



№2 (164), 2022
(Ақпан-Февраль)

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

Приказ Министра образования и науки Республики
Казахстан от 12 января 2022 года №6 Об утверждении
Правил психолого-педагогического сопровождения в
организациях образования3

Ж. ТҮРІКПЕН-ҰЛЫ

Арамыздағы абыз ақсақалымыз еді11

**П. АБДУЛЛАЕВА, Г. ЖЕНАЕВА, Г. САХИ, Ж. ДАРЖИГИТОВА,
Г. ҚҰДАЙБЕРГЕНОВА, А. ҚАШҚЫНБАЕВА**

Отбасындағы психологиялық ахуалдың бала дамуына
ықпалы.....13

Ұ. ТӨЛЕШОВА, А. СЕМИЗБАЕВА, А. САРТБАЕВА

Арт-терапия техникасы арқылы оқушылардың креатив-
тілігін қалыптастыру19

А. ЖАҚСЫБЕКОВА

Аутодеструктивті мінез-құлық мәселесінің өзектілігі
жайында22

**Б. АУВАКИР, Ұ. ҚЫДЫРБАЕВА, Э. САЛИМБЕКОВА,
А. ӘБІЛЖАНОВА**

Ерте жастағы балалардың әлеуметтік дағдыларын
қалыптастыру жолдары23

А. ПЕТРЯКОВА, А. МУКАНОВА

Жасөспірімдік кезеңнің психологиялық ерекшеліктері27

Н. АЯПБЕРГЕНОВА

Жалпы сөйлеу тілінде тіл мүкестігі бар балалармен
жүргізілетін түзету жұмыс түрлері және маңызы29

Э. МАСАЛИМОВА

Профилактика стрессоустойчивости педагогов.....32

С. ОСПАНОВА

«Мен және менің сенімділігім» психологиялық тренинг37

А. КАЖКЕНОВА

Өзгелерге жарқыраймын деп, өзім жанып кетемін40

А. АНДИРОВА

Реніш деген не? Реніштен арылу жолдары42

Н. МЕЙРКУЛОВА

Ата-аналарға арналған психологиялық тренинг43

Ж. ХАМЗИНА

Позитивті өмірлік принциптерді қалыптастыру бойынша
түзету-дамыту жұмыстары.....46

ҚҰРЫЛТАЙШЫ:

«Педагог LTD» ЖШС

Бас редактор –

Ақнұр ОЛЖАЕВА

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

Басылым индексі: 75487

Басуға қол қойылды
15. 02. 2022 ж.
Офсеттік басылым.
Тапсырысы: 320.

Редакцияның мекен-жайы:

050036, Алматы қаласы,
Мамыр-2 ы/а, 13-7.
Тел/факс:
8 (727) 255-72-94.
Ұялы тел :
8 777 303 37 67.
Эл. пошта:
pedagog-ltd@mail.ru

Журнал <<Print
House GERONA>>
типографиясында
басылды.
Алматы қаласы, Сәтбаев
көшесі 30А/3, 124.

Көркемдеуші және
беттеуші:
Нұрзат Раймқұлова

Редакциялық алқа: Редакционная коллегия:

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.,
доцент (Алматы, КазНУ)

Э.М. Алиева – психолог,
руководитель отдела
психологического сопровождения
городского научно-методического
центра новых технологий
образования Управления
образования г. Алматы

Ә. Көкебаева – психол. ғ.д., проф.
(Көкшетау, «Көкшетау ун-т»)

Б. Елеусінов – проф.
(Қызылорда, «Өрлеу БАҰО» АҚ)

Б. Бейсекеева – педагог-психолог
(Павлодар обл.)



Жарияланған материалдар
редакцияның пікірін білдір-
мейді. Фактілермен 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 достовер-
ность фактов и сведений в публи-
кациях несут авторы. Рукописи и фото-
снимки не рецензируются и не возвраща-
ются.

Учредитель:
ООО «Педагог LTD»

Главный редактор –
Акнур ОЛЖАЕВА

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

Подписано в печать 15. 02. 2022 г.
Печать офсетная.
Заказ 320.

Адрес редакции: 050036, г. Алматы,
Мкр. Мамыр-2, 13-7.
Тел./факс: 8 (727) 255-72-94;
Моб. т.: 8 777 3033767
Эл. почта: pedagog-ltd@mail.ru

Дизайнер-верстальщик
Нурзат Раймкулова

Журнал напечатан в типографии
<<Print House GERONA>>
г. Алматы, ул. Сапиева, 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. Мақалаңызға
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.

Приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 12 января 2022 года №6

Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования

В соответствии с подпунктом 11-3) статьи 5 Закона Республики Казахстан «Об образовании» **ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить Правила психолого-педагогического сопровождения в организациях образования согласно приложению к настоящему приказу.

2. Комитету дошкольного и среднего образования Министерства образования и науки Республики Казахстан в установленном законодательством Республики Казахстан порядке обеспечить:

1) государственную регистрацию настоящего приказа в Министерстве юстиции Республики Казахстан;

2) размещение настоящего приказа на интернет-ресурсе Министерства образования и науки Республики Казахстан после его официального опубликования;

3) в течение десяти рабочих дней после государственной регистрации настоящего приказа представление в Юридический департамент Министерства образования и науки Республики Казахстан сведений об исполнении мероприятий, предусмотренных подпунктами 1) и 2) настоящего пункта.

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на курирующего вице-министра образования и науки Республики Казахстан.

4. Настоящий приказ вводится в действие после дня его первого официального опубликования.

**Министр образования и науки
Республики Казахстан**

А. Аймагамбетов

Приложение к приказу
Министра образования и
науки Республики Казахстан
от 12 января 2022 года № 6

Правила психолого-педагогического сопровождения в организациях образования

1. Общие положения

1. Настоящие Правила психолого-педагогического сопровождения (далее – Правила) разработаны в соответствии с подпунктом 11-3) статьи 5 Закона Республики Казахстан «Об образовании» и определяют порядок организации психолого-педагогического сопровождения в организациях образования.

2. В настоящих Правилах используются следующие понятия:

1) специальные условия для получения образования – условия, включающие учебные, а также специальные, индивидуально-развивающие и коррекционно-развивающие программы и методы обучения, технические, учебные и иные средства, среду жизнедеятельности, психолого-педагогическое сопровождение, медицинские, социальные и иные услуги, без которых невозможно освоение образовательных программ лицами (детьми) с особыми образовательными потребностями, а также детьми с ограниченными возможностями;

2) лица (дети) с особыми образовательными потребностями – лица (дети), которые испытывают постоянные или временные потребности в специальных условиях для получения образования соответствующего уровня и дополнительного образования;

3) оценка особых образовательных потребностей – определение необходимых специальных условий для получения образования;

4) психолого-педагогическое сопровождение – системно-организованная деятельность, реализуемая в организациях образования, в процессе которой создаются социально-психологические и педагогические условия для обучения и развития лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, в том числе детей с ограниченными возможностями, на основе оценки особых образовательных потребностей.

2. Порядок психолого-педагогического сопровождения в организациях образования

3. Психолого-педагогическое сопровождение включает в себя:

1) выявление и оценка особых образовательных потребностей лиц (детей) с особыми образовательными потребностями;

2) консультативно-методическая помощь педагогам и семье лиц (детей) с особыми образовательными потребностями;

3) создание социально-психологических и педагогических условий для успешного обучения, развития и социализации лиц (детей) с особыми образовательными потребностями;

4. Психолого-педагогическое сопровождение на уровнях дошкольного, начального, основного среднего, общего среднего образования осуществляют педагоги и специалисты организации образования.

5. Психолого-педагогическое сопровождение осуществляется на основании оценки образовательных потребностей лиц (детей):

1) с поведенческими и эмоциональными проблемами, неблагоприятными психологическими факторами (нарушений воспитания в семье, детско-родительских и внутрисемейных отношений);

2) с барьерами социально-психологического, экономического, языкового культурного характера (педагогическая запущенность детей из семей социального риска, дети, испытывающие трудности адаптации в обществе (семьи беженцев, мигрантов, кандасов).

3) с ограниченными возможностями развития (нарушениями слуха,

зрения, интеллекта, речи, опорно-двигательного аппарата, задержкой психического развития и эмоционально-волевыми расстройствами).

6. Психолого-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями осуществляется воспитателями/педагогами в процессе занятий/уроков, а также специальными педагогами, психологами, социальными педагогами, педагогами-ассистентами при организации индивидуальных, групповых и подгрупповых занятий на основе оценки особых образовательных потребностей и рекомендаций психолого-медико-педагогических консультаций (далее – ПМПК).

Психолого-педагогическое сопровождение категорий лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, указанных в подпунктах 1) и 2) пункта 5 настоящих Правил, осуществляется воспитателями/педагогами в процессе занятий/уроков, факультативов, предметных кружков и дополнительных занятий по предметам, а также педагогами-психологами, социальными педагогами на основе оценки особых образовательных потребностей, выполненной педагогами в сотрудничестве с педагогом-психологом и социальным педагогом.

7. Содержание психолого-педагогического сопровождения включает следующие социально-психологические и педагогические условия:

1) изменения учебного плана и учебных программ в виде адаптации общеобразовательных учебных программ или составления индивидуальных учебных планов и программ;

2) изменения способов оценивания результатов обучения (достижений ученика). При изменении способов оценивания подбираются контрольные задания и критерии оценивания с учетом индивидуальных возможностей учащегося и с учетом содержания реализуемой учебной программы;

3) использование вариативных, специальных и альтернативных методов обучения. Форма или способ применения методов обучения адаптируются под индивидуальные особенности ученика (уменьшение объема, количества заданий, сокращение или увеличение времени на выполнение заданий, упрощение учебных заданий, использование коротких и поэтапных инструкций, проговаривание заданий вслух, предоставление образцов выполнения заданий, таблицы, справочные материалы). Альтернативные методы и технологии обучения применяются в отношении учащихся со специфическими трудностями обучения, обусловленными нарушениями отдельных психических функций (восприятия, памяти, внимания, праксиса). Альтернативные методы и технологии обучения используются в индивидуально-развивающей работе педагогами-психологами и специальными педагогами (метод глобального чтения, обучение счету посредством методики «Нумикон», системы Монтессори).

4) подбор учебников, учебных пособий, подготовка индивидуальных учебных материалов. Специальные учебники, рабочие тетради и учебные материалы используются для детей с нарушениями зрения (книги с укрупненным шрифтом, учебные пособия для незрячих, напечатанные шрифтом Брайля; рельефные рисунки, схемы, специальные муляжи),

опорно-двигательного аппарата (прописи с крупным шрифтом), слуха (учебные пособия с использованием символов (жестовой речи), видеоматериалы с титрами, учебные компьютерные программы), нарушениями интеллекта. Учебники и учебно-методические комплексы, изданные для специальных школ соответствующего вида;

5) выбор формы обучения. Обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями в общеобразовательной группе/классе, в специальной группе/классе общеобразовательной организации или в специальной дошкольной организации, в специальной школе (с согласия родителей и по рекомендации ПМПК), на дому (по заключению врачебно-консультационной комиссии (ВКК));

6) создание безбарьерной среды и адаптация места обучения для обеспечения физического доступа в организацию образования для лиц (детей) с особыми образовательными потребностями: 1) с ограниченной мобильностью (подвоз к школе, пандусы, перила, подъемники, лифт, специально оборудованное учебное место (стол, стул), места общего пользования (туалет, столовая)), 2) с нарушением зрения (незрячих, слабовидящих) (тактильные дорожки, тактильные указатели, перила), 3) с нарушением слуха (визуальные таблицы, звукоусиливающая аппаратура). Адаптация учебного места предполагает приспособление среды обучения под индивидуальные особенности лиц (детей) с особыми образовательными потребностями (физические особенности (слух, зрение), поведенческие особенности);

7) использование технических вспомогательных (компенсаторных) средств и специальных средств передвижения для обучающихся с ограниченными возможностями (нарушениями опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, речи), полученные в соответствии с постановлением Правительства Республики Казахстан от 20 июля 2005 года № 754 «Об утверждении перечня технических вспомогательных (компенсаторных) средств и специальных средств передвижения, предоставляемых инвалидам». Организации образования для создания специальных условий приобретают и используют технические вспомогательные (компенсаторные) средства и специальные средства передвижения, развивающее оборудование в соответствии с приказом Министерства образования и науки Республики Казахстан от 22 января 2016 года № 70 «Об утверждении норм оснащения оборудованием и мебелью организаций дошкольного, среднего образования, а также специальных организаций образования» (зарегистрирован в Реестре государственной регистрации нормативных правовых актов под № 13272);

8) специальная психолого-педагогическая поддержка (психолога, специального педагога, педагога-ассистента) детей с ограниченными возможностями осуществляется на основе заключения и рекомендации ПМПК.

8. Психолого-педагогическое сопровождение реализуется в соответствии с Уставом организации образования, нормативными правовыми актами в области образования и науки, настоящим Правилами, догово-

ром между организацией образования и родителями лиц (детей) с особыми образовательными потребностями. Педагоги психолого-педагогического сопровождения входят в состав педагогического совета организации образования, участвуют в работе методических объединений.

9. Психолого-педагогическое сопровождение в организациях образования состоит из двух этапов:

Первый этап:

Руководитель общеобразовательной организации образования издает приказ и утверждает Положение об организации психолого-педагогического сопровождения, утверждает состав и должностные обязанности специалистов психолого-педагогического сопровождения, создает условия профессионального роста педагогов и специалистов на междисциплинарной основе.

Заместители руководителя организации образования организуют процесс оценки образовательных потребностей у обучающихся, регулируют взаимодействие воспитателей/педагогов, специалистов и родителей на этапе проведения оценки образовательных потребностей и в процессе психолого-педагогического сопровождения лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, контролируют сбор и формирование документации специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение.

Классные руководители организуют взаимодействие педагогов-предметников и родителей, изучают социальную ситуацию развития ребенка совместно с социальным педагогом организации образования, создают условия для благоприятного эмоционально-психологического климата в урочное и вне урочное время.

Педагоги организации образования проводят мониторинг учебных достижений, с целью установления трудностей у обучающихся в освоении учебных программ, соблюдают профессиональную этику и конфиденциальность в отношении индивидуальных особенностей лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, при необходимости обращаются за консультацией к психологам, социальным педагогам или специальным педагогам организации образования.

Второй этап:

На основе оценки особых образовательных потребностей или рекомендации ПМПК руководитель организации образования утверждает индивидуальные программы психолого-педагогического сопровождения лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, включающие индивидуальные учебные планы, индивидуальные/адаптированные учебные программы, индивидуально развивающие программы специалистов, список детей с особыми образовательными потребностями для психолого-педагогического сопровождения.

Заместители руководителя организации образования организуют и контролируют процесс психолого-педагогического сопровождения, участвуют в составлении индивидуальной программы психолого-педагогического сопровождения лиц (детей) с особыми образовательными

потребностями, обсуждении результатов сопровождения, динамики развития воспитанника, учебных достижений обучающегося, включают воспитанников/обучающихся с ограниченными возможностями во внеклассные и досуговые мероприятия, в целях повышения эффективности процесса индивидуального сопровождения лиц (детей) с особыми образовательными потребностями осуществляют ротацию педагогов-ассистентов в организации образования.

Педагоги организации образования выполняют адаптацию учебных программ, индивидуализируют процесс обучения и оценки достижений лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, восполняя пробелы в знаниях, умениях, навыках, подбирают учебники, учебные материалы, организуют учебно-воспитательный процесс с учетом индивидуальных особенностей развития лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, создают атмосферу эмоционального комфорта на занятиях/уроках и во внеклассной деятельности с целью сохранения физического, психического и нравственного здоровья лиц (детей) с особыми образовательными потребностями.

