



№5 (179), 2023
(Мамыр-Май)

МЕКТЕПТЕГІ ПСИХОЛОГИЯ ПСИХОЛОГИЯ В ШКОЛЕ

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

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

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

МАЗМҰНЫ - СОДЕРЖАНИЕ

Г. АБИЛБАКИЕВА, А. ҚАЗЫ, М. СҰЛТАНБЕК, Ұ. ҚАНАТ

Ересек топ балаларының әлеуметтік-эмоционалды
дағдыларын дамыту жолдары3

**Ұ. ТӨЛЕШОВА, Б. ЖАҚЫПБАЙ, Ж. АБДУЛЛАЕВ,
А. МУСАНОВА**

Қоғамдық коммуникациялық платформалар кеңістігіне
жасөспірімдердің қызығушылығын анықтау9

Н. ЕСЕНҒАЗЫ

Алкомаркеттің зияны12

К. МҰХАШОВА

Аутизм: себептері, белгілері15

С. АЛТЫНБЕКОВА

Инклюзияның қимыл-қозғалыс саласы. Жадыны дамыту
және коррекциялық жаттығулар16

Ж. ИБРАГИМОВА

Казахстанский флагман высшего образования21

Ж. ДОСЫМАНОВА

Взаимопонимание и асертивное поведение24

А. АБДРАХМАН

Менің педагогикалық және психологиялық
әдіс-тәсілдерім34

А. ЛЕПЕСОВА

«Менің ішкі әлемім» тақырыбындағы ойын сабақ36

Г. МАНАБАЕВА

Оқушылардың зейінін дамыту сабағы39

К. САКАУОВА

Оқушыларға арналған арт-терапия сабағы42

ҚҰРЫЛТАЙШЫ:

«Педагог LTD» ЖШС

Бас редактор –

Ақнұр ОЛЖАЕВА

Ғылыми редактор –

М. АХМЕТОВА

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

Басылым индексі: 75487

Басуға қол қойылды

15. 05. 2023 ж.

Офсеттік басылым.

Тапсырысы: 320.

Редакцияның

мекен-жайы:

050036, Алматы қаласы,

Мамыр-2 ы/а, 13-7.

Тел/факс:

8 (727) 255-72-94.

Ұялы тел: 8 777 194 94 58,

8 777 303 37 67.

Эл. пошта:

pedagog-ltd@mail. ru

Журнал <<Print
House GERONA>>

типографиясында
басылды.

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

Көркемдеуші және
беттеуші:

Нұрзат Раймқұлова

Редакциялық алқа: Редакционная коллегия:

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

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

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

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

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

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

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

Ұ. Төлешова – п.ғ.к.
(Алматы, ҚазҰПУ)

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



Жарияланған материалдар редакцияның пікірін білдірмейді. 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 достоверность фактов и сведений в публикациях несут авторы. Рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются.

Главный редактор –
Акнур ОЛЖАЕВА
Научный редактор –
М. АХМЕТОВА

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

Подписано в печать 15. 05. 2023 г.
Печать офсетная.
Заказ 320.

Учредитель:

ООО «Педагог LTD»

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

Тел./факс: 8 (727) 255-72-94;
сот. т.: 8 777 1949458, 8 777 3033767
Эл. почта: pedagog-ltd@mail.ru

Дизайнер-верстальщик
Нурзат Раймукулова

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

НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!

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

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

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

Ересек топ балаларының әлеуметтік-эмоционалды дағдыларын дамыту жолдары

**Г. АБИЛБАКИЕВА,
А. ҚАЗЫ,
М. СҰЛТАНБЕК,
Ұ. ҚАНАТ**

Баланы ерте жастан дамыту мәселесі ежелгі грек философтарының еңбектерінен бастау алған. Платон, Аристотель балалық шақтың ерте кезеңіне басым назар аудармағанымен, қоғамда бала тәрбиелеуде осы кезеңді босқа жоғалтқан уақыт деп санайды. Италияндық гуманистер Л. Аберти, Ф. Барбаро, М. Пальмиери де кішкентай баланың өте маңызды қасиетін дамыту ересектерден талап етілетінін, бірінші кезекте олардың анасына биологиялық және эмоционалдық тәуелді екендігін көрсетеді. Баланы ертеден дамыту керек деген ойлар классик педагогтардың еңбектерінде де көрініс тапқан. А.С. Макаренконың: «Баланы туа салысымен тәрбиелеу керек», - дейтін қағидалары да, адамның барлық қабілеттері, оның физиологиялық, психикалық даму кезеңдеріне негізделген. Ерте жастағы бала дамуының тағы да бір ерекше өзгешілігі – физикалық және психологиялық дамудың тығыз өзара байланысы және өзара әсері туралы есте сақтау керек. Қозғалыс дамуындағы кемшіліктер, мысалы, баланың ақыл-ойының даму деңгейіне әсер етеді, организмнің жалпы әлсіреуі (дұрыс тамақтанбау, шынығудың болмауы және т.б.) ақыл-ой белсенділігін төмендетуге әкеп соғады, қол саусақтарының ұсақ моторикасын дамытуға көңіл бөлмеу, сөйлеу дамуында баяулыққа әкеледі. Қозғалысты, жаяу жүрісті дамыту физикалық жағдай үшін де, баланың жалпы дамуы үшін де маңызды. Ерте жастағы ең маңызды жетістік баланың сөйлеуді игеруі болып табылады. Н.М. Аксарина ерте жастағы баланың дамуы ерекшеліктері негізінде бір жасқа толғанда алғашқы бір сөзді толық айта алатын бала 3 жасқа толғанда құрмалас сөйлем құрасырып айтатын болады, сөздік қоры 1200-1300 сөзге дейін жететіндігін айтады. Анри Уолло балалардың онтогенетикалық дамуына қарай жас шекарасын 7 кезеңге бөліп көрсетеді:

- 1) импульсивті кезең (6 айға дейін);
- 2) эмоционалды кезең (6 айдан 10 айға дейінгі кезең) – эмоцияның жинақталуы;
- 3) сенсомоторлық кезең (10 айдан 14 айға дейінгі кезең) – тәжірибелік ойлаудың қалыптасуы;

4) жобалау кезеңі (14 айдан 3 жасқа дейінгі кезең) – зерттеушілік белсенділіктің қалыптасуы;

5) жеке-даралық кезең (3 жастан 6 жасқа дейін) – «Мен»-нің қалыптасуы;

6) оқу кезеңі (6 жастан 12-14 жас) – объективті жетістік;

7) жыныстық жетілу кезеңі (14 жастан бастап) – өзіндік «Мен» көзқарасына бағытталуы мен өзіндік ойлау қабілетінің қалыптасуы деп түсіндіреді.

Д.Б. Эльконин баланың дамуын ерте жастағы балалық кезең, балалық кезең және өсу кезеңі деп үшке бөледі. Әр кезең баланың іс-әрекетінің жетекші түрімен байланысты екі кезеңмен алмасып отырады.

Бірінші кезеңде «міндетті, мотивті және адамдармен қарым-қатынас нормасын басым игеру және осы негізде мотивациялық-қажетсіну аясын дамыту жүреді», *екіншіде* – «қоғамда өндірілген заттармен әрекет жасау тәсілдерін басым игеру және осы негізде балалардың зияткерлік-танымдық күшін, олардың операциялық-техникалық мүмкіндіктерін қалыптастыру жүреді». Ол осы кезеңдер аралығындағы баланың даму өзгерістерін былайша сипаттайды:

- *нәрестелік кезеңді* қамтитын тікелей-эмоциялық қарым-қатынас;
- *ерте жастағы* балалықты қамтитын заттық-қимылдық кезең;
- *мектеп жасына* дейінгі балалар үшін іс-әрекеттің жетекші түрі болып табылатын рөлдік ойындар деп қарастырады.

Эмоция және сезім уайымдау формасында шынайы шындықты көрсетеді. К. Изардтың ұсынған классификациясы бойынша, оның, «деференциалды эмоция теориясында» эмоцияны фундаменталды және өндірістік деп бөледі. Фундаменталдыға жататындар: *қызығушылық-қобалжу; қуаныш; қайғы-уайымдау; таңқалу; ыза, ашу; жиіркену; қорқыныш; ұялу; кінәләу;*

Балаларда эмоциялық дамуы – екі айлығында анасын тани бастайды. «Кешенді тіршілік» – жақындарына эмоциялық-жағымды сезімдік реакция пайда болады (күлу, уілдеу, көз алмай қарап қалу, назарын шоғырландыру). Бұл алғашқы әлеуметтік қажеттіліктің – қарым-қатынас қажеттілігінің пайда болғанның куәсі болып табылады. 3-4 айлығында балада эмоциялық жағдай: таңырқау, мазасыздану (физикалық жайсыздық жағдайында), қажеттілігін қанағаттандырған кезде босаңсу, еркінсу пайда болады. Таныстарына күледі, таныс еместерді көргенде күлкісін тоқтатады. Жағымды эмоциясын білдірген күлкісі кейіннен айқайға ұласады.

Эмоция мен сезім – бұл адамның қоршаған шындыққа ғана емес, өзіне де жеке қатынасы. Сезімдер мен эмоциялар әлемі күрделі. Эмоционалдық жағдай баланың көңіл-күйін тереңірек түсінуге мүмкіндік береді. Эмоция баланың өмірінде де маңызды рөл атқарады. Эмоция жағдай

балаға шындықты қабылдауға және оған жауап беруге көмектеседі. Ересек топ балаларының эмоционалды әлемі бай және алуан түрлі болады. Негізгі эмоцияларға қуаныш, қорқыныш сезімдері жатады, ал ауыспалы түріне қуану, ашулану, қызғану, қайғыру сезімдері жатады. Баланың қимылдары, күлімсіреуі, дауыс интонациясы арқылы оның сезімдері, тілі және эмоцияны реттеу қабілеті де дамиды. Эмоцияны реттеу – бұл балалардың психоәлеуметтік дамуының бір жағы, бұл баланың өмірінің алғашқы кезеңінде жеті жасқа дейін дамиды. Баланың эмоционалдық қабілеті оның ересектермен, құрдастарымен қарым-қатынасы барысында дамиды. Ерте кезеңнен бастап ғалымдар баланың психикалық дамуын эмоционалдық көріністерімен байланыстырады. Мектеп жасына дейінгі балалар үшін оқу – іс-әрекетін ұйымдасыруда баланың эмоционалды көңілінің ықпалы зор.

