәсіби кеңес беру;
- отбасылық кеңес беру.

**Ата-аналармен:**

- баламен өзара қарым-қатынас сұрақтары және тәрбие (оқыту) сұрақтары бойынша;

**Педагогикалық ұжыммен:**

- мектептік және әлеуметтік дезадаптация сұрақтары бойынша;
- тұлғалық және кәсіби мәселелер бойынша;

### **Түзету-дамыту жұмысы**

**Балалармен:**

- бала, мұғалім, ата-ана сұранысы бойынша жеке психологиялық сабақ жүргізу;
- модельдеу жобалары бойынша дамытушы сабақтарды жүргізу;
- 1-сынып оқушыларын оқуға бейімделудің психологиялық-педагогикалық бағдарламасын жүргізу;
- 5-сыныптарда бейімделу-дамыту ортасын қалыптастыру бойынша психологиялық-педагогикалық бағдарламасын жүргізу;
- жеткіншектердің өмірлік және кәсіби өзін-өзі анықтау үдерісін белсендендіру бойынша сабақтар жүргізу;
- бала және ата-ана дамытушы сабақтары.

### **Психологиялық ағарту – психологиялық мәдениетті көтеру**

**Оқушылар**

- психология сабақтары;
- сыныптан тыс іс-шаралар.

**Ата-аналар**

- жиналыс, семинар.

**Педагогтармен**

- семинар, конференция, дөңгелек үстел

### **Психопрофилактика жұмысы**

- Оқу мен демалысты ұйымдастырудың ғылыми негізделген талаптарын түсіндіру;

- Кікілжің және стрестік жағдайларда, қиын жас кезеңіндегі тәртіп тәсілдерін үйрету;

- Ішімдік пен нашаның бала психикасына әсері;

- Гармонияда тұлғаны дамыту;

- Дамудағы ауытқулардың алдын алу.

### **Әдістемелік-ұйымдастыру жұмыстары**

- Педагогтар және әлеуметтік жұмыскерлердің психологиялық біліктілігін көтеру мақсатында семинарлар (ақпараттық және оқытушылық) жүргізу;

- Ата-аналардың балалармен психологиялық сауатты қарым-қатынас жасауын жоғарлату;

- Әдістемелік материалдар даярлау;

- Ғылыми зерттеулер жүргізу;

- Ғылыми-практикалық семинарларға, конференцияларға қатысу;

- Жиналыстарға және әдістемелік бірлестіктерге қатысу;

- Кабинетті жабдықтау және т.б.

### **Педагогтармен психологиялық жұмыс**

Педагогикалық ұжыммен:

- оқушыларға психологиялық-педагогикалық ілесу бағдарламасын жүргізу;

- психологиялық-педагогикалық консиллиумді жүргізу;

- өзін-өзі реттеу мәселелері бойынша сабақ жүргізу.

### **Психолог жұмысының іс-қағаздары**

1. Бір жылға және әрбір тоқсанға жұмыс жоспарын жасау;

2. Келесі бөлімдер бойынша журнал:

- дамытушы сабақ;

- кеңес беру (жекелей-бала, ата-ана, педагог);

- Мамандарға бағыт беру.

3. Дамытушы сабақтар және оқу курстарының бағдарламалары;

4. Психология бойынша оқу курстарының тақырыптық жоспары және журнал;

5. Өткізілген іс-шараға мониторинг жасаудың қорытындысы бойынша анықтама;

6. Оқушы және сыныптың диагностикалық картасы;

7. Жыл қорытындысы бойынша есеп және аналитикалық анықтама.

## **Оқушылардың мазасыздануын төмендетуге арналған психологиялық жаттығулар**

### **I. ӘЛІМЖАН**

**«Құпия іздейміз».** Өзіңіздегі жасырын ерекшелікті келесі жолмен табуға тырысып көріңіз. Ессіз ғалым сіздің көшірмеңіз болатын бір жұмыс ойлап тапты деп ойлаңыз. Сіздің сыңарыңыз барлық жағынан сізге сәйкес келеді. Бірақ ол жамандық құралы болғандықтан, оны сіз деп қабылдап қою мүмкін екені сізде кірбің туғызады. Сізде екінші рет жасауға келмейтін не бар? Сізді жақсы білетіндер айнытпай танитындай не ерекшелік бар? Егер сіздің құпияңызды біреу білсе сізді көшіруі үшін оны қолдануы мүмкін бе? Сіз барлық құпияңызды аштыңыз, бірақ жұмыс бәрін дәлдікпен жасап шықты. Енді сіз ең соңынан нағыз маңызды қай құпияңызды ашасыз?. Ол ең болмаса өзіңіз сіз көшірме емес екеніңізге сенімді болу үшін керек.

**«Ырылда, арыстан, ырылда, соққыла, пойыз, соққыла».** Бұл ойынды пассивті және тежелгіш балалармен ойнаған дұрыс. «Біз бөріміз – арыстандармыз, үлкен арыстандар жанұясы. Кім қатты ырылдайды, жарысып көрелік. Мен «ырылда арыстан ырылда» деп айтқанда қатты ырыл естілсін». «Кім қатты ырылдай алады? Жақсы ырылдайсыңдар, арыстандар... Осы арыстанның дауысы ма? Бұл мысық баласының шіңкілі ғой? Күшті дауысты арыстан керек». Осыдан кейін бәрі бір-бірінің артынан тұрып иықтарына қолын қояды. Сендер – паравозсыңдар. Бөлме жиегімен ысқырып, соққылып жылжыңдар. Бөлмені бір рет айналғасын бірінші бала соңына тұрып, кейінгісі «паровоз» орнына тұрады. Ол әлдеқайда тезірек, және қатты дауыспен жылжуы керек. Бәрі паровоз рөлінде болып шыққанша ойын жалғасады. Ойын соңында бәрі еденге құлауы мүмкін.

**«Ойлап тапқыш».** Бұл тапсырма өте оңай. Әрбір қатысушыға кезекпен қандай да бір көңілді ойын ойлап тауып, топқа ұйымдастырып жүргізу тапсырылады. Ол тығылыспақ, жасырынбақ немесе т.б. экзотикалық ойын болуы мүмкін. Топ қатысушылары ойлап табушының қағазына өздерінің бес балдық жүйедегі бағасын қояды. Сонымен қатысушылар кезекпен көңілді ойын ойнатады. Соңынан бәрі ойнап болғасын тапқыштар өз бағаларын қосады. Қорытынды балл анықталады. Сөйтіп оларды салыстырсақ, ең күшті ойлап тапқышты анықтауға болады. А.Б. Добрович



ұялшақ, ұяң адамдарға оны жеңудің әдістерін ұсынады. Ол адамдардың өзара қарым-қатынас ерекшеліктері туралы нақты сұрақтар қойып, осы бейімділікті дамытатын «жаттығуларды» ұсынады.

**1-жаттығу.** Қалай өту, қай жермен жүру және т.б сияқты сұрақтарды өтіп бара жатырған адамдар жиі қояды ма? Егер бұл жағдай өте сирек болса, онда сіздің түріңіз жабық немесе жабырқау, қатал болғаны. Сіз адамдардан алшақтайсыз. Бұл сіздің шаруаңыз. Бірақ олар да сізден ешқандай байланысу сезбей, алшақтап кететінін ескеріңіз. Таңертең айнадағы бейнеңізге ұзағырақ қараңыз. Өзіңізге тіліңізді көрсетіңіз: ол сізді күлдіреді, сіз жымиясыз. Тоқта! Күні бойы сізде осындай түр болу керек. Адамдарға шығар кезде өзіңізге осылай уәде беріңіз.

**2-жаттығу.** Автобустағы, метродағы, поезддағы адамдардан күдік аңғарасыз ба? Егер аңғармасаңыз, онда сіз өзіңізге тұйық болғаныңыз. Бұл жақсы емес. Сіз адамдардың сезімін бағалай алмайсыз. Өзіңіздің алғашқы көңіліңізді «шындыққа» санауың оп-оңай.

Транспортта келе жатып жақындау біреуге назар аударыңыз. Оны «жарты көзбен» жоғарыдан қараңыз: адамды өзін тіке сынау тітіркендіреді. Егер оның көзімен түйісіп қалсаңыз тез теріс айналыңыз... Енді қарамай-ақ жаңағы жүзді санаңызда қайта жаңғыртыңыз. Осы көңілді, жылы жүзді етіп елестетіңіз. Керісінше, оның ашулы, тітіркенген кезін елестетіңіз... Егер ол әлі де ренішті, ызалы көзбен қараса достық сезіммен жымиып тағы да теріс айналыңыз. Сіз енді таныстықты бекіткіңіз келмесе ол жаққа қарауға құқыңыз жоқ.

**3-жаттығу.** Сіз басқалардың айтқанын тыңдай аласыз ба? Сұрақ түсініксіз: егер мен біреумен әңгімелесем, демек оны тыңдағаным ғой. Бірақ сіз өзіңізді емес, оны ойлай тұра тыңдай аласыз ба? Егер жоқ болса, сіздің өміріңізде «ақылға сиымсыз» қақтығыстар жиі болғаны, оларды еске алғанда ұяласыз...

Құрбылардың тойында әр нәрсені айтып, сөзін бөлудің орнына үнсіз оны тыңдаңыз. Тыңдай отырып келесіні ойлаңыз: «Ол неге бұны айтып отыр? Көңілді ме, әлде жасанды ма? Мұңлы ма, әлде қызығушылық па? Егер өзін басқаша көрсетсе – неге?». Ол тұрған сіз өзіңіз деп ойлаңыз; оның көзқарысына сіз қалай болар едіңіз. Не болса да адамды кінәламай, одан өзіңді биік қоймай оның жанын түсінуге тырысыңыз. Егер сіз осыған жаттықсаңыз, көп таныстарыңыз сізге үйіріліп, кездескеніне қуанатын болады.

**4-жаттығу.** Жаныңыздағы адамды эмоционалды жылыта аласыз ба? Яғни ол сіздің қасыңызда сенімді, қылмай, шын көңілден жүре ала ма? Егер қолыңыздан келмесе сіздің тіпті достарыңызбен қарым-қатынасыңыз формальды ғана болғаны. Оларда қандай да бір теңелушілік бар.

Сіздің біреуіңізге қиындық болса, ол досымен кездесуді іздемейді.

Адамдар қалай жұмыс істейтінін қарап өз көңіліңізді білдіріңіз. Мысалы, сатушы сырды дәл етіп кесу. Жай ғана оған «Сізге өте оңай екен» деңіз. Сіз ұялшақ болсаңыз да өзіңізді жеңіп осыны айтыңыз. Сізді не ұялтатынын білуге бола ма. Өкінішке орай қаланың жанталас тіршілігінде бір-бірімізге жылы сөйлеп әдеттенбейміз, керісінше дәрекілік күтеміз. Сондықтан жылы сөз сатушыны сезіктендіруі мүмкін. Ол «Оған менен не керек?» деп ойлауы мүмкін. Сіз оған қапаланбаңыз, одан сізге ешнәрсе керек еместігін білесі ғой...

Әрине, мұндай жаттығу сізді эмоционалды қолдау өнеріне үйрете қоймайды. Бірақ ол осы бағыттағы жолды қысқартады. Сіз жасыру, ұстап қалу сияқты керек емес әдеттерден құтыласыз.

**5-жаттығу.** Сізге жағымсыз адамнан бірнәрсе сұрау қиын ба? Егер қиын болса, сіз тым әлсізсіз. Бетіңіз қайтудан қорқасыз. Сұрақ өте төмендеу болады деп сақтанасыз. Бірақ сіз қорыққан сайын, ол төменделіп естіледі... Мүмкін сіз жоқ жерден «жеке балағат» көруге дайын шығарасыз. Мүмкін сізде сәтсіздіктер жинақталып, біреудің жоқ деуі «шыдамдылық ыдысын толтыра түседі». Дегенмен, ол тек қана тамшы және сіз оған «»ерекше қайталанбас жеке адам болмасаңыз, не бары мыңдаған сұрақшыларының, клиентінің, өткіншінің, танысының бірі болсаңыз одан қасты көру ыңғайсыз. Сіздің ренжулі адамыңыз ауырған жерден ұруға қызығушылық танытпайды?...