Педагог-ассистент помогает формированию у лиц (детей) с особыми образовательными потребностями способность выполнять правила поведения на занятиях/уроках и самостоятельную учебную деятельность через индивидуальное сопровождение. Предоставление услуг педагога-ассистента на постоянной основе обучающимся с нарушениями психофизического развития и поведения осуществляется на основании рекомендаций ПМПК.

Решением заседания психолого-педагогического сопровождения услуги педагога-ассистента, обучающимся с легкими поведенческими проблемами и трудностями адаптации в классе, предоставляются только на одну четверть. Дальнейшая потребность в помощи педагога-ассистента определяется ПМПК.

Потребность в помощи педагога-психолога или социального педагога определяется оценкой психолого-педагогического сопровождения организации образования.

Специальные педагоги, педагог-ассистент реализуют и участвуют в оценке образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями, в составлении индивидуальных программ психолого-педагогического сопровождения, в том числе индивидуальных учебных планов, индивидуальных/адаптированных учебных программ, индивидуально-развивающих программ, проводят индивидуальные, групповые, подгрупповые развивающие занятия.

10. Для проведения подгрупповых (2-4 ребенка), групповых (6-8 детей) занятий специальные педагоги объединяют лиц (детей) с особыми образовательными потребностями по принципу общности содержания индивидуально развивающих программ. Количество индивидуальных, подгрупповых, групповых занятий в неделю для лиц (детей) с особыми образовательными потребностями устанавливается с учетом его индивидуальных образовательных потребностей и возможностей.

11. Продолжительность индивидуального, подгруппового и группового занятия в дошкольной организации определяется в соответствии с приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 31 октября 2018 года № 604 (зарегистрирован в Реестре государственной регистрации нормативных правовых актов под № 17669) «Об утверждении государственных общеобязательных стандартов образования всех уровней образования» к продолжительности организованной учебной деятельности для каждой возрастной группы детей с особыми образовательными потребностями и в организации среднего образования – составляет 45 минут.

12. При наличии 4-6 детей с поведенческими нарушениями в специально оборудованном помещении (кабинете) проводятся занятия, направленные на преодоление трудного поведения с использованием современных методов, технологий и приемов (в том числе на основе принципов прикладного анализа поведения).

13. Для проведения индивидуальных, подгрупповых, групповых занятий кабинеты специалистов оснащаются оборудованием и учебно-дидактическими материалами.

14. Объем и содержание психолого-педагогического сопровождения, в котором нуждается ребенок, соответствует оценке особых образовательных потребностей, проводимом несколько раз в течение учебного года.

15. Для создания специальных условий для детей с ограниченными возможностями в организации образования создаются специальные группы/классы.

16. Психолого-педагогическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями, в том числе психолого-педагогическая оценка образовательных потребностей, осуществляется с 1 сентября текущего года по 25 мая следующего года.

17. Контроль процесса психолого-педагогического сопровождения осуществляет администрация организации образования на основе нормативных правовых актов, должностных обязанностей участников образовательного процесса.

18. Нормативная учебная нагрузка в неделю педагогов психолого-педагогического сопровождения дошкольной организации составляет 24 часа, организации среднего образования – 16 часов неделю в соответствии с Законом Республики Казахстан «О статусе педагога».

Тарифные ставки (должностные оклады) в месяц педагогов – ассистентов выплачиваются в соответствии с нормативной учебной нагрузкой в неделю и устанавливаются, исходя из затрат их рабочего времени на сопровождение ребенка в астрономических часах. Короткие перерывы (перемены), предусмотренные между уроками/занятиями являются рабочим временем педагога-ассистента.

Количество лиц (детей) с особыми образовательными потребностями на 1 ставку логопеда (учителя-логопеда), психолога (педагога-психолога), специального педагога (дефектолога) в общеобразовательной организации составляет не более 12-14 детей.

19. Для координации деятельности и методической помощи педагогам психолого-педагогического сопровождения на базе общеобразовательных организаций приказом органа управления образования создаются областные (городские, районные) Ресурсные центры развития инклюзивных практик и обмена опытом.

20. Участниками процесса психолого-педагогического сопровождения являются администрация, педагогические кадры (учителя, воспитатели, психолог (педагог-психолог), логопед (учитель-логопед), специальный педагог, социальный педагог, педагог-ассистент), работники организации образования, воспитанники/обучающиеся, в том числе лица (дети) с особыми образовательными потребностями и их родители (законные представители). Взаимоотношения участников образовательного процесса строятся на принципах гуманизации образования/воспитания и командного подхода.

21. Администрация организует психолого-педагогическое сопровождение лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, обеспечивает безопасную и психологическую комфортную среду на основе толерантной культуры поведения всех участников образовательного процесса, соблюдает конфиденциальность персональной информации о детях с особыми образовательными потребностями.

22. Педагоги-психологи, педагоги организации образования имеют соответствующую профессионально-педагогическую подготовку по работе с детьми с особыми образовательными потребностями, осуществляют психолого-педагогическое сопровождение и обучение/воспитание детей на профессиональном уровне в соответствии с настоящими Правилами, приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 13 июля 2009 года № 338 «Об утверждении Типовых квалификационных характеристик должностей педагогических работников и приравненных к ним лиц» (зарегистрирован в Реестре государственной регистрации нормативных правовых актов под № 5750), Уставом организации образования, договором с родителями (законными представителями).

23. Администрация и педагоги:

1) проводят опытно-экспериментальную работу, внедрение новых методик и технологий психолого-педагогического сопровождения в педагогическую практику;

2) осуществляют свободный выбор способов и форм организации психолого-педагогического сопровождения с учетом особых образовательных потребностей воспитанников/обучающихся;

3) участвуют в работе коллегиальных органов управления организации образования;

4) повышают квалификацию по вопросам психолого-педагогического сопровождения;

5) досрочно проходят аттестацию с целью повышения категории;

6) получают моральное и материальное поощрение за успехи в психолого-педагогической деятельности в виде государственных наград, почетных званий, премий и именных стипендий.

Арамыздағы абыз ақсақалымыз еді

Ж. ТҮРІКПЕН-ҰЛЫ

Суық хабар жетті. Орамыздағы абзал ақсақалымыз, ғылымның педагогика-психология саласының бәйтерегі іспеттес Құбекең (Құбығұл Бозайұлы) бұл дүниеден бақилыққа аттаныпты. Табиғат заңдылығы – бұл дүниеде ешкім мәңгілік тұрақтап қалмақ емес. Сонда да ...

Біз де жұрт қатарлы, «Құбеке, топырағың торқа, жатқан жерің жайлы болсын», - деп көңіл білдірмекпіз.

Құбекеңмен таныстығымыз, аралас-құралас, сыйлас боп, ғылымның бір саласында hareket етіп келе жатқанымызға 60 жылдың жүзі болыпты. 1962-1965 жылдары мен КазГУ-дің педагогика һәм психология кафедрасының аспиранты едім, әрі жарты (0,5) ставкада студенттерге сабақ беремін. Ғылыми жетекшім – атақты, оқымысты, мемлекет қайраткері Төлеген Тәжібаев болатұғын. Ол кезде Құбығұл Бозайұлы Шымкент педагогикалық институтында оқытушы, өзі Тәжібаевтың төл шәкірті. Төкеңнің өзі ашқан, дәріс берген КазГУ-дің «Психология және логика» бөлімін бітіріп, ұстаздық жолға жолдама алған. Содан бері Төкеңнен қол үзбеген, ұстазының қолдауымен психологиядан диссертация жазып жүрген кезі. Міне осылай, Төкеңнің арқасында Құбекең екеуіміз әріптес, сыйлас болдық. 1964 жылдың жазында Төлеген аға айықпас ауыр науқастан қайтыс болды. Мен бастаған ісімді аяқтай алмай, орта жолда қалдым. Содан Жоғары Білім министрілігінің аппаратына қызметке ауыстым.

Құбекең диссертациясын даярлауға байланысты, әрі кітаптарын шығару үшін Алматыға жиі келеді. Ол уақытта кітап шығару деген бір машақат, оны жазғаннан шығаруы қиын, ол үшін айлар емес жылдар кетеді. Келген сайын маған жолығады, ақылдасамыз мен министрлік басшыларына қолқа салып, Құбекеңнің дайын кітаптарын шығаруға өтініш айтамын. Құбығұл Бозайұлының педучилище студенттеріне арналған оқулығын баспадан шығаруға сол кездегі министр Қали Билялов тікелей жәрдем жасады.

Бірде «Құбеке, Алматыға жиі келесіз, бұл оңай шаруа емес, одан да осы қалаға ауыспайсыз ба?» - деп қалдым. Ол кісі: «Жолмұхан-ау, ол арман ғой, кім мені мұнда жұмысқа ала қояды» - деп күрсінді. «Егер шын ойыңыз болса, КазГУ-дің ректоры Жолдасбековпен сөйлесіп көрейін. Ол кісі кеңпейіл, оқу-білім, ғылымның жанашыры, мүмкін түсінер, қызметке шақырар», - дедім. Сонымен, Ө.А. Жолдасбековтың қабылдауында болып, мән-жайды түсіндірдім, Министрдің Құбекеңді танитынын, кітабын шығаруға қол ұшын бергенін де айттым. «Қазіргі кезде психологиядан

іргелі еңбек жазып жүрген тек осы кісі. Болашақта докторлық диссертация қорғайды, мұндай маман сіздерге керек» - дегендей сөздер болды. Өмірбек Арсланович түсінді, шешімді бірден қабылдады. Құбекең КазГУ-дің педагогика және психология кафедрасына доцент болып қабылданды. Ендігі бір қиын мәселе пәтер проблемасы еді. Өмекең көп кешіктірмей ол мәселені де оңтайынан шешті. Бұдан кейін Құбекең бар пәрменімен творчестволық жұмысқа құлшына кірісті. Көп шаруалар тындырды. Өзі де өте еңбекқор, жанкешті жан еді.

Ендігі бір мәселе, Республикада кенжелеп қалған психолог кадрлар даярлау күн тәртібінде тұрды. Бұған да Құбекең белсенді араласты, бар күш-жігерін аямады. Осы кезде бағымызға қарай, Университетке ректор болып Нәрібаев Көпжасар Нәрібай-ұлы келген еді. Ол азамат психология ғылымының жанашыры еді, психология мәселесін терең түсінетін. Оған бір себеп, ол кісі АҚШ-та ғылыми тәлімгерлікте жүргенде ол елде осы ғылым саласына көп көңіл бөлінетінін, психологияның ол елде кең тарағанын, практикалық қолданыста жоғары дәрежеде екенін көзбен көрген адам. Осы жағдайды әбден таразылап, үлкен дайындықпен ректордың алдына бірнеше мәселе қойдық. Ондағы негізгі мәселелер: Университетте психолог мамандар даярлайтын қазақша бөлім ашу; этнопсихология кафедрасын құру; докторлық диссертация қорғайтын кеңес ашу (жалпы психология, педагогикалық психология, этнопсихология мамандықтары бойынша); Төлеген Тәжібаев атындағы психологиялық орталық ашу; үздік студенттерге Т. Тәжібаев атындағы айрықша (көтерме) стипендия тағайындау.

Тоқсаныншы жылғы небір қиын-қыстау кезеңде (штат қысқарып, студенттердің саны азайып жатқан кез, қаржы қысқарған, айнала дағдарыс), жарықтық, елдің ер азаматы Көпжасар Нәрібаев осы мәселенің бәрін түгел есесімен бірден шешті. Жаңадан ашылған «Этнопсихология» кафедрасының меңгерушілігіне КарГУ-ден белгілі психолог, ғалым Сатыбалды Жақыпов шақырылды. Ол кісі жаңадан құрылған Докторлық диссертация қорғау кеңесінің төрағасы болып бекітілді. Жаңа ашылған кафедраға жаңа толқын жас талаптар тартылды. Бұл кез психологияның дәуірлеген заманы болды. Психология саласының жоғарғы дәрежелі мамандары – ғылым кандидаттары мен докторлар лекігімен шыға бастады. Дені жастар, өзіміздің университеттің түлектері. Кафедра жанынан магистратура, докторантуралар ашылып, жастарға ғылымға деген кең жол ашылды. Осы істердің бәрінде күйіп-пісіп, үлкен жанашырлықпен Құбекең жүрді. Шаршамайды, талмайды. Ол кісінің атқарған үлкен ісінің бірі, Ұстазы Төлеген Тәжібаевтың ғылыми мұраларын жинап, зерттеп, зерделеу болды. Т. Тәжібаевтың атындағы ғылыми орталықты басқара отырып, бұл салада жемісті еңбек етті. Жыл сайын Төкеңнің туған күніне (23 ақпан) арнап ғылыми конференциялар өткізі-

ліп, онда жасалған баяндамалар топтастырылып психология-педагогика саласынан үлкен ғылыми жинақ шығып тұрды. Бұл іс, әсіресе, жас талапкерлердің еңбектерінің жарық көруіне зор себепші болды.

Айта берсек сөз көп, жатса да, тұрса да Құбығұл ағамыздың әманда айтуы, Қазақстандағы психология ілімінің күйі еді. Осы ғылымның елімізде етегін кең жаюы туралы жастардың құлағына құядан бір танбайтын.

Сөз соңында айтарымыз, Ұлы Мақтымқұлының: «Бәріміз де өлеміз, жер қойнауы жатағың, Ізің қалар артыңда жақсы болса атағың», - деген аталы сөзі еске түседі. Құбығұл аға, артыңда Ізің қалды – ұрпақ бар, шәкірт бар, істеген игілікті істерің бар. Олар сізді ұмытпақ емес. Қош, қадірлі Аға, Әріптес, Замандас, Жаның-рухың пейіштің төрінде шалқысын!

Уа, плаху ағлам биссауаб – Бәрі де бір Алланың қолында!

Иннә лилләх уә иннә иләйхи ражиун – Бәріміз Аллахтан келдік, қайтадан соған ораламыз. Әмин!

Отбасындағы психологиялық ахуалдың бала дамуына ықпалы

**П. АБДУЛЛАЕВА,
Г. ЖЕНАЕВА,
Г. САХИ,
Ж. ДАРЖИГИТОВА,
Г. ҚҰДАЙБЕРГЕНОВА,
А. ҚАШҚЫНБАЕВА**

Қазақстан Республикасының Ата Заңының 27-бабының, 2-тармағында «Балаларына қамқорлық жасау және оларды тәрбиелеу – ата-ананың табиғи құқығы әрі парызы»- делінсе, Елбасы Н.Ә. Назарбаевтың «Қазақстан-2030» атты халыққа Жолдауында «Әкелер мен аналардың, аталар мен әжелердің өз балалары мен немерелері алдындағы жауапкершілігін күнделікті есте ұстауға тиіспіз. Біз өз балаларымызбен немерелерімізді сонау алыс болашақта, олар біздің жасымызға жеткен кезде қандай күйде көргіміз келеді...» делініп, ұрпақ тағдырына үлкен көңіл бөлінеді.