Мектеп жасына дейінгі баланың эмоционалды компоненттерін есепке алуымыз қажет. Білім беру жолдары және әр түрлі іс-әрекет кезінде сәбидің эмоционалды көңіл-күйіне ойын ықпал етеді. Эмоционалды компоненттің функциялары адамның бағалы құндылықтарының ең маңызды шарттары. Психологтар эмоция парасатының 5 тармағын ерекшелейді.

1. Сезім, яғни ол пайда болатын сезімді ажырату;
2. Олар лайықты шеңберлерден шықпау үшін сезіммен қарап анықтайтын эмоциялармен басқару;
3. Эмоцияларды бақылау – бұл қабілеттілікті арттыру, тыныштық күйіне өзін келтіру.
4. Өзара арақатынастарды сүйемелдеу.
5. Жас ерекшелікке байланысты мінездемелер:

Негізгі эмоциялар: ренжу, қуану, тынышталу, қорқу. 3-5 жаста құрдастарына құштарлық сезімі дамиды. Жаңа әзілдесу сезімі оянады, әзілдерді түсінеді және әзілдеуді жақсы көреді, өз эмоцияларын баяулатып, кез келген ым арқылы және ымдап сөйлесу эмоциялардың сыртқы белгілерін білдіреді. *Негізгі эмоциялары:* қайғы, ашу, қорқыныш, таңдану, қызығушылық. тыныштық, қуаныш. 5-6 жаста – мектепке баратын уақыттың жақындауын сезінеді: біреулер үрей сезімдері, ал, екіншісінде қуаныш сезімдері пайда болады. *Негізгі эмоциялар:* қорқыныш, ашу, ыза, қайғы, таңдану, мүдде, тыныштық, ар, жазалау, қуаныш, күндеушілік, жиіркенушілік. Эмоциялар, бір жағынан, бала күйінің индикаторлары болып табылады, екіншіден оның танымдық процесстері және мінез-құлық, логикаларына оның ықыласы, қоршаған ортаны қабылдауды ерекшеліктің бағытталғандығын анықтауда ықпал етеді. Біз мектеп жасына дейінгі балалардың эмоционалдық дамуын зерттеудің перспективалық бағыты ретінде қарастырамыз:

- мектеп жасына дейінгі балаларда әр түрлі кезеңдердегі жеке эмоционалдық дамуының жас критерийлерін анықтау;

- мектеп жасына дейінгі балалардың эмоционалдық дамуын қамтамасыз ету үшін психологиялық-педагогикалық қолдау жүйесін ұйымдастыру. Балалар оңтайлы эмоционалдық қатынас және оның жалпы эмоционалдық денсаулығы. Баланың қажеттіліктері, қызығушылықтары, құмарлықтары және эмоциялары үнемі дамып отырады.

А.В. Захарова эмоциялық компоненттерін зерттейді. Ол баланың қанағаттану өлшемдерін атап өтті: 0-ден 0,3-дейінгі – төмен, 0,3-тен 0,6-дейінгі – орташа, 0,6-дан 1,0 - дейінгі – жоғары және теріс мағыналар деңгейлерін көрсетті.

Эмоциялық құбылыс ретінде эмпатияның әрекет ету механизміне психологиялық көзқарасты психологтар Т.П. Гаврилова және Л.П. Стрелкова өз жұмыстарында қарастырған. Т.П. Гаврилова эмпатияны эмоциялы уайымдау формасы ретінде санайды. Бұл уайым индивидтің өткен тәжірибесімен байланысты, одан эмпатия әр түрлі белгіге және модальділікке ие деп түсіндіреді. Эмпатия дегеніміз гректің «patho» сөзінен шыққан (күшті терең сезім, қайғы-қасірет сезіміне жақын сезім. Эмпатия адамның басқа адамдармен әрекет ету ситуациясында нақты ситуацияда пайда болады, бұл уайымда индивидтің құндылықтар жүйесі көрініс береді. К. Юнг және А. Маслоу эмпатияны эмоциялы тәжірибенің шарты және шыңы болып табылады деп санайды. Эмпатия бұл аффективті түсіну, оның эмоциялы табиғаты, басқа адамның ситуациясын алдын ала ойлану ғана емес, ол соны сезіну. Эмпатия түсінігіне «синтониялық» түсінігі өте жақын, басқа адамның эмоциялы өміріне қосылу қабілеті айтылады, ол эмоциялы қарым-қатынастағы қажеттілікпен шартталынады. Эмпатияның әр түрлі формалары адамның өзінің немесе басқа адам әлеміне деген сезгіштігінде негізделінеді. Эмпатиялықты дамыту барысында адамның қасиеті ретінде эмоциялы жауап беру және басқа адамның эмоциялы күйін болжау қабілеті қалыптасады. Эмпатияның жоғары деңгейіне ие адамдар, басқа адамдарға деген қызығушылықты көрсетеді, икемді, эмоциялы және оптимист болады. Жалпы психологияда эмоционалды күйлердің проблемасы Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, Ф.Е. Василюк, С.Л. Рубинштейн еңбектерінде де қарастырылды. Олар эмоцияналды күйлердің базалық, теориялық негіздерін қарастырды. Томкинс пен Изард эмоцияның пайда болу жағдайын қарастырды. Эмоцияналды байсалды кезде жауапкершілігі мол, таза, ұқыпты. Эмоциясы қызу кезде – ашуланғыш. Өзінің әрекетін қадағалай алмайды.

Л.С. Выготский эмоциялардың теориялық мәселелерін өз зерттеулері арқылы қарастырған. Оның көзқарасы бойынша эмоциялар ағзаны белсенділікке ынталандырып, оның қоршаған ортамен өзара қатынасын реттейді. В.К. Вилюнас эмоцияларды жеке психикалық үрдістер ретінде емес, тұлғаның қызметінің көрінісі ретінде қарастырды. Ол эмоционал-

ды құбылыс бейнелеуші мазмұннан және эмоционалды күйзелістен тұрады деп санады.

Э. Клапаред эмоция туралы дамыған бала мен қалыпты жағдайдан ауытқыған баланы ересек адамдармен салыстыра отырып, арнайы тәжірибе арқылы зерттеді. Ол эмоция мен сезім жеке процестер сипатында болғанымен, белгілі жағдайда біріне-бірі ұқсас, алайда олардың өзіндік мәндері ерекше деген көзқараста болды. Эмоция адамның жан дүниесінің әр алуан ерекшеліктерімен байланысты болатындығын да қарастырды. З. Фрейд бірқалыпты дамыған бала мен жүйке ауруына ұшыраған баланың эмоцияларын ересек адамдардың тіршілігімен салыстыра отырып зерттеуге мамандардың үнемі көңіл аударып отыратындарына назар аударды. Көп жағдайда эмоция және сезім синоним ретінде қолданылады. Сезім – тұлға қасиеті, ал эмоция сезімнің көріну үрдісі деп қарастырылады. Сезімнің негізгі көзі адамның іс-әрекеттері. Адамның сезімдері бағыты, тереңдігі, тұрақтылығы және әсерлілігі жағынан әр түрлі болып келеді. Эмоция қалпындағы сезімдерді бастан кешіру азды-көпті байқалатын сыртқы көріністермен (бет-әлпет кейпі, ым-ишарат, т.б.) қатар жүреді. Сезімдер адамның тіршілік қажетіне, өзара қарым-қатынасына байланысты сан алуан формаларда көрінеді. Сезімдерден эмоцияларды айыра білу қажет. Сыртқы дүние заттары мен құбылыстарының адамның қажеттіліктеріне сәйкес келу-келмеуіне байланысты пайда болып отыратын психикалық процестің түрін сезім деп атайды. Қажеттіліктердің түрлеріне, жағдайға байланысты сезім көптеген жағымды және жағымсыз түрде өтеді: қуану, шошыну, абыржу, наздану, мазасыздану, зерігу, психоэмоционалдық зорлану. Сезімдер мен эмоциялардың бірнеше сапалық ерекшеліктері бар. Олардың сапасын көрсететін осындай ерекшеліктердің бірі – қарама-қарсы.

А.Н. Леонтьев эмоцияны іс-әрекет жүйесінде қарастырады. Ол: «Эмоциялар өзіне іс-әрекетті бағындырмайды, қозғалыстың механизмі және нәтижесі болып табылады». Эмоция ішкі сигналдар қызметін орындайды. Эмоция ерекшелігі, олар мотивтер арасындағы қатынасты бейнелейді. А.Н. Леонтьев: «мотивтер сезілмеген уақытта да, олар өздерінің психикалық бейнеленуін ерекше формада – әрекеттің эмоционалды бояуы формасында табады» деген пікір айтады.

Қ. Жарықпаев, О. Сангилбаев «Жантану атауларының түсіндірме сөздігінде» агрессияға мынадай анықтама береді. Агрессия – (лат. *Aggressio* – қаз. шабуыл жасау) – әлеуметтегі адамдардың арақатынас тәртібінің талаптарына қарама-қайшылықты себептенген деструктивтік қылық. Агрессия объектілерге зиян келтіреді немесе психологиялық қолайсыздықтар (қайғыру, қорқыныш, басымды, басқаның пікірін күшпен басып тастау, т.с.с.) туғызады. Агрессивті балалардың мінез-құлқын тәртіпке

келтіруде мына бағыттарда жұмыс істеу қажет:

1. Ашу – ызаны қолдануға болатын жағдайларға үйрету;
2. Балаларды әртүрлі жағдайларда өзін-өзі ұстай алуға, өзін-өзі басқару әдістеріне үйрету;
3. Шиленіскен жағдаяттарда сөйлесу дағдыларын қалыптастыру;
4. Адамдарға сену, жаны ашу сияқты қасиеттерді қалыптастыру.

Баланың **әлеуметтік-эмоционалдық** дамуы өзара тығыз байланыстағы екі негізгі процесті қамтиды:

- ересектермен және құрдастарымен түрлі қарым-қатынас орнату қабілетінің дамуы;

- баланың ересек адамның көмегін қажет ететін толық тәуелділігінің, жеке дербестікке біртіндеп ұласуы.

Балада ересектердің онымен әуел бастан **эмоциялық қарым-қатынасының** арқасында қарым-қатынас қажеттілігі туындайды, физиологиялық эмоционалдық реакциялар бірте-бірте әлеуметтік маңызды реакцияларға түрленеді.

Ересек топ балаларының әлеуметтік-эмоционалдық дағдыларын әлеуметтік ойындар арқылы қалыптастыруға болады. Мысалы:

«Өз көңіл-күйін бейнелеу» жаттығуы.