**6-жаттығу.** Бұл жаттығу қиындау. Сізде ұсақ шиеленістегі қағыту күйінде, мысалы трамвайда өзіңізді үндемеуге көндіріңіз. Ұрысшының тілі не десе де, шыдаңыз. Теріс айналып, терезенің ар жағындағы лейдонға қараңыз. Минуттан кейін барлық куәгерлерге кімнің іс-әрекеті дұрыс-кені белгілі болады. Оны сізсіз-ақ басып тастайды. (Егер ол тынбаса). Сіз трамвайдан өзіңізді жеңген сезіммен шығасыз. Әрине, бұл шиеленіс кезіндегі іс-әрекет стилі емес, тек жаттығу ғана. Сізді «қой» болуға оқырман шақырмайды. Сіз тек қана шыдамдылық және өзіндік сезімін игересіз. Бұл әдет ұсақ емес, принципіалды шиеленіс кезінде де керек болады. Ал өзіндік бедел сезімі дамығанда сізге жағымсыз адамдарға сұрақ жасау айтарлықтай жеңілдейді.

**7-жаттығу.** Сізде қожайынмен қоштассаңызда, ұзаққа созып тұра беру әдеті бар ма? (Вариант: бәрі айтылып болса да, телефон әңгімесін жалғастыра беру)

Ондай болса, кейбір пікірлері сіз үшін маңызды адамдар сізді мылжың санауы мүмкін.

Біреумен екеуіңізге де маңызсыз тақырыпта сөйлесіп тұрсаңыз (тексеріп алыңыз, солай ма, жоқ па?) – онда сағатыңызға қарап, жылы ғана

«ой, кешіріңіз, мен асығыспын, келесіде аяқтармыз», деп тез кету керек. Егер ол ренжіп қалды деп ойласаңыз, артынан іздеп, телефон шалып, тағы да кешірім сұрап жуып-шайып жіберіңіз. Ал сіз өзіңізді басқа ісі бар адамдарға «жабыспауға» үйретесіз. Егер достық сезімдегі және қызық «қоштасу» жесті кеме сөзі болса жаман болмас еді, бірақ ол белгілі артисттримді талап етеді.

Берілген «жаттығулар» өзіңе үш қасиетті – шыдам, өзіндік бедел сезімі және басқаны жылы түсінуді «игеруге» бағытталған екенін аңғару оңай. Кейбіреулер музейлер мен театрларда болып, автоматты түрде қарым-қатынас мәдениетін игердім деп есептейді. Бірақ бір мағынада ауылдағы кемпірдің үш тіл білетін сәнді қалалықтан мәдениеттілігі артық болатын кездер жиі кездеседі.

## **Коррекция эмоционального состояния детей младшего школьного возраста посредством развития музыкального восприятия**

**А.Б. ВАЛИЕВА**

Музыка, ее первый звук, родилась одновременно с творением мира, - так утверждали древние мудрецы. К этому пониманию музыки постепенно приходит и современная наука. Начиная с XIX века, она накопила немало жизненно важных сведений о воздействии музыки на человека и живые организмы, полученных в результате экспериментальных исследований.

Музыка относится к числу искусств, которые вызывают наиболее сильный отклик в душе человека. Она может оказывать непосредственное влияние на его эмоциональный мир. Еще Аристотель утверждал, что с помощью музыки можно определенным образом влиять на формирование человеческого характера. Начиная с 50-х годов XX столетия в различных странах мира, были созданы центры музыкотерапии, которые успешно работают, и по сей день.

В наше время вопрос особенностей воздействия музыкальных средств на психоэмоциональное состояние детей недостаточно изучен, что затрудняет выбор музыкальных произведений для проведения профилактиче-

ских и коррекционных мероприятий. Существующая практика музыкальной терапии предлагает в выборе музыки ориентироваться, в основном на возрастные особенности детей, без учета индивидуально-психологических характеристик личности. Специальные же исследования, посвященные проблеме соответствия музыкальных предпочтений личностным особенностям, в доступной литературе не были найдены.

В качестве гипотезы нашего исследования выступило предположение о том, что развитие музыкального восприятия (музыкального опыта, творческой активности, музыкального слуха) с помощью средств музыкальной выразительности благоприятно влияет на эмоциональную сферу ребенка.

Экспериментальное исследование было организовано на базе среднеобразовательных школ г. Астаны. В ходе исследования была адаптирована программа развивающих мероприятий, разработанная совместно с психологом Ж. Токушевой Ж. Всего в исследовании приняло участие 82 ребенка в возрасте 7-8 лет. Исследование состояло из следующих этапов:

На первом этапе проводились занятия с целью формирования представлений о содержании эмоциональных переживаний, которое состоит из понимания и осознания ребенком собственных эмоций и эмоций, выраженных в музыке. Представления складываются из следующего опыта:

- 1) понимания своих чувств и чувств других людей;
- 2) умения рассказывать об этом;
- 3) умения передавать эмоциональное состояние, используя различные музыкальные средства;
- 4) эмоционального восприятия музыкальных произведений.

Подготовительный этап включал следующие действия:

- создание условий для проведения полноценного эмпирического исследования (Формирование контекстовой базы. Для проведения занятий выделен отдельный кабинет, подготовлена аудиоаппаратура, созданы специальные визуальные условия. В оформлении кабинета использовались постеры различных картин, предметы детского творчества);

- формирование экспериментальной и контрольной групп (экспериментальную группу составили 38 детей, контрольную – 44 ребенка);

- диагностика психоэмоционального состояния детей. Для диагностики эмоционального состояния детей были использованы следующие методы: наблюдение, анкета для родителей, проективная методика «Дом. Дерево. Человек» и методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров и М. Панфилова).

Подготовительный этап длился 5 недель.



Основной целью формирующего этапа эксперимента является развитие эмоциональной сферы детей посредством совершенствования музыкального восприятия через активизацию слухательского потенциала и игровой деятельности детей.

В ходе эксперимента предполагалось решение следующих задач:

1. Стимулирование познавательных потребностей;
2. Совершенствование разных аспектов музыкального восприятия;
3. Формирование навыков и умений активного слухательского поиска;
4. Формирование навыков и умений игрового восприятия.

Формирующий этап длился 5 месяцев.

На контрольном этапе проводилась проверка эффективности проведенной развивающей работы. На этом этапе использовался тот же диагностический инструментарий, что и в констатирующем эксперименте. В задачи завершающего этапа экспериментального исследования входило сравнение динамики компонентов музыкального восприятия и психоэмоционального состояния испытуемых экспериментальной и контрольных групп.

Для повышения объективности контрольной проверки учитывалось мнение учителей, музыкального работника, психологов школ, использовались заметки экспериментатора в процессе наблюдения за ходом процесса.

Важное место на данной стадии было отведено контактными играм, релаксационным упражнениям, элементам психогимнастики, в которых музыка является фоном, средством достижения эмоциональных впечатлений. Целью их использования является формирование у детей эмоционально-эстетического опыта.

Программа музыкальных произведений строилась на основе постепенного изменения настроения, динамики и темпа с учетом их различной эмоциональной нагрузки. Предлагаемые для восприятия музыкальные произведения соответствуют возрастным особенностям детей и характеризуются доступностью, краткостью, яркостью художественного образа: пьесы из «Детского альбома», фрагменты из балета «Щелкунчик», «Спящая красавица» П.И. Чайковского, отдельные части из цикла «Времена года» А. Вивальди, произведения М.И. Глинки, С.В. Рахманинова, Д.Б. Кабалевского, Р. Шумана и др.

Первое произведение программы должно формировать определенную атмосферу для всего занятия, проявлять настроения участников группы, налаживать контакты и вводить в занятие, готовить к дальнейшему прослушиванию. Это спокойное произведение, отличающееся расслабляющим действием.

Второе произведение - динамичное, драматическое, напряженное, несет основную нагрузку, его функция заключается в стимулировании интенсивных эмоций, воспоминаний, ассоциаций проективного характера из собственной жизни человека.

Третье произведение должно снять напряжение, создать атмосферу покоя. Оно может быть спокойным, релаксирующим, либо напротив, энергичным, дающим заряд бодрости, оптимизма, энергии.

На основе результатов экспериментального исследования можно констатировать:

Большинство детей демонстрирует промежуточный этап развития умения слушать музыку (при наличии каких-либо слуховых представлений и музыкальных знаний). Детям сложно их применить в новой ситуации, а при эмоциональной отзывчивости, они не могут проанализировать свои эмоциональные впечатления музыкального произведения. Для всех детей является характерным недостаточное развитие навыков наблюдения при слушании музыки, умения рассказать о своих впечатлениях и самостоятельно разобрать музыкальное произведение. Только отдельные дети демонстрируют наличие чувства ритма, чувство лада и музыкальной памяти. Большая часть детей как контрольной, так и экспериментальной группы демонстрируют средний уровень умения отразить личное отношение к музыке. Также для большинства детей характерен средний уровень развития творческой активности, ассоциативного и образного мышления.

Результаты анкетирования родителей свидетельствуют о том, что большинство детей (от 44% до 63%) демонстрируют средний уровень тревожности, агрессивности и импульсивности, от 20% до 41% детей имеют высокие значения по вышеназванным параметрам.

По результатам диагностики по методике «Дом. Дерево. Человек» было выявлено, что наиболее выраженными для рисунков детей являются такие параметры, как тревожность (высокий уровень характерен для 25% детей экспериментальной группы и 19% детей контрольной группы) и низкая самооценка (также высокий уровень характерен для 19% детей экспериментальной группы и 22% детей контрольной группы). Диагностика страхов показала, что у 53% детей экспериментальной и 58% детей контрольной группы количество страхов не превышает норму, то есть у них имеются до 15 страхов и у остальных школьников количество страхов превышает нормативное значение.

Испытуемые, прошедшие курс экспериментального обучения, заметно превосходят детей контрольной группы, по общему уровню музыкального развития и музыкального восприятия. Данное превосходство создано в условиях специально организованного учебного и воспитательного про-

цесса, основой которого являлось внедрение на разных уровнях средств музыкальной выразительности. Превосходство это является следствием педагогически управляемого процесса развития музыкального восприятия испытуемых и отражает сформированные у них умение самостоятельно и осознанно руководить процессом восприятия музыки.

Результаты контрольного замера позволяют подтвердить положительное воздействие средств музыкальной выразительности на эмоциональное развитие и эффективность его использования в рамках педагогического процесса с целью развития музыкального восприятия учащихся. В экспериментальной группе после занятий результаты детей выросли вдвое повсеместно по 6 параметрам. За время проведения эксперимента участники экспериментальной группы стали более уверенно и спокойно себя чувствовать на сцене при проведении музыкальных концертов, некоторые из испытуемых проявили активный интерес к участию в театральных постановках. Показатели до и после по параметрам – музыкальный опыт, эмоциональность и творческая активность в экспериментальной группе повысились статистически достоверно. Данные по показателям «музыкальный опыт», «эмоциональная шкала», «воображение» и «творческая активность» между детьми контрольной и экспериментальной групп различаются статистически достоверно.

Результаты по методике «Дом. Дерево. Человек» также свидетельствуют об эффективности коррекционно-развивающей программы: значения по параметрам тревожности, конфликтности и агрессивности в экспериментальной группе снизились статистически достоверно. Результаты повторной диагностики по методике «Страхи в домиках» также демонстрируют позитивную динамику в экспериментальной группе: количество детей с количеством страхов от 15 до 31 значительно снизилось, количество страхов снизилось до 6.

