



№1 (199), 2025
(Қаңтар-Январь)

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

Г. АГАБДИЛОВА

Ұлттық мектеп туралы менің ойларым.....3

І. АМАНГЕЛДІ

Жалпы білім беру ұйымдарында ерекше білім
беру қажеттілігі бар оқушыларды оқытудың
ұйымдастырушылық-әдістемелік шарттары.....5

Ж. ЕРМЕККАЛИЕВА

Қауіпті жағдайлар. Сыпайы бас тарту.....8

А. МОЛДАГАЛИЕВА

Эмоционалдық интеллект12

Ә. СҮЛЕЙМЕНОВА

Психикалық күйзеліс ұғымы туралы бірер сөз15

С. ШЕГІР

Қазіргі замандағы ата-аналар мен оқушылар арасындағы
қарым-қатынас.....18

А. РАЗАКОВА

Жас мамандардың жаңа ұжымға бейімделуіне арналған
психологиялық тренинг21

Н. ДҮЙСЕНОВА

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу23

А. СЕЙДАХМЕТОВА

Психологические причины агрессии ребенка27

А. МАХАНОВА

О работе педагога-психолога с одаренными детьми29

Б. САНБАЕВА

Оқушылар мен ата-аналарға арналған психологиялық
тренинг32

Республикалық ғылыми-теориялық және қолданбалы
«Мектептегі психология» журналында 2024 жылы
жарияланған материалдар тізімі35

Список опубликованных материалов в республиканском
научно-теоретическом и прикладном журнале «Психология
в школе» за 2024 год35

ҚҰРЫЛТАЙШЫ:

«Педагог LTD» ЖШС

Бас редактор –

Ақнұр ОЛЖАЕВА

Ғылыми редактор –

М. АХМЕТОВА

20. 05. 2010 ж.
ҚР Байланыс
және ақпарат
министрлігінде
қайта тіркеліп, №10964-Ж
куәлігі берілді.

Басылым индексі: 75487

Басуға қол қойылды

26. 01. 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: 8 777 194 94 58,

8 777 303 37 67.

Эл. пошта:

pedagog-ltd@mail.ru

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 26. 01. 2025 г.
Печать офсетная.
Заказ 320.

Учредитель:

ООО «Педагог LTD»

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

Тел. /факс: 8 (727) 255-72-94;
сот. т.: 8 777 1949458, 8 777 3033767

Эл. почта: pedagog-ltd@mail.ru

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. Мақаланызға 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, 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, aknur@mail.ru), факсом или заказным письмом.

Ұлттық мектеп туралы менің ойларым

Г. АГАБДИЛОВА

Өз кезінде ұлттық мектептің ғылыми негізін қалаған белгілі ағартушы, ғалым-педагог В.Я. Стоюнин ұлттық орыс мектебі туралы былай деп жазған: «Мектепте тәрбие алған жас ұрпақ өз Отаны туралы тиянақты білім алуы керек. Отантанудан оқушыларға толық мәлімет беріліп болғаннан кейін, оларды басқа шет мемлекеттермен таныстыруға болады». Ғылымның пайымдауы бойынша, отантануға орыс тілі мен тарихы, әдебиеті, географиясы, міндетті түрде орыс табиғаты (өсімдіктер мен жануарлар әлемі) кіреді. Осыған байланысты мынадай сұрақтар туындайды: «Біздің қазіргі қазақ мектептерінде Отантану пәні бар ма? Ол қандай негізде құралған?».

Ұлттық білім оқушыларға қай мөлшерде берілуі тиіс? Зерттеушілердің пайымдауынша, балабақша мен бастауыш мектеп әлемі таза ұлттық болуы тиіс. Әрине, отбасында бала ұлттық құндылықтар негізінде тәрбиеленіп келеді, ол тәрбие балабақша мен бастауыш мектепте өз жалғасын тауып жатса, бала өте құнарлы білім алар еді. Бастауыш сыныпты тәмамдағаннан кейін, орта буынға барғанда оқушылардың дүние танымы, мәдени көзқарасы кеңеюі керек. Осы кезде басқа ұлттар мәдениетімен, тарихымен, тілімен таныстыру қажет. Ал жоғары сыныптарға барғанда, мәдени алаң одан да кеңейе түспек, яғни, мектеп бітіруші – өз этносының құндылықтары негізінде әлемдік мәдениет құндылықтарын меңгеріп, өзінің ана тілінің негізінде, басқа да шетел тілдерін жетік біліп шығуы керек.

Ұлттық білім алған оқушы өз ұлтының тарихын, мәдениетін, тілін біліп шығады. «... мұндай балалар мектеп бітіргеннен кейін қай жұрттың арасында жүрсе де сүйегіне сіңген ұлт рухы жасымайды, ... қайда болса да тіршілігінде қандай ауырлық өзгерістер көрсе де ұлт ұлы болып қалады...» (М. Дулатов).

Жаңа адамды, болашақ қоғам адамын рухани, интеллектуалдық жағынан дамыта тәрбиелеу ісі бүгінгі уақыттың күн тәртібіне айрықша қойылған мәселе. «Қазақстан Республикасы азаматтарының жаңа әлеуметтік-экономикалық мінез-құлықтарын қалыптастыру», «Этникалық мәдени білім беру» тұжырымдамалары сияқты тарихи құжаттарда оған ғылыми жауап іздестірілген.

Бүгінгі күнде Қазақстан Республикасының Конституциясына, «Білім туралы» Заңына және «Білім» мемлекеттік бағдарламасына

сәйкес, қазақстандық білім беру жүйесінің ұлттық үлгісін дамытуға жағдай жасау жөніндегі жұмыстар жоспарлы түрде жүзеге асырылуда.

Білім берудің ұлттық үлгісінің негізгі өзегі оның құрылымдық бөлімдерінің сабақтастығы мен үздіксіздігі болып табылады. ХХІ ғасыр өз есігін ашты. Жас ұрпақ тәрбиесі жөнінде жаңа қадамдар басталды. Білім жөнінде жаңа заң қабылданды.

Қазір елімізде білім берудің өзіндік ұлттық үлгісін құру жүріп жатыр. Бұрынғы дәстүрлі оқыту мен тәрбиелеу жаңа көзқарастар тұрғысынан екшеленіп, талданып, басқа түрлері қабылдану үстінде. Ең бастысы, оқушыға деген қатынас нысан ретінде емес, оның дамушы тұлға ретіндегі қоғамды өзгертуші нысаны екені мойындалып отыр.

Білім қадірін біздің халқымыз ерте түсінген. «Бақыт жолы тек біліммен табылар», - дейді Ахмет Иүгнеки бабамыз. Ертеңгі келер күннің бүгінгіден гөрі нұрлырақ болуына ықпал етіп, адамзат қоғамын алға апаратын құдіретті күш тек білімге ғана тән. Қай елдің болсын өсіп-өркендеуі, өркениетті дүниеде өзіндік орнын алуы оның ұлттық білім жүйесінің деңгейіне, даму бағытына тікелей байланысты.

Қай ұлттың, қай халықтың болсын, кемеліне келіп, толысуына, рухани өсуіне, әдеби-мәдени дамуына басты ықпал жасайтын негізгі тірек – ұлттық мектеп. Ұлттық тамыры жоқ мектеп ерте ме, кеш пе, халықтың қолдауынан қол үзеді. Ұлттық бағытқа бет бұрған мектеп үшін, біріншіден, білім мазмұнын ұлттық бөліктермен, яғни ана тілімен, өз тарихымен, өлкетану мәдениетімен толықтыру қажет.

Сондықтан да ұлттық бағытқа бет бұрған білім беру саласының стратегиясы – білім мазмұнын, сан ғасырлық тарихы мен мәдениетіне паш ететін өткенімізді бүгінгі ұрпақ үлгі тұтатындай дәрежеге жеткізіп, төл оқулықтарының рухын көтеру. Бұл – ғасырлар бойы жинақталған әдебиетіміз бен мәдениетімізді оқулық беттеріне саралап тізбектеу емес, оқушыны қызықтыра жетелей білу, оның өткенге өз бетімен талдау жасап, өзіне қажетін таңдап алуына жағдай жасау. Бүгінгі мектептің мақсат-міндеті – әрбір оқушының жеке тұлғалық қалыптасуына жол ашу. Мұндағы ауыр салмақ мектеп айнасы болып есептелетін мұғалім иығына түспек. Бір сөзбен, ХХІ ғасырда еңбек ететін әрбір ұстаздың жауапкершілігі өте зор.

Жалпы білім беру ұйымдарында ерекше білім беру қажеттілігі бар оқушыларды оқытудың ұйымдастырушылық- әдістемелік шарттары

I. АМАНГЕЛДІ

Аңдатпа

Бұл мақалада жалпы білім беру ұйымдарында ерекше білім беру қажеттіліктері бар оқушыларды оқытудың ұйымдастырушылық-әдістемелік шарттары қарастырылады. Негізгі назар олардың білім беру, медициналық және әлеуметтік қажеттіліктерін бағалау мен қанағаттандыруға аударылған. Инклюзивті білім берудің маңызды қағидаттары, мысалы, оқу процесін даралау мен дифференциациялау, сондай-ақ балалардың даму ерекшеліктеріне сәйкес арнайы сыныптар ашу мәселелері сипатталады. Мұғалімдер мен ата-аналарды ерекше қажеттіліктері бар балалармен жұмыс істеуге дайындау және көпсалалы қолдау көрсету ұйымы да маңызды аспект ретінде талқыланады. Мақалада гуманистік көзқарастың маңыздылығы және сапалы білім беруді қамтамасыз ету үшін психологиялық-педагогикалық мониторингтің қажеттілігі атап өтілген.

Кілт сөздер: Инклюзивті білім беру, ерекше білім беру қажеттіліктері, оқу процесін даралау, арнайы сыныптар, психологиялық-педагогикалық қолдау, әлеуметтік бейімделу, гуманистік көзқарас, білім беруді мониторингтеу.

Abstract

This article examines the organizational and methodological conditions for teaching students with special educational needs in general education institutions. The primary focus is on assessing and meeting their educational, medical, and social needs. Key principles of inclusive education, such as differentiation and individualization of the learning process, as well as the establishment of special classes based on children's developmental needs, are discussed. The article emphasizes the importance of preparing teachers and parents to work with children requiring special approaches and organizing interdisciplinary support. The significance of a humanistic approach and the need for psychological-pedagogical monitoring to ensure high-quality education and social integration are highlighted.

Keywords: Inclusive education, special educational needs, differentiated learning, special classes, psychological-pedagogical support, social adaptation, humanistic approach, educational monitoring.

Соңғы жылдары Қазақстанда инклюзивті білім беру мәселесін шешуге бағытталған шаралар жүзеге асырылуда. 2016 жылы «Білім туралы» Қазақстан Республикасының Заңы қабылданып, ерекше қажеттіліктері бар балалар үшін қажетті жағдайлар жасау қарастырылды. ҚР Білім және ғылым министрлігінің деректері бойынша, 2023 жылы ерекше қажеттіліктері бар 126 500 бала оқыды, оның 102 000-ы жалпы білім беретін мектептерде, ал 24 500-і арнайы мекемелерде білім алды. Сонымен қатар, «Ерекше қажеттіліктері бар жастарды кәсіптік бағдарлау» бағдарламасы аясында 300 іс-шара өткізіліп, 100 000-нан астам адам қамтылды [1].

Ерекше қажеттіліктері бар балаларға сапалы білім беру үшін олардың қажеттіліктерін кешенді бағалау маңызды. Бұл жұмыс психологиялық-медициналық-педагогикалық консультация (ПМПК) арқылы жүзеге асырылады және бірнеше бағытты қамтиды:

- медициналық, әлеуметтік және білім беру қызметтерін анықтау;
- жеке білім беру бағдарламасын әзірлеу;
- ата-аналар мен педагогтерге кеңес беру;
- ерекше балаларға тұрақты сүйемелдеу көрсету.

Басты мақсат – әр баланың қабілеттерін толық ашуға мүмкіндік беретін жағдайларды уақытылы жасау. Бұл инклюзивтілік принципіне негізделген білім беру ұйымдарында жүзеге асырылады. Арнайы шарттар кадрлық, материалдық және әдістемелік қамтамасыз етуді талап етеді, соның нәтижесінде ерекше қажеттіліктері бар балалар үшін де, жалпы сынып оқушылары үшін де қолайлы орта қалыптасады [2].

Арнайы сыныптар ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалардың қажеттіліктеріне сәйкес ашылады. Олар бұзылу түрлеріне қарай жіктеледі:

- есту қабілеті нашар балалар үшін 10 оқушыдан аспайды;
- көру қабілеті бұзылған балалар үшін – 12 оқушы;
- психикалық дамуы тежелген балалар үшін – 12 оқушы және т.б.

Білім беру процесі үлгілік оқу жоспарларына сай ұйымдастырылады, ал оқыту мерзімі оқу-танымдық қызметтің қарқынына байланысты ұлғайтылуы мүмкін.

Инклюзивті білім беруде мұғалімдер, ата-аналар және балалар арасындағы өзара әрекеттестік ерекше маңызға ие. Әсіресе, ерекше қажеттіліктері бар балаларға деген оң көзқарасты қалыптастыру қажет. Мұғалімдер олардың құрдастарына түсіністікпен қарауын қамтамасыз етуі тиіс. Мектеп жоспарларында ерекше қажеттіліктері бар оқушылар туралы ақпарат беру және олардың әлеуетін ашуға бағытталған іс-шараларды ұйымдастыру маңызды [3, 4].

Осындай шаралар ерекше қажеттіліктері бар балаларды қоғамға тиімді ықпалдастыруға және олардың дербес әлеуетін дамытуға ықпал етеді

Үшінші шарт – ерекше қажеттіліктері бар балаларды оқыту мен тәрбиелеу бойынша мұғалімдер мен ата-аналарды арнайы даярлау және оларға уақытылы кеңес беру. Жалпы білім беру жағдайында ерек-

ше балаларды оқыту мен тәрбиелеудің нәтижесі басқару құрылымдары мен мектеп басшыларының құзыреттілігіне және педагогтердің кәсіби дайындығына байланысты. Әуелі жалпы білім беретін мектептердің басшылары арнайы курстардан өтуі қажет, себебі олар ерекше қажеттіліктері бар балаларды оқытуды ұйымдастыруға жауапты. Мұндай сыныптардың немесе оқушылардың мектепте болуы білім беру процесін қайта құруды талап етеді: сабақ кестесі, ұзақтығы, түзету сабақтарының сапасын бақылау, арнайы қолдау қызметін құру және басқа да мәселелерді реттеу керек. Басшылар мен педагогтерді оқыту тек біліктілікті арттыру институттары базасында ғана емес, мектепте де жүзеге асырылуы тиіс. [5]

Ерекше қажеттіліктері бар оқушылармен жұмыс істейтін мұғалімдер олардың даму ерекшеліктерін, ауытқулардың себептерін және арнайы оқыту әдістерін меңгеруі қажет. Теориялық және практикалық дайындық қатар жүргізіліп, мұғалімдер тәжірибе алмасу үшін бірлескен талқылаулар ұйымдастырылады. Бұл ретте арнайы педагогтар (психологтар, дефектологтар) мұғалімдерге тұрақты түрде қолдау көрсетуі маңызды.