Тапсырма: Өз көңіл-күй, сезім, эмоциясын саналы басқару қабілетін дамыту. Басқа адаммен әсерлесу өз сезімі мен көңіл-күй ыңғайластыру қабілетін дамыту. *Орындау уақыты:* 30 минут.

Жүргізілу барысы: Балалар өз қалауындағы суретті салып, қажетті өздерінің көңіл-күйлеріне қатысты оны бояйды.

«Белгілі бір эмоцияналды қалыпқа келтіру» жаттығуы

Мақсаты: Мазасыздану деңгейін төмендету.

Өтілу барысы: Ойша тоқыған, мазасыз эмоцияналды қалыпты бір әуенмен, түспең, пейзажбен, ал тыныш бой жазған қалыпты өзге көрсеткіштермен байланыстыру. Мазасыздану қалып кезінде алдымен 1-қалыпты, кейін екінші, сосын 3-шісіне көшу, осы бірнеше рет қайталанады.

Пайдаланған әдебиеттер тізімі:

1. Выготский Л.С. Педагогическая психология. – М., 1990;
2. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения. – М.: 1996;
3. Жубаназарова Н.С. Жас ерекшелік психологиясы. – Алматы: МОН, 2015. - 210 б.;
4. Токсанбаева Н.К. Тұлғаның психологиялық диагностикасы // «Дарын» республикалық ғылыми-практикалық орталығы, 2012;
5. Қасымова Р.С, Төлешова Ұ.Б. Психология және адам дамуы// оқу құралы / Алматы: Қазақ университеті, 2017. 186 б.

Қоғамдық коммуникациялық платформалар кеңістігіне жасөспірімдердің қызығушылығын анықтау

Ұ. ТӨЛЕШОВА,
Б. ЖАҚЫПБАЙ,
Ж. АБДУЛЛАЕВ,
А. МУСАНОВА

XXI ғасыр – Интернет ғасыры. XXI ғасыр электронды дәуір! Электронды дәуірдің жаңа бағыттарының көптігі мен жылдамдық екінінінің күштілігі сондай – ол адамның табиғи физиологиялық дамуы, әлеуметтік қарым-қатынастардың орын алуы алдына шығып кетті. Кішкентай балалар жүруге және сөйлеуге үйренбестен бұрын планшеттер мен смартфондарға қол жеткізе алса, есейе келе виртуалды доспен қарым-қатынасқа түседі, яғни өмірдегі шынайы достан әлеуметтік желідегі виртуалды достары көбірек болады. Бүгінгі күнде әлеуметтік желілерге күнделікті кірмеу мүмкін емес. Әлеуметтік желі кез келген ақпараттарды алу, бөлісу, тарату, іздеу құралы іспеттес. Әлеуметтік желілердің адамға әсері ғалымдарды көбірек алаңдатады. Қазіргі уақытта әлеуметтік желілер жасөспірімдердің мінез-құлқын талқылауда өзекті тақырыптардың бірі, қатынас қажеттілігін қанағаттандыру құралы болып отыр. *Қатынасқа қажеттілік* – адам өміріндегі ең басты қажеттіліктердің бірі. Қоршаған әлеммен қатынасқа түсе отырып, біз өзіміз туралы ақпарат береміз, оның орнына бізді қызықтыратын мәліметтер аламыз, оларды талдаймыз және осы талдаудың негізінде социумда өзіміздің қызметімізді жоспарлаймыз. Осы қызметтің тиімділігі ақпаратпен алмасу сапасына ішінара тәуелді, бұл өз кезегінде қарым-қатынастар субъектілерінің қажетті және жеткілікті коммуникативтік тәжірибесінің болуымен қамтамасыз етіледі. Осы тәжірибе неғұрлым ерте меңгерілетін болса, коммуникативтік құралдар неғұрлым байырақ болса, өзара әрекеттесу соғұрлым табыстырақ жүзеге асырылады. Сәйкесінше, тұлғаның социумда өзін-өзі танытуы мен маңыздануы оның коммуникативтік мәдениетінің қалыптасу деңгейіне тікелей тәуелді. «Мәдени кеңістік» тұжырымдамалық мағынасы өте өзгермелі, маңызды. «Мәдени кеңістік» мен «коммуникациялық платформалар кеңістігі» бір-бірімен тығыз байланысты. И.М. Гуткин «Мәдени кеңістік – уақыт пен адамдардың менталитеті арасындағы байланыс» дейді. К. Леви-Стросс «Адамның мәдениеті мен кеңістігі адам өмір сүретін мәдени аймақ» деген.

«Коммуникация» латын тілінен аударғанда «ортақ ету, байланыстыру, араласу» дегенді білдіреді. XIX ғасыр коммуникация техникалық мағынада «байланыс орнындағы жолдар, құралдар деп қолданылды. XX ғ. ол әлеуметтік мағынаға ие болды. «Қарым-қатынас» ұғымы – ғалымдар коммуникация ұғымы екеуі бір мағынаны білдірмей ме деп зерделеді. И.В. Лабутованың пікірінше, коммуникативтік қабілеттердің әрбір тобының құрылымы өзіне үш басты компонентті қамтиды:

- *психотехникалық* (қатынастағы индивидтің психофизикалық өзін-өзі реттеуі);
- *экспрессивті* (вербалды және вербалды емес қатынас құралдары);
- *тұлғааралық* (өзара әрекеттесу, өзара түсіну және өзара ықпал ету үдеріспен байланысты);

Жасөспірім кезеңі – адам бұл кезде жаңа өмірге қадам бастайды. Өз тұлғасын қалыптастырады. Жасөспірімдік шаққа (12-13-тен 15-16-ға) дейін кезеңдерді аламыз. Жасөспірімдерде физикалық даму өзінің тануында «Мен өзімді басқалар арасында қалай көрсете аламын» деген сұрақ мазалайды. Өзін-өзі дамытуда досқа деген мұқтаждық қатты байқалады. Досты және оған қызмет ету жасөспірім үшін үлкен орын алады. Достық арқылы жасөспірім адамдар арасындағы байланыс, әріптестік, бірін-бірі құтқару, екінші біреу үшін тәуекелге бару. Достық сонымен қатар сенім арқылы басқаны және өзіңді тереңірек тануға мүмкіндік береді. Жасөспірімдік шақта достар арасындағы сатқындық, сырларын жария ету, ұрыс керіс барлығын түсіне бастайды. Коммуникативті іс-әрекет жасөспірім кезіндегі жетекші болғандықтан, қарым-қатынас дағдыларының болмауы және қарым-қатынас қабілеттерінің төмен деңгейі жасөспірімнің ішкі ашылуын және оны оқуда, құрдастар арасында және жалпы қоғамда жүзеге асыруды қиындатады, жасөспірімнің конструктивті емес қарым-қатынасына және оның әлеуметтенуінде ауытқулардың пайда болуына әкеледі. Жасөспірімнің қатынас жүйесіне екі негізгі әлеуметтік-психологиялық кіші жүйелерден тұратын *ансамбль* кіреді: «*жасөспірім-құрдас*» (аға-інілері, әпке-қарындастары, құрдастары, сыныптастары, қатынас жасау тобы) кіші жүйесі «*жайғастырылатын*», «*ересек адам-жасөспірім*» (ата-аналар, педагогтар) кіші жүйесі. *Коммуникативті қабілеттер* – бұл білім мен дағдыларды меңгеру табыстылығының динамикасы мен тиімділігін, сондай-ақ оның дамуын қамтамасыз ететін тұлғаның жеке психологиялық ерекшеліктері, қалыптастыру және қолдау дағдыларының шығармашылық негізі, серіктестік негізіндегі өзара іс-әрекет. Қарым-қатынас мәселесі «коммуникативті қабілеті» ұғымымен тығыз байланысты. Қарым-қатынас байланысқа кірудің тиімді қабілеті. Қоғамда адам айналасындағы адамдармен үнемі өзара әрекеттеседі, қажеттіліктері мен эмоциялық байланыста болады. Белгілі психологтар Л.С. Выготский, В.Н. Курбатов, А.А. Леонтьев, т.б. көптеген энциклопедиялық сөздіктерде «коммуникация – хабарлау жолы, қарым-қатынас

деп түсіндіреді. Ал Т. Парсонс, К. Черри, Ю.Д. Пирлюк коммуникация – қоғамдағы ақпараттық алмасу деген пікір айтады.

Белгілі философ С. Каган коммуникация мен қарым-қатынастың басты екі қатынасына қарай айырмашылықтары бар дейді.

Біріншіден, қарым-қатынас практикалық та, материалдық, рухани, ақпараттық және практикалық-рухани сипатқа ие, коммуникация тек ақпараттық үрдіс – белгілі бір ақпаратты тасымалдайтын дейді.

Екіншіден, өзара әрекет жүйесіне түсетін байланыстардың сипаты мен ерекшеленеді. Коммуникация субъекті-объектілік байланыс, субъект қандайда бір ақпаратты береді (білім, идея, іскерлік хабарлама, мәлімет, нұсқау және т.б.), ал объект ақпаратты пассивті алушы (қабылдаушы) ретінде болады.

Жасөспірімдік шақ қатты толқымалы кезең болып келеді. Кейбір психолог ғалымдар жасөспірімдік шақты «ұзап кеткен балалық шақ» ретінде қарастырады. Көп жасөспірімдер өздерінің қабылдау, есте сақтау қабілеті, сөйлеуі, ойлау қабілеті және оларға жаңа нәр беруге тырысады. Баланың туылғаннан жасөспірімдік кезеңге дейінгі психикалық дамуын диагностикалауға практикалық жүйе ендірген, лонгитюдті әдісінің авторы психолог ғалым А.Гезелл болды. Ол бақылаудың объективтілігіне байланысты ең бірінші жартылай өткізетін айна қолданды. Кейіннен бұл атақты «Гезелл айнасы» деп аталды. Қоғамдық коммуникациялық платформалар (*Instagram, Tik-Tok, YouTube*) кеңістігінде жасөспірімдерге берілетін ақпараттарды зерттеу, талдау, жағымды немесе жағымсыз тұстарын нақтылау қазіргі таңның кезек күттірмес мәселелерінің бірі. Қазіргі таңда жасөспірімдердің қатынас, байланыс құралдары қоғамдық коммуникациялық платформалар (*Instagram, Tik-Tok, YouTube*) кеңістігі болып отыр. Осы орайда аталған қоғамдық коммуникациялық платформаларға талдау жасап, ақпараттарды сараптап, қажетті нұсқаулықтар ұсынудың маңызы арта түсуде.