Таким образом, обобщая результаты контрольных замеров можно констатировать, что коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие музыкального восприятия (музыкального опыта, творческой активности, музыкального слуха) с помощью средств музыкальной выразительности благоприятно влияет на психоэмоциональную сферу ребенка. Благодаря развитию музыкального восприятия произошло развитие эмоциональной сферы, чувств, эстетической потребности, творческой активности, воображения детей. Музыкальные средства, используемые в сюжетно-ролевых играх, способствовали улучшению эмоционального состояния, коррекции тревожности, агрессивности, самооценки детей.

## **Адаптация учащихся 5 класса к условиям обучения в среднем звене общеобразовательной школы**

**С.Т. АРЕНОВА**

**Цель исследования:** выявление психологических факторов, влияющих на благополучную успешность адаптации учащихся в 5 классе.

**Объект исследования:** учащиеся 5 класса

**Предмет исследования:** адаптация учащихся 5 класса к условиям обучения в среднем звене.

**Задачи исследования:** выявление уровня школьной тревожности по Г. Айзенга;

Мотивация; самооценка.

**Методы исследования:** тесты.

1. Методика Н.Г. Лускановой «Школьная мотивация»; 2. Тест школьной тревожности Г. Айзенка; 3. Самооценка «Лесенка»

Понятие «адаптация» для школьников тесно связано с понятием «готовность к обучению в средней школе». Не все учащиеся начальной школы подготовлены к переходу в среднюю одинаково. Можно выделить следующие составляющие понятия «готовность к обучению в средней школе»:

1. Сформированность основных компонентов учебной деятельности, успешное усвоение программного материала;
2. Умение самостоятельно работать, осмысливать материал;
3. Качественно иной, более «взрослый» тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

Причинами медленной адаптации в 5 классе являются:

1. Разные требования со стороны учителей-предметников, необходимость все эти требования и учитывать, и выполнять;
2. Большой поток информации, незнакомые термины, слова. Нужно научить пятиклассника пользоваться справочниками и словарями, а также научить спрашивать о значении непонятных слов у взрослых;
3. Чувство одиночества из-за отсутствия первой учительницы, а классному руководителю не удастся уделить всем необходимое внимание.

Очень важно помочь пятиклассникам пережить этот сложный период в их жизни. В этом помогут классный руководитель, педагог-психолог и, конечно, родители.



Переход из начальной школы в среднюю – важный момент в жизни школьника. Он связан с возрастанием нагрузки на психику ученика, поскольку в пятом классе происходит резкое изменение условий обучения. В связи с тем, что приоритетным направлением новых образовательных стандартов является реализация развивающего потенциала общего среднего образования, актуальной задачей становится обеспечение развития универсальных учебных действий как собственно психологической составляющей фундаментального ядра образования.

В адаптационный период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они часто становятся забывчивыми, неорганизованными, иногда нарушается сон, аппетит. Возможно снижение интереса к учению, падение успеваемости, появление нарушений во взаимоотношениях со сверстниками.

Существует мнение, что в пятых классах число детей с высоким уровнем тревожности несколько выше, чем в других классах школы, и связан этот факт с особенностями переходного периода из начальной школы в основную. Это обусловлено следующими факторами:

Во-первых – кабинетная система, требующая высокого уровня самоорганизации.

Во-вторых – разные учителя. У каждого учителя свой стиль деятельности, требования к учащимся, темп работы.

**Основные направления работы по адаптации детей к новой школьной жизни:**

1. Психологическая диагностика;
2. Консультативная работа с педагогами и родителями;
3. Методическая работа;
4. Коррекционно-развивающая работа;
5. Аналитическая работа.

С помощью диагностических исследований, теста Лускановой «Школьная мотивация», анкеты «Карта проблем», наблюдений за учащимися во время уроков и перемен, бесед с классом, заполнение адаптационной карты классным руководителем можно сделать вывод, что дезадаптации, полное нежелание справляться с возникающими проблемами и отстраненности от учебной жизни и жизни классного коллектива – не показал ни один из учащихся 5 класса. В целом в этом классе просматривается достаточно благоприятная картина адаптации.

Благоприятная психологическая атмосфера, особое психологическое воздействие в учебно-воспитательном процессе будет позитивно влиять на полноценное психическое, личностное и интеллектуальное разви-

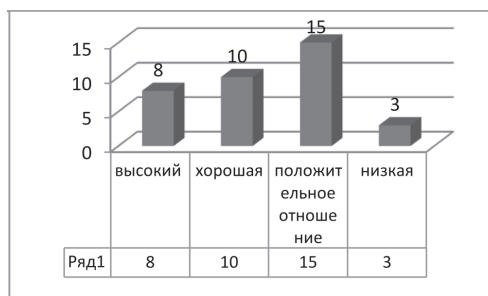
тие учащихся. Именно в таких условиях учащийся может состояться как полноценно развитая, конкурентноспособная личность.

Целью исследования проведенные в 5-х классах нашей школы, по анкете Лускановой «Оценивание уровня школьной мотивации учащихся», было определение общего уровня адаптации пятиклассников с дальнейшим созданием психолого-педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации пятиклассников к новым школьным условиям. По обработке анкетирования 36 учащихся были получены следующие результаты: – 8 имеют высокий уровень школьной мотивации; 10 из них имеют хорошую школьную мотивацию, 15 – имеют положительное отношение к школе, но школа привлекает детей внеучебной деятельностью; 3 – имеют низкую школьную мотивацию.

Отсюда следует вывод: за исключением 3 учащихся адаптация пятиклассников к новым школьным условиям проходит ровно безболезненно.

Результаты анкет в 5-х классах показали, что дети с низкой школьной мотивацией посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия, на уроках часто занимаются посторонними делами, испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности, находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. Большинство участников характеризуется положительным отношением к школе, достаточно благополучно чувствуют себя в школе, но все же познавательный интерес в учебной сфере у таких детей сформирован в меньшей степени. У большинства учащихся, которые успешно справляются с учебной деятельностью, хорошая школьная мотивация.

### Оценивание уровня школьной мотивации учащихся 5-х классов



Определение самооценивания в этом же классе показало, что при разных уровнях мотивации самооценка же определяется тремя видами. У большинства учащихся самооценивание среднее, лишь у незначительной части школьников повышенная самооценивание.

Классному руководителю 5 класса следует уделить максимум внимания в процессе воспитательной деятельности. Создать в классе бла-

гоприятную психологическую атмосферу для положительного прохождения адаптационного периода. Учителям-предметникам хочу предложить в своей работе учитывать сложность адаптационного периода и помочь детям безболезненно пройти этот период.

Процесс адаптации ребенка к средней школе рассматривается с точки зрения соответствия диагностических данных конкретного ребенка системе психолого-педагогических требований к обучению и поведению школьников. По результатам наблюдений можно охарактеризовать уровень адаптации 5 класса по следующим показателям:

Произвольность психических процессов. Большая часть учащихся не может самостоятельно организовать выполнение учебных заданий. Во время урока они показывают средний уровень сосредоточенности и поддержания внимания на учебной задаче.

Умственная работоспособность и темп учебной деятельности. Часть учащихся не способна работать в одном темпе со всем классом. В целом темп работы в классе можно охарактеризовать как средний. Учащиеся часто отвлекаются.

Мотивационная сфера. Ребята позитивно относятся к школе и учителям. Сохранность познавательных мотивов учебной деятельности можно охарактеризовать на среднем уровне.

Особенности поведения. Учащиеся показывают средний уровень саморегуляции: часть детей не умеет сдерживать произвольные эмоции и желания, порой не принимают и не соблюдают классные и школьные социальные нормы. Мнимая «взрослость», связанная с переходом в среднее звено школы, вызывает сложности в общении с учителями, одноклассниками, оказывает влияние на успеваемость. Данная склонность к школьной дезадаптации требует индивидуальной коррекционной педагогической работы и внимания к данной проблеме родителей.

Особенности общения со сверстниками. Учащиеся 5-го класса способны к установлению дружеских отношений и их поддержанию. Однако есть и сложности в этом отношении. Некоторые учащиеся держатся обособленно от коллектива. Особенности общения с педагогами. В целом учащиеся способны самостоятельно устанавливать адекватное взаимодействие с педагогом.

Эмоциональное состояние. С нашей точки зрения и точки зрения родителей учащиеся испытывают адекватные переживания, школьная и личностная тревожность в норме, ребята эмоционально устойчивы.

Подводя итоги я могу отметить, такая проблема, как адаптация пятиклассников, требует к себе повышенного внимания как со стороны

учителей, так и со стороны родителей. Нельзя данный процесс пускать на самотёк, необходимо обязательно следить за психическим комфортом ребёнка и стараться контролировать его эмоциональное состояние. Ведь от того, насколько успешно будет пройден данный этап в жизни ребёнка, зависит не только качество усвоенных им текущих знаний, но и в целом отношение к учёбе и труду.

## **Методика на раскрытие творческого потенциала школьника**

**А.А. ДАВЛЕТОВА**

Динамичную социальную модернизацию общества способны осуществлять люди активные, творческие, самодостаточные. Это положение подводит нас вплотную к проблемам выявления потенциальных возможностей человека, которые могут проявиться в процессе работы педагогов-психологов с учащимися. Когда ученик понимает, что окружающие верят в его способности, признают его ценность как развивающейся личности, это стимулирует его позитивное самовосприятие, саморазвитие. Тогда он может реально оценивать свои возможности, видит конечную цель своей деятельности. В противном случае учащийся не осознает возможности для внутреннего роста, что может привести к утрате многих резервов развития. Проблему раскрытия творческого потенциала личности и развития способностей в целом описывали в своих трудах казахские ученые-просветители Валиханов Ч., Алтынсарин И., Кунанбаев А., Торайгыров С., и передовые казахские ученые и общественные деятели XX века: Аймаутов Ж., Байтурсынов А., Дулатов М., Жумабаев М., Торайгырова С., Жарикбаев К.Б. и др.

Теоретические и практические аспекты проблемы раскрытия творческого потенциала личности всегда занимали важное место в исследованиях ученых. Однако, несмотря на значительные достижения в данном направлении, методики на раскрытие творческого потенциала, улучшающей эмоциональное состояние школьников не разработаны. В результате назрело **противоречие** между новыми требованиями общества к личности целостной, конкурентоспособной, эмоционально устойчивой, творческой, и разработанностью методики на раскрытие творческого потенциала школьников.



Нами была реализована авторская методика на раскрытие творческого потенциала школьника. Первоначально основной задачей было развитие творческого потенциала учащихся, но по мере проведения оказалось, что с ее помощью можно решить целый комплекс задач. Методика может использоваться как диагностический инструмент и (или) как средство развивающей и коррекционной работы, она помогает составить психологический портрет личности ученика, раскрыть его внутренний потенциал и помочь ему выйти из тревожного состояния.

**Описание методики.** Разработанная нами методика на раскрытие потенциала проводится в 7 этапов, (шагов).

**1 шаг.** В процессе беседы с учениками педагог-психолог выделяет ключевым понятием основную проблему, вызывающую тревожное состояние школьников (Например – «Тестирование»). Термин «ключевое» введен для объяснения особой роли названного понятия по отношению к анализируемой ситуации, это понятие раскрывает смысл предстоящей работы.

**2 шаг.** Педагог-психолог пишет на доске значимое для учеников понятие, количество букв в ключевом понятии может быть не меньше, чем способен одновременно воспринять человек (7+-2).

**3 шаг.** Теперь дается **1 задание** ученикам: «Составьте слова, используя буквы из слова «Тестирование», школьники называют, а педагог-психолог записывает эти слова на доске (количество слов от 10 до 20, например – тест, сова, ров и т.д.); Предложенными словами могут служить только существительные в единственном числе именительного падежа. Ученики, перебирают варианты порядка букв, осмысливают их и выбирают правильный ответ.