Қазақ халқының ұлы ағартушысы Ш. Уәлиханов «От – ең жоғары қасиетті нәрсе. Төтенше жағдайларда қазақтар мойнына белбеу салып, отқа сақина тастайды, майды отқа тастайды», - деп Отаның, үйін айтуы оттың қасиеттілігін көрсетеді. От – тіршіліктің көзі, адам қанының жы-

луы, үй ішінің құты. Соған орай қазақ өз өмірінің құт-берекесіне айналған тұтқасын – үй ішін тұтастай **Отбасы** деп атайды. Ғылыми еңбектерді сараптай келе, отбасының мынадай типтері мен түрлері анықталды:

1. Құрамы бойынша: нуклеарлық (қарапайым, орта, толық нуклеарлық отбасы); күрделі отбасы; үлкен отбасы;

2. Балалар саны бойынша: баласыз отбасы; бір балалы отбасы; аз балалы отбасы; көп балалы отбасы;

3. Отбасының стажы бойынша мынадай отбасының типтері бар: жас жұбайлар; жас отбасы; баладан үміткер отбасы; балалары бар жас отбасы; орта жастағы жұбайлар отбасы; егде жұбайлар жұбы;

4. Географиялық белгісі бойынша: қалалық; ауылдық;

5. Отбасындағы басшылық типі бойынша: өктем отбасы; эгалитарлық отбасы;

6. Отбасындағы қарым-қатынас сапасы және жағдайы бойынша: сәтті отбасы; әлеуметтік сәтсіз отбасы; ұстаздығы әлсіз отбасы;

7. Отбасындағы тұрмыс және тәртіп бойынша: шаруашылық-тұрмыс ұясы үлгілі отбасы; бала орталық отбасы; жұбайлық отбасы; патриархалдық отбасы, пікірталас клубы немесе спорттық типтегі отбасы; отбасы – «жұбаныш»;

8. Әлеуметтік құрамның біркелкілігі бойынша: әлеуметтік гомогендік отбасы, әлеуметтік-гетерогендік отбасы;

9. Отбасы өмірінің ерекше жағдайы бойынша: дистанттық отбасы; студенттік отбасы.

Батыстық психолог Э. Фромм: «Отбасындағы баланың психологиялық тепе-теңдігі оның ата-анасымен болған жақын да эмоциялық қатынасына байланысты», - деп көрсетсе, бала бойындағы невроздың болу себептерін зерттеген ресейлік ғалым А.И. Захаров отбасындағы қаталдыққа, зорлық-зомбылыққа, жағымсыз эмоциялық қатынасқа балаға немқұрайлы қарайтын ата-аналардың балалары ұшырайтынын анықтаған.

Шужебаева А.И. «Отбасы тәрбиесі жағдайында балалардың қарым-қатынасындағы қиындықтарын психологиялық-педагогикалық зерттеу» атты жұмысында балаларды тәрбиелеу жүйесіндегі ең түйінді мәселелердің бірі қарым-қатынас проблемасын қояды.

Орыс педагогы В. Соловейчик өзінің зерттеулерінде қазіргі ата-ананың бала тәрбиесіне тәулігіне 17-20 минут қана уақыт бөлетінін анықтаған. Мұншама аз уақыт ата-анамен баланың арасында түсіністік, сыйластық сезімдерін қалыптастыру үшін өте аз. Сондықтан да болар қазіргі көптеген балалар мен ата-аналар арасында өзара түсіністіктің болмауы.

Отбасылық қатынастар мәселесін зерттеген ғалымдардың анықтамалары (1-кестеде) топтастырылды.

№	Аты-жөні	Анықтамалары
	А.Г. Харчев	Отбасы – бұл жұбайлар арасындағы ата-аналар мен балалар арасындағы қарым-қатынастардың жүйесі, оның мүшелері бір-бірімен некелік және туыстық қатынаспен байланысады, ортақ тұрмыс пен өзара адамгершіліктің жауапкершілікпен, қоғамның қажеттіліктеріне шартталынған әлеуметтік тәуелділікпен сипатталады.
	Л.Б. Шнейдер	Отбасы – бұл эмоционалды-жақын және маңызды, мәнді адамдардың жүйелік-функционалды құрылымы.
	Э.Г. Эйдемиллер	Отбасының өмірлік іс-әрекеті оның мүшелерінің белгілі бір қажеттіліктерін қанағаттандыру.
	Г.М. Свердлов В.Л. Ресенцев	Отбасының маңызды қызметтеріне ұрпақ жалғастыру, тәрбиелеу, шаруашылық және өзара көмек көрсету түрлерін жатқызған.
	А.Н. Антонов	Отбасы ата-ана бала қатынасын орнатады, ал неке болса ер азамат пен әйел адамның арасындағы қарым-қатынасты мойындау болып табылады. Ол отбасылық кеңістік аймағы үй, пәтер отбасының меншігі мен экономикалық негізі ата-аналар мен балалардың жалпы отбасылық іс-әрекетін болжайды.
	З.И. Файнбург	Отбасындағы эмоциялық жағдайлар, олардың отбасы ішілік қатынастың тұрақтылығына ықпалы, отбасының тұрақтылық жағдайына байланысты.
	Н.Я. Соловьев	Отбасы – бұл қоғамның жәшігі (кіші әлеуметтік топ), тұлғалық тұрмыс ұжымының маңызды формасы, бірге тұратын және ортақ тіршілік жасайтын, ерлі-зайыптылар одағына және туыстық байланыстарға – әйелі мен ерінің, ата-аналар мен балаларының, ағалары мен апаларының және тағы басқа туыстарымен қарым-қатынасына негізделген.

	А.О. Карабанова	Отбасын әлеуметтік ортадағы адамзат тәжірибесінің негізгі бірлігі ретінде сипаттады.
	С.М. Жақыпов	отбасы жағдайында бірлескен іс-әрекетті орындау барысында жеткіншектердің құндылықты-мағыналық құрылымдардың қалыптасу жағдайларын нақтылауға мүмкіндік берілді.
	К. Оразбекова	Отбасы – туысқандық байланыста болатын (күйеуі, әйелі, балалары, атасы, әжесі, т.б.) бірлесіп, әлеуметтік-тұрмыстық өмір сүретін адамдар.
	Ә. Табылдиев	Отбасы – үйелмендердің жанұялық бірлігі.
	Қ.Б. Жарықбаев	Отбасы – семья, жанұя, үйелмен сөздерінің синонимі.
	З. Жаназарова	Отбасы – неке немесе қандас туыстыққа негізделген шағын топ, мүшелері қоғамдық тұрмыста, өзара моральдық жауапкершілікте, өзара көмекте бір-бірімен байланысы: күйеуі мен әйелінің арасындағы, ата-анасы мен балалардың арасындағы қарым-қатынасы.
	Ж. Мұқытова	Отбасы тәрбиесі – күрделі жүйе, оған тұқым қуалаушылық, ата-ананың, баланың денсаулығы, материалдық-экономикалық, әлеуметтік жағдайы, тұрмыс деңгейі, отбасының құрамы, тұрып жатқан жері (қала, ауыл), отбасындағы балаға деген ықылас ықпал жасайды.

Америкалық зерттеушісі К. Киркпатрик үш негізгі отбасылық рөлдерді бөліп көрсетті:

- *дәстүрлі рөл* осы жерде әйел үй шаруасымен, бала тәрбиелеумен, айналысады; күйеуіне бағынады және оған материалды тәуелді; оның іс-әрекет сферасы шектеледі. Ал ер кісі отбасын қорғап, экономикалық қамтамасыз етеді; отбасында билігін жүргізіп және қадағалап

отырады; негізгі шешімдерді қабылдайды; ажырасқан жағдайда отбасын алиментпен қамтамасыз етуі қажет;

- *серіктестік рөл* әйелден сыртқы сүйкімділікті сақтауды; моралдық қолдауды мен сексуалды қажеттіліктерді қамтамасыз етуді; күйеуімен қызықты рухани қарым-қатынас жасауды талап етеді. Ал ер кісіден әйеліне рыцарлық қатынас жасауды; романтикалық махаббатпен нәзіктікті; әйелін материалдық қамтамасыз етуді; бірлесіп демалысты өткізуді талап етеді;

- *партнерлық рөлі* ерлі-зайыптылардан отбасын бірігіп экономикалық қамтамасыз етуді; баланы тәрбиелеуде екеуі де жауапкер болуын; бірге тұрмыстық сұрақтарды шешуді талап етеді.

Отбасылық конфликт себептерін бес топқа бөліп көрсетуге болады. Олар:

Ақпараттық. Әрбір конфликттің негізінде ақпарат жатыр. Ол қақтығысқа түскендердің бір жағына тиімді, екінші біреуіне тиімсіз болуы мүмкін, шынайы немесе жалған, дәл емес факттер болуы мүмкін, қарым-қатынас кезінде жалған хабар келуі мүмкін.

Құрылымдық фактор. Конфликт әдетте әлеуметтік топтардың формальді немесе формальді емес ұйымдасуының нәтижесінде туындайды. Бұған мына мәселелер кіреді: жекелік, әлеуметтік статус, әр түрлі әлеуметтік нормалар мен стандартты құрылымдар кіреді.

Бағалаушылық фактор. Бұл біз қолдап отыратын немесе терістейтін ұстанымдар. Олар қоғамдық, топтық не жекелік нанымдар жүйесі, идеологиялық, мәдениеттік, діндік, этикалық, саяси мамандық бағалаулар мен қажеттіліктер.

Қарым-қатынас факторы. Бұл қатынас кезінде немесе ол болмаған жағдайда қанағаттану сезімімен байланысты. Бұл жағдайда қатынастың негізінен, оның мәнін, өзіне және өзгеге байланысты өзара тосулар, қатынастың мәнділігіне, қылығына өзіндік және кәсіби мақсатқа және өзіндік мақсатқа байланысты болуы.

Мінез-құлықтық фактор. Егер де қызығуларға қысым көрсетілсе, өзін-өзі баға берудің бұзылуы, қауіпсіздікке қысым көрсетілсе, неше түрлі шарттар әділетсіздіктер пайда болса, мінез-құлықта эгоизм, жауапкершіліктің жоқтығы, онда бұл фактор конфликтіге әкеледі.

М. Боуэн отбасындағы қарым-қатынасты қарастырғанда үшбұрыш түсінігін қолданады. Үшбұрыш бұл – үш жақты қарым-қатынасқа негізделген. Бұл үшбұрыштың әр бұрышында индивидуум немесе адамдар тобы тұрады. Негізгі отбасылық үшбұрыш әке, ана және баладан тұрады. Жалпы құрылым деп отырғанымыз - бұл отбасының құрылымы деп түсінуге болады. Қоғамдағы кең таралған отбасы дегеніміз бұл үлкендерден құралған отбасы.

И.В. Гребенниковтың айтуы бойынша отбасының қызметтері, *репродуктивті, экономикалық, тәрбиелеу* (немесе әлеуметтендіруші), коммуникативті, демалысты ұйымдастыру, өскелең ұрпаққа құнды-

лықтар мен салт-дәстүрлерді жеткізу және тағы басқалары болып табылады. Аталған қызметтер арасында өзара тығыз байланыс бар. Отбасы атқаратын қызметтерге психологиялық шолу жасасақ, отбасының ең негізгі қызметі бұл – репродуктивті қызмет болып келеді. Л.Я. Гозман «Отбасының негізгі әрі маңызды қызметі бұл психологиялық жайлылық пен эмоционалды қолдауды қамтамасыз ету» деген болатын. Отбасындағы тәрбиенің тиімді болуы ондағы қарым-қатынас түрлерінің орнығуына байланысты. Отбасында кездесетін қарым-қатынастар:

- ынтымақтастық қарым-қатынас, яғни отбасы мүшелерінің өзара қарым-қатынасы түсіністік пен көмекке бағытталған;
- ортақ мүддеге негізделген біріңғай қарым-қатынас;
- өзара жетістікке жетуді көздеген қарым-қатынас;
- бәсекелестік, яғни барлық жағдайда өзінің бәсекеде ұтуын көздеген қарым-қатынас;
- түрлі себептермен туындаған отбасындағы қайшылықты қарым-қатынастардан тұрады.

Бала табиғатын тану, оны түсіну, жөнімен еркелету, шынайы қарым-қатынас құру, оның бойындағы бар ерекшелікті көре біліп, қабілетін дамыту, бағдарлау, ынталандыру – ұрпағының ертеңі үшін алаңдайтын парасатты ата-ананың игілікті әрекеті. 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 жолдары қарастырылады.

Қазіргі педагогикалық ғылымның баланың тұлғалық дамуы үшін отбасы тәрбиенің даусыз басым болып келетіндігін дәлелдейтін көптеген айғақтары бар. Адамның отбасы – әлеуметтік-тарихи тәжірибесінің қайнар көзі, адамдар арасындағы эмоциялық, іскерлік қарым-қатынас тәжірибесін балаға жеткізу амалы болып табылады.

Пайдаланған әдебиеттер:

1. Жубаназарова Н.С. Жас ерекшелік психологиясы. – Алматы: МОН, 2015.-210 б.
2. Каирова Б.К. Отбасылық өмір психологиясы: оқу құралы / Б.К. Каирова, Д.С. Тойымбетова. – Қостанай: ҚМПИ, 2016. – 144 б.
3. Марк Уорден. Основы семейной психотерапии. 4-е международное издание, – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2005.- 256 с.
4. Мастюкова Е.М. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии. – М., 2000.

Арт-терапия техникасы арқылы оқушылардың креативтілігін қалыптастыру

Ұ. ТӨЛЕШОВА,
А. СЕМИЗБАЕВА,
А. САРТБАЕВА

«Арт-терапия» – термині (*art* – өнер, *arttherapy* – өнер арқылы терапия жүргізу) көбіне ағылшын тілді халықтар қоныстанған елдерде кеңінен тараған. Арт-терапия ауру адамның психоэмоциональды халіне шығармашылық арқылы ем жүргізу және әсер ету. Арт-терапия өнерге негізделген, өзіндік шығармашылық өнерін көрсететін психотерапияның мамандандырылған бөлімі. Арт-терапияны 1938 жылы Адриан Хиллдің санаторияда туберкулез ауруына шалдыққандардың көңіл-күйлерін сипаттау жұмысында қолданды.

Арт-терапия – бұл өнерге, ең алдымен бейнелеу және шығармашылық іс-әрекетке негізделген психотерапияның мамандандырылған түрі. Шығармашылық үрдіс басты терапиялық механизм болып табылады, ол айрықша символикалық түрде шиеленіскен жарақаттаушы жағдаяттардан шығуға, оның шешімін табуға мүмкіндік береді. Сурет, ертегі, ойындар арқылы арт-терапия ішкі шиеленістерден және күшті эмоциялардан шығуға, өз сезімдері мен толғаныстарын ұғынуға көмектеседі, өзіндік бағалаудың артуына, босаңсуға, еркінсуге және күштенулерді, қысымды түсіруге мүмкіндік жасайды, шығармашылық қабілеттердің дамуына да игі ықпалын тигізеді. «Терапия» – латын тілінен аударғанда «емдеу» деген ұғымды білдіреді. Тарихқа сүйенсек арт-терапевт мамандар психиатрлар мен психотерапевтердің көмекшісі болған, оларға пациенттің диагнозын анықтауға немесе ем жүргізуге, олардың суреттеріне қарап, әдіс таңдауға көмектескен.

Арт-терапия – адамның шығармашылық жетістігін негізге ала отырып оның психологиялық ерекшеліктеріне әсер ететін терапиялық құрал.

М. Либманның айтуынша, арт-терапия – тұлғаның сезімдерін, психикасын, дүниетаным құрылысын өзгерту мақсатында шығармашылық құралдарды қолдану. Шығармашылық құралдарға музыка, кескіндеме, шығармашылық туындылар, театр және т.с. жатады. Шығыс даналығы бойынша «сурет мың сөзбен жеткізе алмайтынды жеткізеді».

Э.Сурно «өнер оңалтудың маңызды құралы, ол баланы адамгершілік қасиеттерге тәрбиеленуімен қатар, оның ойлау, елестету, көңіл-күй және сезімдерін де қалыптастыруға әсер етеді» дейді.

Арт-терапия функцияларын Е. Сакович, И. Медведев, Е.Левченко, Л. Комиссарова, Т. Добровольской төмендегідей функцияларды ұсынды:

- *Катарсис*: тазарту, теріс жағдайлардан босату;

- *Реттеуіш*: жүйке-психикалық кернеуді алып тастау, реттеу психосоматикалық үдерістерді моделдеу жай-күйі;
- *Коммуникативтік-рефлексивті*: түзету жұмыстарын қамтамасыз ететін жеке тұлғааралық мінез-құлықты, өзін-өзі бағалауды қалыптастыру.