Ата-аналар да бұл процестің белсенді қатысушылары болуы тиіс. Олар баласының түзету сабақтарына қатысуын қамтамасыз етіп, арнайы мұғалімдердің кеңестерін ескеруі керек. Үй тапсырмаларын дұрыс орындамау оқушының оқу процесіне теріс әсер етуі мүмкін. Сондықтан ата-аналардың мектептен тыс іс-шараларға (үйірмелер, спорттық секциялар) баланың қатысуын ынталандыруы қажет.

Төртінші шарт – ерекше қажеттіліктері бар оқушыларды арнайы психологиялық-медициналық-педагогикалық сүйемелдеу. Баланың дамуының ауытқулары оның оқу материалын меңгеруіне және әлеуметтік қарым-қатынас орнатуына әсер етеді. Бұл сүйемелдеу баланың қажеттіліктеріне сәйкес жағдай жасауға бағытталған мамандардың (психолог, логопед, дефектолог) үйлесімді жұмысы ретінде ұйымдастырылады. Ішкі сүйемелдеуді мектеп мамандары, ал сыртқы сүйемелдеуді аудандық түзету кабинеттері жүзеге асырады.

Бесінші шарт – ерекше қажеттіліктері бар балалардың оқу жетістіктерін мониторингілеу және жеке қолдау бағдарламасын түзету. Оқушының танымдық және функционалдық мүмкіндіктеріне сәйкес оқу бағдарламаларын үнемі бақылау арқылы оқу процесіндегі қиындықтарды анықтап, оларды жою шаралары қабылданады. Бұл мониторинг педагогке баланың даму деңгейін бақылап, оның жеке білім беру бағытын түзетуге мүмкіндік береді. Әр оқу жылының соңында оқушылардың жетістіктері арнайы карталарда тіркеледі. [6].

Осылайша, ерекше қажеттіліктері бар балаларды жалпы білім беру процесіне қосу үшін қажетті жағдайлар жасалады. Бұл шаралар олардың табысты оқуы мен әлеуметтік бейімделуіне ықпал етеді.

Әдебиеттер:

1 Қазақстан Республикасының 2025 жылға дейінгі ұлттық даму жо-

спары. https://www.gov.kz/uploads/2023/1/12/5b49e44a68d6b7510f9e95897a407e8d_original.704727.pdf, 2023.

2 Инклюзивті білім берудің теориялық және тәжірибелік өзекті мәселелері, 2019 жыл. http://library.wku.edu.kz/index.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=7895&tmpl=component&format=raw&Itemid=2&lang=kz

3 Burov K. S. Professional'noe samoopredelenie kak nauchnoe ponjatie // Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Obrazovanie. Pedagogicheskie nauki. 2019. T. 11, № 2. S. 45–57.

4 Engelmann, S., & Carnine, D. Connecting math concepts, updated edition. Chicago: Science Research Associates, 2021.

5 A. Magauova, Inkljuzivnoe obrazovanie v Kazahstane, 2022. <http://orcid.org/0000-0002-0667-1011>

6 Inclusive education development strategies in Central Asia: Kazakhstan experience, Journal of Educational Studies. 2020. Vol. 14, Issue 3. P. 112–123.

Қауіпті жағдайлар. Сыпайы бас тарту

Ж. ЕРМЕККАЛИЕВА

Суицид – ауру, рухани азап және психологиялық дағдарыс, ішкі күшті жанжал ретінде түсіндіріледі. Әсіресе ауыр және қауіпті дағдарыстар эмоцияға берілгіш, тез жараланғыш тұлғаларда болады. Осылайша суицид – адам мінез-құлқының актісі, ол психикалық ауру әсерінен және рухани күйзелістің ұлғаюы жағдайында жасалады.

Қазіргі психологиялық зерттеулер адамдардың өмірде кездесетін қиыншылықтарды өзіне-өзі қол жұмсаумен әрі бұл мәселе генетикамен байланысты екендігін айқындайды.

Суицидтің алдын алу мәселелері жөніндегі зерттеу нәтижелері Ресейде 1917 жылдан кейін ғана баспа бетін көре бастаған. М. Әділбекова өз мақаласында: «А.Е. Личко, К. Леонгард зерттеулерінде жеткіншек жастағыларға тән суицидті мінез-құлық типтерінің үш түрін: демонстративті, аффективті, шынайы деп бөлді. А.Е. Личко тұлғаның акцентуация типі мен жеткіншектің суицидті мінез-құлық арасындағы байланысты көрсетті. Суицидті мінез-құлықтың демонстративті типінің 50 пайызын истероидты-бекем және гипертимді-истероидты типтер құрайды. Ал аффективті суицид кезінде бірінші орынды лабильді-истероидты типтер алған. Шынайы қастандық, көбінесе, сензитивті типтерде (63 пайыз) болып шыққан. А.Е. Личко жеткіншектік кезеңдегі суицидтің төменгі белсенді шизоидтарға тән екендігіне баса назар аударады.

Егер жеткіншек өзіне сенімсіз, оптимист емес, бірақ күнделікті істе белсенді, өзін кінәлайтын, қорғанышсыз екендігін сезінетін болса және психикалық дамуы кешеуілдесе, онда осындай белгілері бойынша бала суицидке бейімді деген болжам жасауға болады.

Егер ашық, ақжарқын жеткіншек тұйықталса, мінез-құлқында қызбалық байқалса, кейбір құрбыларымен қарым-қатынасы бұзылса, ерік-жігерінің және қоршаған ортаға деген қызығушылығының болмауы мінез-құлықтық ерекшеліктер болып табылады.

Біздің елімізде алғаш рет өзіне-өзі қол жұмсау мәселесіне қатысты 1999 жылы Қарақұлова Зәуре «Суицидал мінез-құлықты жеке адамның отбасылық тәрбие жүйесіне байланыстылығын зерттеу» (ғылыми жетекшісі - психология ғылымдарының докторы, профессор С.М. Жақыпов) тақырыбында кандидаттық диссертация қорғады. Диссертациялық зерттеудің теориялық негізі болып Қазақстан, Ресей және кеңестік психологтардың суицидалды мінез-құлқының дәрігерлік және әлеуметтік тұжырымдамалары, атап айтқанда Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн және басқалардың тұлғаның дамуына әлеуметтік ортаның К.А. Абульханова-Славская, С.М. Жақыпов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.К. Шабельниковтердің қоғамның тіршілік әрекетіне тұлғаның ендірілуін зерттеудегі функционалды-әрекеттік тәсілі, суицидал мінез-құлықты және оның пайда болуының себептерін түсіндіруде А.Г. Амбрумова, Л.И. Постовалова, В.П. Тихоненко және т.б. зерттеулері саналды. 3. Қарақұлованың зерттеуінде суициденттер отбасы тәрбиесінің ерекшеліктері көрсетілген. Суициденттің ақыл-парасатының, құндылықтарының ерекшеліктерін эксперименттік тұрғыдан зерттеген (сыналушылардың саны – 350). Сонымен қатар суицидтік мінез-құлыққа бейім келетіндерге психологиялық тексеру жүргізу жолдары белгіленген. Кейбір отбасы мүшелерінің псевдо іс-әрекеттерінің болатындығын анықтаған.

Балалардың өзіне-өзі қол жұмсаған барлық түрлерінің көпшілігін, яғни ересектердің тарапынан болатын зорлық-зомбылыққа тап болу қорқынышы, мұғалімдер, достары, сыныптастары жағынан көрініс алатын дау-дамайлар, айналасындағылардың тасжүректік және немқұрайлы қарым-қатынастары, жауапсыз махаббат туындатады. Мұндай қадамға, тез жәбірленгіш, жалғыздықтан зардап шегіп, өзінің керексіздігін сезінген, өмірдің мән-мағынасын жоғалтқандар барады. Сонымен қатар суицидтің болу себебі ата-анасының ішімдікке, нашақорлыққа салынуы, баланың жеке психологиялық ерекшеліктерінен де болуы мүмкін.

Әлемде барлық жастағы адамдар өзіне қол жұмсауға әрекеттенеді. Қазіргі таңда үш бірдей жас ерекшелігі топтарында: балалар арасында, жеткіншектерде және егде жастағы адамдарда мінез-құлықтың өзінен-өзі тиісті мөлшерден ауытқушылығына ерекше мән беруіміз керек.

Балалар арасындағы өзіне-өзі қол жұмсау басқа жас ерекшеліктерімен салыстырғанда сирек кездеседі. Дегенмен де суицидті түсіндіретін теориялар мен сипаттамалар балаларға да қатысты. өзіне-өзі қол жұмсау тәсілдері тіпті әр қилы: дәрі-дәрмектерді мөлшерден тыс ішуден бастап,

пистолетпен өзін-өзі мерт қылуы. Сөйтіп 3 : 1 арақатынасында ұлдар қыздардан асып түседі. Сондай-ақ балалардың кейбіреулері, мысалы үшкір затпен денесін шаншып жарақаттау, кесіп жаралау, күйдіру, дәрі-дәрмектерді мөлшерден тыс ішу және биіктіктен секіру сияқты тиісті мөлшерден ауытқушылық, ауруханаға түседі.

Зерттеушілер көрсеткендей, кішкентай балаларда суицидке әрекет жасау алдында: үйден қашу, апатқа ұшырауды көздеу бағыты, өтірік істерге ұмтылу, ашу қысу, ортадан безу және жалғыздық, кедергілерге шыдамау, мұнды қиялға шому және өлім мен өзіне-өзі қол жұмсауға деген зор ықылас болады. Зерттеушілер балалар суицидін сүйікті адамын жақын арада жоғалтқан немесе жоғалтатындай болғандағы жағдаймен, отбасындағы стресспен және ата-аналардың жұмыссыздығымен, әкешешелерінің мейірімсіз қарауымен және депрессияның клиникалық деңгейімен байланыстырады.

Балалар өзіне-өзі қол жұмсау ісінің мәнін толығымен түсінеді дегенге, адамдардың көпшілігінің сенуі қиын. Олардың есептеуінше, баланың ойлауы шектеулі, өзіне-өзі қол жұмсауға әрекет жасайтын балалар Шнейдерманның «өлімді елемеушілік», яғни дүниеден озған анасына қосылуға ұмтылуы. Сонымен қатар көп адамдар суицидті ойлау типі қалыпты балаларда таралған деп есептейді.

Суицид депрессиямен, өзін-өзі төмен бағалаумен және күдер үзу сезімімен байланысты. Сонымен қатар өзіне-өзі қол жұмсау жөнінде ойлайтындар өздерінің қиыншылықтарын бағалауға және одан құтылудың жолдарын білмегендіктен, күшті стресс күйінде болады. Олардың көпшілігі ұзақ стресті басынан өткізеді, ата-анасынан айрылғандар немесе олармен қарым-қатынастарының дұрыс еместігі, отбасындағы дау-дамай, құрбыларымен өзара қарым-қатынастарының теңбе-тең болмауы және әлеуметтік оқшаулау. Жанама стресс тудыратындар: мысалы отбасындағы қаржы тапшылығы және дос ұлмен немесе дос қызбен болған түсінбеушіліктер. Өзіне-өзі қол жұмсауға әрекеттенуші тинейджерлер арасында ең кең жайылған қиын мәселе – мектептегі стресс болып табылады. Әлдебір оқушылардың үлгермеушілігі, ал басқа оқушылардың «өте жақсы» бағалармен оқуы мәселе туғызады, кейде «басқалардан артықпын» деп сыныпта бірінші, яғни алдыңғы қатарда көрінгісі келуі стрестік жағдайға әкеледі.

Кейбір теоретиктердің есептеуінше, жасөспірімдік шақтағы стрестік хал-ахуал өз алдына суицидқа әрекеттенуді тудыруы ықтимал. Жасөспірімдік шақ – бұл жедел өсіп жетілетін кезең болғандықтан, біздің қоғамдағы мектеп пен отбасындағы дау-дамаймен, депрессияны сезінумен, шиеленіспен жиі байланысты. Басқа жас кезеңдеріндегі, жеткіншектер өте сезімтал, ашуланшақ, өтіп жатқан оқиғаларға қызбалықпен қарайды, сол себепті стресс күйінде суицид актісі ұлғаяды. Сонымен, жеткіншектердің иланушылығы және басқаларға еліктеуге ұмтылуы, соның ішінде өзіне-өзі қол жұмсауға әрекеттенушіге, суицид үшін негіз ой болып саналады. Қайсыбір, өзіне-өзі қол жұмсауға әрекеттенуші жеткіншектердің 93 пайызы өзіне-өзі қол жұмсауға

әрекеттенгендермен таныс болып шыққан. Жеткіншектер ересектерге қарағанда өзіне-өзі қол жұмсауда батыл емес. Өзіне-өзі қол жұмсауға әрекеттенуші жеткіншектердің кейбіреулері шын мәнісінде өмірден кетуді тілейтіндер болғанмен, көпшілігі басқаларға қандай қиын жағдайға тап болғандығын және олар көмекке мұқтаж екендіктерін түсіндіргісі және айналасындағыларға сабақ болсын деп үйреткісі келеді екен.

Зерттеу қорытындысы көрсеткендей, дінге сенбеушілік, имансыздық, суицидке жайбарақат қарауға алып келетіндігі анықталды.

Жеткіншектер дағдарысқа түскен жағдайда мамандардан емес, өздерінің құрбыларынан кеңес сұрайды. Баспанасы жоқ немесе үйден қашып кеткен жеткіншектер өзіне-өзі қол жұмсау туралы ойда жүретіндігі белгілі болып отыр.

Әлемдегі барлық елдерде жеткіншектердің өзіне-өзі қол жұмсауы өсіп келетін көрінеді. Кейбір теориялар осы мәселені әлеуметтік өзгерістермен байланыстырады, колледждегі оқуға бәсекелестіктің күшеюі, академиялық және спорттағы жетістіктер, осыған сәйкес көпшілігінің армандары аяқ асты болып қанағаттанбағандықтан, шамданғыш келеді. Басқадай да түсінік бар, яғни отбасындағы тығыз бірлік әлсіреген, сондықтан отбасы мүшелерінің бір-біріне жат болып кетуі мен шеттетілуі және анаша тартуға қол жетерлік болуы және осыған итермелейтін ортаның қысымын жеткіншектердің сезінуі артып келеді.

Өзіне-өзі қол жұмсауға әрекеттенуші жеткіншектер туралы хабарлардың ақпарат құралдарынан берілуі суицидтің өсуіне әсер етеді екен. Репортаждар мен суицидті сипаттау және көркем шығармалар (кинофильмдер және әдебиеттер) жастарға өзіне-өзі қол жұмсаудың моделі ретінде көрініс табуы мүмкін.