**4 шаг.** С каждым приложенным школьниками словом проводится связь, ассоциация с ключевым понятием – «Тестирование», (Тест – это испытание, сова – символ мудрости, ров – неопределенность). Важно, чтобы ученики сами проговаривали, каким образом они связывают эти слова с «Тестированием». Вербализация может и не быть адекватной заменой внутренних переживаний старшеклассников. То, что сообщает каждый ученик, зависит от его личностных характеристик и того, как он воспринимает ситуацию «Тестирования». По мнению Б. Смита, тщательный анализ специфических слов и фраз, употребляемых испытуемым, может выявить (подобно тому, как это происходит в процессе психоанализа) содержание бессознательного, которое не просматривается явно в самих ответах.

**1 задание:** старшеклассники сочиняют сказку, используя 1, 2 или все слова, написанные на доске как ключевые. Тихомиров О.К. подчеркивал

сложный характер акта принятия задания и объяснял это рядом причин. Одна из них – «полимотивированность деятельности, поэтому подобное принятие предполагает связывание задания не с одним, а с целой группой мотивов. В процессе решения исходная мотивация может «обрасти» дополнительными мотивами (как внутренними, так и внешними), кроме того, могут возникать и новые замыслы, отражающие творческий характер мыслительного процесса и способствующие его развитию, а не «затуханию». У учеников может возникнуть ассоциация с реальным предметом или сказочным образом. Происходит бессознательная идентификация школьника с этим образом. Когда учащийся пишет о характеристиках своего героя – он рассказывает о самом себе, даже не осознавая этого. При написании сказки необходимо выполнять следующие условия:

**А) сюжет в тексте (герои, развязка и конец).** «Сейчас Вы можете сочинить сказку про... Можете придумывать все, что захотите, потому что это только ваша сказка». Сочиняя сказку, ученик делает это известным путем активного соотнесения с имеющимся уникальным личностным опытом взаимодействия с предметами и явлениями действительности, опытом понимания как собственных поступков, так и действий других людей.

**Б) ограничение по времени,** если на доске написано 12 слов, предложенных самими старшеклассниками, то дается 6 минут, если 18 слов, то – 9 мин., соответственно – от 5 до 10 минут (количество слов делится на 2). «Дефицит времени является важной детерминантой усилия, прикладываемого к решению умственной задачи: он вызывает повышенное напряжение, мобилизуя энергетические ресурсы индивида».

**В) история со счастливым концом,** важно, чтобы и на уровне подсознания у учеников сложилась позитивная установка. Основоположник психологической школы установки Узнадзе Д.Н. писал о том, что «восприятие возможно только после формирования соответствующей этому восприятию установки. Восприятие является продуктом реализации созданной установки». Эта установка, по мнению Норакидзе В.Г., может вступать в связь с прошлым опытом человека, закрепившимися ранее нереализованными установками, и, таким образом, в процессе структурирования стимулов и присвоения им определенного значения могут проявиться особенности структуры личности, природа ее мотивов.

**2 задание** – Желающие ученики прочитывают свою сказку вслух, остальные внимательно слушают, информация из сказки расскажет о потребностях, интересах, представлении о самом себе, характере отношений школьника с окружающими. Затем провести анализ по схеме

Вачкова И.В. (приложение). Анализировать сказку можно совместно с автором, но делать это нужно очень корректно, акцентируя внимание на позитивные стороны сюжета. После тщательного анализа текста у педагога-психолога появится направление для индивидуальной работы с данным учеником.

**5 шаг. 1 задание:** Внимательно прочитать текст и выделить в нем глаголы, подчеркнув двумя параллельными линиями, а также прилагательные – волнистой линией. После того, как сказку совместно обсудили, необходимо выбрать соответствующую единицу анализа - смысловую единицу речи или элемент содержания, служащие в тексте индикатором интересующих педагога-психолога явлений. В данной методике за основу анализа взяты части речи – глагол и прилагательное. Эта информация раскроет педагогу-психологу значимые переживания, действия, достижения и трудности, с которыми приходится сталкиваться школьникам в жизни и учебной деятельности.

**2 задание:** Отдельно сосчитать количество глаголов и прилагательных, написанных в сказке. Глаголы помогут ответить на вопрос – «Что я могу сделать? На что я способен?», а прилагательные – на вопрос: «Какой я на самом деле?»; Такой анализ «...позволяет выявить и объективизировать скрытую тенденцию в ответах испытуемого. Психологические особенности могут проявлять себя в творческой деятельности. Продукты творчества, (в нашем случае – сказки), предоставляют материал для изучения особенностей когнитивной и эмоциональной сфер пациента, его внутренних конфликтов, скрытых потребностей и переживаний. При этом сам творческий процесс и анализ его результатов выступает не только как средство психологической диагностики, но и как терапевтический прием».

**6 шаг.** Семантический анализ, если необходимо, корректировка всего предложения, где встретился отрицательный по смыслу глагол или прилагательное нужно заменить его противоположным понятием (например: провалился – взлетел, страшный – красивый и т.д.); Этот прием имеет большой психокоррекционный эффект, когда ученики «извлекают» из глубин своего подсознания неприятный образ и вместе с педагогом-психологом меняют его.

**7 шаг.** Откорректировать сказку с применением положительных глаголов и прилагательных. После этого нужно обсудить с учениками, какой вариант им нравится больше и чем, что чувствовал герой его сказки в конце, могли бы школьники гордиться своим героем, почему. Проанализировать, при желании учеников сохранить как талисман «новую» сказку.

Эта **методика** уникальна тем, что ученики, анализируя написанный текст, познают себя. Она помогает гармонизировать, корректировать представления о чем-то, что-то изменить, просто улыбнуться, повысить самооценку личности. *Раскрытие творческого потенциала с помощью данной методики позволяет выйти на более неосознаваемые процессы, тем самым помогая старшеклассникам уверенно двигаться к намеченной цели.*

Хотелось бы отметить, что данную методику можно проводить как в индивидуальном режиме, так и с группой. Данные, полученные с помощью данной методики, не должны быть приняты как окончательные, но они помогают найти пути дальнейшего исследования, проникнуть в трудно объективируемые личностные особенности ученика, ускользающие при традиционной организации работы педагога-психолога и не поддающиеся адекватной количественной оценке.

Применяя подобную методику, мы стимулируем школьника в непрерывном творческом росте и интеллектуальном «тонусе». Именно снижение уровня тревожного состояния, активизация интеллектуального и творческого потенциала, повышение уровня самооценки обеспечивает возможность саморазвития, удовлетворение личных потребностей старшеклассника с возможностью эффективно планировать свою деятельность.

## **Оқушыларды қиял ұғымымен таныстыру**

**Г. ИСАБЕКОВА**

### **Тренинг мақсаты:**

- Қиял, оның түрлері мен жасалу жолдарын, дара айырмашылықтарымен таныстыру;
- Танымдық ойлау белсенділіктерін, шығармашылық қиялын дамыту;
- Оқушыларға әлемнің сұлулығын қабылдай білу арқылы қиялдай білуге, мақсатты армандауға, жауапкершілікке тәрбиелеу.

**Сабақтың көрнекіліктері:** «Психология» оқулығы К.С. Жұмасова, Қ.Б. Жарықбаев. «Психология», М.В. Гамезо, сызбалар, карточкалар.

### **Барысы:**

#### **1. Ұйымдастыру кезеңі;**

2. Үй тапсырмасын тексеру;

3. Мақсат қою;

4. Жаңа сабақты түсіндіру:

**Жоспары:**

1. Қиял туралы жалпы ұғым;

2. Қиял түрлері;

3. Қиялдың жасалу жолдары;

4. Дара айырмашылықтар;

5. Қиялды дамыту жолдары;

6. Практикалық сабақ: Балалардың қиялын зерттеу, бақылау.

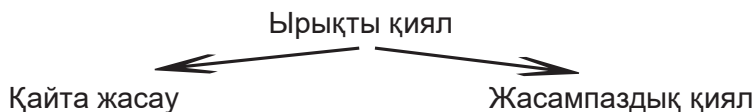
Адам бұрын өзі көріп білмеген нәрселерінің бейнесін көз алдына елестетіп, олардан жаңа бейне жасайтын. Немесе бұрын қабылданған, жиналған бейнелерге сүйене отырып, өз басында тың, соны, жаңа елестер мен идеяларды тудырады. Осындай жаңа идеялар мен бейнелерді қиял деп айтамыз. Қиял – тек адамға ғана тән. Қиял арқылы пайда болып отыратын жаңа бейнелер адамның білім қорына, нақты бейнелерге тұрақты елестерге негізделеді. Адамның әрқилы психикалық әрекеттерінде бір ғана процестің дараланып жеке кездесуі мүмкін емес. Ондай процестер бір бағытпен, бір арнамен өзара ұштасып жатады. Солардың ішінен адам әрекетінде бір-екеуі жетекшілік қызмет атқарады. Сонымен, **қиял дегеніміз** – бізді қоршаған сыртқы дүниедегі заттар мен құбылыстардың бейнелерін жаңғыртып, оларды өңдеп бейнелеуден тұратын, тек адамға ғана тән психикалық процесс.

Кеңес психологы А.В. Брушлинский қиялды ойлаудың ерекше бір түрі деп санайды. Өйткені, ойлау белсенділігі адамды шығармашылық істер мен әрқилы әрекеттерге жетелейді.

Өзіндік ерекшеліктері мен олардан туындайтын себептерге орай, қиял ырықсыз, ырықты болып екіге бөлінеді.

**Ырықты қиял** адамның алдына мақсат қоймай-ақ, басындағы елестердің ағытылып, бірінен соң бірі өтіп жататын кезінде туады. Қиялдың бұл түрі төменгі сынып оқушыларында көбірек кездеседі. Ұйқылы-ояу кезде де ырықсыз қиялдар өзінен өзі туындайды. Ол әсіресе түс көруден байқалады. Елес – ырықсыз қиял болып саналады.

**Ырықты қиял** – қиялдың саналы әрі жемісті түрі. Адамның алдына саналы түрде мақсат қойып, әдейі образдар жасау мен қажетті бейнелер тудыруы. Қиялдың бұл түрі балалардың ойын әрекетінде де анық байқалады.





**Қайта жасау қиялы** адамның өмір тәжірибесінде кездестірген, бұрын болғын бейнелерді қайла жаңғыртып елестерін сөздік тітіркендіргіштерге байланысты туындайды. Мұндай қиялдың пайда болуында сөздік тітіркендіргіш қызметін әр түрлі суреттер мен сызулар, сызбалар мен кестелер, ноталар атқарады.

Балалардың қайта жасау қиялын дамытып, нәтижелі іс-әрекеттеріне күшті әсер ететін жайт – олардың алдына белгілі практикалық міндеттерді қоюы. Айталық заттың суретін салу немесе түрлі материалдардан сол заттардың бейнесін жасау. Мұндай істер балаларды сөзбен айтылған объектілерді, нақты нәрселерді ұсақ түйегімен қоса түгел елестетуге баулиды.

**Жасампаздық қиял** – бұл түрі арқылы жаңа бейнелер мен образдар жасалады. Психологияда бұл қиялды шығармашылық қиял деп те атайды. Қайта жасау қиялына қарағанда күрделі, әрі қиын болып келетін қиялдың бұл түрі әрекеттің кез келген әрекетінде орын алып отырады. Қиялдың бұл түрі, әсіресе, мұғалім қызметінде ерекше орын алады. А.С. Макаренко: «Жеке адамның келешегін жобалауда мұғалім шығармашылық қиялсыз әрекет етсе, жақсы нәтижеге ие болмас еді», - деген екен.

Адам қиялының ерекше бір түрі – арман. Бұл – ырықты қиял, өз мақсатымыз бен мүддемізге орай бейнелер жасау, игі мақсат мүддемізді іс жүзінде асыруды қиялдау. Басқаша айтқанда арман-келешектегі әрекеттерге арналған қиял. Ол шығармашылық қиял емес бірақ соған дайындаудың бастапқы сатысы.