Белгілі ғалым Т. Колошин арт-терапияның келесі функцияларын ұсынды: - *диагностикалық*: сурет-ерекше құжат және өте көп автор туралы ақпарат алуға болады. Сурет арқылы адамның көңіл-күйі жағдайын, ойы мен мақсатын да анықтауға болады.

- *терапиялық*: өнер арқылы емдеу;
- *гуманистік*: рухани-адамгершілік қабілетін дамыту (махаббат, сүйіспеншілік, қуаныш, үйлесімділік және т.б.).

Арт-терапия – әр түрлі психикалық, физикалық аурулармен ауыратын адамдарға, тәуекелдік топтар өкілдеріне көмек көрсету, сондай-ақ ауырмайтын адамдарға тұлғалық өсу, потенциалын арттыру мақсатында бейнелеу құралдарын қолданады. Арт-терапия әдістері мазасыздықпен, агрессивтілікпен, қорқыныштармен және т.б. жағымсыз күйлермен күресуге көмектеседі. Арт-терапияда шығармашылық үрдіс басты терапиялық механизм болып табылады, ол айрықша символикалық түрде шиеленіскен жарақаттаушы жағдаяттардан шығуға, оның шешімін табуға мүмкіндік береді. Сурет, ертегі, ойындар арқылы арт-терапия ішкі шиеленістерден және күшті эмоциялардан шығуға, өз сезімдері мен толғаныстарын ұғынуға көмектеседі, өзіндік бағалаудың артуына, босаңсуға, еркінсуге және күштенулерді, қысымды түсіруге мүмкіндік жасайды, шығармашылық қабілеттердің дамуына да игі ықпалын тигізеді.

Сурет салу – бала қиялын, ойлау орамдығын дамыту үшін табиғи мүмкіндік болып табылады. Шындығында сурет салуды ұнататын балалар ерекше фантазиясымен, сезімдерін тікелей жеткізе алуымен және ой-пікірлерінің орамдығымен ерекшеленеді. Олар өздерін суреттегі адамның немесе кейіпкердің орнына қоя біледі және оған деген өз қатынасын білдіре алады. Бала сурет сала отырып, өз сезімдері мен толғаныстарын, әсерлерін, қалаулары мен арманын көрсете алады, өзін қорқытатын жағымсыз, зақым келтіруші бейнелермен ешбір ауыртпалықсыз байланыса алады.

Креативтілік – ағылшынның «creativity» сөзінен аударғанда шығармашылық деген мағынаны береді. Шет елдік зерттеушілер шығармашылық дарындылықты түсіндіру үшін, креативтілік түсінігіне жүгінеді. Қазақ тілі терминдерінің салалық ғылыми түсіндірме сөздігінде креативтілік (лат. *creatio* – жасау) – адамның шығармашылық дарын деңгейі, шығармашылық қабілеті деп көрсетіледі.

Креативтілік – шығармашылыққа жалпы қабілет, тұлғаны тұтастай сипаттайды, белсенділіктің әр түрлі аясында пайда болады. Аталған анықтамадан шыға отырып, мұны В.Н. Дружинин, креативтілік бұл қабілет, ал қабілет – өмірлік әрекет барысында дамитын қасиет және креативтілік – көлемі тұрақты емес, «белсенді креативтілік» қалпында пайда болатын дамушы деп анықтайды.

Т.А. Барышева мен Ю.А. Жигалов шығармашылық қалыптаса бастау (креативтілік) үдерісіне бес кезең жатады деп жорамалдайды.

«Ояну» – бірінші кезең. Бұл сенсорлық, эмоционалдық, интеллектуалдық (зияткерлік) тәжірибенің шығармашылық негіздер ретінде жинақталуы. Бұл кезеңнің маңызды сәттері ақпараттық бай кеңістік пен итермеші күш, шығармашылық қызметті уәждеуші дереккөздер болып табылады.

Еліктеу, ұқсату – екінші кезең – креативті тәртіп, технологиялар, құралдар, шығармашылық қызмет тәсілдері үлгілерін меңгеру. Бұл кезеңнің маңыздысы – технологиялық тәжірибені меңгеру.

Импликация (байланыстар) – үшінші кезең. Бұл – игерілген тәсілдерді жаңа тұлғалық маңызы бар жағдайларда өзгерту, іске асыру, эксперименттеу, жаңа байланыстар мен қатынастар іздеу, Мен-тұжырымдамасының өз мүмкіндіктері тұрғысында қалыптасу көзі, туындыгер ұстанымының дамуына деген итермелеуші күш.

Өзгеру (трансформация) – төртінші кезең – тәжірибенің жеке ерекшеліктерге, мүмкіндіктерге, қажеттіліктерге сәйкес өзгеруі.

Үйлестіру (гармонизация) – бесінші кезең. Бұл – креативтіліктің психологиялық құрылымын үйлестіру, шығармашылық қызметті даралау, шығармашылық даралықтың қалыптасуы.

Е.В. Батоврина Дж. Гилфорд, Е. Торренс, Э. де Боно, Я.А. Пономарев, В.Н. Дружинин, Ф. Бэррон, Х. Андерсон, Р. Мэй, Р. Ранко және басқалардың жұмыстарына талдау жасау негізінде **креативтіліктің 28 тұлғалық факторын анықтады** – креативтіліктің дамуына әсер етуші қабілеттіліктер мен тұлғалық ерекшеліктер: ойлау дивергенттілігі, ойлау сонылығы, мағыналы икемділік, мәселені табуға және қоюға қабілеттілік, көп мөлшердегі идеяларды генерациялауға қабілеттілік, талдауға қабілеттілік, стереотиптерді жеңе білуге қабілеттілік, көптеген ассоциацияларды таба білуге қабілеттілік, білуге құмарлық, мүлтіксіздікке талпыну, тәуекелге бара білу қабілеттілігі, мотивация, образды ес, эмоционалдылық, мақсатқа талпынушылық, үйлесімсіздікті әсерлі қабылдауға қабілеттілік, өзіне сенімділік, дарашылдық, зейіннің «алғырлығы», қиял, ішкі түйсік, қиялдауға қабілеттілік, жаңа енгізілімді оңды қабылдауға және қолдануға икемділік, пайымдаудың дербестігі мен тәуелсіздігі, темпераменттілік, зеректік, көрініс пен оқиғаны түрлі қырынан қарай білуге қабілеттілігін дамыту қажет деп есептейміз.

Қолданылған әдебиеттер тізімі:

1. Бактыбаев Ж.Ш, ТөлешоваҰ.Б., Әбдіқадырқызы Ж. Білім берудегі арт-технологиялар: оқу құралы. – Алматы: Қазақ университеті, 2020. – 117 б.

2. Қасен Г.А. Арт-терапиялық практикум: оқу-әдістемелік құралы/ Г.А. Қасен, Ұ.Б. Төлешова, А. Б. Мукашева. – Алматы: Қазақ университеті, 2018.- 88б.

3. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности.: СПб.: Питер, 2009. – 434 с.

Аутодеструктивті мінез-құлық мәселесінің өзектілігі жайында

А. ЖАҚСЫБЕКОВА

Қазіргі қоғамда шешімін таба алмай жүрген мәселелердің бірі – жас-өспірімдер арасындағы аутодеструктивті әрекет. «Аутодеструктивті» латыннан аударғанда – қалыпты жағдайдағы құрылымның бұзылуы деп атайды. Аутодеструктивті мінез-құлық – адамның қалыпты дамуына, психологиялық денсаулығына қауіп төндіретін мінез-құлық деп атайды. Аутодеструктивті мінез-құлық қазіргі таңда күрделі жасөспірімдер арасында тым көп кездеседі.

Аутодеструктивті мінез-құлыққа әсіресе жасөспірімдер көбірек бейім, себебі жас ерекшелік өзгерістері – эмоционалдық тұрақсыздық, әлеуметтік жағдайлардың күрт өзгеруі, «ақ пен қараны» ажырата алмауы, сонымен қатар жағымсыз экономикалық, әлеуметтік факторлардың әсері болып табылады. Осы аутодеструктивті мінез-құлықтың негізгі түрлеріне тоқталатын болсақ:

Аутоагрессивті мінез-құлық (суицидалды және парасуицидалды). Суицид аутодеструктивті мінез-құлықтың ең қауіпті түрі болып саналады. А.Е. Личко демонстративті, аффективті және шын суицидалды мінез-құлық түрлерін бөліп көрсетті. Бұлардан басқа «ситуативті» суицид деп аталатын түрі де болады. Сол себепті оқушылар арасында алдын алу шараларын жүргізу өте маңызды;

2. Тағам қабылдауға тәуелділік немесе керісінше – адам мінезінің ерекшелігіне байланысты тағам қабылдау мінез-құلقىның бұзылуы;

3. Аутистік мінез-құлық – шынайы өмірге бейімделе алмаудан, қиял әлеміне кетуден адамдармен араласудан бас тартып, жалғыздықты таңдаудан көрінетін мінез-құлық;

4. Виктимді мінез-құлық (ағылш. victim – құрбан) – адамның басқа біреудің өзіне аморальды, заңға қайшы әрекетіне қатысты мінез-құلقى. Мұндай мінез-құлықтың психологиялық негізі өз-өзін төмен бағалау, қарым-қатынастың үзілуінен қорқу болып табылады. Психологиялық түзету немесе психотерапияның нәтижесінде «құрбандар» бойынан деструктивті қарым-қатынасты үзуге шешім қабылдауға ерлік қажет болады.

Когнитивті қабілеттерінің төмендеуі. Бала әлеуметтік желідегі ақпараттың көптігі мен әртүрлілігінен зейіннің шоғырлануы төмендейді. Ол нақты бір тапсырманы орындай алмайды.

Ақпараттық тәуелділік. Интернеттегі әлеуметтік желілердің көптігінен күнделікті, сағат сайын ақпаратпен қамтамасыз етілуді әдетке айналдырады.

Қорыта келгенде: қазіргі кезде жасөспірімдердің мінез-құлықындағы ауытқушылықтарынан жағымсыз әр түрлі қиын жағдайлар көбеюде.

Осы болып жатқан жағдайлардың алдын алып әрбір ата-ана, педагог бірлесіп жұмыс жасау керек.

Әрбір әке, әрбір ана баласының жанына үңілсе, «Менің кінәм қай жерде? - деп баласын ашық әңгімеге шақырса. Суицидке апаратын жол өте көп. Әке-шеше баласына жақсы көретінін айтуы керек. Баласына отбасында көп көңіл бөліп, ішкі жан дүниесіне назар аударып, көбірек баланың мәселесі төңірегінде сөйлесу керек. Балалар – біздің болашағымыз. Сондықтан да бала тәрбиесіне үлкен жауапкершілікпен қараған абзал.

К.Д. Ушинский айтуы бойынша: «Егер адам бойындағы зиянды әдет-дағдыларды түп - тамырымен бір уақытта жою үшін аз да болса бар күш-жігерімен кіріссе, одан құтылу да қиынға түспес еді... Бірақ та қиыншылығы сонда – мысқалдап ұзақ уақыт енген жаман әдет-дағдыны құрту үшін, соншама ұзақ уақыт күресу керек».

Ерте жастағы балалардың әлеуметтік дағдыларын қалыптастыру жолдары

**Б. АУВАКИР
Ұ. ҚЫДЫРБАЕВА,
Э. САЛИМБЕКОВА,
А. ӘБІЛЖАНОВА**

Қазіргі таңда мектепке дейінгі педагогикалық білім беру саласында мектеп жасына дейінгі балалардың әлеуметтік дағдыларын және әлеуметтік мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру өзекті мәселелердің бірі болып отыр. *Ерте жас* – бұл баланың қоғамдық нормалардың, құндылықтар мен мәдениеттің белгілі бір жүйесін қабылдап, меңгеретін кезеңі. Мектеп жасына дейінгі балалардың әлеуметтік дағдыларын қалыптастыру мәселелері мінез-құлық, ойын, құрастыру, бейнелеу дағдыларының қалыптасуымен тығыз байланысты. Әлеуметтік дағдылардың дамуы баланың балабақшадағы өмірінде жүретінін, барлық қызмет түрлерінде *ойын, құрастыру, бейнелеу* және т.б. жүзеге асырылады.

Әлеуметтік дағдылар дегеніміз – біз сөйлеу, ым-ишара, дене қимылы, жеке сыртқы келбетіміз арқылы бір-бірімізбен ауызша және вербальды емес қатынасу және қарым-қатынас жасау дағдыларын айтамыз. Қарым-қатынас балалар үшін өте маңызды және жақсы әлеуметтік дағдылар арқылы жүзеге асырылады. Үш жастан жеті жасқа дейінгі әлеуметтік құзыреттіліктің мазмұнының және құрылымының сұрақтарын Н.И. Белоцерковец қарастырды. Өзінің зерттеу жұмысында

әлеуметтік құзыреттілік жалпы түрде «мен – қоғам» қатынасын түсіну ретінде дұрыс әлеуметтік бағдар табу және өзінің әрекетін осы бағдарға сәйкес ұйымдастыра білу біліктілігі немесе «қоғамда өмірлік нормаларын және ережелерін орындауға мүмкіндік беретін әлеуметтік дағды ретінде» көрсетеді. Әлеуметтік дағдыларды дамыту шарттары:

1. Топтағы жағымды психологиялық ахуал (балаға қызығушылық, оны қабылдауға дайын, сот емес, оған шын жүректен сену, балаға күлімсіреу, жылы сөздер қолдану);

2. Әр түрлі іс-әрекеттерді дамыту үшін топта жағдай жасау;

3. Өз құрдастарымен және ересектермен бірлескен әрекет, қарым-қатынас, белсенділіктің көрінісі, бірлескен тәжірибе, ынтымақтастық және т.б.;

4. Өзара әрекеттесудің жаңа тәсілдерін дамытуға көмектесетін проблемалық жағдайларды құру. Мәселен, төмендегі жағдаятты ұсынамыз. Мақсаты: сөйлесу, сезімдер мен тәжірибе алмасу, эмоционалды және мағыналық тұрғыда ой-пікірлерді мимика мен пантомиманы қолдану арқылы дамыту. Балаларды бірқатар жағдаяттар ойнауға шақырады. Әлеуметтік дағдылары, *өзін ұстау мәдениеті дағдылары* баланың жас ерекшеліктеріне сай дамиды. Мектеп жасына дейінгі балалардың *өзін ұстау мәдениеті дағдыларының көрсеткіштері төмендегі кестеде берілді.*

№	Балалардың жас шамасы	Өзін ұстау мәдениеті дағдылары
1	1 жастан бастап 2 жасқа дейін	Өзін ұстаудың қарапайым нормаларын меңгерген және жағымды әдеттері қалыптасқан
2	2 жастан бастап 3 жасқа дейін	Мінез-құлық нормалары мен қағидаларын түсінеді, сәлемдесу, қоштасу, ризашылық сөздерін қолданады
3	3 жастан бастап 4 жасқа дейін	Адами қарым-қатынас туралы білімді меңгерген, эмоциялық жағдайды түсінеді
4	4 жастан бастап 5 жасқа дейін	Жақын және айналасындағы адамдарға қарапайым қамқорлық танытады
5	5 жастан бастап 6 жасқа дейін	Қажетті жағдайда көмек сұрай алады, басқа адамдардың тілектерін құрметтейді
6	6 жастан бастап 7 жасқа дейін	Мінез-құлықтың адамгершілік нормалары туралы, табиғатта өзін-өзі ұстау туралы, әдеп қағидалары туралы біледі

Ж.Ж. Руссо: «Балалық шақтың көру, ойлау және сезінудің өз жолдары бар, оларды біз үшін ауыстыруға тырысқаннан гөрі ақымақтық жоқ», - дейді. Әлеуметтік дағдылар балалардың дамуы үшін маңызды. Әлеу-

меттік дағдылар әлеуметтік байланыстардан туындайды. Балалардың әлеуметтік дағдыларын қалыптастырудың ең тиімді стратегиясының бірі ерте жастан бастап «*әлеуметтік тіл*» құру. Мектепке дейінгі ересек жастағы балалар ана тілін еркін меңгереді. Тілдің белсенді сөздік қоры 2500-3000 сөзді құрайды.