К. Елшібаеваның «Суицидтің алдын алу» еңбегінде жанжал жағдайларында мінез-құлықтың сындарлы (конструктивті) амалдарын дамыту, сенімділікке үйрену, құрбыларымен зорлық-зомбылықсыз өзара арақатынас жасау, жеткіншектерді агрессивті сезімдерін қауіпсіз күйде айтуға үйрету, бақылау мен өзін-өзі қадағалауды дамыту, қауіпті жағдайларды ажырата білу қабілеттерін қалыптастыру, өзіне деген жағымды қарым-қатынасты орнату, оқушыларды күйзеліске қарсы тұра алуын қалыптастыру сияқты мәселелер жан-жақты қарастырылған.

Сонымен суицид көрініс алған тәлім алушы топпен жүргізілетін психокоррекциялық жаттығулардың мазмұны төмендегідей:

- пікірталас – ұрыс емес;
- адам ашу-ызамен қандай істерге барады?
- қауіпті жағдайлар,
- мен өзімді мақтан етемін;
- күйзелістен қалай құтылуға болады;
- мен өз ренішіме еніп кеттім;
- ойлар, сезімдер, мінез-құлық;
- өтініш және менің
- менің құқықтарым;
- қиын жағдайлар мені нелерге үйрете алады?

- төзімділік деген не?

Балалардағы суицидті жағдайлар импульсивті, ситуативті және жоспарланбаған болып жиі кездеседі. Суицидтік әрекетіне бару – өмірге бейімделе алмаудың салдары, әрі туыстарынан және сыртқы ортадан оқшаулану негізінде туындайды.

Сонымен, жеткіншектердегі суицидті мінез-құлық, оларды қоршаған ортамен әлеуметтік байланыстың бұзылуын өзін-өзі мерт қылумен қалпына келтіру деген оймен ерекшеленеді. Суицидті мінез-құлық түрлерінің туындауына түрткі болатындар: адамның психологиялық факторы, мәдени деңгейі мен оны қоршаған адамдар. Баланың әлеуметтік ортаға сонда ғана суицидті мінез-құлық деңгейі аз мөлшерде болады.

Эмоционалдық интеллект

А. МОЛДАГАЛИЕВА

Эмоциялық интеллект – бұл адамның өз эмоцияларын түсінуі, оларды басқаруы және әлеуметтік қарым-қатынастарда эмоцияларды тиімді қолдануы. Эмоциялық интеллект пен тұлғалық даму саласындағы зерттеулер қазіргі білім беру және психология жүйесінде маңызды орын алады. Бұл бағыттағы негізгі зерттеушілердің бірі – Дэниел Гоулман, оның еңбектері эмоциялық интеллект концепциясын кеңінен танытты. Сонымен қатар, Абрахам Маслоу мен Карл Роджерс тұлға теориясы мен даму мәселелеріне үлкен үлес қосты. Бұл ғалымдардың идеялары эмоциялық интеллект пен тұлғалық дамудың теориялық және практикалық негізін қалады.

Дэниел Гоулман эмоциялық интеллекттің адамның өмірінде қаншалықты маңызды рөл атқаратынын және оның кәсіби жетістік пен жеке өмірдегі маңызын зерттеді. Гоулманның зерттеулерінің негізінде эмоциялық интеллект келесі бес компонентке бөлінеді:

- Өзін-өзі тану: Өз эмоцияларын түсіну, олардың әсерін сезіну және өзін-өзі бағалау қабілеті;
- Өзін-өзі реттеу: Эмоцияларды бақылау және оларды мақсаттарға жету үшін бағыттау;
- Мотивация: Ішкі мақсаттар мен ұмтылыстарға жетуге деген ынта;
- Эмпатия: Басқалардың эмоцияларын тану және түсіну;
- Әлеуметтік дағдылар: Адамдармен қарым-қатынас орнату және оларды басқару қабілеті.

Гоулманның айтуынша, эмоциялық интеллект білім беру жүйесінде маңызды рөл атқарады. Оқушылардың эмоциялық интеллектін дамыту олардың:

- Мектептегі үлгерімін арттырады;
- Құрдастарымен қарым-қатынасын нығайтады;
- Стресті басқару және қиындықтарды шешу қабілеттерін жақсартады.

Гоулманның зерттеулері бойынша, эмоциялық интеллект академиялық үлгерім мен IQ-ға қарағанда өмірлік табысқа жетуде үлкен ықпал етеді. Бұл концепцияны мектеп бағдарламаларына енгізу арқылы балалардың жан-жақты дамуына жағдай жасауға болады.

Абрахам Маслоу адам қажеттіліктерінің иерархиясы арқылы адамның тұлғалық даму процесін түсіндіруге тырысты. Маслоу қажеттіліктерді бес негізгі деңгейге бөлді:

- Физиологиялық қажеттіліктер: Тамақ, су, ұйқы сияқты негізгі қажеттіліктер;
- Қауіпсіздік қажеттіліктері: Қауіпсіз орта мен тұрақтылыққа ұмтылыс;
- Әлеуметтік қажеттіліктер: Сүйіспеншілік, достық, және қарым-қатынас қажеттілігі;
- Құрмет қажеттіліктері: Өз-өзін құрметтеу және басқалардың құрметіне ие болу;
- Өзін-өзі жүзеге асыру: Өз қабілеттерін толық іске асыру және жеке мақсаттарға жету.

Маслоудың теориясы эмоциялық интеллекттің дамуы үшін берік негіз болып табылады. Эмоциялық интеллектті дамыту үшін адамның алдымен базалық қажеттіліктері қанағаттандырылуы керек.

Маслоудың қажеттіліктер иерархиясы бойынша оқушылардың дамуы үшін олардың барлық деңгейдегі қажеттіліктерін ескеру маңызды. Мысалы: Мектепте қауіпсіз және қолайлы орта қалыптастыру арқылы оқушылардың өзін-өзі тануына жағдай жасау. Оқушылардың әлеуетін жүзеге асыру үшін шығармашылық және сыни ойлау қабілеттерін дамытуға бағытталған бағдарламаларды енгізу.

Карл Роджерс гуманистік психологияның негізін қалаушылардың бірі болып саналады. Роджерс тұлғаның дамуы үшін үш негізгі жағдайды анықтады:

- Шынайылық: Адамның өз сезімдері мен іс-әрекеттерінде шынайы болуы;
- Қабылдау: Басқаларды шартсыз қабылдау;
- Эмпатия: Басқалардың сезімдерін түсіну және оларға жауап беру.

Роджерстің тұлғааралық қарым-қатынас теориясы эмоциялық интеллекттің эмпатия, өзін-өзі тану және әлеуметтік дағдылар компоненттерімен тығыз байланысты. Ол адамның тұлғалық дамуы үшін басқа адамдармен сенімді қарым-қатынас орнатудың маңызды екенін көрсетті. Мектептегі қарым-қатынасты нығайтуға бағытталған тренингтер мен бағдарламалар Роджерстің идеяларына негізделген. Мысалы, «Сөзсіз байланыс» немесе «Досымның сезімі» сияқты

жаттығулар оқушыларды бір-бірінің сезімдерін түсінуге және қолдауға үйретеді.

Гоулман, Маслоу және Роджерс еңбектері эмоциялық интеллект пен тұлғалық дамудың кешенді теориялық негізін қалыптастырады:

- Гоулманның эмоциялық интеллект компоненттері оқушыларды эмоцияларды басқаруға және оларды әлеуметтік өмірде қолдануға үйретеді;

- Маслоудың қажеттіліктер иерархиясы адамның тұлғалық дамуын қолдайтын қажеттіліктерді түсінуге көмектеседі;

- Роджерстің гуманистік көзқарасы тұлғааралық қарым-қатынасты жақсартып, эмпатияны дамытуға бағытталған.

Бұл идеяларды білім беру бағдарламаларына енгізу арқылы оқушылардың тұлғалық және эмоциялық дамуына қол жеткізуге болады.

Дэниел Гоулман, Абрахам Маслоу және Карл Роджерс еңбектері эмоциялық интеллект пен тұлғалық даму мәселелерін түсінуде ерекше орын алады. Олардың теориялары оқушылардың өз эмоцияларын түсінуі, басқалармен қарым-қатынас орнатуы және өзін-өзі дамытуы үшін тиімді құралдар ұсынады. Бұл ғалымдардың идеяларын интеграциялау қазіргі заманғы білім беру жүйесінің маңызды бөлігі болып табылады, өйткені эмоциялық және тұлғалық даму адамның болашағын қалыптастыруда шешуші рөл атқарады.

Сондықтан эмоционалды интеллектіні қалыптастыру мен дамытудың ең тиімді жолы бар болса, балабақшадан бастап мектеп қабырғасында өзге адамдардың сезімі мен эмоциясын көріп өскені маңызды. Өйткені эмоционалды интеллект – адам өмірінде үлкен орын алатын қабілет. Баланың өмірінде эмоционалды интеллектіні дамыту өте маңызды.

Қазіргі заманда эмоциялық интеллект адам өмірінің барлық саласында маңызды орын алуда. Академиялық үлгерімнен бастап, жеке қарым-қатынасқа дейін эмоциялық интеллекттің әсері зор.

Білім беру жүйесі оқушылардың танымдық дағдыларымен бірге, эмоционалды және тұлғалық дағдыларын дамытуға ерекше назар аударуды талап етеді. Эмоцияларды түсіну, басқару, және қолдану – өмірде жетістікке жетудің маңызды факторларының бірі. Сондықтан, түрлі жұмыстар арқылы оқушылардың эмоциялық сауаттылығын арттырып, олардың қарым-қатынас, эмпатия және өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыру маңызды. Осы эмоциялық интеллектті дамытудың маңыздылығын түсіну және оны білім беру жүйесіне енгізу қажет деп ойлаймын.

Психикалық күйзеліс ұғымы туралы бірер сөз

Ә. СҮЛЕЙМЕНОВА

«Стресс» термині ағылшын тілінен – қысым, қатты күйзелу, абыржу, мөлшерден тыс қозу деген сияқты бірнеше мағынаны қамтитын жалпылама сөзбен айтылған адамның ерекше күйі. Ғылымға ең алғаш осы ұғымды енгізген канадалық физиолог Ганс Селье. Оның анықтамасы бойынша, стресс – өте жағымсыз әсерлерге жауап ретінде туындаған организмнің қалыпсыз бейімделу әрекеттерінің жиынтығы. Адамның жеке ерекшеліктеріне, мінезіне, жоғарғы жүйке әрекетінің типтеріне орай стрестің бірнеше түрлері байқалады.

Ганс Селье стрессті физиологиялық позицияда қарастырды, ол стрессті организмнің кез келген талаптарына, ерекше реакциясы ретінде қарастырды. Стресстің түрлілігіне байланысты реакциялардың типіне қарай әртүрлері бар, ол бұл реакцияларды жалпы бейімделгіш синдром деп атады (general adaptation syndrome, GAS). Селье GAS-тың 3 кезеңнің бірдейлігін жасаған, оның әрбіреуі жүйкелік және эндокриндік функциялардың өзгеруімен байланысты: үрей реакциясы, қарсыластық кезеңі мен таусылу кезеңі.

Селье стресстік реакцияларды тудыратын әсерлерді стрессорлар деп атады. Мұндай анықтамаларды Хинкль мен Мэсон (Hinkle, 1973; Mason, 1975) сынға алған болатын.

Хинкльдің айтуынша, реакциялар әртүрлі бола отырып, ерекше болуы мүмкін.

Психологиялық зерттеулердің санының ұлғаюына байланысты «стресс» туралы анықтамалар көбейе түсті. Әрбір ғалым стресс туралы әртүрлі тұжырымдамаларын айтқан болатын. Бұдан 35 жыл бұрын Касл стимул мен реакцияны қамтитын ерекше құбылыстан бастап жалпы байқалатын құбылыстарға дейінгі концепциялар тізімін құрған болатын. Мысалы, стрессті кейде, стресстік деген мағынада қоршаған орта ұғымымен анықтады (Landy & Trumbo, 1976), немесе «фрустрация немесе қауіп» (Bonner, 1967), немесе стимул мен реакция арасындағы байланыс ретінде қарастырған.

R.R.Griker мен J.P.Spiegel стресс терминін техникалық қолданыспен байланыстырды. Стресс түсінігін олар: өмірде кездесетін қатыгез соғыспен психологиялық конфликттерде көрінетін ерекше кейіп пен жағдайлар деп түсінеді. M.B.Arnold 1960 жылғы кітабында стрессті: «организмнің қалыпты функциясын бұзатын түрлі құбылыс деп анықтайды». H.Seyle стресс түсінігін физиологияға енгізгенімен оны қарама-қарсы ұғымда қолданды. Ол стрессті - жануарларда белгілі жағдай әсерінен туындаған реакциялар деп түсінеді.

Қазіргі ғылыми әдебиеттерде «стресс» термині 3 түрлі мағынада

көрсетілген. Біріншіден, стресс ол – адамда қатты қозу мен қысымды тудыратын сыртқы стимулдар мен жағдайлар. Қазіргі таңда бұл түсінікті «стрессор», «стрессор-фактор» ұғыммен сәйкес қолданады. Екіншіден, стресс субъективті реакция қатарына жатқызылады және бұл мағынада ол қозу мен қысымның ішкі психикалық жағдайын көрсетеді. Адамда болып жатқан біріккен реакциялар мен жеңу процестер күйдің эмоциясы ретінде қорытынды жасалынған. Мұндай процестер жүйелердің функцияларын жетілдіру мен дамуына әсер етуі мүмкін, сонымен қатар психикалық қысымды тудыруы мүмкін. Үшіншіден, стресс – қатерлі әсерлерге организмнің физиологиялық реакциялары деп түсіндіріледі. В. Кенон мен Г. Селье стресс терминін дәл осылай түсіндірген.

BAUMA мен. RiceP.L. физиологиялық функциясының реакциясы – бұл күйді жеңудегі психикалық процестер мен мінез-құлық іс-әрекеттерінің қолдауы болып табылады деп түсіндірді.

Стресстің жалпыға бірдей теориясы болмағандықтан оның нақты анықтамасы жоқ. N.H. Rizvi әр түрлі нұсқаларын қарастыра отырып, келесідей белгіледі:

1. «Кейде бұл түсінікті азайтуға немесе алып тастауға тырысатын организмнің қобалжу күйіне жатқызылады. Стресс мұндай мағынада амерсивті мотивация, диссонанс, қобалжу сияқты жағымсыз күйлерден кішкене болса да ерекшелігі бар.

2. Стрессті сонымен қатар, ішкі мазасыздық күйін көрсететін психологиялық және мінез-құлық реакциясы ретінде қарастырылады.