Арман бос қиялдаумен түк те жанаспайды. Бос қиялдаудың өмір үшін ешбір пайдасы жоқ. Бұл – қажырсыз қиял.

Адамның жігерсіз іс-әрекетіндегі қиялдың бір түрі – мұң. Мұң – адамның бұрын басынан кешірген қолайсыз оқиғалары мен сәтсіз істері жөніндегі ойы, мақсатты істердің жүзеге аспауы туралы, оған себепкер бейнелердің тізбегі кім-кімнің болмасын тынышын кетіріп, ойын бөледі.

### **Қиялдың жасалу жолдары**

**Агглютинация** – желімдеу (кентавр, сфинкс, жез тырнақ)

**Гипербола** – грек сөзі күшейту нәрсенің жеке сипаттары, белгілері үлкейтіліп көрсетіледі. (Ертегілер, қиял-ғажайып бейнелер)

Жаңа туылған нәрестеде қиял болмайды. Бала өмірінде қиялдың алғаш көрінуі бір жастан асқан кезде байқалады. Ойын әрекеті бала қиялын дамытып тәрбиелеуде үлкен роль атқарады. Жеткіншек қиялын дамытуда сурет салу. Ересек адамдардың қиялын олардың өмір сүрген ортасы мен тіршілік тәжірибелерінің нәтижелеріне орай дамып отырады. Әр алуан ғылыми жетістіктер, техника мен өнердегі орасан зор табыстар, өндіріс пен ауыл шаруашылығындағы жаңалықтар, мұның бәрі – ырықты қиялдың жемсітері.

Адам қиялсыз өмір сүре алмайды, қиял шындық болмыспен ұштасып, адамды жаңа істерге, меңгерілмеген істерді меңгертуге, ғылым мен

техникадағы, өнер мен көркем әдебиеттегі жаңа белестерге ынталандырып отырады.

#### **V. Жаңа сабақты бекіту**

- Қиял дегеніміз не?
- Адам өмірінде қиялдың маңызы қандай?
- Қиялдың қандай түрлері бар?
- Қайта жасау қиялы дегеніміз не?
- Шығармашылық қиял деп нені айтамыз?
- Қайта жасау мен шығармашылық қиялдың айырмашылығы неде?

#### **VI. Жаңа сабақты қорыту**

**VII. Үйге тапсырма беру.** Қиял тақырыбын оқу. Балалардың қиялын зерттеп, бақылау.

## **Бала тәрбиесіне ата-ана қарым-қатынасының әсері**

**Д. АХМЕДАЛИЕВА**

**Отбасындағы ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынас кезіндегі кездесетін кемшіліктер:**

1. Әке мен шешенің өз мінез құлықтарындағы кемшіліктерімен күреспейді, бірақ балалардан адамгершілікті, әдептілікті талап етеді, оларға дәрекі сөйлейді, өтірігін айтып бетіне басады, өзі өтірік сөйлейді, оны сезіп тұрса да қорыққанынан әке-шешесіне айта алмайды;

2. Ата-аналар балалардың ішкі жан дүниесіне жеткілікті көңіл аудармайды, жылы жүзбен қарап қамқорлық жасамайды, баланың қайғы-қуынышын бөліспейді;

3. Оқушының үй шаруасына көп көмектесуін талап етеді, оған жасаған жақсылығын міндеттейді;

4. Мектеп мұғалімдерімен тығыз байланыста болмайды, оқушының жағдайын бірлесіп шешпейді.

Бала отбасы жағдайында өмірдегі әртүрлі жағдайларда өзін қалай ұстауды, адамгершілік әліппесі, кішіпейіл болу ізеттілік, сыйластық үлкендермен және кішілермен қандай қарым-қатынаста болу сияқты тәжірибе жинақтайды және оны меңгереді. Отбасында бірін-бірін сыйлау, қамқоршы болу бірлесіп еңбек ету секілді игі дәстүрлер қалыптасқан болса, ол ортадан қоғамға қарсы тұратын тәрбиесіз адам шығуы

теориялық жағынан алғанда мүмкін емес. Моралдық жағынан азғындаған отбасында, әдетте, балаға жеткілікті көңіл бөлінбейді. Қазіргі кезде ауқатты отбасылардың пайда болуы оларда бала тәрбиесінің дұрыс тәжірибесі қалыптасты деген сөз емес.

Ата-аналардың мінез-құлқы немесе іс-әрекеті, сөйлеген сөздері арқылы балаға ықпал ететін бірнеше әдіс-тәсілдер бар екен. Соған тоқталсақ:

| Әдістер                                           | Мазмұндық көрсеткіштер                                                                                                                              | Нәтижелері                                                                      |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ықпал ету арқылы баланың өзіне сезімін нығайту | Нандыру, сендіру, ақыл-кеңес, іс-әрекетін қуаттау, орынды көтермелеу, дәлелдеу, дұрыс бағалау, әділ ескерту, баламен санасу, пікірлесу.             | Өзіне сезімі артады.                                                            |
| 2. Ықпал ету арқылы тежеу                         | Ата-ананың балаға дегенін күштеп істеуі, қақпайлау, үстемдік пиғылын көрсету, беделімен басыну, санаспау.                                           | Тартыншақ, қорқақ, қулық, ырықсыз, өтірік, жігерсіз, жалтақ.                    |
| Ықпал ету арқылы қуаныш сезімін ояту              | Орынды мақтау, мадақтау, көңілін көтеру, демалысын ұйымдастыру, керекті деңгейде қажетін өтеу.                                                      | Көңілі өсіп марқаяды, батырлық, өзіне сенімі, өмірге құштарлығы ашылады.        |
| Теріс әрекетке түрткі болатын әдістер             | Баланың ырқына көну, еркелету, балаға мән бермеу, бақылаусыз қалдыру, жәбірлеу, зекіп ұрысу, орынсыз кінәлау, алдау, мазақ ету, нашар үлгі көрсету. | Қырсық, өзімшіл, жалқау, рақымсыз, ұқыпсыз, ынтасыз, озбыр, бірбеткей, қатыгез. |

Ата-аналар кодексінде:

Ата-ана ерекше жағдайда ғана емес, тәрбиемен ұдайы айналысуға міндетті;

Баланы тәрбиелеу үшін ата-ана өзіміз тәрбиелі болуымыз керек;

Тәрбие беру – ақыл айту емес;

Баланы жақсы көргендігіңізді мейірімді, жылы сөзбен жеткізіп отырыңыз;

Мектептегі бір топ оқушыларына ата-аналардың бір-бірімен қарым-қатынасын анықтау үшін төмендегідей сұрақтан тұратын сауалнама жүргізуге болады.

Оның 1-сұрағы:

1. Ата-анаңның бір-бірімен қарым-қатынасын, мінездерін қалай бағалайсың? Деген сұраққа оқушылардың көбі былай деп жауап берген:

- Ата-анамның бір-бірімен қарым-қатынасы жақсы деген;
- Біздің үйде ата-ана арасында кейбір келіспеушіліктер болып жатады, оның себебі әкемнің ішімдік ішуіне байланысты;
- Ата-анамның мінездерін түсіне алмаймын, екеуі беттерін жыртып айқайласып жатады, бір уақытта дым болмағандай бірге шай ішіп отырады, араларына кейде шайтан араласып кеткен деп ойлап қаламын;
- Менің әкем еңбекшіл, табыс табады, анам болса оны жойып үлгеріп отырады;
- Ата-анам өте қонақжай, кейде мен осы қонақтықтан жалығып кетемін;
- Ата-анам қатал, бірақ мен оларды жақсы түсінемін, себебі олар мені адам болсын дейді ғой, себебі солай деп ұрсады;
- Мен әкемнен гөрі анамды сыйлаймын, себебі ол балалары үшін тыным таппайды, - менің анам ашық мінезді, әрі әдемі;
- Ата-анам маған дұрыс тәрбие беріп жатыр деп ойлаймын;
- Менің әкем қаталдау, мен кейде одан қорқамын, сондықтан оның үйде көбірек болғанын қаламаймын;
- Ата-анам мен оларды тыңдамағанда ғана ұрсады;
- Менің ата-анамның қарым-қатынасы өте жамаң;
- Менің анам ақ көңіл, мейірімді, керек кезінде қатал болады, ол балаларын қорғай біледі;
- Менің әкем кешке қарай біздің сабағымызды тексерген болады, күнделікті тексеріп баға болмаса неге сабақ оқымайсың, мен сендердей болғанда жақсы оқыдым, сен неге солай оқымайсың, осы көрініс күнде болады, кейде мен бір қызық күйге түсемін, әкеме қарап отырамын, бірақ өзім ештеңе естімеймін, себебі күнделікті еститін сөзім, миымда жатталып қалған;
- Ата-анам бізге сабақ оқыңдар, білім алыңдар, мына біздер кезінде оқымадық, енді жұмыс та жоқ, ақша да жоқ деп айта береді, оны кімнен көреді екен;
- Кешкісін әкеммен бірге теледидар қараймыз, әңгімелесеміз, ол менен қандай проблемаларың бар деп сұрайды, менде проблемалар бар, бірақ мен оларды айтпаймын, себебі ондай проблемаларды өзім де шеше аламын;
- Менің ата-анамның мінездері өте қызық, үнемі керісетін, ренішті сөздерді айтатынын түсіне алмаймын, егерде үйге біреулер келе қалса, олардан тату ешкім жоқ, олар неге екі жүзді болатынын түсіне алмаймын;
- Ата-анамнан сабақ жөнінде көмек сұрасам, дым білмей қалады, неге мұғалімнен сұрап алмадың деп өзіме ұрсады;

- Ата-анам мені қатты еркелетеді, дегенімді істейді, жақсы оқысаң бәрін алып береміз дейді, бірақ неше жылдан бері жақсы оқысам да ешнәрсе алып беріп жатқаны жоқ, олардың ақшасы жетпей қалады.

Келесі мынадай сұраққа: ата-анаңның арасында келіспеушіліктер саған әсер ете ме? деген сұраққа:

- Иә, әсер етеді, - жоқ, әсер етпейді, - көңіл-күйім болмайды, - жылаймын, - жүрекке қатты тиеді, - үлкендердің келіспеушіліктеріне кіріспеймін, өздері шешеді деген жауаптар болды.

Ата-анаңа ренжіген кездерің болды ма? деген сұраққа:

- Болды, - ренжуге қақым жоқ, себебі олар мені дүниеге әкелді, өсірді, олар қандай болса да олардыкі дұрыс деп ойлаймын;

- Ата-анама қатты ренжітім себебі олар мені ойламай, бірінші өздерін ойлап, ажырасып кетті, - анама ренжіген кездерім болды, себебі маған анам айтпаған сөздері жоқ, есіме алуға ұяламын;

- Екеуі кезектесіп ұрсады, соған ренжітім, бірақ ұрысқаны жақсы болды, пайдасы тиді, -ажырасқан кезде ренжітім;

- Әкеме ренжітім, себебі арақ ішіп келіп анамды соқты деген жауаптар алдық.

Әрине бұл жерде біздер баланың атын жазбауын сұрадық, бала өзін қинаған сұрақтарға жауап бере отырып, отбасындағы кейбір киікжіндерді ашық айтып көрсеткен.

Бұл сауалдың жауаптарымен ата-аналарды таныстырған жөн.

Жанұядағы жанжал, үлкендердің аузына келген сөздерді айтуы, баланың көзінше басқа біреуді сөгуі, біреудің сыртынан өсек айтуы балаға теріс әсер етеді. Бала алдында әке-шеше үй ішінің үлкендердің әдептілік танытқаны жөн. Мысалы, арақ пен темекінің толып жатқан зиянын біле тұра, балалардың көзінше арақ ішіп, үсті-үстіне темекі тартқандар бар. «Көрінген таудың алыстығы жоқ», - дейді, ертең-ақ ұл өсіп ер жетеді, қыз өсіп бой жетеді. Сонда арақ пен темекінің зиянын қалай ұқтырамыз.