Мектеп жасына дейінгі балалардың коммуникативтік қабілеттерін дамыту барлық салаларда жүзеге асады, бірақ мектепке дейінгі мекемелерде басты оқытудың түрі балалардың сөйлеу қабілетін дамыту бойынша ұйымдастырылған оқыту қызметі болып табылады. *Коммуникация* латын тілінен аударғанда «*ортақ ету, байланыстыру, араласу*» дегенді білдіреді. *Әлеуметтік коммуникация* – қоғамда әлеуметтік маңызды бағалармен нақты жағдайлар, коммуникативті салалармен қарым-қатынас нормалары бекітілген адамдардың коммуникативті іс-әрекеттері.

Коммуникативтік дағдылар – тұлғаның белгілі бір әлеуметтік ортадағы адамдармен тіл тез табыса білу. *Коммуникативтік дағдылар* – баланың функционалдық жетістіктерге жетуіне тікелей байланысты. *Коммуникативтік дағдылар* – тиімді қарым-қатынас дағдыларына жатады. Коммуникативтік дағдылар қарым-қатынас орнату, ұстау, сөйлеу, қарым-қатынасқа түсе білу, келісу, көндіру, өзінің заңды құқықтарына дағдыландыру деп қарастыруға болады. Балабақша тәрбиешісі мен отбасы мүшелері баланың әлеуметтік дағдылануына ықпал етуі тиіс. *Ата-ана баланы әр жағдайда шешім қабылдауға дағдыландыру қажет. Ол үшін:*

- Ересектер балаларға сәтсіздік, жеңіліс сезімдерін қабылдауға үйрету керек;

- Балалар қиындықтарды жеңуге міндетті емес: қашу – алдымен ата-ананың, кейін баланың стратегиясы (яғни ата-ана балаға үлгі бола отырып қашуды үйретеді).

2-3 жастағы балалардағы тәуелсіздіктің ең қарапайым көріністері олардың қызметінің мазмұнымен тығыз байланысты. Олар нақты тапсырманы орындауға бағытталған ересек адамға тәуелді емес әрекеттерде көрінеді. Ерте жас – бұл адамның өміріндегі ең шешуші кезең, адамның одан әрі дамуын анықтайтын ең іргелі қабілеттер қалыптасадy. Осы кезеңде танымдық белсенділік, әлемге деген сенім, өзіне деген сенімділік, адамдарға деген қайырымдылық қатынас, шығармашылық мүмкіндіктер, жалпы өмірлік белсенділік және тағы басқалар сияқты негізгі қасиеттер қалыптасады.

Алайда бұл қасиеттер мен қабілеттер физиологиялық жетілу нәтижесінде автоматты түрде пайда болмайды. Олардың қалыптасуы ересектерден адекватты әсер етуді, белгілі бір қарым-қатынас формаларын және баламен бірлескен іс-әрекеттерді талап етеді. Ата-аналар мен мұғалімдер кездесетін көптеген мәселелердің (танымдық белсенділіктің төмендеуі, қарым-қатынастың бұзылуы, оқшаулану және ұялшақтықтың жоғарылауы, немесе керісінше, балалардың агрессивтілігі мен гиперактивтілігі және т.б.) бастаулары ерте балалық шақта жатыр.

Мектепке дейінгі топ балаларының тілін дамытуда ойындардың рөлі зор. Ойын үстінде балалардың тілі дамып, бір затқа бейімділігі, қызығушылығы артады. Ойын әрекетінің қызықты болуын қамтамасыз ететін, баланың танымдық қызығушылығы сапаларын дамытатын басты нәрсе: білім, әрекет, қарым-қатынас. Міне осы жағдайларды ескере отырып, балалар қарым-қатынас дағдысын дамытуда пайдаланылатын ойын түрлерін төмендегідей жүйелеуге болады.

Қазіргі мектеп жасына дейінгі балалардың коммуникативтік-тілдік әрекетке қызығушылықтары мен ынта-ықыластарын қалыптастыру арқылы олардың белсенділігін арттыру маңызды. Бала мектепке жақсы тілдік дайындықпен баруы тиіс. Бұл бағыттағы жұмыстарды жетілдіре түсу үшін тәрбиешілер тиісті әдіс-тәсілдерді қолдана отырып, балалардың тілдік даму деңгейлерін жүйелі түрде бақылап, тексеру жүргізіп отыруы қажет. Тіл дамыту жұмыстарын тиімді ұйымдастыру үшін тәрбиеші топтағы барлық балалардың тілінің даму деңгейін жақсы білуі қажет. Кейбір балаларға ішінара бақылау, тексеру жүргізу арқылы бағдарламалық материалдардың қандай дәрежеде меңгеріліп жатқандығын, сабақ барысында қолданылып жүрген әдіс-тәсілдердің, дидактикалық ойын-жаттығулардың тиімді-тиімсіздігін анықтай алады.

Мектеп жасындағы ең маңызды сапалы әдеттену – балалардың біріккен әрекеттерінің алғашқы да негізгі түрі ойынның пайда болуы. Мектеп жасына дейінгі шақта ойынмен қатар өнімді әрекет түрлері дамиды. Бала дамуы деңгейінің маңызды көрсеткіші ойын әрекеті болып табылады, оны бағалау диагностикалық белгілердің бірі болуы мүмкін.

Мектеп жасына дейінгі балалардың қарым – қатынас дағдысын қалыптастырудың негізгі көзі – *сюжетті-рөлді ойындарды* дұрыс пайдалану. Болашақ ұрпақтың коммуникативті құзыреттілігін дамыту балабақша тәрбиесінің бір міндеті ретінде бүгінге дейін күн тәртібінен түспей келеді. Бұл аспекті баланың ойлау, танымдық процестерінің және қабілетінің дамуына тікелей байланысты.

3-4, 5-6 жастағы баланы оқу-тәрбие процесінде дамыту мәселесінде басты қызметті, ең алдымен, баланың өздігімен әрекеті және танымдық белсенділігі атқарады. Мектепке дейінгі шақта жетекші әрекет – ойын болып есептеледі. Оның жетекші іс-әрекет болуы, қазіргі баланың өзінің көп уақытын ойынмен алданып, үлкендердің еңбек әрекетіне аз немесе мүлдем араласпауына байланысты емес. Ойын бала психикасында сапалы өзгерістер туғызады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Мудрик А.В. Социализация и смутное время. – М.: Просвещение, 1995. – 250 с.
2. Крылова Н. Детский сад – дом радости. – СПб.: Библиотека для воспитания, 1992. – 144 с.

Жасөспірімдік кезеңнің психологиялық ерекшеліктері

А.В. ПЕТРЯКОВА

А.Ж. МУКАНОВА

Іс-әрекеттің жетекші түрі – құрдастармен қарым-қатынас.

Жасөспірімдік кезеңнің психологиялық мәселелері – бұл жеткіншек өз анықтамасының үш саладағы мәселесі: психологиялық, сексуалды және әлеуметтік.

Жасөспірімнің психологиялық мәселелерін іске асыруда әсер ететін қажеттіліктері:

- тәуелсіздік және эмансипация қажеттілігі;
- құштарлық қажеттілігі (достық, махаббат);
- жетістік, өз мүмкіншілігін тексеру қажеттілігі;
- өзінің қабілетін іске асыра білу және «Мен» деген жекеменшігін дамыту қажеттілігі.

Жасөспірімдердің танымдық процестерінің дамуы:

- Теориялық зияттың қалыптасуы (абстракты логикалық ойлаудың дамуы);
- Практикалық ойлауды жетілдіру.

Жасөспірімдердің тұлғалық қалыптасудың негізгі мінездемесі:

- Тұлғалық құндылық жүйесінің қалыптасуы;
- Тұлғаның еріктік сапалары қалыптасады (мақсаттылық, жігерлілік, өз іс-әрекетіне жауапкершілік), мінезі қалыптаса бастайды;
- Тұлғаның іскерлік сапалары, ұйымдастырушылық қабілеттері дамиды.

Психологиялық жаңадан пайда болған түрлері басталады:

- есейгендік сезімі;
- құрдастардың қажеттілігі, «жолдастық кодексі»;
- жеке тұлғасына және қоғамдағы орнына деген қызығушылығы;
- мінезі мен ерікті жетілдіру.

Жасөспірімнің психикалық дамуының мазмұны оның сана сезімінің дамуы болады. Жасөспірімнің тұлғасын мінездейтін маңызды бір ерекшелігі – өзін-өзі бағалаудың тұрақтылығы және «Мен» образы пайда болады. Сыртқы келбетінің кемшілігі (шынайы немесе алдамшы), тіпті олқылық тұрақты сезімге дейін өте ауыр уайымдалады.

Жасөспірім тәртібінің басты себебі – құрдастардың арасында өз орнын таба алу.

Осылайша, жеткіншек жас өте жауапты болып табылады, өйткені ол көбінесе адамның алдағы өмірін анықтайды. Тәуелсіздігін бекіту,

жеке адамның қалыптасуы, болашақ жоспарларды жасау – осының барлығы нағыз осы кезде қалыптасады.

«Жасөспірімдер кешені»

Жасөспірімнің психологиялық ерекшеліктері «жасөспірімдер кешені» деп аталды.

«Жасөспірімдер кешені» көңіл-күйдің өзгеруін қамтиды – шектеусіз көңілдіден үмітсіздікке дейін және керісінше – жеткілікті себепсіз. Жасөспірімдер өзімшіл, олар өздерін Әлемнің орталығы деп санайды. Олар бұл қарым-қатынасты құмарлықпен жақсы көреді және тоқтатады. Кейде олардың басқа адамдарға деген мінез-құлқы дәрекі және салтанатсыз болады, дегенмен олардың өзі өте осал.

Жасөспірімдік сезім

Ересек болу сезімі ең маңызды орындардың бірін алады, бұл оның енді бала болып саналғысы келмеуінен, ересек болуды талап етуінен тұрады.

«Сыртқы ересек өмірге» ұмтылу, темекі шегу, алкогольді ішу және т.б. осыдан басталады.

Жасөспірімдік шектер нақты белгіленбеген, олар әр жасөспірім үшін жеке.

Жасөспірім – (13-19 жас). Достоевскийдің «Жасөспірім» романының кейіпкері 20 жаста. Жастардың «сөйлеуге құқығы жоқ». Бұл тұжырымдама адамның әлеуметтік мәртебесін көрсетеді.

Соңғы зерттеулер көрсеткендей, жасөспірімдерде ересектерден айырмашылығы миға жоғары пластикалық қасиет тән. Бұл кезеңде эмоциялар мен ләззат сезіміне жауап беретін «импульсивті» лимбиялық жүйе әсіресе белсенді түрде дамиды.

Жыныстық гормондардың әсерінен лимбиялық жүйе керемет сезімтал болады. Бұл жасөспірімді ләззат алуға итереді, тіпті олар үшін өз өмірін қатерге тігеді. Қалаған нәрсесін алған жасөспірім осындай толқуды бастан кешіреді, келесі жолы екпінге қарсы тұру одан да қиын болады.

Бұл жерде префронтальды қыртыстың уақытында іске қосылуы өте маңызды. Бұл үшін жасөспірім ересек адамға қарағанда әлдеқайда көп күш салуы керек, себебі жасөспірім әлі де эмоциялар мен мінез-құлықты бақылау қабілетін дамытады.

Жасөспірім миы жағымды және жағымсыз әсерлерге бірдей сезімтал, сондықтан баланы белгілі бір жағдайлардан қорғау оған өзін-өзі бақылау дағдыларын дамытуға көмектесу сияқты маңызды.

Тәрбиешілер префронтальды қыртыстың атқарушы функциялары әлі толық дамымағанын біле отырып, жүрекке боялған жарқын сарғыш түстерді қабылдамайды.

Педагог-тәрбиешінің ең қиын міндеті – «қиын» жасөспірімді түсінудің кілтін табу. Оқушының мінез-құлқын өзгертуге жағдай туғызу.

Тәрбиеленушінің кез келген проблемалық мінез-құлқының артында белгілі бір себептер бар екенін түсіну қажет. Сонымен қатар, бірдей мінез-құлық әр түрлі мотивтерден туындауы мүмкін. Мысалы, біреудің агрессивті мінез-құлқына үстемдікке ұмтылу, көшбасшылық қасиеттердің дамуы, екіншісінде – мазасыздықтың орнын толтыру себеп болуы мүмкін.

Тиісінше, әр жағдайда білім беру стратегиясы баланың мінез-құлқының себептерін түсінуге негізделген жеке құрылады. Осылайша, мұғалімдер «қиын» баланың мінез-құлқының мотивтерін анықтауы қажет, яғни, оны түсіну.

Көбінесе балалардың проблемалық мінез-құлқымен кездескенде, көптеген мұғалімдер өте деструктивті сезімдерді бастан кешіреді: ашу, ыза, үмітсіздік, мазасыздық, қорқыныш, қайғы және т.б. Сезімдерді білу және олардың ақыл-ойды басқаруына жол бермеу өте маңызды.

Мұғалімнің өзін баланың көзімен көру, өзін орнына қою, оның сезімі туралы ғана емес, сонымен қатар оның сезімі туралы ойлану қабілеті – «қиын» жағдайды сол күйінде қабылдауға мүмкіндік беретін қадамдар.

Сонымен, түсіну, қабылдау, көмектесу – «қиын» балаға педагогикалық көзқарастың негізі.

Қорытындылай келе, тәрбие – бұл динамикалық, қарама-қайшы, шығармашылық үдеріс, онда бекітілген немесе бірдей ұсыныстар болуы мүмкін емес екенін атап өткім келеді. Баланың жеке ерекшеліктеріне, оның қызығушылықтары мен хоббилеріне жеке жүгіну, оның даму ерекшеліктерін ескере отырып, мұғалімдерге «қиын» балаларға көзқарас табуға көмектеседі.

Позитивті қатынас. Кез келген қарым-қатынас өзінен басталуы керек, әсіресе егер ол басқа адамды өзгерту ниетімен байланысты болса.

Жалпы сөйлеу тілінде тіл мүкістігі бар балалармен жүргізілетін түзету жұмыс түрлері және маңызы

Н. АЯПБЕРГЕНОВА

Дүние есігін ашқан сәби түрлі дыбыстарды естіп, ажырата бастайды. Адамдардың әңгімесі, жапырақтардың сыбдыры, құстардың сайрағаны секілді. Уақыт өте сол дыбыстарды ауызекі дыбыстау арқылы

сөйлеу дәрежесіне жетеді. Егер бала дұрыс, анық түрде дыбыстарды айтып сөйлей білсе, ол оның өз-өзіне деген сенімін күшейтеді, ал керісінше тілінде мүкісі бар бала өзін өзгелерден кем санап, көп сөйлемегуге тырысып, қуыстана бастайды. Ол өз кезегінде баланың тұлға ретінде қалыптасуына кері әсерін тигізетіні анық. Біздің басты мақсатымыз – осы балалардың мүмкіндіктерін анықтау, оқыту, тәрбиелеу, түзету жұмыстарын жүргізу.

Тіл мүкістігін түзеуде баламен неғұрлым жиі әрі жеткілікті түрде әңгімелесудің маңызы зор. Өкінішке орай, кей уақытта ата-аналар балаларға көп уақыт жұмсай алмайды. Шыны керек, ертегі айтудың өзі келмеске кетіп бара жатқан жайы бар. Сондықтан бұл ретте негізгі міндет балабақшалардағы топқа жүктеледі. Екі жасқа дейін баланың былдырлағаны құлаққа жағымды естілсе, ал екі жастан асқан бала әлі былдырлап жүрсе, онда ол маманның қарауына қаралғаны жөн.