3. Стресс – агрессиядан қашу шешіміне алып келетін тәндік жағдайлар деп анықталды. «Стрессор» түсінігі қауіп, қысым, конфликт, фрустрация және экстремалды жағдай түсініктерімен сәйкес келеді.

«Стресс» терминіне аналогиялық талдау жасаған Л.Ф. Китаев-Смык. Оның айтуынша, бұл терминді қазіргі әдебиеттерде былай түсіндіреді:

1. Организмге қатты, жағымсыз теріс әсер ететін әсерлер;

2. Стрессорлар әсеріне организмге күшті, жағымсыз физиологиялық және психологиялық реакция;

3. Организмнің күшті жағымды және жағымсыз реакциялар тобы;

4. Экстремалды әсерінен, интенсивті бейімделу белсенділігінен туындайтын организмнің психологиялық реакциялары мен физиологиялық спецификалық емес қырлары немесе элементтері.

5. Организмнің әр түрлі реакцияларынан көрінетін, организмнің психологиялық реакциялары мен физиологиялық спецификалық емес элементтері.

Автордың ойынша, стрессті экстремалды әсерінен, интенсивті бейімделу белсенділігінен туындайтын организмнің психологиялық реакциялары мен физиологиялық спецификалық емес қырлары немесе элементтері деп түсінген дұрыс деп есептейді, себебі айтылған бірінші нұсқасы қазіргі таңда оны «стрессор» терминімен ауыстырылса, ал екіншісі стресс кезіндегі спецификалық емес бейімделу процесін толық көрсетпейді, - дейді.

Р. Лазарус (1970) бойынша стресс туралы көріністері, оның теория-

сы мен модельдерінде қарама-қайшы келеді. Р. Лазарус стресс түсінігін айқындау үшін 2 маңызды жағдайды ұсынды:

1. Психологиялық стресстің талдауында тек сыртқы байқалған стресстік стимулдар мен реакциялар ғана емес, сонымен қатар стресске қатысты психикалық процестеріне қауіп процесі арқылы, терминологиялық шатастырулар мен стресс анықтамасындағы қарама-қайшылықты жоюға болады.

2. Сыртқы жағдайлардың адамға әсер етуі стресстік реакцияның мазмұны қорғаныс пен процестердің бағасы, тұлғаның психологиялық құрылымымен байланысты болып келеді.

1976 жылы Н.И. Наенко бойынша психологиялық стресс дегеніміз – экстремалды жағдайдағы субъекттің күрделі формасында көрінетін негізгі психикалық күй. Психикалық көріністің спецификасы іс-әрекет процестеріне негізделеді. Көбіне бұл іс-әрекеттер таңдалып немесе шешім қабылдаған мақсаттарына жетудегі мотивтер мазмұнымен анықталады.

Сонымен қатар «стресс» термині үрей, қысым сияқты ұғымдармен байланыстырылады.

А.М. Прихожан үрейді тұрақты бітіс ретінде 3 формаға бөліп, қарастырды, үрей сезімдері пайда болғанда мінез-құлқы мен іс-әрекетінде саналы түрде уайымдалатын «ашық» 3 құрылымды көрсетті:

- шұғыл реттелінетін немесе әлсіз реттелінетін үрей;
- реттелінетін немесе орны толтырылатын үрей;
- әдетке айналған үрей, тұлға сапаларының құнды қасиеті;
- құпиялы үрей формасы, көп жағдайларда бейсаналы, тыныштық, жағымсыз жағдайларды сезінбеуі, оларды теріске шығаруы (пара-пар емес тыным) немесе жанама түрі («ситуациядан қашу»).

Үрей күйінің болашаққа деген бағыттылығы нақты болып табылады. Уайымшыл адам, болашақта не болуы мүмкіндігіне мазасызданады. Оның өте аз мүмкіндіктерге ие болатын жағымсыз жағдайлар мен апаттар жөніндегі ойлары бойын билейді.

Кейбір зерттеулерде, үрей, ағзаның қатал әрі көп уақытқа созылған стресстік жағдайларға бейімделуі туралы мәліметтер бар.

Басқа зерттеушілердің ойынша, үрей, тек психологиялық бейімделу формасы емес, оның бұзылуы жайында да ақпарат береді деген. А.И. Захаров, үрей – қауіпті алдын-ала сезіну, мазасыздық күйі деп жазған. Ол көбінесе белгілі бір жағымсыз әсер қалдыратын, қауіп төндіретін, болжамы қиынға соғатын жағдайларда айқындалады. Жағымсыз жағдайдағы анық емес күйде, үрей, белгі ретінде пайда болады.

А.И. Захаров үрей мен қорқынышты бөліп, бөлек, жеке-жеке қарастырды. Үрей – қауіп-қатер жөніндегі белгі, ал қорқыныш – оған жауап, үрей – алдын-ала сезіну, ал қорқыныш – қауіп-қатер сезімі, үрей – психикаға қоздырушы әсер етсе, ал қорқыныш – оны тежейді, үрей ұстанымдары жалпы, анық емес болса, ал қорқыныш – нақты, үрей – болашақты болжаса, ал қорқыныш бастауы – бұрынғы тәжірибе болып саналады.

А.М. Прихожанның мазасыздық ұғымдарына берген анықтамасы: «Үрей – тұлғааралық қарым-қатынастарының психологиялық бей-берекет күйінің субъективті көрінуі, оның дезадаптациясы» деген негізгі ұстанымы, бұл зерттеудің түпнегізі болып табылады.

Қазіргі замандағы ата-аналар мен оқушылар арасындағы қарым-қатынас

С. ШЕГІР

Бала тәрбиесі – сан мыңдаған жыл бойы дамып келе жатқан үздіксіз үдеріс. Балаға уақытылы көңіл бөліп, оны тәрбиелеу, оларды бақытты бала ету – ата-ананың ең басты міндеті. Бала – тумасынан сүттей таза, пәк, еш арамдығы жоқ жан. Біреуге қиянат жасауды, өтірік айтуды, ата-анасына қарсы келуді білмейді. Өте тәртіпті, адал, ақ көңіл бала болып дүниеге келеді. Алайда, ол баламен қасындағы бірге ойнайтын достары, сыныптас құрбылары арасында, немесе мектебінде және үйде, ата-анасы арасында кездесетін жағдайлар балаға жағымсыз әсер етуі мүмкін. Соңында балаларымызға ие бола алмай қалуымыз мүмкін. «Азамат қалыптастырамын десең, бесігіңді түзе» – деп, ұлы ғұлама М. Әуезов бекер айтпаған. Адамзатты тәрбиелеу өте ұзақ және күрделі процесс. Жеке бастың қалыптасуы, оның рухани жағынан дамуы бала кезден бастау алады. Жас шыбық иілуге қандай икемді болса, бала да тәрбиені қабылдауға сондай бейім. Отбасы – тұлға қалыптастырушы бесік. Отбасы – сыйластық, жарастық орнаған орта, ол бала тәрбиесінің ең алғашқы ұжымы. Отбасының бастапқы қазығы, алтын тіреу діңгегі – бала. Баланың тәрбиелі болып өсуіне берекелі отбасының әсері мол. Отбасының әрбір мүшесі, өзара сөйлесіп, не болмаса ата-ананың, баланың міндетін атқару ғана емес, береке-бірлік, сүйіспеншілік араласса, босағасы берік шаңырағы биік отбасына айналары сөзсіз. Бала көбінесе анасына жақын келеді. Отбасы тәрбиесінде әкенің де, ананың да орны бөлек. Әке мен ана – баланың алғашқы ұстазы. Әсіресе, әкенің рөлі ер баланы тәрбиелеуде басым. Әке ұлына өзінің бар өнерін, естіп-білген білімін, түгел үйретуге тырысады. Ал ұл бала өз тарапынан ағаға, әкеге еліктеп, одан үйренген. «Ата көрген оқ жонар», деген осыдан шыққан.

Қарым-қатынас – социумдық ұғым болғанымен, адам өмірінің ең маңызды әрі күн сайын жолығатын дүниесі. Тап қазір осы мақаланы оқып отырған Сіз осы уақытқа дейінгі сізбен болған бүкіл қарым-қатынастың өнімісіз. Демек, индивидуаралық коммуникация белгілі бір тұлғаның бойындағы барлық қасиеттерді, түсінік-көзқарастары мен ұстанымдарын, талғам-қабілетін қалыптастыратын ең қымбат валюта. Ал оны дұрыс қалыптастыру мәселесі өз алдына бөлек дастан. Әсіресе, жас ата-ана мен бала арасы.

Сан мың отбасының өзара гармонияда ғұмыр кешуі кез келген өркениетті жұрттың басты мұраты. Айналасына қажеттілігін сезініп, қадірлі екеніне көзі жеткен жанның өміріне мән бітеді. Қарым-қатынас – үйлесімді, бақытты және шуақты өмірдің бір бөлігі. Әртүрлі белгілер мен өлшемдерге сәйкес қатынастардың бірнеше жіктелімі бар. Енді көлденең және тік қарым-қатынастардың айырмашылығын және оларды шатастырмай, өз уақытында дұрыс қолдану ретін айтайық.

Психология оқулықтарындағы қарым-қатынас классификациясы санаға біршама салмақ түсіруі мүмкін. Қарапайым түрде түсіндірсек, тік қарым-қатынас отбасылық байланыста жиі көрінетін иерархия түрінде жүреді. Іңгәлап жарық дүние есігін жаңа ашқан сәби ақ парақтай пәк. Ал соған ақпар жазып, болмысын бедерлейтін бәдізшілер – ата-ана, қоршаған орта.

Даму барысында бала алдымен вертикальды байланыстарға сүйенеді, ол толығымен ата-анасына немесе отбасының басқа мүшелеріне байланысты. Ана баласына мейірін төгіп, махаббатын арнаған соң әкеге қарай ауа бастайды. Әкесімен байланыс орнатқан соң, ата-әже, бауырларымен қатынас түзейді.

Бірақ есте тұтатын бір жайт – әркім өз орнында болуы керек, төменнен жоғары қарай ретімен. Мысалы, ананың алдына ата-әжесінің түсіп кетуі психикалық қолдаудың жетіспеушілігіне алып келуі ықтимал. Отбасы мүшелері сәбидің болмысын, дүниетанымын қалыптастырады. «Ұяда не көрсе, ұшқанда соны іледі» деген осыдан. Тіпті мамандар бала тәрбиесі құрсақта емес, ата-анасының болашақ бала туралы ойланған сәтінен басталатынын айтады. Қазақ оны «сүтпен біткен мінез сүйекпен кетеді», - дейді.

Қазіргі кезде ата-ана жұмысбастылықпен жүріп, бала тәрбиесімен үздіксіз айналыса алмайтыны, балалардың ұзақ уақыт смартфондардан көз ала алмай отыратыны алаңдатарлық мәселеге айналды. Осы мәселені сонау 2000 жылдардың басында Еуропа елдері, АҚШ және Жапон мемлекеті көтерген кезде, біз үшін аса алаңдатарлық мәселе болып көрінбегені рас. Алайда, уақыт өте келе заманауи ақылды техника өнімдері балаларымыздың санасын улап, іс-әрекетін оғаштандырып, тілін орыстандырып бара жатқаны жанымызды жаралайды. Соның бәріне ата-ана өзін кінәлайды. Себебі барлық балалар смартфон

ұстап, бір-бірімен ойын ойнап жүргенде өз баласының смартфонсыз жүргенін көріп, оның көңілін қимай, қымбат болса да гаджеттер алып беретініміз бар. Сол смартфон уақыт өте келе баламызға ата-анасын, достарын тіпті дұшпандарын да алмастырып, виртуалды өмір сүруге дағдыландырады. Смартфон көп көрген баланың коммуникациялық және физикалық қабілеттері нашарлайтыны айтпаса да белгілі. Тіпті баласынан смартфонын тартып алған ата-аналар мен жақын адамдарын балалары жаралап, мерт қылып жатқан оқиғалар да қоғамымызда орын алып жатқаны өкінішті. Ата-ана күнделікті қарбалас тіршілікте қалайша баласымен тығыз қарым-қатынас жасап, оны дамытып үлгереді? Ақша табу мәселесімен басы қатып отырған ата-ана бала тәрбиесін мектепке, балабақшаға итермелейтіні белгілі. Тәрбие біржақты емес жан-жақты үдеріс екенін естен шығармаған жөн. Ата-ана жауапкершілігі мен білім беру ұйымдарының да жауапкершілігін күшейткен кезде, ата-ана мен бала санасында жауапкершілік сезімін ояту қажет. Сол жағдайда бала өзінің қоғамның бір мүшесі екенін, оған өз пайдасын беру керектігін сезінеді. Мектептегі буллинг мәселелері де оқушы психологиясына кері әсер етіп, білім алуға деген мотивациясын төмендететіні, тіпті физиологиялық тұрғыдан жиі ауырып, әлсіреп кетуіне ықпал етеді. Сондықтан ата-ана баласымен жиі сөйлесіп, өзіне жақын тартып отырса, бала ақырындап ата-анасына ашылып, мектептегі келеңсіз жағдайларды айтып, оны бірлесе шешуге мүмкіндік туар еді. Ата-ана баласына қатігездік және қорқытумен емес, мейірімділік пен достық тұрғыдан көмектесу арқылы тіл табысып, етене жақын әрекет етіп, бала тәрбиесін жолға қоя алады. Себебі, біздің баламыз – ол біздің тікелей айнамыз. Біз оны немен суарсақ, соны көретін өніміміз екенін ұмытпағанымыз абзал. Сондықтан, құрметті ата-аналар, бала тәрбиесіне шорқақ қарамай, смартфон беріп, мені мазаламаса болғаны деп, өз баламыздан қашпай, қайта керісінше, бір күнді телефонсыз, гаджеттерсіз өткізіп, бірлесіп іс-әрекет жасап, тұрмыстық жұмыстарды қызыға атқарып үйренейік, баламызды да соған үйретейік! Бірге дәмді тағам әзірлеп, бірлесе үй жинап, қызықты әрі тәрбиелік мәні бар кинофильмдер мен мультфильмдер көріп, оны бірлесе талқылап отыру қандай ғанибет! Баламен бірге отырып сурет салу, ермексаздан түрлі мүсіндер жасап, олармен ойын ойнап, далада бірге серуендеуді әдетке айналдырсақ екен. Өз үйінде бақытты бола алмаған адам өзге жерден бақыт таппасы анық, ол балаға да ата-анаға да қатысты. Мектептің мұғалімдері де алдында отырған білім алушыларға педагогикалық шеберлікпен қарағаны жөн. Ол бала – болашақтағы сол мұғалімді емдейтін дәрігер, жалақысын есептейтін есепші, банк қызметкері, аспаз, бағдарламалаушы да, яғни болашақ қоғамның көрінісі екенін ұмытпағаны абзал. Болашақты қалай көргіміз келсе, балаларымызға сол нәрсені беруіміз керек.