Негізінен жанұяның шырқы бұзылған, ата-анасы маскүнемдікке салынған немесе жарамдық жағынан азғынданған ортада бала, жасөспірім қашанғы жиренішті көріністі, ондағы айқай-шу мен дау-жанжалға, ұрыс-керіске шыдап жүре бермек. Басқа өмір аңсайды немесе теріс тәрбиеге тез бой алдырып үлгереді, егер осы теріс жолға мүлде бет бұрып кетсе, онда бәйтеректің бір бұтағы қисық өсті дей беріңіз. Бақытсыз қыз, бұзақы ұл осыдан шығады. Сонда негізгі кінәні кімнен іздейміз?!

Иә, ата-ана тәрбиесі бала өмірінде үлкен із қалдырады. Баланың бойына барлық жақсы қасиеттерді дарыту, тіпті жанында жүрген дос-



тарына дейін мән беру, табиғат сыйлаған дарыны болса дамыту, дұрыс білім алуына жағдай жасау – ата-ананың басты парызы. Ендеше бала тәрбиесінде ұсақ-түйек дейтін ешнәрсе жоқ және сол нәрседен де қателесуге қақымыз жоқ. Бала – әр жанұяның бақыты. Олай болса, өз бақытымызды бағалай білейік.

### **Ата-аналарға түсіндіру керек!**

- Үлкендердің ұрыс-керісі, отбасындағы барлық жағымсыз жағдай баланың денсаулығына, оқу үлгеріміне, психикасына кері әсер ететінін;

- Ата-ана баланы дүниеге әкелгесін, ең бірінші оның дамуына жағдай жасау керектігін;

- Ата-анаға баласын жансыз қуыршақ деп қарамай, тұлға ретінде қарау керек;

Жиналыс барысында мектеп оқушыларының әлеуметтік жағдайымен де таныстырған жөн, неше аз қамтылған, көп балалы, қамқорлыққа алынған, толық емес, мүмкіндігі шектелген, қолайсыз отбасы балалары бар екенін, олармен қандай жұмыстар жоспарланғанын, ата-аналарының кәсіби құрамы, жас ерекшеліктері, білім деңгейлерін алдыңғы жылмен салыстырмалы мониторингісін құрып, көрсетіп, айтып кетуге болады. Жиналыс соңында ата-аналарға арналған жадынама үлестіріліп берілген жөн.

### **Ата-аналарға кеңес:**

- Егер үнемі баланы сынап отырса, оның оқуға құлқы болмайды;
- Балаға үнемі күлсе, ол бұйығы болып өседі;
- Баланы үнемі мақтап отырса, ол өз қадірі үшін оқиды;
- Баланы қолдап отырса, ол өз бағасы үшін оқиды;
- Бала төзімділікте өссе, ол басқаларды түсінуге үйренеді;
- Бала адалдықта өссе, ол адал адам болып жетіледі;
- Бала қауіпсіз жағдайда өссе, ол адамдарға сеніммен қарайды;
- Бала кекшілдікте өссе, ол қатігез болып өседі;
- Бала түсіністікте және сүйіспеншілікте өссе, ол бұл әлемнен махаббат табуды үйренеді;
- Баланың ықыласын оят, қолынан іс келетініне сендір;
- Әр бала-табиғаттың ғажайып құбылысы. Оны сол үшін де сыйлауға болады.

# Оқушылардың сенімділіктерін арттыруға арналған психологиялық тренинг

А. СЕРЖАНОВА

## Мақсаты:

1. Мектеп түлектерінің сенімділіктерін, мінез-құлқын, эмоциялық ерік-сфера дағдысын психологиялық тұрғыда қалыптастыру. Өз-өзіне деген сенімділіктерін арттыру;

2. Мақсатқа жетудегі үміт пен сенімділікті ояту. Өз-өзіне деген сенімділік туралы білімдерін жаттығулар арқылы нығайту;

3. Мектеп түлектерін үнемі ақжарқын, көңілді, мейірімді болуға және өркім өз тағдырына жауапты екенін айта отырып, өмір заңдылықтарына төзімді, шыдамды етіп тәрбиелеу.

**Көрнекілігі:** жүрекшелер, қалам, жұмсақ ойыншықтар, маркер, түрлі түсті қарындаштар, бет А4, доп, айна, қорапша, майшам, сіріңке.

## Тренинг-сабақ барысы: Ұйымдастыру кезеңі

Қатысушылардың дайындықтары тексеріледі.

- Балалар, бүгінгі біздің тренинг-сабағымыздың тақырыбы «Жетістік – сенімділік жемісі».

## «Күлім қағып қолымды...» амандасу жаттығуы

Қатысушылар шеңберге тұрып, жүргізушінің айтқан сөздері мен қимылдарын қайталайды.

Күлім қағып қолымды 1, 2, 3 деп соғамын.

Қарап тұрған көршіме қолымды мен былғаймын.

Жылы-жылы жүзбенен маңдайыңнан сипайын.

Жылы-жылы сөзбенен жүрегімді сыйлайын.

Жылы алақаныммен қолыңды бір қысайын,

Амандасып өзіңмен құшақтасып алайын.

## «Есім+комплимен» жаттығуы.

- Балалар, сіздер білесіздер ме, өз-өзіне сенімді адам өзі туралы көп жақсы нәрселер айта алады, өз-өзін мақтай алады. Өз-өзімізге деген сенімділіктерімізді осы жаттығу арқылы арттыруды ұсынамын.

Әр қатысушы өз есімін айтып, өзі туралы жағымды ақпарат береді.

## Әңгімелесу:

- Сенімділік деген сөзді қалай түсінесіздер? Жалпы сенімділік деген не?

- Өз-өзіне деген сенімділік дегенді қалай түсінесіздер?

- Өз-өзіне деген сенімділік біздің өміріміз үшін маңызды ма? Неліктен?

- Өз-өзімізге деген сенімділік неге байланысты?

- Әрқашан да біздер өз-өзімізге сенімді бола аламыз ба?

(Кейбір жағдайларда қорқыныш адамды билейді: ұтылу, жеңіліп қалу қорқынышы араласып, кедергі келтіреді. Егер де сенімділіктеріміз тұрақты болмаса, осындай жағдайда сенімділіктеріміз азайып, сенімсіздік пайда болады. Өз сенімділіктерімізбен біздер әрқашан да жұмытану керекпіз).

Бауыржан Момышұлы былай деген: «Сенімділік табысқа жетуге деген құлшынысты арттырады, бойға қуат береді, әбдең айқындалған әмір беруге немесе жеке іс-қимылға шақырады. Яғни, дереу әрекет жасауға итермелейді».

Адамның өз-өзіне деген сенімділігі тұлға ретінде өте маңызды болып келеді, өзінің жеке пікірі болады, өзінің сезіміне сене алады. Балалар үлкендермен, өз замандастарымен тілдесу арқылы басқа адамдармен өмір сүруді үйренеді, қоғамдағы тәртіп ережелерін меңгереді.

Өз-өзіне деген сенімділік – адамның дене-бітімімен қоса ой-санасының да түзу және дұрыс дамуының нәтижесі. Адам бойындағы сенімділіктің қарым-қатынаста және дербес шешім қабылдауда зор әсері бар. Өзіне сенімді адам айнаға қарағанда, сүйіспеншілікке, қамқорлық пен көңіл бөлуге лайықты адамды көреді.

### **«Құмыра» жаттығуы**

Қатысушыларға таза парақ беріледі. Таза параққа құмыраның суретін салу тапсырмасы беріледі. Әр оқушыға өз-өзіне деген сенімділік пен өз-өзін бағалау деңгейі айтылады.

(Неғұрлым құмыраның суреті парақтың жоғарғы жағына салынса, соғұрлым өз-өзін бағалау деңгейі жоғары. Неғұрлым құмыраның суреті үлкен болса, соғұрлым өз-өзіне деген сенімділік жоғары. Неғұрлым құмыраның аузы ашық болса, соғұрлым сурет салушы адамның қолы да ашық).

### **Әңгімелесу:**

- Оқушылар, қалай ойлайсыздар, өз-өзіне деген сенімділікті қай кезден тәрбиелеуге болады?

- Баланың өз-өзіне деген сенімділігі ең бірінші кімге байланысты деп ойлайсыздар?

Кішкентай кезіңнен ата-анасы баласына қолдау көрсетіп отырса, бала басқалармен қарым-қатынаста оң нәтижеге қол жеткізеді. Мұндай бала белсенді және көтеріңкі көңіл-күймен барлық қиыншылықтарды оңай жеңеді. Кез келген түйінді мәселенің шешімін табуға ешбір

қиындықсыз батыл кірісіп кетеді. Демек, адам өмірінде өз-өзіне деген сенімділік ерекше рөл ойнайды.

Американың бұрыңғы президенті Билл Клинтонға анасы үнемі «қай кезде де сенікі дұрыс» деп айтатын болған. Яғни, өзіңе деген сенімділіктің басым болуы, ол алдағы қиындықтарды, бәсекелестерді мойымай жеңу деген сөз.

Сенімді жандардың мінез-құлықтары да бір қалыптан аспайды. Мәселен, өз кезінде Ұлыбританияның саясаткері Маргарет Тэтчер де, бір топ психологтармен етене араласып, өзінің тік мінезімен «Темір леди» атанған.

2016 жылы Рио де Жанейрода өткен жазғы олимпиаданың еркін күрестен қола жүлдегері болған Батыс Қазақстандық Екатерина Ларионова өз-өзіне деген сенімділікті кішкентай кезінен тәрбиелеген.

Салмақты кәсіпқой болу кім-кімнің қолынан келе бермейтіні белгілі. Ол үшін алдымен өз-өзіне сенімді болу керек. Тәжірибелік тұрғыдан қарағанда жеке мекемені ұстап, өз-өзін қамтамасыз етіп, бірнеше жұмысшыны жалақымен жетілдіріп отырған көшбасшыларды сенімді өкіл ретінде тануға болады. Себебі ол өз ісіне сенімді, сондай-ақ өз өнімдерінің пайдалы екеніне де сенімді. Және өзіне нық сенімді. Осылай бола тұра оның жұмысшылары да ынталы, іскер болып келеді. Бұлай болуының себебі жұмысшылар басшысынан үйренеді.

Сенім жеке адам өмірінің ұстаным беріктігін нығайтады, мінез-құлықын сипаттайды. Дұрыс сенім – дұрыс әрекет кепілі. Адам мұраты – адам баласының жоғары мұрат-мақсаттары, өмірге ұмтылушылығы, талаптанушылығы. Дүниетанымның қалыптасуы ұзақ және құрделі үрдіс. Сондықтан да, ол адам өмірін толық қамтиды. Нәтижесінде, жеке көзқарастар және сенім жүйесі дамиды, қалыптасады, олар жеке адамның әрекет жасауына басшылық етеді.

### **Әңгімелесу:**

- *Өз-өзіне сенімді адам айналасындағы адамдармен қандай қарым-қатынаста болады деп ойлайсыздар?*

(Өз-өзіне сенімді адам айналасындағы адамдармен бірігіп жұмыс жасай алады, өйткені ол өзі қандай болса, айналасындағыларға да солай қарайды).

- Қазір біздер қаншалықты бір-бірімізбен біріккен жұмыс жасай алатынымызды байқаймыз. Ол үшін сіздерді ортаға шақырамын.

### **«Допты шынтақпен беріп жалға» жаттығуы**

Қатысушылар шеңбермен тұрып, жүргізуші шыңтағымен берген допты құлатып алмай жалғайды. Доп құлап қалған жағдайда, жаттығу басынан басталады.

**«Мұнара» жаттығуы**

Қатысушылар шеңберге тұрады. Шеңбердің ортасына бір оқушы шығып, мұнара секілді артқа қарай құлау керек. Ал айналасындағы қатысушылар оны құлатып алмай ұстап қалу керек. Ортадағы оқушы ауысып тұрады.