Тіл мүкістігін түзеуде:

- Тыныс алу жаттығулары;
- Су-Джок терапия;
- Түрлі дидактикалық, қимылды, мазмұнды, сюжетті, рөлді ойындар және шығармашылық жұмыстар;
- Арт-терапия;
- Лого-ырғақ жаттығулары;
- Артикуляциялық жаттығулар;
- Жалпы және қолдың ұсақ моторикасын дамытуға арналған жаттығулардың маңызы зор.

Арт-терапия – бұл бейнелеу өнерімен емдеу дегенді білдіреді. «Арт-терапия» термині (art – өнер, arttherapy – өнер арқылы терапия жүргізу) – көбіне ағылшын тілді халықтар қоныстанған елдерде кеңінен тараған. Арт-терапия арқылы тұлға бойындағы қабілетін көрсетіп, шығармашылығын шыңдайды. Ал шығармашылық қабілеттер қиялдың байлығымен, ойлаудың ерекшелігімен, заттарға деген сындарлы көзқараспен жаңа шешім және идеяларды ұсыну мүмкіндігімен, өз білімін, икемділігі мен дағдысын іске асыру барысында өмірлік белсенді ұстаным көрсете білуімен сипатталады. Арт-терапияға құммен ойналатын ойындар мен дәстүрден тыс сурет салуды жатқызуға болады.

Лого-ырғақ жаттығулары бұл – әуен ырғағымен және сөзбен үйлескен қимылдар жүйесі. Түзету жұмыстарында лого – ырғақтың атқаратын маңызы зор. Себебі музыка оқу қызметінде үнемі лого – ырғақтың элементтерін енгізу тілді, жалпы моториканы және үйлесімділікті жедел дамытуға ықпал етеді. Лого-ырғақ жаттығуларын «денсаулық» білім беру саласында дене шынықтыру оқу қызметінде элементтерін пайдаланамыз.

Қолдың саусақтары жақсы жұмыс жасауы үшін баланың сурет салып

үйренуіне, қайшымен жұмыс жасауына, мозайка, түймелерді тағып, шешуі секілді әрекеттерді атқаруына басымдық беріледі.

Көптеген тәжірибелерге сүйенсек, сөйлеу тілі бұзылған балалардың белсенді қозғалуында жетіспеушіліктер, соның ішінде саусақтың ұсақ моторикасында ауытқушылықтар байқалады. Қолдың ұсақ моторикасы мен қимыл қозғалыстарын дамыту жұмыстары мектепке дейінгі кезеңде де мектеп жасында да маңызды болып табылады. Тіл кемістігі бар балалардың ұсақ қол моторикасын дамытуда қолдың саусақ және буындарына массаж қолданудың маңызы зор.

Балалардың ұсақ моторикасын дамытуда тақпақпен бірге жасалатын саусақ жаттығуларының да орны ерекше. Данышпан қазақ халқымызда бұған да ерекше назар аударған. Мысалы, «Қуырмаш», «Санамас», т.б. ойындарды ойнатудың баланың ұсақ моторикасын, көру-қозғалыс тепе-теңдігін сақтауда, зейін қою, есте сақтау, санау қабілеттерін дамытуда маңызды рөл атқарады.

Ата-аналар мен тәрбиешілердің ұсақ моторикаға дұрыс көңіл бөлгені жөн. Ойындар, жаттығулар, түрлі тапсырмалар беріліп отыруы керек.

Ұсақ моториканы дамыту барысында біз мынадай нәтижеге жетеміз:

1. Сөйлеу тілі жетіледі;
2. Қимыл қозғалыс қабілеті артады;
3. Икемділігі арта түседі;
4. Логикалық ойлау қабілеті дамиды;
5. Танымдылық деңгейі артады.

Ұсақ моториканы дамытудың баланың жалпы дамуында да алатын орны ерекше.

В.А. Сухомлинский бала қабілетінің қайнар көзі оның саусақтарының ұшында екенін жазған. Бала қолының қозғалысы қаншалықты епті болса, соншалықты ойлауы, сөйлеуі жақсы дамиды.

Барлық жаттығуды баламен бірге жақсы көңіл-күйде орындаймыз, ән айтамыз, жақсы жұмыстарын бағалап, мақтаймыз – бұл өз кезегінде балалардың қызығушылығын оятады. Берілген тапсырмаларды тиянақты орындауға тырысады. Әрбір баламен жеке-жеке жұмыс жасаймыз.

Баланың кедергілерден өту секілді ойынды ұйымдастыру барысында оны сөзбен де, қол шапалақтау арқылы да қолдап тұрған жақсы нәтиже береді. Әрбір бала мақтау сүйеді. Жылы сөз, жылы қабақ арқылы баланың сөзін де, тәрбиесін де түзеуге болады.

Қарапайым жаттығулар барысында балаға түрлі жануарларды таныстырып, олардың жүрісін, қандай дыбыс шығаратынын қайталап отырған абзал. Бұл бала үшін әрі қызық әрі керемет жаттығу. Мәселен, мысық қалай жүреді? ол қандай дыбыс шығарады? - деген сауалдарға баладан жауап алып, оның қимылын бағалауға болады. Бұдан басқа бірнеше жан-жануарларды атап шығуға болады. Ол үшін әрине, балаларға

сол жануарлар туралы алдын ала мәлімет беру арқылы оқу қызметін өткізіп алған дұрыс. Сондай-ақ, аталған аңдарды көз алдына елестетуді үйреткен жөн. Ол өз кезегінде оның логикалық ойлау қабілетін дамытады. Ойын арқылы баламен қарым-қатынас нығаяды, сенім артады, баланың өз-өзіне деген көзқарасы жақсы жағына қарай өзгереді, көрсем, білсем деген ынтасы, қызығушылығы оянады. Ойын ақыл-ойды дамытатын тәсіл. Сондықтан оны тиімді пайдалану арқылы көздеген нәтижеге жетуге әбден болады.

Ұлттық құндылығымыз – қолөнерге баулу да осы моториканы дамытуда өзіндік рөл ойнайды. Жуан жіптен тоқыманың қарапайым түрін тоқу, түйін жасау, оны тарқату. Аппликация, жапсырма жасау, бір уыс бидай мен күрішті араластырып, балаға оны бөлек ажыратуды тапсыру да әрі қызық әрі пайдалы істің бірі. Бастысы, кез келген тапсырманы баланың қызығушылығын тудыратын ойын түрінде ұсынған дұрыс.

Баламен неғұрлым көбірек сөйлесіп, оны диалогқа тарта білу қажет. Сол арқылы оның сөздік қоры қалыптасады. Тек баланың дұрыс сөйлеуін ғана бақыламай, тәрбиеші өзінің де құлаққа жағымды, дыбыстарды анық, мәнді етіп айтуына үлкен маңыз беріледі.

Профилактика стрессоустойчивости педагогов

Э.Б. МАСАЛИМОВА

Продолжение. Начало статьи в №1 (163) – 2022.

Слайд 7. Упражнение «Диссоциация от стресса»

Способов диссоциированного восприятия несколько.

1. Например, вы можете представить свою стрессовую ситуацию в виде фильма, который вы наблюдаете на экране видеомэгаффона. Представьте, что неприятная ситуация снята на пленку, и вы просматриваете эту запись, **как сторонний наблюдатель**. Как это выглядело со стороны, где вы были, что делали, как двигались и т. д. Попробовали? Хорошо.

Теперь сделайте изображение черно-белым, и мысленно прокрутите пленку еще раз. Чувствуете, как угасают ваши эмоции?

Убавьте звук и уменьшите изображение, и ваши неприятные переживания тоже потускнеют и окажутся вдали от вас.

Мы, конечно, не знаем, о чем думал граф Талейран, когда его распекал император, но, судя по его реакции и последним словам, он предс-

тавил, **как это выглядит со стороны: маленький, брызгающий слюной человечек, называющий себя владыкой мира, осыпает самыми последними ругательствами мудрейшего дипломата Европы**, который по возрасту годится ему в отцы. Забавная и поучительная картинка, но не более того. Разве здесь есть повод переживать?

2. Второй прием диссоциации связан **с изменением масштаба события**. К примеру, когда у вас вскочил прыщ на лбу, это может показаться довольно неприятным делом, особенно, если вы рассматриваете его в упор в зеркало, да еще через увеличительное стекло. А вы представьте себе, как этот прыщ будет выглядеть с другой стороны улицы..., а с расстояния в километр?

Вас задел за живое сослуживец, который приписал себе решение производственной задачи, в то время как идея пришла первой в вашу голову? Вы вне себя от ярости и праведного гнева? Замечательно. А теперь представьте, как эта ситуация выглядит с борта Международной космической станции? А с поверхности Марса? Какие-то маленькие червячки кипятятся непонятно из-за чего.

3. Или измените не пространственный, а **временной масштаб**. Подумайте, как вы будете думать о своем эмоциональном порыве через месяц? Наверное, он покажется мелкой стычкой по забытому поводу. А через год вы будете помнить, из-за чего у вас сегодня подскочило давление? Вряд ли. А через пятьдесят лет? Вопрос глупый. А ваше поведение можно назвать очень умным? Впрочем, мы решили обходиться без оценок...

4. Третий прием диссоциации может подойти для людей, затрудняющихся при создании зрительных образов – **игровое перевоплощение**. В этом случае вы можете взять несколько мелких предметов (скрепок, пуговиц, шахматных фигурок и т. д.) и смоделировать стресс, изобразив себя и других участников стрессовой ситуации в игровой форме. **Взгляд со стороны и свое превращение в маленькую фишку сыграют свое положительное дело, и вы сможете гораздо спокойнее посмотреть на все происходящее.**

Результаты этого упражнения:

Физиологический: нормализация пульса и некоторое снижение повышенного артериального давления,

Психологический: уменьшение эмоционального напряжения, восстановление способности более спокойно относиться к стрессовой ситуации, возможность психологически отделить себя от источника стресса.

слайд 8

Остановка потока негативных мыслей

Этот метод применяется при наличии в голове «мысленного хаоса» или «неуправляемого потока мыслей», связанных с проблемами или

пережитым стрессом. Метод достаточно эффективен в случае стрессов слабого или среднего уровня. Наилучшие результаты данный прием даст при нахождении на природе (в парке, сквере, у воды), но его можно применять в любой обстановке.

Пример: *«За окном я вижу летний день. Небо голубое, по нему очень медленно плывут облака. Облака белые, кажутся пушистыми. Слышны звуки улицы: шум автомобилей, голоса людей. За стеной звучит музыка из радиоприемника. Чувствую слабый запах кофе. Вижу рисунок на обоях. Это мелкие голубые цветочки с золотыми листьями...».*

Очень важно максимально беспристрастно воспринимать мир, воздерживаясь от навешивания ярлыков типа «хороший», «приятный», «глупый», «раздражающий» - все эти слова нужно будет исключить из своего лексикона. В этой технике - вы просто наблюдатель!

Смысл этого перечисления – занять сознание восприятием предметов и явлений окружающего мира, переключив фокус внимания с «пережевывания» своих стрессов на исследование внешнего мира. Еще раз обращаю ваше внимание, что данное упражнение применяется в случае небольшого стресса, вызывавшего поток негативных мыслей. При наличии сильных эмоций, лучше применять другие техники – например метод диссоциации + глубокое дыхание с паузой после выдоха.

Упражнение «Остановка негативных мыслей»

«Сосредоточьтесь на мыслях, заполняющих ваше сознание.

Затем переведите внимание на внешнюю среду (обстановку квартиры или офиса, пейзаж за окном – на любой внешний объект).

Медленно перемещая фокус внимания с одного предмета на другой, про себя описывайте свои ощущения, стараясь придерживаться максимальной объективности и избегая каких-либо оценок. Исследуя лучом вашего внимания объекты внешнего мира, используйте все возможные модальности (зрительную, слуховую, осязательную, обонятельную)»

Результаты этого упражнения:

Физиологический: восстановление естественного ритма дыхания и некоторое снижение мышечного напряжения.

Психологический: переключение фокуса внимания от внутренних переживаний и мыслей к образам внешнего мира. Понимание того, что мир, который в состоянии стресса сузился до размеров одной проблемы, гораздо больше и многогранней, чем казался несколько минут назад.

Слайд 9. Работа с телом

Подобно тому, как компьютер время от времени сканирует свое состояние при помощи специальной программы, так и наш мозг постоянно

получает информацию о состоянии всех внутренних органов и скелетных мышц. При этом **между сознанием и телом существуют определенные взаимоотношения**, которые будут существенно отличаться у человека, читающего книгу, спящего или выступающего на спортивном состязании. Негативным эмоциям соответствует вполне определенное состояние кровеносных сосудов и скелетных мышц, и наш мозг помнит достаточно большой набор таких психофизиологических состояний. **Когда человек испытывает стресс, его мышцы напрягаются, а сердце бьется сильнее, что только усиливает общее напряжение организма. Если же человеку удастся расслабить свои мышцы и успокоить дыхание, то и его мозг успокоится, а затем стихнут и эмоции.**

Впервые эти закономерности были обнаружены почти век назад великим американским психологом Уильямом Джеймсом (он для американцев, примерно, как Иван Петрович Павлов – для нас).

Джеймс обнаружил, что не только эмоции напрямую влияют на мимическую мускулатуру, но и мимика взаимообразно воздействует на эмоции. Он писал:

«Нам хорошо, потому что мы улыбаемся и нам плохо, потому что мы плачем».

На первый взгляд, это утверждение парадоксально или даже абсурдно. Наоборот, мы плачем, потому что нам плохо и улыбаемся, потому что нам хорошо.

Однако попробуйте вспомнить о чем-то не очень приятном, вызывающем у вас досаду, тоску или раздражение. Вспомнили? А теперь **изобразите на лице улыбку и поддержите ее пару минут**. При этом оцените, как будут меняться ваши эмоции. Они наверняка изменяться в лучшую сторону. Если кто-то пытается испортить вам настроение, скажите себе «Стоп!», после чего вспомните какой-то приятный эпизод из своей жизни. Улыбнитесь, и сохраняйте на лице улыбку в течение пяти минут. Глубоко выдохните, избавляясь от остатков негативных эмоций.

Попробуем это проверить.

Упражнение «Тело и настроение»

«Сядьте, согнувшись вперед и обхватив руками голову, после чего, находясь в таком положении, четко произнесите фразу *«Человек – звучит гордо»*, после чего прислушайтесь к своим ощущениям. Насколько они соответствуют пафосному характеру этой фразы.

Теперь выполните вторую часть упражнения. Выпрямитесь, пошире расставьте ноги, раскиньте руки в стороны и сладко потянитесь, как это делают люди после долгого сна. Теперь, оставаясь в том же положении, улыбнитесь и вслух произнесите: *«Как паршиво я себя чувствую»*. Как ощущения? Вы поверили своим словам? То-то...

Слайд 10

Гениальна выдумка голландских психологов, которые снимают у пассажиров страх перед полетами на самолетах, но не могу не повториться. В аэропорту «Шипол» под самым потолком висит (по крайней мере, висел в 1995 году) огромный шар, по которому вспыхивают разноцветные буквы «Hi - hi» и «Ha - ha». Люди, читающие эту странную рекламу, про себя проговаривают странные сочетания букв и при этом начинают понемногу улыбаться, потому что загадочные буквы вдруг складываются в звуки «Хи-хи» и «Ха-ха». И страх куда-то отступает, так как мозг верит губам, расплывшимся в улыбке, а не испуганному сознанию, которое шепчет: «Сегодня туман, с самолетом может что-нибудь случиться».