Жас мамандардың жаңа ұжымға бейімделуіне арналған психологиялық тренинг

А. РАЗАКОВА

Мақсаты: мұғалімнің өзін таныстыра білуі, жаңа ұжымға бейімделуі, бірлесіп жұмыс жасауға бағыт беру.

Міндеттері:

- Қатысушылардың өздері туралы ақпаратпен бөлісуі. (Участники по-делятся информацией о себе);

- Әрбір қатысушы өзін бір үлкен топтың бөлшегі ретінде сезінуі үшін топ ішінде жағымды атмосфера құру.

Топтың ерекшелігі: жас және жаңадан келген мамандар.

Жұмыс жоспары:

1. «Визитка» жаттығуы; 2. «Мандала» жаттығуы; 3. «Чемодан» жаттығуы; 4. «Педагогикалық әрекетке жеке тұлғаның дайындығы мен бейімделуін бағалау» әдістемесі; 5. «Жас маманның 15 қателігі» психологиялық кеңес беру; 6. Рефлексия «Бос микрофон».

Психолог: Сәлем, қымбатты достар! Бүгінгі болғалы отырған сабақта сіздер өздеріңізге қажетті көптеген қызықты және пайдалы нәрселерді білесіздер деген ойдамын.

Бір ұжымда өзің жақсы білетін, жақсы танитын адамдармен жұмыс жасау әлдеқайда жеңілірек болатындығына менімен келісетін шығарсыздар?! Ол адамға не ұнайды, өмірдегі мақсаттары қандай екендігін білесің. Сондықтан да, біздің бүгінгі кездесуімізді бір-бірімізді көбірек тануға арнаймыз. Тіпті, егер, сіз бір-біріңізбен таныс болсаңыз да, бәрібір де сіз қатысып отырғандардың ішінен біреуін көбірек танысыз, ал ендібірін тіптен білмейсіз.

- Здравствуйте, дорогие коллеги! Думаю, что сегодня на тренинге вы узнаете много интересного и полезного о себе, необходимого для предстоящей работы. Поэтому, мы проводим наше посвящение и знакомство друг с другом.

1. «Визитка» жаттығуы.

Барлық қатысушыларға қағаз, фломастер, карандаштар пайдалану арқылы визитка дайындау тапсырылады. Онда келесідей мәліметтер болуы керек:

Аты-жөні _____

1. Өзің туралы естігің келетін 3 сөз _____

2. Менің жетістіктерім _____

3. Маған ыңғайлы, өзімді жайлы сезінетін жер _____

4. Маған ыңғайсыз, өзімді жайсыз сезінетін жер _____

5. Менің өмірлік ұстанымым _____

6. Таңдаған мамандығымда мені қызықтыратыны _____

7. Мені алаңдататын жағдайлар _____

2. «Мандала» жаттығуы.

Ақ параққа дөңгелек сурет салу керек. Бұл шеңбер сіздердің биылғы оқу жылыңыз деп елестетіңіз. Бір жылдық жоспарыңызды, алға қойған мақсаттарыңызды осы шеңберге орналастыруға болады.

Енді осы шеңберді қыркүйектен бастап келесі қыркүйекке дейін 12 секторға бөліп, әр айын жазу керек.

Мысалы: болашаққа құрған жоспарды анықтау.

3. «Чемодан» жаттығуы.

Барлық жас мамандар тәлімгерлерімен бірге шеңбер құрып отырады. Әр тәлімгер жас маманға болашақ оқу жылына қажетті болатын чемодан жинап беруі қажет. Жол сөмкедегі заттар ерекше болмақ. Біз қарым-қатынас мәселесімен шұғылданғандықтан, оған біз әрқайсымызға қарым-қатынас жасауға не көмектесті және не кедергі жасады соларды «саламыз». Әр тәлімгер чемоданды иесіне тапсырып, салынған «қасиеттердің» себебін түсіндіреді. Чемоданды жинау барысында біз бірқатар ережелерді сақтауымыз керек:

Чемоданға салынатын, көмектесетін және кедергі жасайтын қасиеттердің саны бірдей болуы керек.

Әрбір қасиет чемоданға топтың келісімімен салынады. Егер де біреуіміз келіспейтін болсақ, топ өзінің шешімінің дұрыс екендігіне ол адамды көндіруге тырысуына болады, ал егер көндіре алмаса қасиет чемоданға салынбайды.

Чемоданға топтың жұмысы барысында көрініс алған қасиеттерді ғана салуға болады.

4. «Педагогикалық әрекетке жеке тұлғаның дайындығы мен бейімделуін бағалау» әдістемесі.

Бұл әдістеме мұғалімнің кәсіби жеке тұлғалық өзін-өзі анықтауға әсер ететін қасиеттерін диагностикалауға мүмкіндік береді.

5. Жас маманға жаднама: «Жас маманның 15 қателігі».

Балалардың сабаққа деген немқұрайлы сезімдеріне әкеп соқтыратын мұғалімдердің келесі түрдегі қателіктерін атап көрсетуге болады:

1. Материалды бір ырғақпен (монотонды) немесе керісінше тез жылдамдықпен түсіндіру. Тақырыптың маңызды бөліктерін атағанда басын төмен қаратып сөйлеуі;

2. Сабақтың ұйымдастырылуының нашарлығы;

3. Мұғалімнің әрекет ету формасының бірқалыптылығы;

4. Мұғалімдік әрекетінде динамиканың жоқтығы – оқу үрдісіне қатысушылардың өзара әрекеттілігінің жоқтығы;

5. Мұғалімнің барлық балаларды жалпылама қабылдауы;

6. Мұғалім әрекетінде ынталандырушы факторлардың болмауы;

7. «Тыйым салынған» сөздерді қолдануы: «Үнемі кешігесің!», «Үнемі ұмытасың!», т.с.с.;

8. Сабақ барысында оқушылардың бағаланбауы;

9. Өтілген сабаққа баға бермеу;
 10. Есте сақтау қабілетіне жағымсыз көптеген цитаталарды, ережелер мен анықтамаларды қолдану. Мұғалімнің сөзі қарапайым, әр балаға түсінікті болу қажет;
 11. Қарапайым нәрселерге уақыттың көп бөлінуі;
 12. Мұғалімнің балаларға айқайлауы;
 13. Сабақ барысында оқушылардың шығармашылық белсенділіктерінің төмендігі;
 14. Мұғалімнің өзінің сырт келбетіне назар аудармауы;
 15. Сабақтың өсу динамикасының жоқтығы.
- 6. Рефлексия «Бос микрофон».**

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу

Н. ДУЙСЕНОВА

Кіріспе

Аутодеструктивті мінез-құлық (АДМҚ) – адамның өз денсаулығына, психологиялық жағдайына немесе өміріне саналы немесе бейсаналы түрде зиян тигізетін әрекеттерін қамтитын күрделі құбылыс. Бұл мінез-құлық физикалық, эмоционалдық және әлеуметтік деңгейде көрініс табады.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу – қоғам үшін аса өзекті мәселе. Өйткені мұндай мінез-құлық адамның жеке өміріне ғана емес, отбасына, жақын ортасына және жалпы қоғамға да кері әсер етеді. Аутодеструктивті мінез-құлықтың салдарынан жасөспірімдер мен жастар арасында суицид деңгейінің өсуі, зиянды әдеттердің таралуы, қоғамда әлеуметтік шиеленіс күшейеді. Осы мәселелерді ескерсек, Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу үшін кешенді шараларды қолдану қажет. Бұл шаралар жеке тұлғаның психологиялық тұрақтылығын қалыптастырудан бастап, қоғамда жағымды мәдени орта құруға дейінгі көпжақты тәсілдерді қамтиды.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу тек жеке тұлғаның ғана емес, бүкіл қоғамның тұрақты дамуы үшін маңызды. Эмоционалдық денсаулығы мықты, өмірлік қиындықтарды еңсере алатын жастар қоғамның болашағының негізі бола алады. Сондықтан бұл құбылыстың себептерін анықтап, тиімді алдын алу шараларын жүзеге асыру бүгінгі күннің басты міндеттерінің бірі болып табылады. Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу – тек психологиялық тұрғыдан емес, әлеуметтік және экономикалық тұрғыдан да маңызды. Мұндай мінез-құлықтың салдары адамның өмір сүру сапасын төмендетіп қана қоймай, қоғамдағы суицид деңгейін, тәуелділіктер мен қылмыстық әрекеттерді арттырады. Бұл құбылыс әсіресе жасөспірімдер арасында жиі байқалатындықтан, олардың ерте жастан дұрыс өмірлік

ұстанымдарды қалыптастыруына назар аудару қажет.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың (АДМҚ) алдын алу мәселесі қазіргі ғылым мен практика үшін өте **өзекті**. Бұл құбылыс жеке адамның психологиялық тұрақтылығына, оның әлеуметтік қарым-қатынасына және қоғамның жалпы әл-ауқатына тікелей әсер етеді. Әсіресе, жастар арасында АДМҚ-ның таралуы бұл тақырыпты тереңірек зерттеп, алдын алу шараларын енгізудің қажеттілігін көрсетеді.

Мақаланың мақсаты – аутодеструктивті мінез-құлықтың пайда болу себептерін анықтап, оның алдын алу жолдарын ұсыну. Бұл мақсатқа жету үшін келесі **міндеттер** қойылды:

- АДМҚ-ның түрлерін және олардың көріністерін сипаттау;
- Әлеуметтік, психологиялық және биологиялық факторларын талдау.
- Алдын алу шараларын жүйелеу және оларды жүзеге асыру тәсілдерін ұсыну.

Ғылыми жаңалығы – аутодеструктивті мінез-құлықты алдын алуда кешенді тәсіл қолдану арқылы жаңа тәжірибелік әдістерді енгізу ұсынылады. Бұл тәсіл отбасылық қолдауды күшейтуден бастап, білім беру жүйесін жетілдіруге және психологиялық қолдау қызметтерін дамытуға дейінгі түрлі деңгейлерді қамтиды. Сонымен қатар, қоғамдық ақпараттық науқандар мен әлеуметтік бағдарламалардың рөлі ерекше атап өтіледі.

АДМҚ-ның теориялық маңызы психология, педагогика және әлеуметтік ғылымдар саласында жаңа зерттеулерге негіз болуында. Ал практикалық маңызы қоғамда психологиялық сауаттылықты арттыру, суицид деңгейін төмендету және жастар арасында салауатты өмір салтын насихаттауда көрініс табады.

Негізгі бөлім

Аутодеструктивті мінез-құлықтың қалыптасу себептері күрделі және көпқырлы. Әлеуметтік факторлар, мысалы, отбасындағы қақтығыстар, ата-ананың бала тәрбиесіне жеткіліксіз назар аударуы, қаржылық қиындықтар немесе қоғам тарапынан қысым көру сияқты жағдайлар адамның өз-өзіне теріс көзқарас қалыптастыруына ықпал етеді. Психологиялық тұрғыдан алғанда, адамның өзін-өзі бағалауының төмендігі, жалғыздық, эмоционалдық күйзелістер және депрессия сияқты мәселелер бұл құбылыстың негізі болуы мүмкін. Сонымен қатар, биологиялық факторлар, атап айтқанда, тұқым қуалаушылық пен мидағы нейротрансмиттерлердің бұзылыстары да аутодеструктивті мінез-құлықтың пайда болуына ықпал етеді.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың негізгі көріністері әртүрлі болуы мүмкін: өзіне жарақат салу, суицидке бейімділік, зиянды әдеттерге тәуелділік (мысалы, алкоголь және есірткі заттарын пайдалану), сондай-ақ эмоционалдық тұрақсыздық пен әлеуметтік оқшаулану. Аутодеструктивті мінез-құлықтың қалыптасуының басты себептері әлеуметтік, психологиялық және биологиялық факторлармен байланысты. Әлеуметтік факторларға отбасындағы қиындықтар, қаржылық мәселелер, қоғамның қысымы жатады. Психологиялық факторлар адамның өзін-өзі бағалауының төмендігі, депрессия, эмоционалдық күйзеліс сияқты жағдайларды қамтиды. Ал биологиялық

тұрғыдан алғанда мидағы нейротрансмиттерлердің жұмысындағы бұзылыстар немесе тұқым қуалайтын ерекшеліктер де аутодеструктивті мінез-құлықтың қалыптасуына ықпал етуі мүмкін.

Бұл мәселені шешу және алдын алу үшін бірнеше маңызды бағыттарда жүйелі шараларды жүзеге асыру қажет. Ең алдымен, отбасылық қолдау көрсету маңызды. Отбасы – жеке тұлғаның алғашқы әлеуметтену ортасы. Отбасындағы жылы қарым-қатынас, ата-аналардың балаларына деген қамқорлығы және олардың сезімдерін түсінуі баланың психологиялық тұрақтылығын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады. Ата-аналарға арналған арнайы тренингтер мен психологиялық кеңестер отбасы ішіндегі қарым-қатынастарды жақсартуға және аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алуға ықпал етеді.

Екінші кезекте білім беру жүйесіндегі тәрбиелік жұмыстарды күшейту қажет. Мектептер мен жоғары оқу орындарында жастар арасында психологиялық сауаттылықты арттыратын бағдарламалар енгізу тиімді тәсілдердің бірі болып табылады. Бұл бағдарламалар жасөспірімдер мен студенттердің эмоциялық күйзелістермен күресу, өз-өзін бағалауды нығайту және қиын жағдайларда дұрыс шешім қабылдау қабілеттерін дамытуға бағытталған.

Денсаулық сақтау саласы да аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алуда маңызды рөл атқарады. Психологиялық қолдау қызметтерін дамыту, психотерапия мен реабилитациялық орталықтардың қолжетімділігін арттыру қажет. Медицина қызметкерлері АДМҚ бар адамдарға кәсіби көмек көрсету арқылы олардың өмір сапасын жақсартып, қоғамға қайта бейімделуіне мүмкіндік береді.

Сонымен қатар, ақпараттық науқандар ұйымдастыру арқылы қоғамда аутодеструктивті мінез-құлық туралы түсінікті арттыру маңызды. Телевидение, әлеуметтік желілер және басқа да бұқаралық ақпарат құралдары арқылы аутодеструктивті мінез-құлықтың салдары мен оны алдын алу жолдары туралы ақпарат таратуға болады. Мұндай науқандар қоғамда жағымды психологиялық орта қалыптастыруға ықпал етеді.