**«Мен саған сенемін!» жаттығуы**

Қатысушылар шеңбермен тұрады. Шеңбердің әрбір жерінде тұрған үш оқушыға жұмсақ ойыншықтан беріледі. Әр оқушы «Мен саған сенемін!» сөздерін айтып, жұмсақ ойыншықты қарама-қарсы тұрған оқушыға лақтырады. Жұмсақ ойыншықты ұстап алған оқушы жаттығуды жалғастыра береді.

**Мәлімет беру: Психологтар не дейді?**

Өзіне-өзі сенімді адамдар әрқашан өзі қалаған нәрсесін тез арада бастап кете алады. Сонымен қатар, олар өзіне-өзі сенімсіз жандарға қарағанда шешімді, қандай іске болса да тиянақты әрі өте сенімді болады екен. Олар өз-өздеріне сенімді болатындықтары соншалықты істегелі отырған әрбір істерінен еш қателеспейді. Бұл жайлы АҚШ психологтары сенімді және сенімсіз адамдарды түрлі әдістермен, мәселен бір ғана гипнозбен адамның өзіне деген қорқынышы мен қаншалықты батыл екендігін анықтаған. Өзіне сенімді адамдар тәуелсіз болып келеді және олар алдағы жоспарларын өздері талдап, өзгелерден бұрын жемісін көреді.

Адамның сырт келбетінің өзі адамның қандай екенін байқатады. Өз-өзіне деген сенімділігі күшті дамыған адамдардың **сөйлеу мәнері** де ерекше болатыны анықталған. Олар нық, орынды, әрбір сөзді өз мәнерімен сөйлей алады. Сенімді адамдар айғайлап сөйлемейді, олар сөйлегенде дененді шыбын шаққандай әсер қалдырып, сондай бір керемек сезімге бөлей отырып сөйлеседі. Оның ішкі таласы «мен бәрінен де жақсырақпын!» деп тұрады.

Ұялу, өзіне-өзі сенбеу жақсы қасиеттер емес. Ең бастысы өз білгеніңше іс баста. Өзгелерге өтірік айтпа, ұрыс-керістерден қорықпа. Басқалар секілді сенің де қателесуің мүмкін екенін ұмытпа. Адамның сенімділігінің басты кепілі – үнемі күліп жүру екенін жадыңнан шығарма.

**«Сенімділік тұмары» жаттығуы**

Қатысушыларға бірнеше жүрекшелері бар жүрек беріледі. Жүрекшелерді өз қалайлауры бойынша бояп, қатты ұнап қалған жүрекшенің ішіне «Мен 100 пайыз өз-өзіме сенімдімін!» деген жазу жазады. Қалған жүрекшелерге алдарына қойып отырған мақсаттары мен армандарын жазады.



- Құрметті оқушылар, бұл жүрек сіздердің «Сенімділік тұмары» болады. Тұмар сіздердің өз қолдарыңызбен жасалғандықтан маңызы зор. Бұл тұмарды өздеріңіз жиі болатын жерге (айнаның жанына, жататын орныңызға, сабақ оқитын жерге т.б.) іліп қойыңыздар. Өз-өзіңізге сенімсіз болатын күндеріңізде, жабырқаулы кездеріңізде бұл тұмарға қарасаңыз ол сіздерге күш береді, өз-өздеріңізге деген сенімділігіңізді арттыра түсіреді.

### **«Айна» жаттығуы**

- Сонымен, оқушылар, өз-өзіне сенімді адамдар қандай болады? Сабақтың басынан бастап айтып, суреттеп отырған өз-өзіне сенімді адамды сипаттап бере аласыздар ма? (Оқушылардың жауаптары).

- Жауаптарыңыз өте дұрыс! Ал Тасқала ауданының немесе Амангелді ауылының тұрғындарының ішінен сіздер кімді айта аласыз өз-өзіне сенімді адам деп.

- Ендеше, сіздерді мен Амангелді ауылының өз-өзіне сенімді адамымен таныстырғым келеді. Ол адамның суретін бұл қорапшаға салып қойдым. Бұл адамды сізге көрсеткенде әрқайсыңыздың сезімдеріңіз әр түрлі болады. Сондықтан да мен сіздерге оны жекелеп көрсетіп шығамын. Оны сіздер танысыздар, сондықтан да суретті көргеннен кейін қасындағыларыңызға оның кім екенін айтпаңыздар.

- Суретті көргенде қандай сезімде болдыңыздар? Бүгінгі сабақтан соң сіздер өздеріңізге «Мен өзіме 100 пайыз сенімдімін» деп айта аласыз ба?

### **«Майшам тілегі» жаттығуы**

Қатысушылар шеңбермен тұрып, тілектерін айтады.

### **Қорытынды сөз:**

Егер де сіз денсаулығы мықты адам болғыңыз келсе, дерт немесе ауру туралы емес, денсаулық туралы ойлаңыз. Егер сіз жетістікке жеткіңіз келсе, «жолы болмайтын адам» адам деген ойлан арылыңыз. Егер сіз бақытты адам болғыңыз келсе, онда қауіп-қатерден және мұнаюдан сақтаныңыз. Сіздің санаңыздың орнын не басса, сол ойлар бейсанаға қосылады, ақыры сіздің өміріңіздің жартысына айналады. Сол үшін де тек жақсы ойлар ойлау керек. Жақсы ойлар ойласаңыздар, аз көмшіліктер жасап, бақыттырақ боласыздар. Өміріңіз жемісті болады. Өз-өзіне деген сенімділікті сезінудің өзі күш береді деп, өз сабағымды аяқтаймын.

# Цифрлық дәуірдегі отбасы тәрбиесі мен құндылықтары

С. МОЛДАХАНОВА

## Мақсаты:

- отбасылық құндылықтарды сақтау – дәстүрлі және заманауи құндылықтардың үйлесімін табу, сандық әлемнің ықпалына қарамастан, жанұялық бірлікті нығайту;
- ата-аналардың тәрбиелік рөлін күшейту – балалармен сенімді қарым-қатынас орнату әдістерін үйрету, ата-ана мен бала арасындағы эмоционалды байланысты нығайту.

## Күтілетін нәтиже:

- Ата-аналар мен балалар арасындағы қарым-қатынасты жақсарттады;
- Дәстүрлі отбасылық құндылықтар мен жаңа заман талаптары арасындағы үйлесімділік артады.

## Жоспары:

- «Шаңырақ» танысу жаттығуы;
- «Үй, жол, жылан, шалбар, орамал» жаттығуы;
- «Түйме терапия» – АРТ-терапия, түймелермен жұмыс;
- «Көп қабатты дүкен» жаттығуы;
- «Сиқырлы қобдиша» қорытынды.

## I. «Шаңырақ» танысу жаттығуы

Ортаға қатысушылар шығып өз есімдері мен бойында бар жақсы қасиетін айтып уйық болып бір-біріне киіледі. Содан соң мына өлең шумақтарын хормен айтып «Шаңырақ» тәрізді болып киіз үйді жасайды.

*Дөңгеленіп тұрайық,  
Керегені құрайық.*



Уықтар боп иіліп,  
Шаңыраққа киіліп,  
Киіз үйді құрайық.

## **II. «Үй, жол, жылан, шалбар, орамал» эксперсс жаттығуы**

Қатысушыларға ақ парақ пен қалам таратылады. Үй, жол, жылан, шалбар және орамалдың суретін салу тапсыралады. Суретті салып аяқтағаннан кейін, диагностикасы экран арқылы слайдпен көрсетіледі.

### **Интерпретациясы:**

**Іргетасы** – оң мәні – отбасының негізгі материалдық және рухани тірегі, бәрі оған сүйенеді; теріс мәні – бәріне тәуелді адам;

**Қабырғалар** – бұл отбасының эмоционалды жағдайын және сурет авторына тікелей жауап беретін адам;

**Терезелер** – бұл отбасы күтетін, болашақта үміт артатын адамдар (әдетте балалар);

**Шатыр** – сурет авторына өкініп, оны қорғайтын, қауіпсіздік сезімін тудыратын отбасындағы адам;

**Мұржа** – ерекше қамқорлық, қолдау алғысы келетін адам;

**Есіктер** – әлеммен қарым-қатынас орнатуға үйреткен ақпараттық портал;

**Табалдырық** – сурет авторы болашақта сөйлескісі келетін адам;

**Үй** – адамның өзін-өзі бағалау деңгейін көрсетеді. Үйдің суреті кең әрі биік болса, онда бұл адам өзін-өзі бағалау деңгейі жоғары деп есептеуге тұрарлық. Үйдің есік-терезелері бар болса – қарым-қатынасқа ашық адам. Үйдің есігі ашық болып немесе оның тұтқасы бар болатын болса, бұл жәйт адамның қонақжай екендігін білдіреді;

**Жол** – адамның қарым-қатынасқа қандай деңгейде араласатындығының айғағы. Жол кең, әрі үйдің есігінен басталатын болса, бұл адамның қарым-қатынасқа бейім және қонақжай екендігін көрсетеді. Жол тар немесе үйдің қасынан (үйге бұрылмай) өтіп жатса, онда бұл жәйт адамның қарым-қатынасқа оңай кірісіп кетпейтіндігін білдіреді;

**Жылан** – «Басқа адамдардың мен туралы пікірі қандай?» деген сұраққа өзіңіздің қалайша жауап беретіндігіңіздің айғағы. Жылан үй жаққа қарап тұрса әрі оның айрық тілі аузынан көрініп тұрса, онда Сіз «Басқалардың мен туралы пікірі жақсы емес: олар күні бойы мені жамандаудан басқа іспен айналыспайды екен» деген ойдасыз. Жылан үй жаққа қарап тұрмаса, онда Сіз «Басқалардың мен туралы ойы жаман емес» деген ұстанымдасыз;

**Шалбар мен орамал** – адамдардың түсінігіндегі ер адамдар мен әйелдердің дәрежесін көрсетеді. Шалбардың суреті орамалдан биік тұрса, онда адам өмірде ер адамды әйелдерден жоғары санайды деген сөз.

### **III. «Түйме терапия» АРТ-терапия түймелермен жұмыс**

**Мақсаты:** Арт-терапия элементтерін қолдану. Балалардың сенсорлық тәрбиесін дидактикалық ойын арқылы қалыптастыру.

#### **Міндеттері:**

- Балаларды түстермен, геометриялық пішіндермен таныстырып, түсін, пішін, көлемін ажырата білуге үйрету;
- Түрлі пішіндегі түймелерді көлемі мен түстеріне қарап бөлу;
- Ұсақ қол қимылдарын, құрал-жабдықты, заттармен іс-әрекетті, бекітілген әлеуметтік тәжірибелерін дамыту;
- Басқа да қасиеттерін бағдарлауын қалыптастыру, құрал-жабдықтарды қолдану барысында ойлау қабілеттерін дамыту.

### **IV. «Көп қабатты дүкен» жаттығуы**

Елестетіңіздер көз алдарыңызда зәулім көп қабатты дүкеннің алдында тұрсыз. Оның үш (3) қабаты бар.

- Бірінші қабатта: ақауы белгілі, сапасы төмен тауарлар сатылады;
- Екінші қабатта: бағасы мен сапасы орташа қарапайым тауарлар;
- Үшінші қабатта: ең жақсы, сапалы, сәнді заттар сатылады;
- Сұрақ: Сіз қай қабаттан тауар алғыңыз келеді?

#### **Түйін:**

- Біз балалы болғанда оның «Үшінші қабатқа» сәйкес келуін және ақылды болғанын қалаймыз...
- Мүмкін орындалмаған армандарымызды орындайтын шығармыз. Бірақ, екіншке орай, бұл өмірде болмайды. Әрбір бала бірегей. Оның бірінші, екінші, үшінші қабаттарыдан аздап үлесі болуы мүмкін. Сіздер оған көз жеткіздіңіздер.
- Балаңызда сіз қалаған және өзгерткіңіз келген дүниелер бар.