Жасөспірімдердің қоғамдық коммуникациялық платформалар кеңістігіне (*Instagram, Tik-Tok, YouTube*) тәуелді екені бәрімізге мәлім. Сондықтан аталмыш платформалар кеңістігіндегі ақпараттардың сапасы мен балалардың мінез-құлқына, қарым-қатынасына, тұлғалық дамуы мен рухани-адамгершілік тәрбиесіне ықпалы әлі де зерттеуді қажет етеді. Қоғамдық коммуникациялық платформалар кеңістігінде отыратын жасөспірімдер біріншіден жолдастарымен, ересектермен, ата-аналарымен қарым-қатынасын жоғалтады. Компьютерлік технологиялар дәуірінде бүкіл әлемдік ғаламтордың ақпараттық ресурстарына қол жетімді жағдайда адамдар виртуалды қарым-қатынасты көбірек қалайды. Жасөспірімдер әрбір минут сайын әлеуметтік желілерде сөйлесуді (*Instagram, Tik-tok, YouTube*) коммуникациялық платформалар кеңістігінде таңнан кешке дейін уақыт өткізуді әдетке айналдырған. Бұндай жағдай, қысқа

хабарламалар арқылы сөйлесу жасөспірімдердің қарым-қатынас шектелуі, сөздік қорын азайтуы, орфографиялық ережелерді сақтауы және т.б. мәселелер туындауда. Жасөспірімдердің мінез-құлқы құбылмалы болғандықтан оларды қадағалау жұмыстары жүргізіліп отырылуы тиіс. Сынып жетекшісі, ата-аналар балалар отыратын коммуникациялық платформалар кеңістігіндегі ақпарат бағыттарымен, олардың жағымды, жағымсыз тұстарымен таныс болуы тиіс. Осы орайда бұл жоба кезек күттірмейтін тың мәселе деп есептейміз, әрі болашақ ұрпағымыздың саналы, білімді, адамгершілігі жоғары, ұлттық құндылықтарды қастерлей білетін ұрпақ тәрбиелеу басты міндет. Жасөспірімдер білімге деген қажеттілікті мұғалімінен сұрағаннан гөрі интернеттен сұрағанды жөн көреді. Цифрлық шектеуді қоя алмастан виртуалды әлемде адасуда. Әлеуметтік желілерде белсенді болу, парақшаға жазылушылардың санын арттыру қалыпты жағдай. Біз әлеуметтік желідегі ақпараттарды жоққа шығарып отырған жоқпыз, жағымды жағымсыз тұстарын анықтап тиімді пайдалану жолдарын ұсынып, әлеуметтік желілердің мүмкіншілігін пайдалану арқылы танымдық потенциалды көтеру жолдарын жетілдіруді мақсат тұтып отырмыз. Іске асыру басты міндет.

Пайдаланған әдебиеттер тізімі:

1. Жубаназарова Н.С. Жас ерекшелік психологиясы. – Алматы: МОН, 2015. - 210 б.

1. Гнатышина, Е.В. Социокультурный подход как общенаучная основа формирования цифр. Белобородов, А. М. Развитие коммуникативных способностей подростков в процессе тренингового воздействия // Научный диалог. 2013. №9. - С. 6 -20.

2. Андрианов, М.С. Невербальная коммуникация: психология и право / М.С. Андрианов. – М., 2007. 6.

3. Обучение цифровым навыкам: глобальные вызовы и передовые практики. Аналитический отчет. – М.: АНО ДПО «Корпоративный университет Сбербанк», 2018, 136 с.

Алкомаркеттің зияны

Н. ЕСЕНҒАЗЫ

Қазақ халқында «Қызың арақ ішсе – қызығыңның кеткені, ұлың арақ ішсе – ырысыңның кеткені» деген де ұлағатты сөз бар.

Алкоголдік ішімдіктердің зияны кейбір есірткілерді де артта қалдырады. Алкогольдік ішімдіктер – 100% есірткі, есірткі сияқты есіртеді. Оған бірден бір себеп, алкогольдік ішімдіктерді ауылда, ауданда, қалада «Алкомаркет» дүкендерден түнде де сатып алуға болады. Сыраханалар және арақ сататын дүкендер аз болғандай, соңғы кездері ауылдарда, аудан орталығында, қалаларда күндіз-түні алкогольді ішімдіктер сататын «Алкомаркеттер» қаптап кетті.

Нарколог ғалымдардың зерттеуі бойынша, балалар 8-10 жасында қызығып, ата-анасына, ұстаздарына, достарына еліктеп, әуестікпен алкогольдік ішімдіктердің «дәмін» татып көре бастайды. Әлеуметтік зерттеулерге сай балалар мен жасөспірімдер 13-15 жастағы ұлдардың 75%, қыздардың 40% сырадан бастап, шарап, араққа дейінгі ішімдіктерді ішіп көргенін айтады.

Алкоголизм себептеріне тұрмыстың нашарлығы, экономикалық жайсыздық, әлеуметтік тұрақсыздық, психологиялық, биологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы, санитарлық-гигиеналық тәртіптің жоқтығы, кәсіби сәтсіздік, медициналық-физиологиялық қолайсыздықтар (гендік-тектік) физиологиялық-биохимиялық және экологиялық факторлар жатады.

Алкоголизмнің дамуы үш кезеңнен тұрады:

Бірінші: Невростеникалық. Ағзалар мен нерв жүйелері қызметіне орасан зор басылмайтын физиологиялық өзгерістер пайда болады да, олар дами түседі. Ұйқы нашарлайды. Ой жұмысына деген қабілет мүлдем жойылып кетеді. Бас ауырады, мазасыздық дендеп алады. Не болса, соған ашулана береді.

Екінші: Наркоманиялық алкогольдік психоз басталып, ол дами түседі. Алкогольдік ішімдіктерге тәуелділік пайда болады. Адам ішпесе тұра алмайтын жағдайға келеді. Тұрақты маскүнемдік көзге көріне бастайды.

Үшінші: Қорытынды немесе энцефалопатиялық. Ешқандай үзілісті білмейтін, салынып ішетін адамдар әбден маскүнемдік фазасына көшеді. Бүкіл ағза әлсірейді. Адам күш-қуатынан мүлдем айырылып қалады.

Алкогольді ішімдіктердің кесірінен наркологиялық, неврологиялық, психологиялық аурулар және туа пайда болған ауру балалар көбейіп кетті. Алкогольді ішімдіктер – ол биологиялық у. Ол барлық органдарды зақымдайды. Ағзаның жұқпалы ауруларға қарсы тұратын қабілетін бірден жойып жібереді. Мұның бәрі адамның мезгілсіз уақытта өліп кетуіне әкеп соғады. Алкогольді ішімдіктерді аш ішек тез арада сіңіріп, қанға бірден өткізеді. Қан алкогольді барлық денеге таратады. Ол ең алдымен мидың қызметін бұзады. Адамның миы жұмыс істемей қалады. Спирттың у концентрациясы 70-80%-ке дейін жетеді. Бұл мөлшер қандағы спирттің мөлшерінен әлдеқайда көп. Спирт бауырда да көп жиналады 48%. Алкоголь ағзаға өте тез арада сіңеді, небәрі 5-7 минут ішінде қанға сіңіп, бірнеше биохимиялық-физиологиялық өзгерістер туғызады. Нерв жүйесін бұзады. Эпилепсия ауруын тудырады. Күнделікті

тұрмыста болатын травмалардың 20% алкогольді ішімдіктерді ішуден болады. Авто-транспорттық апат 50% осы алкогольді ішімдіктерді ішуден туындайды. Алкоголь ағзалардағы болатын витаминдерді (В, РР, С, А, F) жойып жібереді. Сондықтан да адамның зат алмасу үрдісі кенет төмендеп кетеді. Алкоголдің ауыр жүгі адамзат баласы биологиялық деградацияға ұшырайды. Біртіндеп жер бетінен жоқ болады. Мұның бәрі ғылыми дәлелденген аксиома. Мұны «популяциялық деградация» деп атайды. Оның белгілі коэффициенті болады. Ақыл-ойы дамуы жетіспеген балалардың 3% дүниеге келіп жатыр.

Алкогольді ішімдіктерді пайдалану эмоционалды босаңсудан, еркінсуден басталады. Жалпы алғанда, алкогольді ішімдіктер жайлы, ыңғайлы сезімдерге бөлейді. Алкогольді ішімдіктерді жиі пайдалану адамның санасында жайлы жағдай мен алкогольді ішімдіктерді пайдалану арасында байланыс орнатып тастайды. Келе-келе адам босаңсуды, жан рахатын алкогольдік ішімдіктерден алуға көшеді, әдеттенеді, үйренеді. Алкогольдік ішімдіктерден адам алқашқа айналып шыға келеді. Одан кейін еш нәрсеге зауқы болмайды, бар ойы алкогольдік ішімдіктерді табу болады. Алкогольді ішімдіктерді табу үшін жақындарына өтірік айтады. Алкогольдік ішімдіктерді ішпейтін жақындарын жек көре бастайды. Шаттану, қуану, көңіл көтерудің барлығын алкогольдік ішімдіктен табылады. Алқаш тек алкогольдік ішімдіктер арқылы жақсы сезімдерді бастан өткеремін деп ойлайды. Алкогольдік ішімдіктерді ішпеген күндер оның жанын жабырқатып, зеріктіреді, көңіл-күйі болмайды. Басында, «керемет» көңіл-күйге жеткізуші алкогольдік ішімдіктерді тек демалыс күндері пайдаланылса, біртіндеп апта ортасына қарай көше бастайды. Алқаштың сенбі-жексенбі күндерін күтуге шыдамы жетпейді. Сол күннен бастап жұмыс орнында, қонақта, отбасында ұрыс-керіс басталады.

Алкогольдік ішімдіктерді аз мөлшерде ішсе де денсаулыққа ешқандай пайдасы жоқ. Алкогольдік ішімдіктердің пайдасын өндіріс иесі мен сатушылар ғана көреді. Алкогольдік ішімдіктердің қоғамға зияны өте көп. Жоғарыда айтқандай қылмыстардың барлығы дерлік алкогольдік ішімдіктердің кесірінен болады. Жыныстық жұқпалы аурулар осы алкогольдік ішімдіктерді ішетін жастардың арасында көбейіп кетті. Қазір жастардың көбі арақтан аулақ жүреді. Бірақ, сыра ішіп, сырын айтады. Алкогольдік ішімдіктердің ең зияны да осы сыра екен. Қызтеке және Еркекшора деген аурулар сыра ішкендердің ұрпағы екенін ғылым дәлелдеді.