Қоғамдық қолдауды күшейту де аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алуда шешуші мәнге ие. Жастарға арналған шығармашылық және спорттық секциялар, еріктілер қозғалыстары мен әлеуметтік жобалар адамдардың қарым-қатынас дағдыларын дамытып, өздерін қоғамның маңызды бөлігі ретінде сезінуіне көмектеседі. Бұл өз кезегінде, олардың психологиялық тұрақтылығын арттырады.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу мәселесінде қоғамның әрбір мүшесінің белсенді қатысуы маңызды. Әсіресе, мұғалімдер, әлеуметтік қызметкерлер мен психологтар жастардың психологиялық жай-күйін бақылап, оларға қолдау көрсетуді күшейтуі қажет. Мектептегі тәрбиелік жұмыстар барысында балалардың және жасөспірімдердің эмоционалдық қажеттіліктерін ескеру, олардың қызығушылықтары мен қабілеттерін дамытуға мүмкіндік беру өте маңызды. Арнайы ұйымдастырылған топтық тренингтер мен ойындар оқушылар арасында өзара сенім мен ынтымақтастықты нығайтып, оларды жеке тұлға ретінде қалыптастыруға жағдай жасайды. Сонымен қатар, ата-аналар мен мұғалімдер арасындағы тығыз байланыс балалардың

психологиялық саулығына оң әсерін тигізеді.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алуда бұқаралық мәдениеттің, соның ішінде өнер мен спорттың рөлі ерекше. Жастарға арналған театр қойылымдары, әлеуметтік тақырыптағы деректі фильмдер және мотивациялық кездесулер аутодеструктивті мінез-құлықтың салдары туралы түсінікті арттырып, олардың өзін-өзі дамытуға ұмтылысын күшейтеді. Сонымен қатар, спорттық жарыстар, шығармашылық көрмелер және қоғамдық іс-шараларға қатысу жастарды жағымсыз әдеттерден аулақ болуға ынталандырады. Мұндай шаралар жасөспірімдердің өзін-өзі тануына, қиындықтарды еңсеру қабілеттерін арттыруға және қоғамдағы өз орнын түсінуге көмектеседі.

Қорытынды

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу – тек жеке тұлғаның емес, бүкіл қоғамның үйлесімді дамуына тікелей ықпал ететін маңызды қадам. Бұл мәселені шешу үшін кешенді және жүйелі түрде отбасылық, білім беру және медициналық деңгейлерде шараларды ұйымдастыру қажет. Әрбір деңгейде психологиялық сауаттылықты арттыру, жастардың менталдық денсаулығын жақсартуға арналған арнайы бағдарламалар енгізу және қолдау жүйесін дамыту басты міндет болып табылады.

Сонымен бірге, аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу шаралары жасөспірімдердің эмоционалдық тұрақтылығын нығайтуға, өз-өзіне сенімділігін арттыруға және қоғамда толыққанды тұлға ретінде қалыптасуына ықпал етеді. Жастардың өзін-өзі бағалауын күшейтіп, жағымды қарым-қатынас орнатуға бағытталған жұмыстың нәтижесі олардың болашақта салауатты өмір салтын ұстануына, қоғамға пайдалы азамат болып өсуіне септігін тигізеді. Осы бағыттағы бірлескен күш-жігер әр адамның өмір сапасын жақсартуға және жалпы қоғамда үйлесімділікті қамтамасыз етуге мүмкіндік береді.

Қорытындылай келе, аутодеструктивті мінез-құлық – қоғам үшін қауіпті құбылыс. Оның алдын алу үшін отбасыдан бастап мемлекеттік деңгейге дейін кешенді шараларды жүзеге асыру қажет. Бұл шаралар психологиялық сауаттылықты арттыруға, медициналық қызметтерді қолжетімді етуге, жастарды қолдауға және жалпы қоғамдағы үйлесімділікті нығайтуға бағытталуы тиіс. Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу әрбір адамның өмір сүру сапасын жақсартуға және қоғамның психологиялық денсаулығын нығайтуға мүмкіндік береді.

Әдебиеттер:

1. Әбдіғалиева Ж.Қ. Психологиядағы аутодеструктивті мінез-құлық теориясы мен практикасы. – Алматы: Ұлттық баспа. 2018;
2. Бердібаева М.С. «Жасөспірімдердің психологиялық тұрақтылығын дамыту әдістері». Педагогика және психология журналы, №3, 45-56 б. 2020;
3. Мұқанова Л.А. Әлеуметтік орта және жасөспірімдердің өзін-өзі бағалауы. – Нұр-Сұлтан: Білім баспасы. 2019.

Психологические причины агрессии ребенка

А. СЕЙДАХМЕТОВА

Агрессия не всегда является следствием нарушенных детско-родительских отношений, искаженного стиля семейного воспитания или реакции на дисгармоничность сферы общения со сверстниками. Даже у самых лучших родителей в условиях благоприятной ситуации развития подросток может проявлять выраженную агрессивность. Агрессивные дети и подростки – трудно управляемый и плохо поддающийся терапии контингент больных. В психологии выделяют характерологические особенности детей и подростков, агрессивность которых стала устойчивой чертой личности.

Агрессоры:

1. Воспринимают окружение как враждебное, а большинство ситуаций – как угрожающие;
2. У них снижена критичность в отношении собственного поведения, а агрессивность они не считают отрицательным явлением;
3. Им характерно сверхчувствительное отношение к критике;
4. У них преобладает внешне обвинительный, эмоциональный тип реагирования;
5. Отсутствует чувство вины в отношении собственных поступков и агрессивных действий;
6. Располагают ограниченным набором стратегий реагирования в конфликтных ситуациях, отсутствует гибкость поведения;
7. Неустойчивая самооценка, которая повышается при агрессивных действиях, подтверждающих значимость агрессора;
8. Эмпатия и эмоциональная рефлексия не развиты;
9. Моральные инстанции не сформированы.

Как правило, у агрессивных подростков активный негативизм, направленный на других людей. Такие подростки постоянно мешают учебному процессу, терроризируют сверстников, конфликтуют с родителями, которые постоянно находятся на взводе, от незнания что можно ожидать от ребенка в следующий раз.

Проблемные подростки отличаются от своих сверстников не только высоким уровнем агрессивности, но и низким уровнем самоконтроля, недостаточной регуляцией целенаправленного поведения. У них часто диагностируются поведенческие расстройства (синдром дефицита внимания с гиперактивностью, посттравматическое стрессовое расстройство и так далее) или нервные и психические расстройства, требующие медицинского контроля (шизофрения, эпилепсия, органические поражения головного мозга и так далее). Общим фоном нарушения поведения с агрессивностью и социальной дезадаптации выступает несформированное отношение к будущему. Подростки не

строят планов на будущее, испытывают выраженные трудности даже с краткосрочной перспективой развития, их самоопределение в профессиональной и личностной сфере нарушено. Будущее для них туманно и представляется в негативном свете. Многие сложности дезадаптации связаны с преимущественной ориентацией на текущий момент, что ведет к поиску удовольствий и неспособности сдерживать свои импульсы и влечения. В последствии у таких подростков теряется связь с семьей, культурой, развиваются зависимости (к азартным играм, компьютерным играм, наркотикам и так далее). К агрессивности часто приводят нарушения аффективной возбудимости и нервно-психические особенности подростков с расторможенностью влечений. Перестройка организма подростка в биологическом плане связана с эндокринными изменениями, а в психологическом – с явлениями аффективной возбудимости, склонностью к взрывчатости, что становится причиной агрессии и приводит к срывам социальной адаптации. У подростков, находящихся в неблагоприятных условиях воспитания, чье развитие отягощено церебральной недостаточностью, аффективная возбудимость нередко достигает уровня патологии. Поведение в этом случае становится неуправляемым, формируется устойчивая склонность к агрессивным поступкам.

Факторы патологического агрессивного поведения:

1. Врожденные аномалии развития;
2. Перинатальные нарушения развития;
3. Психогенные факторы;
4. Личностные факторы;
5. Семейные факторы.

Подростки с патологически агрессивным поведением игнорируют нормы и правила поведения, неадекватны ситуации, их агрессивность представляет реальную опасность для окружающих. Агрессивность чаще всего выплескивается в грубое физическое воздействие и не контролируется. Ранняя агрессивность, проявляемая в школе, с течением времени перерастает в характерный стиль агрессивных реакций и становится устойчивой чертой личности. Со временем подростковая агрессивность может проявляться в криминальном поведении, физической агрессии, жестоком обращении с членами семьи. Агрессивность в детстве предопределяет агрессивность в зрелые годы, особенно у мальчиков.

Альтернативные причины агрессии.

В ряде психологических исследований было показано, что естественные факторы окружающей среды, такие, как температура и загрязненность воздуха, теснота помещения, шум, влияют на наше поведение. Высокая температура повышает вероятность проявления агрессии. Загрязненность воздуха, а именно неприятные запахи, задымленность, высокое содержание никотина и других отравляющих веществ в воздухе, а так же теснота могут спровоцировать агрессивное поведение.

Модели агрессивности подростки перенимаются из СМИ, причем самое большое количество насилия показывается детям в мультфильмах.

По последним исследованиям, доказано существование причинно-след-

ственной связи между просмотром агрессивных программ и ростом реальной поведенческой агрессивности у детей, подростков и взрослых.

СМИ постоянно представляют агрессивных персонажей в выгодном свете, и отрицательный герой выглядит более привлекательно для подростков, чем положительный. Это формирует склонность к идентификации себя с агрессивным персонажем, к оправданию насилия, а так же развивается бесчувствие, «толстокожесть» в отношении страдания других людей. Часто причиной агрессии ребенка выступает развод родителей. В таком случае ребенок черствеет и утверждает во мнении, что мир взрослых жесток и непредсказуем. В результате вырастает маленький диктатор, а затем большой тиран, не уважающий своего родителя. Причем грубость ребенка в отношении одного из родителей, другой родитель не способен остановить, так как для ребенка в норме супружеские отношения должны служить моделью уважительного отношения людей друг к другу. В ряде психологических исследований было показано, что естественные факторы окружающей среды, такие, как температура и загрязненность воздуха, теснота помещения, шум, влияют на наше поведение. Высокая температура повышает вероятность проявления агрессии. Загрязненность воздуха, а именно неприятные запахи, задымленность, высокое содержание никотина и других отравляющих веществ в воздухе, а так же теснота могут спровоцировать агрессивное поведение.

Литература:

- 1) Зейгарник Б.В. Патопсихология. – М.: «Изд. Московского университета», 1986.
- 2) Столяренко Л.Д. Психология. – М.: «Феникс», 2004.
- 3) Социальная психология. «Учебное пособие для педагогических институтов». – М.: «Просвещение», 1987.

О работе педагога-психолога с одаренными детьми

А. МАХАНОВА

Одаренный ребенок – это ребенок, который выделяется яркими, очевидными, иногда выдающимися достижениями (или имеет внутренние предпосылки для таких достижений) в том или ином виде деятельности... Одарённые дети – это наше будущее, будущее нашей страны. Поэтому очень важным является не только выявление талантливых детей, но и непрерывающаяся работа с ними, которая, прежде всего, направлена на дальнейшее развитие учеников в различных областях науки и творчества.

Всем известно, что одаренный ребенок немного отличается от своих сверстников. Он активен, у него ускоренное психическое развитие, он «не устает узнавать», изучать, у него творческий подход к выполнению данного ему поручения, он стремится самостоятельно приобретать знания, эмоционален и независим. Ученик, прошедший конкурс в нашу школу, уже одаренный, но интересы и возможности у всех не одинаковы: кто-то с легкостью и быстро выполняет задание, другой чуть «запоздывает», но дает результаты не хуже. Современный учитель должен понимать, каким образом одаренные ученики работают, думают и чувствуют, как с точки зрения учителя-практика, так и учителя-исследователя. Считаю, что в Назарбаев Интеллектуальных школах созданы все условия для распознавания и развития одаренных детей: организовано дополнительное образование, проводятся кружки по интересам, мероприятия воспитательного и познавательного характера. Также в нашей школе действует сетевое сообщество «Одаренный ребенок» на основе программы «Развитие одаренности детей». Основной целью данного проекта является обучение учителей эффективным методам и стратегиям работы с одаренными детьми. Благодаря программе и деятельности «Сетевого сообщества» создается образовательная среда надлежащего уровня сложности для продвинутых учеников. В качестве альтернативы, для представления учеников в качестве талантливых и одаренных, могли бы быть разработаны соответствующие программы для обеспечения реализации их возможностей. Эта проблема, кстати, является темой исследования педагогов и психологов во всем мире и современные разработки американских исследователей являются ярким тому примером. Сейчас, конечно, сложно сказать, как это будет выглядеть, но, возможно, это будут какие-то индивидуальные программы для одаренных и талантливых. Поэтому моя профессиональная практика будет направлена на выявление одаренных и талантливых учеников всеми доступными в процессе обучения средствами и удовлетворение их познавательных способностей. Эта работа, я думаю, не должна быть односторонней, одаренные и талантливые ученики сами проявляют инициативу, интерес, гибкость в обучении и познании. Любознательность учащихся в познании может привести учеников к неожиданным открытиям, поможет им раскрыть собственные таланты. Кроме выявления новых одаренных и талантливых учеников, в дальнейшем планирую способствовать раскрытию их великолепных качеств не только посредством участия в мероприятиях повышенной сложности.

Одаренность в научно-исследовательской литературе понимается как широкое понятие, которое охватывает различные способности людей, в том числе интеллектуальные, творческие, лидерские, социальные, физические. В выявлении талантливых и одаренных учеников в школе, как я полагаю, должны принимать совместное участие учителя, родители, психологи, сами ученики. Выявление одаренных и талантливых учащихся в школе должно носить общешкольный характер, быть систематичным и непрерывным процессом, и тем более, не может рас-

смаатриваться как разовая процедура. Согласно Руководству для учителя 3-го уровня обучения, «исследователи определили пять критериев для выявления учеников с высоким уровнем способностей, среди которых: память и знания, использование информации, скорость мышления, решение проблем, интерес к сложности». Современные теоретики разработали характеристики одаренных и талантливых учащихся, отметив, что их отличительные способности проявляются с раннего возраста. Не все эти функции, говорят они, являются эксклюзивными для одаренных и талантливых, но такие ученики владеют ими в большей степени. Среди прочих, можно отметить такие интеллектуальные черты характера одаренных и талантливых, как быстрый темп обучения, демонстрация сложных мыслительных процессов, живое воображение, страсть к обучению, сила концентрации, аналитическое мышление, креативность, обостренное чувство справедливости, способность к рефлексии, логика размышления, отличное чувство юмора, чувствительность или эмпатия, усидчивость. Не все характеристики одаренных и талантливых учеников рассматриваются учеными как положительные. Дэвис и Римм в 1998 г. установили такие негативные характеристики одаренных учеников, как упрямство, отказ от участия в деятельности класса, неорганизованность, склонность к власти, эмоциональные расстройства, рассеянность. Отсутствие или недостаточность поддержки творчества учеников, предупреждают ученые, может даже привести к бунтарскому поведению. Поэтому процесс выявления одаренных и талантливых учащихся должен быть динамичным и непрерывным, он должен позволить определить, на какой стадии развития находится учащийся и рекомендует собрать как можно больше информации о таких учениках.