Упражнение №2.8 «Улыбка фараона»

«Итак, в случае наступления стресса, встаньте прямо, поднимите подбородок немного вверх, разведите плечи и улыбнитесь. Включите свое воображение на полную катушку и представьте себя египетским фараоном, гордым, как сфинкс, и веселым, как Евгений Петросян. Сохраните свою улыбку и эту позу в течение двух минут, а потом расслабьтесь и сделайте несколько энергичных движений руками и наклонов туловища в разные стороны.

Результаты этого упражнения:

Физиологический: улучшение кровообращения в мимических мышцах и позвоночнике.

Психологический: возможность посмотреть с юмором на ситуацию, а в результате – повышение устойчивости к источнику стресса.

Слайд 11. «Клин клином вышибают»

Порой жизнь зажимает человека в такие клещи, что ему кажется, что хуже уже не может быть. Для одного человека это может быть болезнь близкого человека, для другого — серьезные финансовые проблемы, для другого - измена супруга или крушение успешной карьеры и т. д. Когда ситуация в семье или на службе складывается особо неблагоприятно, когда беды и неудачи идут сплошной чередой, человека может охватить глубокое отчаяние, которое еще не только не поможет преодолеть кризис, но только усугубит стресс.

В такие «черные» минуты жизни, для того, чтобы найти стойкость и силы для борьбы с судьбой, иногда нужно всего лишь сравнить свою ситуацию с другой, более значимой. В моей практике некоторым людям удавалось прекратить отчаяние и жалость к себе, поставив свое тело в затруднительное положение. Когда возникает вопрос о биологическом существовании организма, многие стрессы меркнут и съеживаются до размеров макового зернышка. К таким сильным и быстродействующим средствам относится:

слайд 12 + музыка для настроения

Обратите внимание на цитаты о стрессе!

Заключительная часть.

Вывод: сегодня я постаралась раскрыть для вас понятие «стрес-

соустойчивость», познакомить с некоторыми действительными способами борьбы со стрессом, профилактики стрессоустойчивости. Уверена, вы обнаружили в себе хотя бы одно ресурсное качество, дающие вам поддержку в любой стрессовой ситуации.

Для меня наша встреча сегодня представилась следующей картинкой.

«Посмотрите, как тепло в нашем зале. Он наполнен светом и теплом наших сердец. Представьте, что мы находимся на чудесной солнечной поляне, где растёт много цветов. Это и ромашки, и одуванчики, и васильки»

1. Упражнение «Солнечная поляна пожеланий»

(Цель: снятие напряжения, создание тёплой, дружеской обстановки, основанной на доверии и понимании окружающих)

Материал: лист ватмана, на котором нарисована поляна, трава, солнце, цветная и белая бумага, ножницы, различные изобразительные средства.

Инструкция:

«Каждый на этой поляне найдёт свой цветок. А теперь возьмите бумагу, карандаши или фломастеры и нарисуйте цветок, который представили в своём воображении. Напишите на нём пожелание группе, раскрасьте, вырежьте этот цветок и приклейте на нашу солнечную поляну».

Поделитесь своим настроением, ощущениями.

2. Вручение раздаточного материала.

«Скорая помощь в стрессе. Тренируем стрессоустойчивость»

До свидания!

«Мен және менің сенімділігім» психологиялық тренинг

С. ОСПАНОВА

Мақсаты: оқушылардың өзіне деген сенімділігін қалыптастырып, пайдалы қарым-қатынас алгоритмін меңгерту; Оқушыларға сенімділігін ойын жаттығулары арқылы дамыту. Өзге адамның пікіріне, бағасына, сынына тәуелділікті жеңу, қарым-қатынас пен іс-әрекеттегі батылдықты дамыту;

Тренингтің ережесі:

Тек өз атынан сөйлеу;

Өзгенің сөзін бөлмеу, тыңдау;

Белсенді қатысу;

Тыныштық сақтау;

Ойды ашық айту;

Ынтымақтастық.

Тренинг барысы:

I. Ұйымдастырылу кезеңі: «Мен және менің сенімділігім» жаттығуы;

II. Сенімділік туралы сұрақ-жауап жүргізу;

III. Сенімділік туралы қысқаша лекция;

IV. «Шкафты жылжыту» жаттығуы;

V. «Менің қолымнан келеді!» жаттығуы;

VI. «Сенімділікті толтыру» Медитация;

VII. «Өзің туралы мақтау өлең жазу» жаттығуы;

VIII Қорытынды.

I. Ұйымдастырылу кезеңі: «Мен және менің сенімділігім» – өзінің есімін және сенімділігін бас бармақты тік көрсету – өте жоғары деңгейді, бас бармақты жартылай ұстау орташа деңгейді, төмен көрсету сенімсіздіктің басым екендігін көрсетеді. Бойындағы сенімділікті бағалай білуге шақыру.

II. Сенімділік туралы сұрақ-жауап жүргізу.

- Сенімділік дегенді қалай түсінесіз?
- Сенімді адам қандай адам?
- Сенімді болуға не кедергі келтіреді?
- Көпшілік алдында шыққанда не кедергі келтіреді?
- Сенімділікті қалыптастырудың қандай жолын білесіз?

III. Сенімділік туралы қысқаша лекция.

Өз-өзіне деген сенімділік адам психикасының ең қызықты қасиеті. Әр түрлі адам, ғалым «сенімділік» сөзінің мағынасын әр түрлі тұжырымдайды. Негізінен сенімділіктің 3 негізгі анықтамасын көрсетуге болады:

Өз-өзіңе деген сенімділік – бойымызда өзіміз білгеннен де жоғары қасиет бар екендігіне сенім. Әр адамда жасырын күш болады. Ойланыңдаршы, дүниеге келгенде сендерде жүре алу қабілеті болмады ғой. Ал қазір ше? Жазып, оқи алмайтын кездерің болды. Бірақ осы қабілеттің бәрін біртіндеп игердіңіздер. Себебі – адам үйрене алатын, тіптен тез меңгеретін тірі ағза. Егер сіз қазір бір нәрсені жасай алмайтын болсаңыз, ол өміріңіздің соңына дейін жасай алмаймын дегенді білдірмейді.

Өз-өзіне сенімділік – бұл кез келген жағдайда өзіне сенім арта білу. Барлығының басынан өз өмір жолында қиындық болады. Кейде біз өз күшімізге сенім артсақ, кейде жақындарымыздың көмегін қажет етеміз. Бірақта барлық адамның өмірінде бір рет болса да Мюнхгаузен әдісі пайдаланғандығына сенімдімін (өмірлерінен өз күшімен жеткен жеңістерін пайдалану)

IV. «Шкафты жылжыту» жаттығуы. Қолымен кіндіктен жоғары күшті шығару, бар күшпен шкафты итергендей іштен итеріп шығару. Осы жаттығуды сенімсіз балаға күнделікті үй тапсырмасы етіп беру. 20 күнде баланың бойында күш пайда болғанын көруге болдады.

V. «Менің қолымнан келеді!» жаттығуы. Қолмен, аяғымен өз есімін ауада жазу. (Жеке, дене-қимылға арналған)

VI. «Бәрі жұлдыздар» жаттығуы. Алдарыңызда түрлі түсті қағаздар, қайшы жатыр. Осы қағаздан өз жұлдыздарыңызды қиып алыңыздар. Қиып алған соң жұлдыздың бір жақ бетіне «Мен өзіме 100% сенімдімін» деп жазыңыздар. Сонан соң музыка қосылады. Музыка аяқталғанша жұлдыздарыңызды жоғары қарай көтеріп, «Мен өз-өзіме сенімдімін», «Менің қолымнан бәрі келеді», «Мен жұлдызбын» деп айқайлап айналып билейді. Музыка біткен соң жұлдыздарын ватманға желіммен жапсырады.

VII. Өзің туралы мақтау өлең жазу жаттығуы Нұсқау: Тынышталып босаңсу, қажет болса, айнаға қарау. Өзіңіз туралы мақтау сөз жазу. Бақыт пен денсаулық, іске, оқуда сәттілік тілеу. Оны тақпақ өлең түрінде жазу тіптен керемет! Жазылған мақтау сөзді қайта көшіріп, әдемі сурет жақтауына салып қою. Күнде таңертең осы өлеңді дауыстап немесе іштей қайталап оқу. Оқу нұсқауында көңіл күйді көтеріп, өзіңде күш пайда болғаның, қоршаған әлемнің көңілді және ашық болғанын сезіну.

VIII. Қорытынды.

Өзіне өзі сенімді адамдар әрқашанда өзі қалаған нәрсесін тез арада бастап кете алады. Сонымен қатар, олар өзіне-өзі сенімсіз жандарға қарағанда шешімді, қандай іске болса да тиянақты әрі өте сенімді болады. Олар өз-өздеріне сенімді болатындары соншалықты істегелі отырған әрқилы істерінен еш қателеспейді. Бұл жайлы АҚШ психологтары сенімді және сенімсіз адамдарды түрлі әдістермен, мәселен бір ғана гипнозбен адамның өзіне деген қорқынышы мен қаншалықты батыл екендігін анықтаған. Өзіне сенімді адамдар тәуелсіз келеді және олар алдағы жоспарларын өздері талдап, өзгелерден бұрын жемісін көреді. Бір бөлме, сол бөлме қараңғы болса жарықты іздейсіз. Сізге жарық керек, жарық мына әлемге керек. Енді жарықты жаққан сәт бөлмеге нұр кіргендей болады. Сенімділік те дәл сол секілді. Сіздің ішкі жан дүниеніңізді нұрландыратын күш. Адам өз-өзіне сенбесе ол бейне бір қараңғылық сияқты болып қалады. Өзіңізге сенбесеңіз, ешқандай істің басын бастамайсыз. Ал бастасаңыз аяқсыз қалдырасыз. Сол үшін сенімсіздіктің жаман жақтарына көз жеткізіп оны ойыңыздан алыстатуға тырысыңыз. Сіз өзіңізге неліктен сенбейсіз? Сіз әлсіз емессіз. Тек қана санаңызға сол ой кіріп алған. Ең бірінші өз ойыңызды өзгертіңіз. Ақ түсті көбірек көруге тырысыңыз. Өмірде адам жаман болмайды. Себебі өмірге жаман болып келмейді. Тек жаман ой ойлайды. Жаманмын дейді, сенбейді. Ал мұның бәрі жаман жолдың есігіне алып келеді. Оны ашпай тұрып, өз ойыңызды өзгертіңіз. Өзіңізге сенбеген кезде ең жақсы көретін нәрсеңіз жайлы ойлаңыз. Сіз де басқалармен бірдейсіз. Өзіңізге деген сенімділікті сол сәт бойыңызға жинаңыз. Сонда сіз алға ұмтылған басқа жандар секілді жақсылыққа талпынасыз. Жақсылық – ол сенімділік.

Өзгелерге жарқыраймын деп, өзім жанып кетемін

А. КАЖКЕНОВА

Мақсаты: сынып жетекшілердің психикалық көңіл-күйлерін көтеру, шығармашылық қабілеттерін нығайту, жағымды ахуал орнату, эмоцияның күйіп кету қаупінің алдын алу.

Түрі: тренинг.

Контингент: сынып жетекшілер.

Құрал-жабдықтар: жай әуең, қағаз майлықтар.

Күтілетін нәтиже:

- көңіл-күйлері көтеріледі;
- Ұжымда жағымды ахуал қалыптасады;
- Эмоцияларын реттейді.

Жоспары:

1. «Нұрлы жүрек» жаттығуы;
2. «Салфеткадан қуыршақ» жаттығуы;
3. «Еңбек ағашы» жаттығуы;
4. «Әуе шарлары» ой бөлісу;
5. «Біздің өмірімізден», «Мен кімін?!» жаттығулары;
6. Рефлексия «Бес саусақ».

1. «Нұрлы жүрек» жаттығуы «Ұстаздармен сұхбаттасу жолы».

Мінекей сіздерге бірнеше сұрақтар беріліп тұр.

1. Сіздің бала кезіңіздегі арманыңыз қандай?
2. Сіздің қызығушылығыңыз қандай?
3. Сіз қандай оқушыны ұнатпайсыз?
4. Өз мамандығыңыз сізге ұнай ма?
5. Бос уақытыңызда немен айналысасыз?
6. Мұғалімдіктен басқа қандай мамандыққа барар едіңіз?
7. Оқушы бойынан қандай қасиет көргіңіз келеді?
8. Бойыңыздағы ерекше қасиетіңіз?

2. Жаттығу «Салфеткадан жасалған қуыршақ»

Нұсқау: Таратылып берілген салфеткалардан балалық шағымызды есімізге түсіре отырып, қуыршақ жасаймыз, қуыршақ жасау барысында салфеткадан өзге құралдарды пайдаланбаймыз. Талқылау: Қуыршақ жасау қиын болды ма? Неліктен? Әрбір қатысушы өзінің қуыршағын «Ерте, ертеде» деп бастап, бала күнгі арманынан бүгінгі күнге дейін таныстырып шығады. Өзіңді қуыршақтың орнына қойғанда қандай сезімде болдыңыз?

3. «Еңбек ағашы» жаттығуы. Қазір сіздерге үш түрлі қағаз қиындысы таратылып беріледі. Сол қағазға өз ойларыңызды жазып әр қайсысың өз орнына орналастырасыз

- Бұталарға – сынып жетекші қандай болу керек?
- Жапырақтарға – сынып жетекшінің түпкі мақсат-мұраты.
- Гүлдер – сынып жетекші еңбегінің нәтижесі.
- Жемістер – шәкірт қандай болу керек?

Мұғалімдер ойы: Міне, сіздер «Еңбек ағашын» құрастырып шығардыңыздар. Сіздің еңбектеріңіздің жемісі осы емес пе? Керемет, өте тамаша! Рахмет!

4. «Әуе шарлары» ой бөлісу.

5. «Біздің өмірімізден», «Мен кімін?!» жаттығуы.

Параққа «Мен кімін?» деген сұраққа жауап жазыңыздар. Жауапшын болу керек. Соңында өзіндік презентация болады.

Қорытынды: Жауап 8-ге дейін болса, сіз әрдайым тығылып жүресіз, ашылмайсыз.

10 және одан жоғары болса, жоғары деңгей, өзіңіз туралы ойлайсыз және ұялмайсыз.

20-дан артық болса, өз-өзіңізді алдадыңыз.

Енді жазғандарымызды оқиық. Барлығы былай басталуы мүмкін: Мен мұғаліммін, мен анамын. Бұлар жалпы рөлдік биографиялық мінездемелер. Бұл барлығы әлеуметтік рөлдер. Жеке тұлғалығымыз қайда? Біз күнде мұғалімнің маскасын киеміз, ал негізінде біз барлығымыз өзімізді жақсы көретін тұлғамыз, өзімізге деген сүйіспеншілікпен сіздерді барлық әлем жақсы көреді. Сондықтан да әр адам жеке тұлға және барлықтарыңыздың бір қасиеттеріңіз бар және сол үшін өздеріңізді жақсы көресіздер.

6. Рефлексия «Бес саусақ»



Реніш деген не? Реніштен арылу жолдары

А. АНДИРОВА

Мақсаты: оқушыларға реніштің, мазасыздықтың, өкпелегіштіктің адам бойындағы нашар қасиеттер екенін түсіндіру;

Осы жаман қасиеттердің адам өміріне кері әсері туралы түсінік беру;

Реніштің себептері тым көп болуы мүмкін. Жақын тартып жүрген досыңыздың қатты кетіп қалжыңдауы, танысыңыздың сыртыңыздан өсек таратып, тіл жүгіртуі, біреудің тым қатты шығып кеткен дауысы. Әркім болмысына қарай түрлі нәрселерге ренжи береді. Кейбір азаматтардың өкпелей қоюы қиын болса, енді бірі абайсыз айтылған азғантай сөз үшін өкпесі қара қазандай болуы мүмкін.