Маскүнемдік адамдардың денсаулығын құртып қоймай, жалқаулық пайда болып, шаңырағын шайқалтады, әл-қуатынан айырып, берекесін бұзады. Алқаш адам басшы, бай болса, айналасындағы жағымпаздар ішкіш болып келеді.

Алкоголизмнен құтқаратын ең дұрыс шара – өзінің жаны қалайтын сүйікті ісімен шұғылдану. Егер сізде алкогольдік ішімдіктерге деген әуестік артып бара жатса, жүрегіңізге жақын қызықты іспен шұғылданыңыз. Ол мүмкін ақылдасу алқасын құру, кітап оқу, бата, сүре жаттау, қол жұмысы, музыка, түрлі аспаптар, сурет салу, басқа да түрлі өнер түрлері шығар.

Алкомаркет дүкендерін Қазақстанда түгел жабу керек деп Үкіметтен талап етеміз!

Аутизм: себептері, белгілері

К. МҰХАШОВА

Аутизм – психикалық және психологиялық даму бұзылыстарын, оның ішінде қарым-қатынас жасамау және эмоциялық сезімдердің болмауының көріністерін айтады. Аутизм (гр. autos өзім) – тұлғаның қоршаған ортадан оқшаулануы, өз-өзімен болуы. Аутизм спектрі толық зерттелмеген, көбіне генетикалық факторлардың әсерінен болады және егде тартқан ата-аналарда туылады де есептеледі. Аутизм спектрі көбіне ер балаларда кездеседі.

Аутизм синдромы – бала дамуындағы ерте жас кезеңіндегі ауытқушылықтың ауқымды түрі, бұл дерт әлеуметтік қоршаған ортамен қарым-қатынас орнатудың болмауын білдіреді. Қазіргі кезде бұл ауырудың пайда болуының нақты себептері толығымен айқындалмаған, дегенмен де көптеген ғалымдардың өздерінің зерттеулерінде аутизмнің туындау себебі ол – орталық жүйке жүйесінің бұзылуы деген тұжырымға тоқталады. Сондай-ақ, тұқымқуалаушылық фактордың да әсері бар және аутист балалардың миларында органикалық зақымдалу да жиі кездеседі екен. Яғни, себептері ретінде: тұқымқуалаушылық хромосомалық өзгерістерді, зат алмасу өзгерістерін, анасының жүктілік кезінде және туу кезіндегі алған жарақаттар, нейро инфекциялар т.б. жағымсыз әсерлер көрсетілген. Дүниежүзі бойынша аутизм өзіндік белгілеріне байланысты жіктеледі:

F84.0. – бұл бала аутизмі (аутистік бұзылыстар, бала аутизмі, бала психозы, Каннер синдромы);

F84.1. – бұл Атиптік аутизм (атиптік бала психозы, аутизм белгілері бар ақыл-ой дамуының кешеуілденуі енеді);

F84.2. Ретта синдромы бұл негізінен қыз балаларда тұқымқуалаушылықпен берілетін психоневрологиялық дерт;

F84.3. – ерте бала жастағы басқа да дезинтегративтік бұзылыстар (бала деменциясы, дезинтеграциялық психоз, Геллер синдромы, симбиотикалық психоз);

F84.4. – ақыл-ой дамуының кешеуілденуімен және стереотиптік қимылдармен үйлескен гипербелсенді бұзылыс;

F84.5. – аспергер синдромы (аутистік психопатия, бала жастағы шизоидтік бұзылыстары);

F84.8. – дамудың басқа да бұзылыстары.

Негізінен алғанда аутизмге ұшыраған баланың еркелігі басым, тәртібі нашар сияқты сипатта болады, осыны дер кезінде анықтаған жағдайда оларды емдеуге болады. Сонымен қатар, аутизммен ауыратын балалар аса тұйық болып келеді, сондықтан олармен жылы қарым-қатынас орнатып сенімін ұялату керек. Олардың тұйық болуларының өзіндік себептері

де жоқ емес, айталық: көру, есту кемістіктерінің болуы, сөйлеу процесінің дұрыс болмауы, баланың жиі оқшау қалуы және т.б. Мәселені зерттеуші ғалымдардың бірі Л. Каннер аутизмді нақты психикалық дамудың бұзылуынан деген тұжырым жасаған және келесідей:

- жалғыз қалуды ұнатулары;
 - көзге тіке қарамау;
 - мимика, жест, дауыс және дыбыс ырғақтарының болмауы;
 - әрекеттерінің шарттары тұрақты болу салдарынан тырысуы;
 - эмоцияның болмауы, ешкіммен араласпайтындықтары;
- біркелкі қимылдарды қайталаулары сынды көрсеткіштерін ажыратқан.

Аутизм синдромы бар балаларды оқыту және тәрбиелеуде жаңа технологияларды қолдану маңызды, өйткені оларда оқу материалын визуалды түрде елестете алу қабілеті қалыптасып, дамиды. Оларға ақпаратты жайдан, күрделіге қарай ұстанымына сай беру де маңызды және де ақпаратты көрнекі түрде демонстрациялау қандай іс-әрекет болсын оны әсерлі етіп көрсетеді. Өз кезегінде бұл арнайы оқытуға да ықпал етеді. Қазіргі кездегі заманауи құралдар, диагностикалық әдістер және технологияларды қолдану баланың, соның ішінде аутист баланың қызығушылығын оятады. Бұл технологиялар аутист балаға сол кездегі өзінің функциясын анықтап, сол кезде пайда болатын объективті қиындықтарды анықтап, оларды қолжетімді тәсілмен жеңуге көмектеседі. Сонымен қатар мұндай балалардың ерекшелігіне қарай физикалық және сөйлеу терапияларын да қолданған тиімді.

Инклюзияның қимыл-қозғалыс саласы. Жадыны дамыту және коррекциялық жаттығулар

С. АЛТЫНБЕКОВА

Қазіргі таңда барлық әлем жұртшылығының назарын аударып отырған мәселе балалардың жеке сұраныстары мен ерекшеліктеріне ортаның, отбасының қатысуымен білім беру үрдісіне толық қосуды қарастыратын инклюзивті білім беру. Осы жаһандық мәселеге әлем ғалымдары мынадай анықтама береді: инклюзивтік білім беру дегеніміз – барлық балаларды, соның ішінде мүмкіндіктері шектеулі балаларды жалпы білім үрдісіне толық енгізу және әлеуметтік бейімдеуге, жынысына, шығу тегіне, дініне, жағдайына қарамай, балаларды айыратын кедергілерді жоюға, ата-аналарын белсенділікке шақыруға, баланың тү-

зеу-педагогикалық және әлеуметтік мұқтаждықтарына арнайы қолдау, яғни, жалпы білім беру сапасы сақталған тиімді оқытуға бағытталған мемлекеттік саясат.

Инклюзивті (франц. *inclusif* – өзіне енгізетін, лат. *include* – ішіне аламын, енгіземін) немесе енгізілген білім беру – жалпы білім беру мектептерінде ерекше қажеттіліктері бар балаларды оқыту үрдісін сипаттау үшін пайдаланылатын термин. Инклюзивті білім берудің негізіне балалардың кез келген кемсітушілігін болдырмайтын, барлық адамдарға тең қарым-қатынасты қамтамасыз ететін, бірақ ерекше білім алу қажеттіліктері бар балалар үшін ерекше жағдай жасайтын идеология жатады.

Инклюзивті білім беру – мүгедек пен дамуында сәл бұзушылығы мен ауытқулары бар балалардың дені сау балалармен бірге олардың әлеуметтендіру және интеграция процестерін жеңілдету мақсатындағы бірлескен оқыту. Инклюзивті оқыту біріктірілген (оқушы дені сау балалар сыныбында/тобында оқиды және дефектолог-мұғалімнің жүйелі көмегін алады), жартылай (жеке балалар күннің бір бөлігін арнайы топтарда, ал екінші қарапайым топтарда өткізеді), уақытша (арнайы топтардағы балалар және қарапайым топтардың оқушылары бірлескен серуендерді, мерекелерді, сайыстарды, жеке істерді өткізу үшін біріктіріледі), толық (дамуда ауытқулары бар 1-2 бала бала бақшаның, сыныптың, мектептің қарапайым топтарына енгізіледі, мамандардың бақылауы бойынша түзету көмегін ата-аналар көрсетеді) болады.

Инклюзивті оқыту – ерекше мұқтаждықтары бар балалардың жалпы білім беретін мектептердегі оқыту үрдісін сипаттауда қолданылады. Демек, инклюзивті оқыту негізінде балалардың қандай да бір дискриминациясын жоққа шығару, барлық адамдарға деген теңдік қатынасты қамтамасыз ету, сонымен бірге оқытудың ерекше қажеттілігі бар балаларға арнайы жағдай қалыптастыру идеологиясы жатыр. Осы бағыт балаларды оқуда жетістікке жетуге ықпал етіп, жақсы өмір сүру жағдайын қалыптастырады. Мүмкіндігі шектеулі балалардың білім алу құқықтары «Қазақстан Республикасының балалардың құқықтары туралы», «Білім беру туралы», «Мүмкіндігі шектеулі балалардың әлеуметтік және медициналық-педагогикалық түзетуге ықпал ету туралы», «Арнайы әлеуметтік қызмет туралы» Қазақстан Республикасының Заңдарында, Қазақстан Республикасының Конституциясында бекітілген. Инклюзивті білім беру немесе «білім баршаға» бағдарламасы – барлық балаларға мектепке дейінгі оқу орындарында, мектепте және мектеп өміріне белсене қатысуға мүмкіндік береді.

Инклюзивті білім беру дегеніміз – балалардың жынысына, жас ерекшеліктеріне, географиялық тұратын жеріне, қимыл-қозғалыстық және ақыл-есінің жағдайына, әлеуметтік-экономикалық жағдайына қарамастан, сапалы білім алу және өздерінің потенциалдық дамыту мүмкіндігі-

не ие болу. Инклюзивті оқыту – барлық балалардың мұқтаждықтарын ескеретін, ерекше қажеттіліктері бар балалардың білім алуын қамтамасыз ететін жалпы білім үрдісінің дамуы. Инклюзивті оқыту балалардың оқу үрдісіндегі қажеттіліктерін қанағаттандырып, оқыту мен сабақ берудің жаңа бағытын өңдеуге талпынады. Егер инклюзивті оқытудың оқыту мен сабақ беруге енгізілген өзгерістері тиімді болса, онда ерекше қажеттіліктері бар балалардың жағдайлары да өзгереді. Инклюзивті оқытуды ашқан мектептерде оқыған балалар адам құқығы туралы білім алуға мүмкіншілік алады, өйткені олар бір-бірімен қарым-қатынас жасауға, танып білуге, үйренеді.