Одной из форм выявления одаренных и талантливых может стать анкетирование учеников, а также ведение записи наблюдений за учениками. Безусловно, такая информация даст общую картину, в которой будут показаны сильные и слабые стороны учащихся, их навыки. В процессе выявления одаренных и талантливых большую, но не единственную помощь учителю может оказать школьный психолог, применив специфические психолого-педагогические приемы и методы исследования. Все-таки более объективную информацию о степени одаренности и талантливости учеников можно получить, думая, опираясь на реальные достижения и творческие испытания учеников. Только личные, индивидуальные способности учеников покажут нам реальную картину одаренности и таланта.

Своими наблюдениями за одаренными и талантливыми, их выявлением среди других учащихся я делюсь с коллегами внутри школы, которые в основном подтверждали мои наблюдения и делились, в свою очередь, своими. Следует сказать, что иногда предположения не подтверждались, что также объяснимо: ученик, талантливый по одному предмету, не обязательно может иметь такие же способности в другом. Можно привести огромное количество примеров детей, имеющих высокие результаты в различного рода научно-практических конференциях,

семинарах республиканского и международного уровней по предметам естественно-математического цикла, но не показавшим их в гуманитарных областях. Наша задача, как учителей, выявить эти таланты, создать все необходимые на нашем уровне условия для их раскрытия во благо общества, в оказании компетентной помощи таким ученикам в реализации их способностей. Компетентной моя помощь может быть только в том случае, если я сама буду понимать, что представляют собой одаренные и талантливые и как их надо обучать.

Конечно, работа с одаренными детьми с одной стороны – одно из приоритетных направлений в деятельности любого учителя, но с другой стороны – очень сложная и ответственная система работы учителя над собой, над материалом, с детьми. Но мы стараемся создавать творческую среду для развития одаренности, поэтому наши одаренные дети имеют такие высокие результаты в различных областях знаний. Хочется надеяться, что реализация эффективного подхода к обучению одаренных и талантливых послужит на благо всей школы и в целом, общества.

Оқушылар мен ата-аналарға арналған психологиялық тренинг

Б. САНБАЕВА

Мақсаты: оқушының психологиялық тұрғыдан дені сау жеке тұлға болып қалыптасуына отбасы тәрбиесінің әдіс-тәсілдерін жетілдіре отырып, оқушы мен ата-анасының арасында жағымды қарым-қатынас орнату.

Психолог: Сәлеметсіздер ме, құрметті ата-аналар! Бала тәрбиесіне үнемі көңіл бөлетіндеріңізге көп рахмет! Әрине, балаға көңіл бөліп, оны тәрбиелеу, оларды бақытты бала ету – ата-ананың ең басты міндеті. Оқушылар мен ата-аналарға арналған психологиялық тренингіне қош келдіңіздер!

«Құбыр» жаттығуы.

Ата-аналарға ақ қағаз таратылып, бір-біріне жалғау ұсынылады. Шетіндегі ата-анадан бастап қағаз бетімен жеңіл шарик жіберіледі. Шарикті түсірмей соңғы ата-анаға дейін жеткізу керек.

Талдау.

«Өз балаңызды танысыз ба?»

Ата-аналарға қойылатын сұрақтар:

1. Балаңыздың парталас көршісі кім?
2. Балаңызды соңғы рет қашан және қандай сөзбен еркелеттіңіз?

3. Балаңыздың сүйікті пәні?
4. Балаңызбен ойнауға кім көп келеді?
5. Балаңыздың оқуына соңғы рет қашан қарадыңыз?

«Хат» жаттығуы. Оқушылардан «Ата-анама хат» тақырыбында жазылған хаттарды ата-аналарына оқу табу керектігі тапсырылады.

Тәжірибе. Бала – мына сүттей таза, пәк, еш арамдығы жоқ. Біреуге қиянат жасауды, өтірік айтуды, ата-анасына қарсы келуді білмейді. Өте тәртіпті, адал, ақ көңіл бала.

Бірақ, ол баламен қасындағы бірге ойнайтын достары, сыныптас құрбылары арасында, немесе мектебінде және үйде, ата-анасы арасында кездесетін жағдайлар балаңызға жағымсыз әсер етуі мүмкін. Соңында балаларымызға ие бола алмай қалуымыз мүмкін. **Талдау.**

«Бақытты бала қандай болу керек?» құм терапиясы.

Екі топтағы ата-аналарға құм таратылып, тақырыпқа сай постер құрастыру тапсырылады.

Мұғалім сөзі: Атақты психолог Гарл Густав Юнг – құм терапиясының негізін салушы. Құм – бұл керемет психотерапиялық материал. Ол адамның қиялын оятып, барлық сезім мүшелеріне әсер етіп, тыныштандырып, жандандырады.

Бұл материалды қандай пішінге келтірем десеңіз де ол оңай көндіге кететін зат. Енді сіздер, осы құмды пайдаланып, «Бақытты бала қандай болу керек?» тақырыбында постер қорғауларыңыз керек.

«Диаграмма құрастыру» жаттығуы

Мақсаты: Бір күндік ата-анамен бала арасындағы уақытты тиімді пайдалану.

Отбасы – сыйластық, жарастық орнаған орта. Отбасы – бала тәрбиесінің ең алғашқы ұжымы. Отбасының бастапқы қазығы, алтын тіреу діңгегі – бала. Баланың тәрбиелі болып өсуіне берекелі отбасының әсері мол. Отбасының әрбір мүшесі, өзара сөйлесіп, не болмаса ата-ананың, баланың міндетін атқару ғана емес, береке-бірлік, сүйіспеншілік араласса, босағасы берік шаңырағы биік отбасына айналары сөзсіз.

Нұсқау: Сондықтан мына дөңгелек шеңберді 24 сағатқа бөліп, оқушының, ата-ананың бір күндік диаграммасын құру.

Диаграмманы қорытындылау. Әр топтан бір ата-ана шығып, жиырма төрт сағатта не істеу керек екені жөнінде айтып қорытындылап, қорғап қағаздарын іліп шығу қажет.

Бала көбінесе анасына жақын келеді. Отбасы тәрбиесінде әкенің де, ананың да орны бөлек. Әке мен ана – баланың алғашқы ұстазы. Әсіресе, әкенің рөлі ер баланы тәрбиелеуде басым. Әке ұлына өзінің бар өнерін, естіп-білген білімін, түгел үйретуге тырысады. Ал ұл бала өз тарапынан ағаға, әкеге еліктеп, одан үйренген. «Ата көрген оқ жонар», деген осыдан шыққан.

«Аялы алақан» жаттығуы

Мақсаты: Ата-ананың баласына қаншалықты мейірім, уақыт бөлетінін анықтау, әр кезде уақыт тауып, мейірімділік көрсетуге баулу.

4 ата-ананы балаларымен ортаға шақырамыз. Ата-аналардың көзі байлаулы өз баласын қолынан танып алу (сипалап тауып алу) керек:

1. Балаңызды қалай таныдыңыз?
2. Балаңызды тани алмаймын-ау деген қорқыныш болды ма?
3. Балаңызды тани алмаған кезде қандай сезімде болдыңыз?
4. Балаңызды қолынан ұстап танитындығыңызға сенімді болдыңыз ба?

Аялы алақанға байланысты мен бір өсиет әңгімеге тоқталғым келеді.

Өсиет әңгіме. Жағдайлы отбасы баласын ешкімнен кем өсіргісі келмей барлық жағдайын жасайды. Қазіргі заманның озық технологиясымен жасалынған ойыншықтар, компьютер, тіптен қымбат телефонды да алып береді. Бірақ баласы осының бәріне қанағаттанбай, күнде ата-анасының жұмысқа кетпеуін өтінеді. Ата-анасы жұмысқа бармаса болмайтынын, ақша табатынын баласына түсіндіреді.

Ал, баласы осы сәтте ата-анасының күніне қанша ақша табатынын баласына түсіндіреді. Ал, баласы осы сәтте ата-анасының күніне қанша ақша табатынын сұрап біледі.

Бала сол күннен бастап ата-анасының өзіне тастап кетіп жүрген ақшасын жұмсамай жинай бастайды. Жинаған ақшасы ата-анасының бір күндік табысына жеткен күні бала ата-анасына өтініш жасайды.

- Әке, ана! Бүгін жұмысқа бармай бір күндеріңізді маған қиыңыздаршы. Бір күнгі табыстарыңызды мен төлейін, - депті. (Қалай ойлайсыздар, бала неге өтінді?) Міне ата-ананың аялы алақанының әсері балаға күн сәулесімен бірдей, мұны басқа ешбір нәрсеге ауыстыру мүмкін емес.

- Ал, енді мен сіздерге гүл мен күн сыйлайын. Әрқашан күннің көзіндей шуағымыз төгіліп күліп жүрейік. Бала – әрбір үйдің өсіп келе жатқан гүлі. Гүл күннің көзінен нәр алады. Бала ата-анадан тәлім тәрбие алады. Мектеп боп, ата-ана боп, қоғам боп балаларымызды жақсылап тәрбиелейік, бала – біздің болашағымыз. Егеменді еліміздің ертеңі.

Қорытынды. Бала ата-ананың айнасы, - демекші, баламыздың бойына өз бойымыздағы жақсы қасиеттерді сіңіре білейік.

«Жүректен жүрекке» жаттығуы

- Құрметті ата-аналар! Енді жүрегімізден шыққан жылы сөздеріңізбен, тілектеріңізді қағазға (жапырақ) жазып ағашты көркейтейік. Жүректен шыққан тілектеріңіз әрдайым жер бетіндегі балаларды қолдап, желеп-жебеп жүрсін дегім келеді.

1. Бүгінгі тренинг қалай өтті?

2. Сіздерге тренинг ұнады ма, ұнамады ма? Несімен ұнады, несімен ұнамады?

3. Тренингтен қандай әсер алдыңыздар?

4. Тренингтен кейінгі көңіл-күйлеріңіз қандай?

Республикалық ғылыми-теориялық және қолданбалы «Мектептегі психология» журналында 2024 жылы жарияланған материалдар тізімі

Список опубликованных материалов в республиканском научно-теоретическом и прикладном журнале «Психология в школе» за 2024 год

Хроника

Олжаева А. Тәжібаев оқуларына арналған халықаралық, ғылыми-тәжірибелік конференция. №3, 3-б.

Конференция

Әл-Фараби атындағы қазақ ұлттық университеті. Философия және саясаттану факультеті. Педагогика және білім беру менеджменті кафедрасының 85 жылдығына орай өткізілетін «Заманауи білім мен ғылым: тарихы, болашағы» атты халықаралық ғылыми конференция. №12, 42-б.;

Дүйсенов Е. Халықаралық ғылыми-практикалық конференция алғысөзі. №11, 4-б.;

Министерство науки и высшего образования Республики Казахстан. Казахский национальный университет имени Аль-Фараби. Факультет философии и политологии. Кафедра педагогики и образовательного менеджмента. Международная научная конференция «Современное образование и наука: история, перспективы», посвященная к 85-летию кафедры. №12, с. 45;

Мынбаева А.К., Кабакова М.П. В КазНУ состоялись II Жарикбаевские чтения:

Международная научно-практическая конференция «Психологическая наука и образование: от истории к будущему». №11, с. 6;

Түймебаев Ж. Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ ректоры – Басқарма төрағасы құттықтау сөзі. №11, 3-б.

Ұ. Толешованың жарқын бейнесі – Светлой памяти У.Б. Толешовой

Абилбакиева Т. Ұстаз ұлағаты. №2, 18-б.;

Абитова Г.Т. Ученый, опережающий время. №2, с. 10;

Алимбекова А. Жақсыға жақсы жарасар. №2, 14-б.;

Ахметова А.И. Профессиональный путь педагога-исследователя Толешовой Улмекен Болатовны. №2, с. 19;

Бекмагамбетова Р.К. Боль утраты. №2, с. 9;

Бөлшекбаева Ә. Қалдырған ізің мәңгілік... №2, 16-б.;

Қыяқбаева Ұ. Арманы асқақ ғалым, парасатты тұлға. №2, 3-б.;

Қыяқбаева Ұ., Толешова Ұ. STEAM білім беру – мектепке дейінгі мекемеде мақсатқа қол жеткізудің әмбебап құралы. №2, 23-б.;

Сағымбек М. Жүрегімнен орын алған Ұлмекен апайым. №2, 31-б.;

Шауенова М. Ұрпаққа үлгі болар ізі бар жан. №2, 22-б.

Этнопсихология мәселелері – Вопросы этнопсихологии

Абсатова А. Ұлттық қасиет – ұлт ұйытқысы. №9, 6-б.;

Аманкелдіқызы Н. Ұлт болашағының психологиясын ұлттық тәрбие арқылы қалыптастыру. №7, 11-б.;

Есенғазы Н. Ата көрген оқ жонар, шеше көрген тон пішер! №6, 3-б.; Қазақ тілінің тағдыры – қазақ халқының қолында! №7, 3-б.; Әйтеке би бабамызға тағзым. №8, 19-б.; Қазақ билер бірлестігі – қазақ психологиясының ажырамас бөлігі. №9, 3-б.; ҚР «Әлем Қазақ Билер Кеңесінің» кезекті Құрылтайына ұсынылған таңдауалды бағдарлама. №10, 3-б.; Қазақ қоғамында ер адам мәртебесін көтеру мәселелері хақында. №12, 3-б.;

Олжаева А. Тәрбие тұжырымдамасындағы халықтық құндылық мәселелері. №7, 7-б.

Психологияның теориялық мәселелері – Теоретические вопросы психологии

Айтпаева А.К. Тренинг как форма обучения в высшей школе. №2, с. 11;

Акимжанова А. Жас мамандардың жаңа жұмыс орнына бейімделуінің психологиялық мәселелері. №1, 9-б.;

Алжанова Г. Дарынды оқушыларды психологиялық қолдау. №6, 12-б.;

Асылханова М. Бастауыш сынып оқушыларының ес процесін зерттеу жайында. №6, 6-б.;

Ахметова М.К. Проблемы воспитания и образования – ведущая тематика психолого-педагогических исследований академика Т.Т. Тажибаева. №3, с. 4; №4, с. 3; №5, с. 3;

Баян А. Психологтың дарынды балалармен атқаратын жұмысы. №4, 7-б.;

Жакатаева М. Аутодеструктивное поведение подростков. №3, с. 16;

Жиенбаева А. Бала дамуында арт-терапияның психологиялық маңызы. №8, 15-б.;

Жукебаева Г. Оқушыларды психологиялық тестілеу арқылы түзету мен дамытудың маңызы. №12, 12-б.;

Кукубаева А.Х., Захлебаева В.В. Психологические проблемы детей с трудностями в обучении. №1, с. 3;

Маханова А. Интернет тәуелділік мәселелерінің психологиялық аспектілері. №1, 13-б.; Нейропедагогика арқылы мектепалды даярлық топ балаларының шығармашылық дағдыларын дамыту. №9, 13-б.;

Мухтаров А. Жасөспірімдердің мінез-құлқына теріс әсер ететін факторлар. №5, 14-б.;

Насырова М.Ю. Тема ответственности в литературном творчестве Махтумкули Фраги. №3, с. 8;

Олжаева А., Конарбаева С. Жасөспірімдердің ұлттық құндылықтарын сыныптан тыс жұмыстар арқылы қалыптастыру. №8, 3-б.;

Омарханова Ж. Понятие межличностных отношений и ценностные ориентации в начальной школе. №3, с. 12;

Пивоварова Н.В. Психологические аспекты управления общеобразовательной школой. №9, с. 23;

Султанбай А. Жеткіншектердің коммуникативті қабілетін дамытуда психологиялық тренингтерді қолданудың ықпалы. №10, 18-б.;

Телікбаева А. Бастауыш сынып оқушыларының психологиялық ерекшеліктері. №12, 18-б.;

Терликбаева Ж. Эмоциональное выгорание педагога. №7, с. 13;

Шеріп С. Балалар арасында аутодеструктивті мінез-құлық көріністері. №1, 5-б.