Біз өкпе мен реніштен құтылудың жолдары мен тәсілдері туралы айтатын боламыз. Бұл неге керек дейсіз бе? Әңгіме мынада. Ішіңізде пайда болған өкпе мен реніштің ешкімге зияны жоқ болып көрінсе де оның тигізетін кері әсері тым үлкен. Ең алдымен өзіңізге. Алда мақсатыңыз бар, өсіп-өркендеп, дамуды мақсат қылған адам болсаңыз, жүрегіңізде пайда болған өкпе сізді алға тартудың орнына кері кетіріп, құлдырата түседі. Яғни жүректегі сол бір жара сізге жүк болып, алға жылжуға мұрша бермейді. Қарапайым логикаға салсақ, бізге зиян келтіретін нәрселерден құтылудың жолын іздеуіміз керек. Яғни іште ренішті сақтамаудың тәсілдерін қарастыру керек.

Себебі сыртқа шықпаған, көңілдің көлеңкесінде қалып қойған у бізді ішімізден жегідей жеп, құрта бастайды. Алдымен өкпелетушінің мотивтерін түсінуге тырысқан жөн болады. Егер ол адам сіздің кемшілігіңізді айта отырып, түзегісі келген болса, оған ренжудің еш бір реті жоқ. Жылатып айтқан достан артық жолдастың болмайтынын түсіну керек. Бұл жағдайда сезіміңіз бен ойыңызды қайта қарастырып алған жөн болады деп ойлаймын. Тағы бір момент. Өкпелетуші сол ісі арқылы сізді төменшіктетіп, түрлі айла-тәсілдер арқылы өзін жоғары көрсетуді мақсат қылуы мүмкін. Мұндай жағдайда осы туралы өз ойыңызды бүкпесіз жайып салған өте орынды.

Біріншіден негатив іште қалмайды.

Екіншіден ол пендені орнына қойып, өз ойыңызды ұқтырасыз. Бұл әрекет болашақта ренжісуге әкелетін іс-қимылдардың қайталанбауына себеп болады. Сөзіңіз пенденің көкейіне жетпесе, онымен араласудан бас тартқан дұрыс.

Қысқасы, реніш пен өкпені іште сақтама. Негативтен арыл.

Кейбір адамдар біреудің сөзін көңіліне алып, тез ренжіп қалады. Әдетте олар жақындарынан, әріптестерінен, достарынан белгілі бір әрекетті, сөздерді және көзқарасты күтеді, «былай деп айтар-ау, маған көмектеседі-ау» деп үміттенеді. Бірақ әр адам – жеке тұлға. Біреуге «дұрыс» көрінген нәрсе басқаға ақылға қонымсыз болуы мүмкін екені шарт.

Ренжігіштік – жағымсыз, пайдасыз, рухани дамуға үлкен кедергі келтіретін қасиеттердің бірі. Жан-жағыңыздағы адамдар сіздің көңіліңіз, пікіріңіз және қалауыңызбен санасуға міндетті емес. Олардың игі істерін, қамқорлығын міндет деп емес, сый деп қабылдауды үйреніңіз. Біреу бізді ренжіткенде қандай сезімде боламыз? Егер біреу көңілімізге тиетін әрекет жасаса, оған ашуланып, бейсаналы түрде жамандық тілейміз. Саналы түрде «оқ тиген қоянның» рөлін ойнаймыз. Жылдар өткен соң ол жағдай да ұмытылады. Ал кейбір адамдар ренішін жылдар асырып, ішінде сақтап жүреді. Ол негатив ішіңізде шіріп, денсаулығыңызды құртады. Қаныңызға, сүйектеріңізге, тамырларыңызға әсер етіп, ауру шақырады.

Психологтардың «ісік ауруының барлығы реніштен басталады» деген тұжырымын естіген боларсыз? Жылдар асып, өсіп келе жатқан реніш кек, ыза, мұң сезімдерін еселене береді. Реніштен құтылу үшін рухани деңгейді көтеру керек. Эмоция емес, сезімді бірінші орынға қоятын отбасында рухани деңгейді ұлғайту әлдеқайда жеңіл. Мұндай жанұяда адамдар бір-бірін кемшіліктеріне қарамастан қабылдап, бір жағдайға қатысты пікір мен ойлары әр түрлі болуы мүмкін екенін түсінеді.

Адам өзгелерді сынап, мінеп, өз түсінігі бойынша баға беруге бейім. Дәл осы әдеттер адамның ренжігіштігін дамытады. Сезімталдылығын арттырады. Өзін жетік танып, биікке өрлеуге кедергі етеді.

Ата-аналарға арналған психологиялық тренинг

Н. МЕЙРКУЛОВА

Эко-челлендж акция: «Жан экология: Мен өз қаламды сүйемін!»

Мақсаты: Ата-ананың мектеппен қарым-қатынасын нығайту, отбасында балаға табиғатты қорғауға, қамқорлық танытуға үйрету.

Әдіс-тәсілдер: Сұрақ-жауап, әңгіме, постермен жұмыс, ойын.

Қажетті құрал- жабдықтар: үлестірмелі қағаздар, қима суреттер, түсті қаламдар.

Тренинг барысы: Сәлеметсіздер ме, құрметті ата-аналар! Бүгінгі «Жан экология: Мен өз қаламды сүйемін!» атты ата-аналарға арналған психологиялық тренингімізге қош келдіңіздер!

Ұйымдастыру кезең «Танысу» жаттығуы.

Нұсқау: Танысу ретінде есіміңізге өз бойыңызда кездесетін жақсы қасиеттеріңіздің бірін айтып, өзіңізді ортаға таныстырып өту.

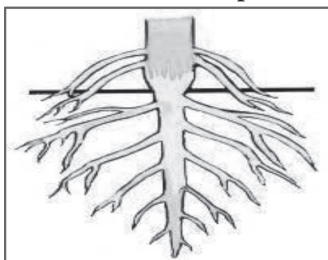
Мысалы: Мен гүлдей – Гүлнармын;

Мен айдай – Айдынмын, т.с.с.

Топқа бөлу: «Отбасылық құндылық ағашы»

Психолог: Құрметті ата-аналар! «Табиғатсыз адамдардың күні жоқ, оны айтуға табиғаттың тілі жоқ» - демекші, адам табиғатпен тығыз байланысты. Табиғаттағы ең маңызды нәрсе ағаш, енді сол ағаштың сіздер қай бөлігін таңдар едіңіз тамыры ма, діңі ме, әлде жапырағы ма? Әркім өз таңдауларыңыз бойынша топқа бөлінеміз: 1-топ: «тамыр»

1-топ: Тамыр



2-топ: Діңгек



3-топ: Жапырақ



Психолог: Экология – ол қоршаған орта, ал қоршаған орта дегеніміз – табиғат. Адам өзіне қажеттінің бәрін табиғаттан алады. Біздің өмір тіршілігіміз табиғатпен тығыз байланысты. Әр баланың ой-санасына табиғатқа, қоршаған ортаға жанашырлықпен қарау дағдысын қалыптастыра білуіміз қажет. Табиғатқа қамқорлық жасау әрбір азаматтың абыройлы міндеті, әрі парасатты парызы. Табиғат қазіргі кезде қамқорлықты қажет етеді. Сондықтан отбасында балаларымызды табиғатты қадірлеуге, қамқор бола білуге үйретуді жалғастыра беруіміз керекпіз. Бізде осы әрекет отбасында қалай қолданылуда екен? Олай болса, ата-аналар тапсырмаларды орындау уақыты да келіп жетті. Іске сәт!

Постармен жұмыс.

I топ: Сіздер табиғатқа қандай қамқорлық көрсете аласыздар? (Суретпен бейнелеу);

II топ: Сіздер табиғатты қалай қастерлей аласыздар? (Өлең жолдармен жазу);

Психолог: «Табиғаттан нәр алған ғой жанымыз,

Ұсынайық жүрек нұрын бәріміз» - деп табиғат туралы өлең жолдары-

на кезек беру:

Ата-ана: Табиғатты қорғап, аялайық,
Бар жақсыны оған аямайық.
Келер ұрпақ мәз болсын ісімізге,
Жалғастырсын күш қосып күшімізге,
Табиғатты қорғайық, аянбайық!

III топ: Отбасында балаларыңызға табиғат қорғау туралы мақал-мәтел, тыйым сөздер айтасыздар ма? (Тыйым сөздер мен мақал-мәтелдердің жалғасын табу).

Топта ата-аналар өз ойларын ортаға салу, бір-бірімен пікір алмасу.

«Лабиринт» ойын: «Жан экологиясына саяхат»

Шарты: Жолдардан өту арқылы әр аялдамада берілген тапсырмаларды орындау керек.

1-аялдама: Іс-әрекет «Табиғатты қорғаудың жолдары»

- Табиғи орындарды сақтау;
- Ауаны, суды ластамау;
- Жер ананы қорғау – өзіңді қорғау;
- Қалдықтарды заласыздандыру;

2-аялдама: Қабылдау «Табиғатты көркейту жолдары»

- Табиғатты көркейту;
- Үгіт-насихат жұмыстарын жүргізу;
- Аландарды көгалдандыру;
- Табиғи ортаны таза ұстау;
- Бұлақ көздерін ашу;



Қорытынды. Рефлексия.

Тренинг бойынша ата-аналар өз ой-пікірлермен бөліседі.

Позитивті өмірлік принциптерді қалыптастыру бойынша түзету-дамыту жұмыстары

Ж. ХАМЗИНА

Мақсаты: оқушылардың эмоциялық көңіл-күйлерін көтеру, өмірлік принциптерін қалыптастыру.

Барысы:

Жаттығу «Онлайн амандасу»

Мақсаты: Амандасу, жағымды көңіл-күй қалыптастыру.

Нұсқау: Төменде көрсетілген белгілер бойынша бір-бірімізбен амандасамыз.



Жаттығу «Мен жақсы көретін мультфильм кейіпкерлері»

Мақсаты: Эмоциялық көңіл-күйді көтеру, өзін-өзі бір қырынан тану.

Нұсқау: Өзіңізге ұнайтын 3 мультфильм кейіпкерлерін жазыңыз. Әрқайсысына 2 жағымды, 1 жағымсыз мінезін жазыңыз. Бірнеше адам оқып болған соң барып интерпретациясы айтылады.

Интерпретация:

1. Таңдалғаны айналадағы адамдардың сіз туралы пікірі;
2. Өзіңіздің пікіріңіз;
3. Қазіргі кездегі өзіңіздің жай күйіңіз.

Талдау:

- Қандай сезімде болдыңыз?

Жаттығу «Жылдамдық»

Мақсаты: Таным процестерін дамыту, жылдамдық.

Нұсқау: Мен сіздерге жылдам сөздер тобын оқимын, сіздер мұқият тыңдап әр сөздің екінші әрпін жазып отырасыздар.

Мысалы: Ес, сезім, анықтау, білек, емен, адамгершілік, кітап, үлкен, білім, екінші. (СЕНІМДІЛІК сөзі шығады)

Талдау:

- Қандай сөз шықты?

Қорытынды: Әрқашан өзімізге сенімді болып, ізгі қасиеттерімізді бойымызға жинай отырып, өмірлік принциптерді қалыптастыру мақсатында позитивті көңіл-күйде жүрейік. Тыңдап қатысқандарыңызға көп рақмет!

Авторлар туралы мәлімет Сведения об авторах

АБДУЛЛАЕВА П. – Ш. Есенов атындағы Каспий мемлекеттік технологиялар және инжиниринг университеті, Білім беру мектебі, Педагогика және психология кафедрасының PhD докторы, қауымдастырылған профессор м.а. Ақтау қаласы.

АНДИРОВА А. – «Мұхит атындағы жалпы орта білім беретін мектебі» КММ-нің педагог-психологы. Қаратөбе ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

АУВАКИР Болат – Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті Педагогика және психология институты Мектепке дейінгі, әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану білім беру бағдарламалар бөлімінің аға оқытушы п.ғ.м. Алматы қаласы.

АЯПБЕРГЕНОВА Н. – Амангелді жалпы білім беретін мектебінің логопеді. Амангелді ауданы, Қостанай облысы.

ЖАҚСЫБЕКОВА А. – Ы. Алтынсарин атындағы тірек мектеп (РО) жанындағы интернат педагог-психологы. Ақсу-Аюлы мекені, Шет ауданы, Қарағанды облысы.

ЖЕНАЕВА Г., САХИ Г., ДАРЖИГИТОВА Ж., ҚҰДАЙБЕРГЕНОВА Г., ҚАШҚЫНБАЕВА А. – Ш. Есенов атындағы Каспий мемлекеттік технологиялар және инжиниринг университетінің педагогика және психология кафедрасының 3-курс студенттері. Ақтау қаласы.

КАЖКЕНОВА А. – «Батыс Қазақстан облысы әкімдігі білім басқармасының Сырым ауданы білім беру бөлімінің «Абай «мектеп-бөбекжай-балабақша» кешені» коммуналдық мемлекеттік мекемесінің психологы. Шағырлой ауылы, Сырым ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

ҚЫДЫРБАЕВА Ұ., САЛИМБЕКОВА Э., ӘБІЛЖАНОВА А. – Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеу мамандығының 4-курс студенттері. Алматы қаласы.

МАСАЛИМОВА Э.Б. – педагог-психолог КГУ «Детский дом №8» УО г. Семей. Восточно-Казахстанская область.

МЕЙРКУЛОВА Н. – №38 мектеп-лицейінің педагог-психологы. Нұр-Сұлтан қаласы.

МУКАНОВА А. – Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Облыстық жасөспірімдер үйі» КММ тәрбиешісі. Қостанай қаласы, Қостанай облысы.

ОСПАНОВА С. – Қорғантұз ЖОББ мектебінің педагог-психологы. Шалқар ауданы, Ақтөбе облысы.

ПЕТРЯКОВА А.В. – Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Облыстық жасөспірімдер үйі» КММ психологы. Қостанай қаласы, Қостанай облысы.

СЕМИЗБАЕВА А. – Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану мамандығының 2-курс студенті. Алматы қаласы.

САРТБАЕВА А. – Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану мамандығының 2-курс студенті. Алматы қаласы.

ТӨЛЕШОВА Ұлмекен – Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті Мектепке дейінгі, әлеуметтік педагогика және өзін – өзі білім беру бағдарламалар бөлімінің аға оқытушысы, педагогика ғылымдарының кандидаты. Алматы қаласы.

ТҮРІКПЕН-ҰЛЫ Жолмұхан – Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ, психология ғылымының профессоры. Нұр-Сұлтан қаласы.

ХАМЗИНА Ж. – Подстепный жалпы орта білім беретін мектебінің педагог-психологы. Теректі ауданы, Батыс Қазақстан облысы.

Индекс 75487

Мектептегі психология - Психология в школе журналы

Құрметті оқырман қауым!

Қолдарыңызға тиіп отырған журнал мектеп, мектепке дейінгі, арнайы, жоғары оқу орындары мұғалімдері мен оқытушыларына, жалпы оқырмандарға арналған.

Журналға «Казпочта», «Ернұрпресс»,
«Евразия Пресс», «Эврика-пресс»
арқылы жазылуға болады.
Жазылу ай сайын жүргізіледі.

**Қиып
алыңыз да,
жазылыңыз!**

		Басылым индексі									
		АБОНЕМЕНТ									
		75487									
Мектептегі психология - Психология в школе											
		Комплекті саны									
2022 жылға, айлары											
қайда											
(почта индексі)		(мекен-жайы)									
кімге		(аты, жөні)									
ПВ		орны									
		Тасымалдау карточкасы									
		75487									
		Басылым индексі									
Бағасы	Жазылу мекен-жайын өзгерту	...теңге	...тиын	комплект саны							
		...теңге	...тиын								
2022 жылға, айлары											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
қайда											
қайда											
(почта индексі)		(мекен-жайы)									
кімге		(аты, жөні)									