Инклюзивтік білім беру – барлық балаларды жалпы білім үрдісіне толық енгізу және әлеуметтік бейімдеуге, жынысына, шығу тегіне, дініне, жағдайына қарамай, балаларды айыратын кедергілерді жоюға, ата-аналарын белсенділікке шақыруға, баланың түзеу – педагогикалық және әлеуметтік қажеттіліктерін арнайы қолдау, қоршаған ортаның балаларды жас ерекшеліктеріне және білімдік қажеттіліктеріне бейімделуіне жағдай қалыптастыру, яғни, жалпы білім беру сапасы сақталған тиімді оқытуға бағытталған мемлекеттік саясат.

Психикалық дамуының негізгі бұзылыстары интеллектуалды даму деңгейі, яғни, зейіні, есте сақтауы, ойлауы, кеңістікті бағдарлауы төмен болып келеді. Осы себептерге байланысты психикасы дамуы тежелген (ПДТ) балалардың оқу үлгерімі төмен болады. Бұл балалардың оқуға үлгермеушілігі жеті-сегіз жастан анық байқалады. Ата-аналары көмекші не арнайы мектептер мен мектеп-интернаттарға, психологиялық-педагогикалық түзеу кабинеттері мен коррекциялық-түзету сыныптарына балаларын бергісі келмеген жағдайда жалпы білім алатын мектептерде ПМПК-ның ұсынысы бойынша жеңілдетілген бағдарламамен оқытуына толық құқылары бар. Жалпы білім беретін мектептер мен бала бақшалар ПМПК-ның қорытындысы бойынша көрсетілген, яғни, баланың деңгейіне қарай жеңілдетілген бағдарламамен кемтар балаларды тәрбиелеуге және инклюзивті оқытуға дайын болғандары жөн. Инклюзивті оқытуға жалпы мектептерде арнайы психологы, әлеуметтік мұғалімі, олигофрено мұғалімі, логопед мамандары жұмыс жасайды. Егер бала көмекші бағдарламаны толық игерген болса, оған арнайы куәлік беріледі, ал игермесе, анықтама ғана алады. Егер ата-анасы баласын арнайы мектеп-интернатқа жібергісі келмесе, жергілікті жалпы мектепте мүмкіндігі шектеулі баланың мүмкіндігіне қарай, жеңілдетілген бағдарлама бойынша, инклюзивті оқытуға міндетті.

Инклюзивті оқыту – барлық балаларға мектепке дейінгі оқу орындарында, мектепте және мектеп өміріне белсене қатысуға мүмкіндік береді; оқушылардың тең құқығын анықтайды және ұжым іс-әрекетіне қатысуға мүмкіндік береді; адамдармен қарым-қатынасына қажетті

қабілеттілікті дамытуға мүмкіндік береді. Даму мүмкіндігі шектеулі балаларға білім беруді ұйымдастыру мақсатында, типтік арнайы білім бағдарламасы жасалды. Онда балалардың мұқтаждықтары ескеріліп, білім алуларын қамтамасыз ететін жалпы білім үрдістері қарастырылған. Инклюзивті оқыту балалардың оқу үрдісіндегі қажеттіліктерін қанағаттандырып, оқыту мен сабақ берудің жаңа бағытын өңдеуге талпынады. Егер инклюзивті оқытудың оқыту мен сабақ беруге енгізілген өзгерістері тиімді болса, онда ерекше қажеттіліктері бар балалардың жағдайлары да өзгереді. Инклюзивті оқытуды ашқан мектептерде оқыған балалар адам құқығы туралы білім алуға мүмкіншілік алады. Өйткені, олар бір-бірімен қарым-қатынас жасауға, танып-білуге, қабылдауға үйренеді.

Сонымен, инклюзивті білім беру жағдайында жұмыс жүргізетін мектептерде білім мазмұнын үш түрлі бағдарлама бойынша реттеген абзал. Атап айтқанда: жалпы мектептерге арналған типтік оқу бағдарламалары; мүмкіндігі шектеулі балалардың ақаулық типтеріне сәйкес арнаулы білім беру бағытындағы оқу бағдарламалары; мүмкіндігі шектеулі балалардың психофизикалық ерекшеліктерін есепке ала отырып әзірленетін оқытудың жеке бағдарламасы. Инклюзивті білім беру мәселесі шет елдерде 1970 жылдан бастау алады, ал 90 жылға қарай АҚШ пен Еуропа өздерінің білім беру саясатына осы бағдарламаны толық енгізді. Ал, біздің елімізде инклюзивті білім беру жүйесінің дамуы туралы ресми дерек «Қазақстан Республикасының Білім беруді дамытудың 2010-2020 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасында» көрсетілді.

Инклюзивті оқыту – негізгі принциптері:

1. Адам құндылығы оның мүмкіндігіне қарай қабілеттілігімен, жеткен жетістіктермен анықталады;
2. Әрбір адам сезуге және ойлауға қабілетті;
3. Әрбір адам қарым қатынасқа құқылы;
4. Барлық адам бір-біріне қажет;
5. Білім шынайы қарым-қатынас шеңберінде жүзеге асады;
6. барлық адамдар құрбы-құрдастарының қолдауы мен достығын қажет етеді;
7. Әрбір оқушы үшін жетістікке жету – өзінің мүмкіндігіне қарай орындай алатын әрекетін жүзеге асыру;
8. Жан-жақтылық адам өмірінің даму аясын кеңейтеді.

Инклюзивті бағыт кемтар балаларды оқуда жетістікке жетуге ықпал етіп, жақсы өмір сүру мүмкіншілігін қалыптастырады. Инклюзивті білім берудің мазмұны: Инклюзивті білім беретін мектептерде білім мазмұны 3 түрлі бағдарлама бойынша реттеген абзал:

- * жалпы мектептерге арналған типтік оқу бағдарламалары;
- * мүмкіндігі шектеулі балалардың ақаулық типтеріне сәйкес арнау-

лы білім беру бағытындағы оқу бағдарламалары мүмкіндігі шектеулі балалардың психофизикалық ерекшеліктерін есепке ала отырып әзірленетін оқытудың жеке бағдарламасы

Қазіргі уақытта мен инклюзивті оқушылармен жұмыс жасаймын. Сол сыныппен жұмыс жасау барысында инклюзивті білім беру керек екендігін түсіндім. Әр оқушының білім алуға өз ерекшеліктері бар. Мәселен әр оқушының эмоционалдық және психикалық таным процестерінің дамуы деңгейі әр түрлі екенін естен шығармау керек. Жалпы білім беретін мектептердегі мүмкіндігі шектеулі балалар оқу материалын меңгеруде, жеке тәсілдің жоқтығы, арнайы коррекциялық-түзету, психологиялық, педагогикалық, әлеуметтік қолдаудың жеткіліксіздігі салдарынан әлеуметтік дағдыларды игеруде елеулі қиындықтарға тап болады.

Инклюзивті оқыту – барлық балаларға мектепке дейінгі оқу орындарында және мектеп өміріне белсене қатысуға мүмкіндік береді. Инклюзивті оқыту – оқушылардың тең құқығын анықтайды және ұжым іс-әрекетіне қатысуға мүмкіндік береді. Адамдармен қарым-қатынасына қажетті қабілеттілікті дамытуға мүмкіндік береді. Инклюзивті оқыту-барлық балалардың мұқтаждығын ескеретін ерекше қажеттілігі бар балалардың білім алуын қамтамасыз ететін жалпы білім үрдісінің дамуы. Инклюзивті білім беру балалардың оқу үрдісіндегі қажеттіліктерін қанағаттандырып, оқыту мен сабақ берудің жаңа бағытын өңдеуге талпынады. Егер инклюзивті оқытудың оқыту мен сабақ беруге енгізілген өзгерістері тиімді болса, онда ерекше қажеттіліктері бар балалардың жағдайы да өзгереді.

Инклюзивті білім беруді ашқан мектептерде оқыған балалар адам құқығы туралы білім алуға мүмкіндік алады. Инклюзивті оқыту балаларды жалпы білім беру үрдісіне толық енгізу және әлеуметтік бейімделуге, жынысына, шығу тегіне, дініне қарамай балаларды айыратын кедергілерді жоюға ата-аналарын белсенділікке шақыруға балалардың түзеу-педагогикалық және әлеуметтік қажеттіліктерін арнайы қолдау,

қоршаған ортаның балаларды жас ерекшеліктеріне бейімделуіне жағдай қалыптастыру, яғни жалпы білім беру сапасы сақталған тиімді саясат.

Қорыта айтқанда, қазіргі таңда әр оқушыға жеке тұлға ретінде қарап, саналы тәрбие сапалы білім беру өмір талабы болып табылады. «Бәріне бірдей мүмкіндік», «Сапалы білім – барлығы үшін» деген ұстанымды қолдаймын.

Казахстанский флагман высшего образования

Ж.М. ИБРАГИМОВА

Сегодня, в эпоху стремительного развития цифровых технологии Казахстан должен быть не догоняющей цивилизацией страной, а страной, которая создает эти инновации в цивилизации. То есть наша задача, как молодых ученых, обмениваясь опытом с зарубежными странами разработать свой уникальный путь развития и в этом немаловажна роль высшего образования. Казахский национальный университет имени аль-Фараби, ведущий университет страны. Его корни уходят в начало XX столетия, **15 января 1934 г.** вошло в историю, как день официального основания университета.

Я обучаюсь в этом престижном вузе страны, в одной из ведущих кафедр университета – кафедре общей и прикладной психологии. Психология как наука зародилась в современном Казахстане более 30 лет назад.

Достижения казахстанской психологической науки связаны с кропотливым и творческим трудом нескольких поколений ученых, исследователей и педагогов, которые стояли у истоков развития кафедры.

История становления кафедры и развития всей казахстанской психологической науки в Казахстане в целом связана с именами Тажибаева Т.Т., Жарикбаева К.Б., Муканова М.М. и других известных ученых.

В 1947 г. в КазГУ имени С.М. Кирова под руководством доктора педагогических наук, профессора, академика – ректора того времени Тажибаева Толегена Тажибаевича были открыты отделение логики и психологии и кафедра психологии при филологическом факультете. Отделение просуществовало 7 лет, а кафедра позже вошла в состав кафедры педагогики.

Лишь в сентябре 1980 г., благодаря профессиональной и гражданской активности выпускников отделения логики и психологии впервые была создана самостоятельная общеуниверситетская кафедра психологии. Возглавил кафедру доктор педагогических и психологических наук, профессор Жарикбаев Кубигул Бозаевич.