Психологияның қолданбалы мәселелері – Практические вопросы психологии

- Абдрешева А.** Отбасы құндылықтарын қалыптастыруға арналған психологиялық тренинг. №6, 34-б.;
- Абитова К.** 8-сынып оқушыларына арналған тренинг жоспары. №12, 38-б.;
- Агайдарова А., Турсумбаева А.** 5-сынып оқушыларына арналған психологиялық тренинг. №12, 30-б.;
- Айтбанова Б.** Агрессивті мінез-құлықтың алдын алу. №3, 43-б.; Гипербелсенді баламен жұмыс. №5, 24-б.;
- Акимбаева М.** Роль психологической подготовки на состояние спортсменов во время соревнований. №8, с. 35;
- Акимова Қ.** Оқушылардың мектепке бейімделуінің психологиялық ерекшеліктері. №10, 11-б.;
- Ақыбаев А.** Ата-ана ұстанымының бала дамуына әсері. №11, 25-б.;
- Алдабергенова А.** Ұлттық құндылықтарды қалыптастыруда мектеп пен отбасының рөлі. №9, 8-б.;
- Алибаева Ш.** Қорқыныш сезімі жайында психологиялық тренинг. №3, 32-б.;
- Амангелді І.** Кәсіби өзін-өзі анықтау – орта мектеп оқушыларының өмірлік өзін-өзі анықтауының бөлігі ретінде. №12, 6-б.;
- Амандықова З.** Мүмкіндігі шектеулі оқушылардың танымдық қызығушылығын ойын әрекеті арқылы арттыру. №9, 33-б.;
- Ануарханқызы А.** Оқушылардың мектепке бейімделу мәселелері туралы. №4, 37-б.;
- Аралбекова Д., Шакиртова М.** Позиция педагога в отношении проблемы насилия над детьми. №5, с. 27;
- Артюшина С.** Тренинг для учащихся 11-х классов по стабилизации психоэмоционального состояния. №11, с. 37;
- Асанова С.** Мұғалімдер мен жоғарғы сынып оқушыларына арналған психопрофилактикалық сабақ. №11, 33-б.;
- Ахметова Ж., Жұбауова Ж.** Оқушы үлгермеушілігінің психологиялық астары. №5, 30-б.;
- Аширова Н.** Балалардағы агрессивтіліктің түрлері және табиғаты. №7, 32-б.;
- Балапанова Б.** Жасөспірімдердегі эмоциялық шаршаудың алдын алудың тиімді әдістері. №4, 16-б.;
- Ботталова Л.Р.** Профилактика буллинга в школьной среде. №10, с. 35;
- Гриценко О.С.** Проблемы и пути решения неуспеваемости школьников. №1, с. 21;
- Губайдуллина А.** 11-сынып оқушыларына арналған психологиялық тренинг. №12, 35-б.;
- Гумарова Б., Бақтыгереева Ж.** Буллингті болдырмау – бірлескен қызмет. №4, 24-б.;
- Гусманова С.М.** Психологические аспекты управления общеобразовательной школой. №9, с. 25;
- Ғазез Ж.** Баланы білім алуға психологиялық тұрғыдан дайындау. №11, 29-б.;
- Дуйсенова Н.** Ассертивті мінез-құлық: өз пікіріңді білдіру. №12, 22-б.;
- Дүйсен С.** Инклюзивті білім беру – қоғам қажеттілігі. №4, 26-б.;
- Ережепова Ж.** Оқытудағы танымдық процестің маңыздылығы. №11, 14-б.;
- Есенбаева А.** Үйден оқитын оқушыларға жүргізілетін коррекциялық жұмыс. №11, 16-б.;
- Есенғазы Н.** Ақтөбе облысы «Қазақ билер алқасы» Республикалық қоғамдық бірлестігінің 2023-2024 жылдары атқарылған жұмыстары жөнінде бір жылдық есеп. №11, 10-б.;

- Есімбекова Қ.** 4-10 жасар балаларға арналған психологиялық ойын-жаттығулар. №11, 18-б.;
- Жайлыбаева А.** Школьный психолог и первый шаг школьника. №8, с. 29;
- Жаксагулова А.** Оқушыларға эмоция ұғымын таныстыру сабағы. №4, 39-б.; Жасөспірімдердің тұлғалық ерекшелігін дамытуға арналған психологиялық тренинг. №7, 36-б.; Оқушыларға арналған арт-терапиялық тренинг. №8, 41-б.;
- Жаманбаева Ж.** Балалардың қиял-қабілеттерін ойын арқылы дамыту. №11, 21-б.;
- Жаңабергенова Г.** Отбасындағы келіспеушіліктердің бала психологиясына әсері. №7, 23-б.;
- Жапарова Г.** Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынасты нығайту. №1, 35-б.;
- Зауренбекова Т.** Оқушылар арасындағы мінез-құлық ауытқулары мәселесін шешуде психологиялық анықтау мен түзетудің алатын орны. №6, 16-б.;
- Илиясова Н.** Әлемнің ең керемет туындысы – адам. №3, 42-б.;
- Ильясова Ж., Кадырова Н.** 10-сынып оқушыларына арналған психологиялық тренинг. №5, 42-б.;
- Иманалиева А.** Баланың мектепте оқуға қабілеті жайында. №9, 10-б.;
- Имашева А.** Көңіл-күйді көтеруге арналған психологиялық жаттығулар. №3, 35-б.; «Құпия дос» психологиялық жаттығу. №5, 47-б.;
- Искакова М.** Ұстаздарға арналған психологиялық тренинг. №3, 40-б.;
- Исмагулова А.** Public speaking strategies in a political setting. №5, с. 20;
- Кавелина Л.** Сказкотерапия как метод активизации ресурсов личности. №7, с. 18;
- Каримова Б.** Виды насилия в школе и меры по созданию безопасной образовательной среды. №10, с. 37;
- Ким Е.** Психолого-педагогическое изучение умственно-отсталого школьника. №1, с. 28;
- Кошенова Ж., Курсакова А.** Күйзеліс пен мазасыздықтың алдын-алу жолдары. №5, 37-б.;
- Кунаева К.** Бірінші сынып оқушыларының мектепке бейімделу кезеңінің ерекшеліктері. №8, 27-б.;
- Курмангалиева С.** Оқушыларымызға жағымды көңіл-күй сыйлау тренингі. №3, 34-б.; Оқушыларға арналған психологиялық тренинг. №4, 42-б.;
- Кыдырбаева К.** Сказкотерапевтическая игра для учащихся 5 класса. №9, с. 35; №12, с. 25;
- Қалтаева А.** Әкенің бала тәрбиесіндегі рөлі. №5, 34-б.;
- Қорбанова Н.** Өзіне-өзі қол жұмсау тығырықтан шығар жол емес... №6, 19-б.;
- Қостанова М.** Отбасындағы тәрбиеге психологтың көмегі. №6, 28-б.;
- Құрмангалиева С.** Жасөспірімдер арасындағы қауіп-қатерге бейім мінез-құлықтың алдын алудың кейбір мәселелері. №10, 15-б.;
- Қызылғұлова Т.** Жасөспірім шақ психологиясы. №3, 29-б.;
- Мамбетбаева Б.** Технологии педагогического взаимодействия. №6, с. 37; Оқушылар мен ата-аналарға арналған психологиялық тренинг. №7, 28-б.;
- Манжесова С.Н.** Психологический тренинг-погружение «Все начинается с семьи...». №3, с. 36;
- Махатова Ш.** Жоғары сыныптың ата-аналары мен оқушылары арасында өткізілген танымдық сабақтың жоспары. №12, 32-б.;
- Мерекенова Л.** Бала тәрбиесі стильдерінің психологиялық ерекшеліктері. №10, 19-б.;
- Мизамитова Б.** Педагогтердің позитивті ойлау дағдыларын дамыту. №3. 45-б.;
- Молдаханова С.** Үйлесімді отбасы – бақытты балалық шақ. №4, 34-б.;

Момынқұлова Д. Отбасындағы зорлық-зомбылықтың балаға әсері және оны шешу жолдары. №4, 19-б.;

Муленбаева Г. Білім беру ортасының қауіпсіздігін қамтамасыз етудің тиімді тәсілдері мен әдістері. №4, 12-б.; Жасанды интеллект және білім. №10, 8-б.;

Мусаева Л. Психологические задачи и упражнения для выявления интеллектуальных способностей учащихся. №1, с. 32;

Мухамбетжанова Г. Алтын асық қалмасын айдалада... №4, 32-б.;

Мұқатаева Х. Дамыту ойындары арқылы психикалық дамуы тежелген балалардың танымдық іс-әрекеттерін қалыптастыру. №8, 31-б.;

Мырзағалиева Н. Білім беру мазмұнын жаңарту жағдайында психологиялық қызметті ұйымдастыру жүйесі. №12, 15-б.;

Мырзахметова Д. Ұлттық ойындар арқылы психологиялық тренинг жүргізу. №8, 24-б.; Күйзеліс кезінде психологиялық тұрғыдан қолдау және сүйемелдеу. №9, 30-б.;

Ниязова Д. Есте сақтау қабілеттерін дамытуға арналған жаттығулар. №9, 39-б.;

Олжабаева Г. Мектеп, оқушы, ата-ана ынтымақтастығын нығайту. №5, 3-б.; Ата-аналарға арналған психологиялық тренинг. №6, 31-б.; Педагогикалық ұжымға арналған психологиялық тренинг. №7, 30-б.; Ұстаздарға арналған психологиялық тренинг. №8, 38-б.; Мектеп, оқушы, ата-ана ынтымақтастығын нығайтуға арналған психологиялық тренинг. №9, 41-б.;

Рахметжанова Ж. Мектепке жасына дейінгі балалардың сөйлеу тілін дамытудың заманауи әдістері. №3, 18-б.;

Рустамова Ф.Б. Инновационные технологии работы педагога-психолога в современной школе. №10, с. 32;

Салиханов Д. «Мың бала» республикалық мәдени-ағарту жобасы. №1, 17-б.;

Сапарова А. Гипербелсенді балаларды жаттығулар мен ойындар арқылы тыныштандыру. №10, 22-б.;

Сатқанғұлова А. Қиындықтың алдын алуға арналған психологиялық жұмыс түрлері. №10, 41-б.;

Саханова Б. Бала табиғаты және мамандыққа бейімдік. №10, 30-б.;

Сәрсенова Г. Жарқын елдің шамшырағы – жас маман. №1, 25-б.;

Сенгирова А. Оқушылар арасындағы буллинг мәселесін шешу жолдары. №10, 26-б.;

Сламкулов А. Сана мен дене үйлесіміндегі салауатты өмір салты. №2, 33-б.;

Соснина О. Психологическая поддержка педагогов. №9, с. 20;

Сүндетбаева Н. Жеткіншектердің қарым-қатынас дағдыларын дамыту сабағы. №6, 36-б.; Ата-аналармен өткізілетін психологиялық тренинг, №7, 41-б.;

Сырлыбаева А. «Құпия тапсырма» ойын-әдісі. №3, 27-б.;

Таңатарова Б. Психологиялық ойын-жаттығулар. №7, 39-б.;

Токсанова Г. Оқушы темпераментімен санасу. №6, 22-б.;

Тұрысбекова С. Сөйлеу тіліндегі ақаулықтарды жою жолдары. №8, 21-б.;

Убаева А. Отбасында ұл бала мен қыз бала тәрбиесінің ерекшеліктері. №3, 24-б.;

Хамзина Ж. Оқушылардың тұлғалық қасиеттерін қалыптастыру тренингі. №3, 31-б.;

Хафизова К. Оқушыларға арналған психологиялық тренинг. №7, 42-б.;

Шуиншалина Д. Ата-аналарға арналған психологиялық тренинг. №5, 44-б.;

Шукеева Г. Ата-аналарға және ұстаздарға арналған психологиялық тренинг. №4, 29-б.;

Ярчевская Л.Ф. Психологическое здоровье учителя. №11, с. 40.

Эссе

Рысбаева Г. Мамандығыммен мақтанамын! №1, 38-б.

Авторлар туралы мәлімет Сведения об авторах

АГАБДИЛОВА Гүлнар – Ақын Сара атындағы орта мектептің мұғалімі. Сарқан қаласы, Жетісу облысы.

АМАНГЕЛДІ Інжу Сапарғалиқызы – әл-Фараби атындағы ҚазҰУ «7М011 – Педагогика және психология» мамандығының 2-курс магистранты. Алматы қаласы.

ДУЙСЕНОВА Нургуль Кенжеғалиевна – Б. Жаникешев атындағы жалпы орта білім беретін мектебінің педагог-психологы. Бөкей ордасы ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

ЕРМЕККАЛИЕВА Жанар Ғабдықайырқызы – «Шөптікөл «мектеп-бөбекжай-балабақша» кешені» КММ педагог-психологы. Қаратөбе ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

МАХАНОВА Асель Савитовна – педагог-психолог частной интеллектуальной школы «Zerdesh» г. Алматы.

МОЛДАГАЛИЕВА Алмаш Сапарғалиевна – Мәшһүр Жүсіп атындағы №57 орта мектеп ШЖҚ МКК педагог-психологы. Астана қаласы.

РАЗАКОВА Айнура Тайбековна – педагог-психолог КГУ «Средней общеобразовательной школы №34» г. Семей, область Абай.

САНБАЕВА Балым – әл-Фараби атындағы ҚазҰУ Педагогика және психология мамандығының 3-курс докторанты. Алматы қаласы.

СЕЙДАХМЕТОВА Айнур – педагог-психолог КГУ «Общеобразовательная школа №189» г. Алматы.

СҮЛЕЙМЕНОВА Әсем – Қазақ гуманитарлық заң университеті Психология мамандығының 4-курс студенті. Астана қаласы.

ШЕГІР Саягүл Жұмаділқызы – Мәшһүр Жүсіп атындағы жалпы орта білім беру мектебінің педагог-психологы. Павлодар қаласы.