### **V. «Сиқырлы қобдиша»**

Қобдишаның ішінде қатысушыларға арналған мотивациялық қолдау сөздері.

#### **Қорытынды:**

Халқымыз «Ұяда не көрсең, ұшқанда соны ілерсің» дейді. Бала әрқашанда ата-анадан мейірімділікті, сүйіспеншілікті, жүрек жылуын қажет етіп, ата-ананы өмірдің тірегі санайды.

Ата-ананың тіршілігіндегі көрген қызығы, жақсылығының ең бағалысы – ол перзенті. Баланың бойында туған үйдің жылуы – оның

көкірегінде көп жылдар бойы сақталып, мәңгі есінде болады.

Отбасы – бала тәрбиесінің ең алғашқы ұжымы. Баланың тәрбиелі болып өсуіне берекелі отбасының тигізетін әсері мол.

## Оқушыларға арналған психологиялық сабақ

Н. АЗЕНОВА

### Мақсаты:

- Тұлғаға басты құндылықтар мен өмірлік бағдарларды анықтауға көмектесу;
- Тұлғаны ұдайы өзін-өзі дамытуға, өзін-өзі жетілдіріп кемелдендіруге жетелеу;
- Өмірлік мақсат пен мұратқа жету, өмірден өз орнын табу әр адамның өз қолында екендігін айқындау.

**Көрнекіліктер:** электронды подиум, слайд, бейнетаспа, үлестірмелі парақтар

### Сабақтың барысы:

#### 1. Кіріспе.

- Амандасу.

*«Күн де көп жұлдыздың бірі, олардың айырмасы: жұлдыздар алыстан жарқырап құр жымыңдаса, күн бар әлемге өмір береді. Адам баласы да осы қалың жұлдыздар тәрізді. Бұлардың арасында да басқаға өмір беретін, жарық сәуле төгетіндер аз емес». І. Есенберлин.*

Адам өзінің болашағына қаншалықты ықпал ете алады деген сұрақ барлық уақытта да көкейде жүреді. Сондықтан да, бүгінгі сабағымызды өз өмірлік жолымызды өзгертуге және өмірлік құндылықтарымызға арнаймыз.

**2. Отбасы тренингі.** Бір қатысушы өз отбасының құрамын топ ішінен таңдап, фотосуретке түсер алдында отбасы мүшелерін (өзіне жақын) ретімен орналастырады.

*(Психологиялық интерпретация жасалынады)*

Алғашқы құндылығымыз – отбасы. Әке мен шешенің, әке мен баланың, ана мен баланың өзара сенімді, адал, шын берілген махаббаты,



сыйластығы, қарым-қатынасы сіздерге берілетін тәрбиенің бастауы. Ата-анаң саған өмір сыйлады. Олардың есіл-дерті – сен бақытты болса екен деу. Сенің адал өмір сүруің, еңбек сүйгіштігің, оқу мен еңбектегі табысың – ата-анаң үшін айтып жеткізгісіз зор бақыт. Сол себептен отбасымызды бағалайық, ата-анамызды қадірлейік.

«Рамзамзам» (қимыл жаттығуы)

**3. Әңгіме «Не үшін керек?»** Қатысушыларға парақша үлестіріледі. Парақшада берілген сұрақтарға қатысушылар өз ойларын жазады.

Екі көзің не үшін керек?

Жақсыларды көру үшін!

Екі қолың не үшін керек?

Елге көмек беру үшін!

Құлақ деген не үшін керек?

Ақыл-кеңес тыңдау үшін!

Жүрек деген не үшін керек?

Жауларымнан қыңбау үшін!

Тіл мен жағың не үшін керек?

Ақиқатты айту үшін!

Ақыл бізге не үшін керек?

Мақсаттарға жету үшін!

Келесі құндылығымыз – денсаулық. **Денсаулық деген сөз – деніңнің саулығы деген мағынаны білдіреді. Деніңнің ауру-сырқаудан аман, қайратты, жігерлі, көңілдің көтеріңкі болуының өзі – денсаулықтың белгісі. Дене мүшелерінің, ішкі ағзалардың бірі ауырса, адамның денсаулығы нашарлап, көңіл күйі түседі, еш нәрсеге зауқы болмайды.** Мүгедек адам құдайдан сұрайды екен 1 күн болсада жер басып жүрейінші деп. Ал, біз деніміз сау бола тұра ішімдік, зиянды заттарды қолданып денсаулық қадірін түсінбейміз екен. Сіздер, ел болашағы – дені сау ұрпақ болуларыңыз қажет. Сондықтан, мемлекетіміз салып жатқан стадиондар, спорттық мектептер, спорт секцияларына қатысып денсаулықтарыңызды шыңдауларыңыз керек.

**4. «Уақыт» бейнетаспа.**

Құндылықтың тағы бірі – уақыт.

Адам өмірінде «уақыт» деген құдіретті күштің ерекше орын алатынын баршамыз білеміз... Уақыт – көзге көрінбейтін, қолға ұстауға болмайтын, минуттап, сағаттап, айлап, апталап білінбей, жылжып өтіп жататын тылсым құбылыс. Уақытты бағалау – оны дұрыс та тиімді пайдалана білу деген сөз. Қазіргі сіздерге бұйырған шақ бұл жалындаған жастық шақ. Сіздерге берген табиғаттың тамаша сыйы деп қарап, оны мейлінше то-

лық әрі тиімді пайдаланып, мүмкін болғанша саналы да жемісті еңбекпен өткізгенің дұрыс.

**5. Жоғарыда айтылған құндылықтардан тұратын – бұл өмір.**

Өмірдің күнделікті көріністеріне қараймыз да, жай ғана «бұл – өмір» дейміз. Ал осы көріністерге үңіліп қарасақ, талдасақ, оның мәнін түсініп, сол себепті өзіміздің не істеп, не қойып жүргенімізді түсінсек өмірімізді өзгерте аламыз.

Өмір тек қана шат-шадыман, жарқын белестер емес, өмір жолында кедір-бұдыр толып жатыр. Олар әр адым сайын ұшырасады. Олардан жасқанбау, қорықпау, қиыншылықты жеңу – батырлық.

*(«Балет» бейнетаспасы көрсетіледі)*

**6. «Өмір жолы», «Өмір өзен» тренингтары.** Қатысушылар шеңберге жайғасып, «өмір жолында» кездескен тығырықтан жол табады.

**7. Өмірге кеңес:** (психологиялық интерпретация)

- Азырақ ұйықтаңыз (8 сағат). Ұйқының ұзақтығы емес, сапасы маңызды;

- Таңертең 1 сағат уақытыңызды өзіңізге арнаңыз;
- Ұсақ нәрселерге көңіл бөлмеңіз;
- Ақыл-ойыңызды тек жақсы нәрселерге жұмылдырыңыз;
- Алдыңызға мақсат қойыңыз;
- Әр күні айнаның алдында 5 минут күліңіз;
- Жүргенде әрбір қадамыңызды санаңыз;
- Сабырлы болуға үйреніңіз;
- Әзілдесіп жүріңіз;

- Көп шағымданатын, сіздің көңіл-күйіңізді бұзатын адамдармен қарым-қатынас жасамаңыз.

**8. Блиц сұрақ.** Келісемін, келіспеймін. Дәлелде...

- Адам өмірге бір-ақ рет келеді...
- Өмірдің жақсы болуы қалтаның қалың болуына байланысты...
- Отбасы мен достарды ақылына сүйеніп таңдауға болады...
- Өмірдегі қиындықтардан әр уақытта шығуға болады...

**9. Қорытындылау.** Сабақты қорытындылай келе өмірдің құндылықтары не болды? *(Плакаттағы құндылықтарды оқиды)*

- Яғни, осы құндылықтарды қадірлесек өміріміз мәнге толы болады. Сабақтан алған әсерлеріңізді смайлик арқылы білдіресіздер.

*(Қатысушылар смайликтерді тақтаға орналастырады)*

Өмірдің өзі бақыт екенін ұмытпайық.

## **Авторлар туралы мәлімет**

### **Сведения об авторах**

**АЗЕНОВА Нургүл Сулименовна** – Ақжайық аграрлық техникалық колледжінің психологы. Ақжайық ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

**АМАНҒАЛИЕВА Бибігүл Таутенқызы** – Жалпы білім беретін №10 мектеп-интернат директорының міндетін атқарушы. Алматы қаласы.

**АРЕНОВА С.Т.** – педагог-психолог Иртышской СОШ №2, село Иртышск. Иртышский район, Павлодарская область.

**АХМЕДАЛИЕВА Дина Уалиқызы** – Қ. Сәтбаев атындағы ЖОББМ әлеуметтік педагогы. Тасқала ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

**ӘЛІМЖАН Іңкәр** – Қарасақал Ерiмбет атындағы №96 мектеп психологы. Бозкөл ауылы, Қазалы ауданы, Қызылорда облысы.

**ВАЛИЕВА Анар Бираловна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной педагогики и самопознания Евразийского национального университета им. Л.Н. Гумилева, г. Астана.

**ДАВЛЕТОВА Акмарал Амангелдиевна** – канд. психол. наук, Член Общества психологов Казахстана, член-корреспондент МАНП, профессор РАЕ, Академия Кайнар, г. Алматы.

**ЕСЕНҒАЗЫ Нұрлан Ізденұлы** – Бопай ханым жоғарғы медициналық колледжінің оқытушысы, колледж медиаторы, ардагерлер кеңесінің төрағасы, дәрігер, педагог, ұстаз. Ақтөбе қаласы.

**ИСАБЕКОВА Г.** – К. Қазыбаев атындағы орта мектептің педагог-психологы. Сарқан ауданы, Жетісу облысы.

**ҚДЫРНИЯЗОВА Толқын Намысқызы** – Мұхит атындағы орта жалпы білім беретін мектебінің психологы. Қаратөбе ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

**МОЛДАХАНОВА Салтанат Жупарбековна** – №51 «Дәуір» жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің педагог-психологы. Ж. Ералиев ауылы, Жетісай ауданы, Түркістан облысы.

**СЕРЖАНОВА Айнур Жанзаковна** – Жалпы орта білім беретін Амангелді мектеп-балабақшасының педагог-психологы. Амангелді ауылы, Тасқала ауданы, Батыс Қазақстан облысы.



# МЕКТЕПТЕГІ ПСИХОЛОГИЯ

## ПСИХОЛОГИЯ В ШКОЛЕ

Республикалық ғылыми-теориялық және қолданбалы журнал  
Республиканский научно-теоретический и прикладной журнал

### Құрметті оқырман қауым!

Қолдарыңызға тиіп отырған журнал мектеп, мектепке дейінгі, арнайы, жоғары оқу орындары мұғалімдері мен оқытушыларына, жалпы оқырмандарға арналған. Журналға «Казпочта», «Ернұр пресс», «Евразия Пресс», «Экспресс почта» және Post.kz сайты арқылы жазылған тиімді.

Жазылу ай сайын жүргізіледі.

Мекен-жайымыз: 050036, Алматы қаласы, Мамыр-2, 13-7.

Қиып алыңыз да,  
жазылыңыз!

Индекс 75487

Басылым индексі

АБОНЕМЕНТ

75487

Білім кілті-  
Ключ знаний

Комплекті саны

2026 жылға, айлары

қайда

(почта индексі)

(мекен-жайы)

кімге

(аты, жөні)

ТВ орны

Тасымалдау карточкасы

75487

Басылым индексі

Бағасы

Жазылу мекен-жайын өзгерту

...теңге

...тиын

комплекті саны

2026 жылға, айлары

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

қайда

қайда

(почта индексі)

(мекен-жайы)

кімге

(аты, жөні)





050036, Алматы қаласы,  
Мамыр-2 ы/а, 13-7.  
Тел/факс: 8 (727) 255-72-94.

**Индексі 75487**