В 1988 г. при активном содействии ректора университета, академика, профессора, доктора физико-математических наук Абдильдина М.М. была создана самостоятельная выпускающая кафедра психологии, открыто отделение психологии при философско-экономическом факультете и осуществлен первый набор студентов.

Таким образом, с 1988 года в КазГУ им. С.М. Кирова впервые в исто-

рии казахстанской психологической науки началась подготовка специалистов с базовым психологическим образованием. В 1991 году было открыто казахское отделение.

Первый выпуск по 5-летней программе обучения состоялся в 1993 г.

С 1996 г. в связи с переходом на многоступенчатую систему образования началась подготовка психологов-бакалавров и магистров. В 1998 г. получили дипломы первые магистры-психологи.

В 2000 году кафедра психологии в составе факультета философии и политологии была разделена на две самостоятельные кафедры – кафедру общей психологии (зав. кафедрой доктор психологических наук, проф. Н.А. Логинова) и кафедру этнической и педагогической психологии (зав. кафедрой доктор психологических наук, профессор С.М. Джакупов).

В мае 2009 г. по решению Ученого Совета университета указанные две кафедры вновь были объединены в кафедру общей и этнической психологии.

В августе 2015 года по решению Ученого Совета была переименована в кафедру общей и прикладной психологии.

Профессорско-преподавательский состав кафедры позволяет сочетать в учебном процессе глубинную теоретическую подготовку академического уровня с уникальной возможностью получить практические знания и навыки из первых рук – занятия проводят самые известные специалисты, чей авторитет и мастерство признаны не только казахстанскими, российскими, но и международными профессиональными сообществами. На сегодняшний день многие преподаватели кафедры читают лекции по психологии и на английском языке.

Обучение в бакалавриате, магистратуре и докторантуре ведется на казахском, русском и английском языках.

Наряду с фундаментальными дисциплинами, читаются дисциплины, отвечающие потребностям и практике современного общества. Соответственно, дипломные работы, магистерские диссертации направлены на решение актуальных психологических проблем социума. Глубокие разносторонние знания, полученные студентами, широко применяются на практике.

Взамен упраздненной системы распределения выпускников каждый год в весеннем семестре университетом организуется ярмарка профессий, куда приглашаются представители работодателей из государственных учреждений, бизнес-структур. Результаты этой работы свидетельствуют о достаточно оптимальной востребованности дипломированных специалистов- психологов учреждениями образования (средними школами, колледжами), здравоохранения и бизнес-структурами для работы с HR.

Анализ трудоустройства наших выпускников за последние годы показал в каких сферах существует спрос на наших выпускников-психологов.

Прежде всего, выпускники психологи сегодня востребованы в таких сферах деятельности, как система образования, система здравоохранения (поликлиники, медицинские центры, центры здоровья), в государственных органах (КНБ, МВД, военные структуры), в банковской системе, в различных коммерческих структурах, в неправительственных организациях и др.

Ряд выпускников занимают должности административных помощников в посольствах, менеджеров по персоналу в компаниях, госучреждениях, получают дополнительное образование в дальнем зарубежье.

Деятельность педагогов кафедры направлена не только на всестороннее образование и воспитание студентов. Весомый вклад сотрудники вносят в развитие науки. Научные исследования оформлены в статьи, монографии, включены в учебники, учебные пособия. Сотрудниками опубликовано более 3000 работ, среди них более 150 учебников и учебных пособия, 50 монографий. Проблемы, разрабатываемые учеными кафедры актуальны не только в научно-теоретическом плане, но и соответствуют запросам современного развития страны. На кафедре проводятся исследования, связанные с общенаучной тематикой кафедры, с конкретными аспектами преподавания базовых и элективных дисциплин. Преподаватели кафедры общей и прикладной психологии ведут исследовательскую деятельность в различных отраслях психологии: этнопсихология (Туркпенов Ж.Т., Сейтнур Ж.), психология понимания (Ким А.М.), эмоциональный интеллект (Ким А.М., Толегенова А.А., Ахметова Д.), психология правосознания (Дуйсенбеков Д.Д.), военная психология (Дуйсенбеков Д.Д., Камзанова А.Т.), когнитивная психология (Камзанова А.Т., Жолдасова М.К.), Human Factor (Камзанова А.Т., Жолдасова М.К.), организационная психология (Аймаганбетова О.Х.), психология смыслов и механизмов психологической защиты (Ташимова Ф.С.), кросс-культурная психология (Баймолдина Л.О.), психология здоровья (Джакупов С.М.), психология спорта (Ким А.М., Айдосова Ж.К.), психодиагностика (Мун В.В., Камзанова А.Т., Садыкова А.Т.), консультативная психология (Мун В.В., Камзанова А.Т., Кудайбергенова С.К.), психология семьи (Кабакова М.П.) и др.

Члены кафедры – постоянные участники республиканских и Международных конференций, Симпозиумов, Конгрессов (Астана, Стокгольм, Бостон, Рим, Берлин, Амстердам, Венеция, Кейптаун, Москва, Санкт-Петербург, Татры, Ташкент, Новосибирск, Тольятти, Будапешт, Вена, Казань и др.).

Развиты международные связи кафедры – Оксфордский, Мидлсексский университеты (Англия), университет Гуэлфа (Канада), Ханьянский университет (Южная Корея), Дуйсбургский университет (Германия), МГУ, СПбГУ, УрФУ, университеты Стамбула, Азербайджана, Алтая и др. Институт психологии РАН, Институт психологии им. Г.С. Костюка

(Киев), Психологические научно–образовательные центры Канады, Великобритании, США, Кыргызстана, Узбекистана, Белоруссии, Болгарии.

Наряду с педагогической и научной деятельностью члены кафедры выполняют и весомую общественную работу как на кафедральном, факультетском и университетском уровнях, так и на республиканском и международном.

Благодаря проведенным системным преобразованиям, КазНУ им. аль-Фараби, демонстрирует поступательное продвижение в мировых университетских рейтингах.

По мнению зарубежных экспертов, вхождение в топ-300 лучших университетов мира за короткий промежуток времени является одним из мировых феноменов и примеров прорывного продвижения, что свидетельствует о высоком уровне профессиональной и слаженной деятельности коллектива университета.

Немалый вклад в укрепление имиджа университета внесла и кафедра общей и прикладной психологии, ставшая ярким символом казахстанской науки и настоящей кузницей подготовки психологов для нашего общества. Потребность в профессиональных психологах растет с каждым годом. В них нуждаются психологические службы министерств, ведомств, акиматов, государственных предприятий, коммерческих структур, а также научно-исследовательские учреждения и организации, высшие учебные заведения, экспертно-консультационные, исследовательские институты, психологические центры, детские дошкольные учреждения, дома престарелых и инвалидов, школы, интернаты и др. Мы верим, что сказанное выше поможет современным школьникам, абитуриентам, их родителям и учителям, сделать правильный выбор вуза и специальности.

КазНУ имени аль-Фараби – это колыбель научных достижений и почва для зарождения ученых и талантов нашей страны.

Взаимопонимание и ассертивное поведение

Ж. ДОСЫМАНОВА

Цель: формирование независимости от внешних влияний и оценок, умения самостоятельно регулировать собственное поведение и нести ответственность за поступки.

Задачи:

1. Получить представление о различных типах поведения человека и

их причинах;

2. Определить ассертивные техники и научиться их использовать в различных ситуациях;

3. Совершенствовать навыки позитивного межличностного общения;

4. Отработать навыки самостоятельного регулирования собственного поведения;

5. Повысить уверенность своих способностей к независимости от внешних оценок.

Оборудование: листы формата А4, бланки опросника.

Предварительная подготовка к проведению занятия

- В ходе проведения занятия необходимо придерживаться краткости и четкости в изложении материала. Обратит внимание на готовность воспитанников к занятию.

- При изложении теоретического материала можно воспользоваться схемой открытого выражения чувств в межличностных отношениях, представленной в методическом обеспечении занятия.

- По итогам дискуссии **на осмысление ресурсов собственной личности**, ведущий делает вывод о влиянии индивидуальности на осознанный выбор и об ответственности каждого за свои решения.

- Разбор ситуаций «Отражение негативных чувств» проанализировать по схеме из предложенного примера.

- Выясните реакции воспитанников после выполнения упражнения «Диалог». Вопросы, которые можно использовать: Испытывает ли кто-либо из вас в повседневной жизни трудности с ведением легкого разговора? Почему? (Типичными ответами будут: «Я недостаточно остроумен», «Я скучен», «Я не умею поддерживать «легкую» беседу», «Я слишком застенчивый», «Я не могу решить, что сказать»).

- В конце занятия ведущий подводит воспитанников к выводу о том, что принятие решения и успешное преодоление проблем – это ответственность самого человека.

Методическое обеспечение занятия. Теоретические материалы

Теоретическая часть «Межличностные отношения»

Характеристика межличностных отношений. Нам приходится жить среди множества людей, вступать с ними в самые разнообразные отношения, то лишь часть этих отношений приобретает межличностный характер. Довольно часто мы общаемся с совершенно незнакомыми людьми по малозначительным формальным поводам. От такого рода партнеров нам нужно лишь одно – четкое и незамедлительное выполнение их обязанностей.

Партнер. Партнером или партнерами по межличностным отношениям выступает уже знакомый вам человек, вызывающий у вас интерес как личность. Партнером по функциональным отношениям вполне может быть посторонний, случайный человек. Но межличностные от-

ношения редко формируются в одно мгновение. Чаще всего для их формирования требуется определенное, иногда – немалое, время. А это значит – необходимо, чтобы на первых порах встречи с этим человеком происходили более или менее регулярно.

Чаще всего межличностные отношения складываются в группе, в учебном заведении, на отдыхе или в секции, кружке – т.е. там, где люди достаточно долгое время проводят вместе и не связаны формальными отношениями. Если содержанием общения становятся чувства и переживания, личные цели и ценности, то это – первый признак формирования межличностных отношений.

Содержание общения. Содержанием межличностных отношений являются чувства, симпатии, антипатии, ценности, т.е. все, что связано с проявлением личности и личных интересов. Но этого мало: межличностные отношения существуют только тогда, когда личные позиции и чувства взаимно интересуют партнеров, когда, помимо желания говорить о своих чувствах, есть еще желание выслушать партнера, интерес к его собственным мнениям и чувствам. Межличностные отношения – это именно взаимоотношения.

Содержанием общения выступает взаимный интерес к чувствам, личным особенностям, мнениям и желаниям партнера, готовность говорить о своих собственных чувствах.

Межличностные отношения строятся на взаимном интересе, симпатиях или антипатиях. Без этого интереса, в ситуации, когда партнер глубоко безразличен, ни о каких межличностных отношениях не может быть и речи. В отсутствии фундамента, основы любая конструкция рано или поздно рушится.

Признаки межличностной ситуации:

- 1) партнеры знакомы друг с другом;
- 2) партнеры интересуют друг друга как личности, взаимно уважают чувства и желания друг друга;
- 3) характер их взаимоотношений определяется чувствами, которые они испытывают друг к другу;
- 4) содержанием общения являются чувства, желания, симпатии и антипатии, отношения сами по себе.

Уверенность в межличностных отношениях

Уверенность в межличностных отношениях – это умение открыто и смело говорить другому человеку о своих чувствах и желаниях, не ожидая от него немедленных ответных действий.

Это умение предполагает владение несколькими несложными навыками и главное – использование этих навыков в ситуациях межличностного взаимодействия.

- 1) Умение видеть и понимать чувства, которые испытывает другой человек, и догадываться о его желаниях на основании осо-

бенностей его поведения. Это не так уж и сложно, и я знаю несколько книг, которые помогут усовершенствовать это умение. Опыт показывает, что при желании практически любой человек к этому способен. При желании и некоторых усилиях.

2) *Умение понимать свои желания и чувства и открыто о них говорить.* На первый взгляд – задача крайне простая. Кто же еще, как не мы сами, лучше всех знаем собственные желания и чувства? Теоретически это так. Но на практике очень часто можно видеть, как люди ошибочно интерпретируют свои чувства и никак не могут сами для себя определить, чего именно они хотят от своих близких. А если мы сами не знаем, чего хотим и почему, то как же мы можем стремиться осуществить неведомые нам желания? Признаться самому себе в своих чувствах и решить, что конкретно хочешь – очень важный навык. Уверенный в себе человек обычно точно знает, что ему нужно, что приносит ему удовольствие и поэтому такому человеку легче добиться своего.

3) *Умение открыто отражать чувства и желания других.* Этот навык заключается в том, что уверенный в себе человек в состоянии помочь партнеру выразить его чувства и сформулировать его желания для него самого и для других. Навык снимает массу проблем в межличностных отношениях и существенно экономит время на их выяснение.

4) *Умение открыто говорить о своих чувствах и желаниях.* Навык заключается в том, чтобы точно назвать свои чувства и ясно сформулировать свои желания – от первого лица и при этом воздержаться от агрессивности и иронии в отношении партнера.

Вот эти навыки у уверенных людей соединяются в несложную последовательность действий, которая называется «уверенность в ситуациях межличностного взаимодействия: открытое выражение чувств». И полученная в результате схема такова.

Схема открытого выражения чувств в межличностных отношениях

Открытое выражение чувств

<i>Шаг 1:</i> Вы замечаете, что у вас возникло сильное чувство по отношению к другому человеку, и вы хотели бы, чтобы он в будущем совершал (или наоборот, не совершал) определенное поведение	Особенно подходят для применения схемы уверенности в себе ситуации, которые повторяются вновь и вновь – и постоянно доставляют вам неприятные эмоции. Например: <i>Когда Ольга готовит обед, Юлия даже и не пытается как-то ей помочь.</i>
---	--

<i>Шаг 2:</i> Вы про себя называете чувства, которые вы испытываете, и для себя самого точно формулируете желания по отношению к партнеру	Например: <i>Мне это очень обидно, у меня пропадает всякое желание делать это впредь, я очень на нее злюсь за это.</i> <i>Я хотела бы, чтобы она мне, хотя бы немножко помогала в этом или, по крайней мере, не занималась в этот момент тем, что ей очевидно доставляет удовольствие (не сидела бы за компьютером).</i>
<i>Шаг 3:</i> Поставьте перед собой маленькую выполнимую цель	Например: <i>Для того чтобы повысить свой уровень уверенности, я сейчас скажу ей об этом — вежливо и определенно. Я повторю мои желания несколько раз.</i>
<i>Шаг 4:</i> Объективно опишите сложившуюся ситуацию	Вы здесь просто перечисляете то, что произошло или происходит с вами и с окружающими. Вы воздерживаетесь от комментариев и просто описываете (как через объектив фотоаппарата), что именно случилось (или часто случается). Например: <i>В последнее время, когда я готовлю обед, я замечая, что ты сидишь за компьютером или занимаешься другими своими делами.</i>
<i>Шаг 5:</i> Открытое выражение чувств	От первого лица, с использованием местоимения «я», вы перечисляете, называете по имени чувства, которые у вас
	появляются в этой ситуации, описываете то, что вы актуально чувствуете. Например: <i>Это меня сильно обижает, и я злюсь на тебя. Мне все меньше и меньше хочется заниматься этим вообще.</i>
<i>Шаг 6:</i> Сформулируйте желания, которые у вас в связи с этим есть	Точно формулируйте свои желания, описывайте конкретное поведение, которого вы ждете от партнера, избегайте слишком общих формулировок. Например: <i>Я бы очень хотела, чтобы ты брала на себя небольшую часть работы, или, по крайней мере, не занималась во время приготовления еды своими делами.</i>

Шаг 7 (очень и очень важный): Вы внимательно слушаете, что вам скажет партнер, не перебиваете его, вкратце пересказываете его слова, а затем повторяете 5 и 6 шаги. Это нужно сделать минимум 2 раза!	Ни один человек сразу вас не поймет. У него слишком много своих чувств, мыслей, забот. К тому же на ситуацию он смотрит иным, чем вы, образом. Он закономерно будет оспаривать важность ваших чувств и желаний, поскольку его собственные чувства ему важнее. Чтобы вас поняли, вам нужно повторить ваши слова несколько раз. Итак: <i>Я понимаю, что с твоей точки зрения — я лучше справляюсь с этим занятием, но..</i> (далее смотри выше)
---	--

Конечно, в каждом конкретном случае схема должна быть применена к условиям той или иной ситуации. Содержание отдельных шагов может быть самым различным.

Не только *негативные* чувства заслуживают того, чтобы быть *открыто выраженными* или *отраженными*. В другой сфере – сфере позитивных чувств – очень часто возможны искажения. Ирония, уколы, вопросы и рекомендации (приказы) здесь тоже нередко мешают взаимопониманию. Искренние чувства либо маскируются, либо вообще подавляются. И не стоит нарушать баланс между выражением позитивных и негативных чувств и очень часто – в сторону чувств негативных.

Ассертивность – термин, заимствованный из английского языка, где он выступает производным от глагола *assert* – настаивать на своем, отстаивать свои права. В обыденной речи употребляется редко, но в психологическом жаргоне с недавних пор утвердился довольно прочно.

Как и во множестве подобных случаев, слово, использованное для определения психологического феномена, приобрело более определенное и специфическое значение, нежели в обыденной, житейской лексике.

Под ассертивностью стала пониматься личностная черта, которую можно определить как автономию, независимость от внешних влияний и оценок, способность самостоятельно регулировать собственное поведение.

Таким образом, вполне оправданно допустить очень близкую аналогию с другим модным понятием – *самодостаточность*. В самом деле, содержание этих понятий пересекается почти полностью, и, наверное, можно было бы ограничиться последним, тем более что его значение достаточно ясно.

В сфере межличностных отношений ассертивность предполагает отказ от опоры на чужие мнения и оценки, принятие на себя ответственности за собственное поведение.

По своей сути ассертивность – это философия личной ответственности. То есть речь идет о том, что мы ответственны за свое собственное поведение и не имеем права винить других людей за нашу реакцию на их поведение. Любому тренеру важно разумно реагировать на ситуации, а не выдавать мгновенные ответы.

Основной составляющей ассертивности является наличие самоуважения и уважения к другим людям.

Ассертивное поведение предполагает развитие уверенности и позитивной установки.

Уверенность в себе – стабильная личностная характеристика, обусловленная такими качествами, как мотивация достижений, волевой самоконтроль, низкая тревожность – важнейшие характеристики уверенного поведения. Однако, как число их, так и логическая последовательность недостаточно проверены.

1. Эмоциональность речи: открытое, спонтанное и подлинное выражение в речи всех испытываемых чувств, ясное проявление чувств;

2. Противостоять и атаковать: как прямое и честное выражение собственного мнения, без оглядки на окружающих;

3. Использование местоимения «Я»: как выражение того факта, что за человек стоит за словами, отсутствие попыток спрятаться за неопределенными формулировками;

4. Принятие похвалы: как отказ от самоуничижения и недооценки своих сил и качеств;

5. Импровизация как спонтанное выражение чувств и потребностей, повседневных забот, отказ от предусмотрительности и планирования.

Выделяют четыре важнейших класса поведения, которые объединяет понятие уверенного, «ассертивного» поведения содержательно:

- способность сказать «нет»;
- способность открыто говорить о чувствах и требованиях;
- способность устанавливать контакты, начинать и оканчивать беседу;
- способность открыто выражать позитивные и негативные чувства.

Для него эти способности существуют не только в плоскости поведения, но и включают следующие моменты: такие как установки, жизненную философию и оценки

Традиционные механизмы социализации невольно формируют уязвимость человека перед всевозможными манипуляциями со стороны других людей. Человек оказывается слишком подвержен внешним влияниям, а окружающие часто злоупотребляют этим, манипулируя им в своих корыстных целях. Сталкиваясь с неприемлемыми требованиями, он не находит сил им противоречить и скрепя сердце подчиняется вопреки своим собственным желаниям и установкам. А собственные требования и призывания он, напротив, зачастую не решает даже высказать.

Постоянно сверяя свои побуждения и поступки с чужими ожиданиями и оценками, человек стесняется своих чувств, боится показать свое подлинное лицо. Пытаясь преодолеть неловкость такого положения, человек сам невольно учится манипулятивным приемам, учится отвечать агрессией на агрессию или просто на критику, пускай даже справедливую.

Если такая тактика и дает эффект, то лишь временный и по большому счету иллюзорный, поскольку не обогащает, а наоборот – обедняет человека, как в плане межличностных отношений, так и в плане душевного комфорта.

Формирование ассертивности как личностной черты в первую очередь предусматривает, чтобы человек отдал себе отчет, насколько его поведение определяется его собственными склонностями и побуждениями, а насколько – кем-то навязанными установками.

Практические материалы

Практическое занятие «Осмысление ресурсов собственной личности»

Знаменитое высказывание И. Канта «Годы юности – самые трудные годы. Ибо это годы выбора» записано на доске. Часть воспитанников должна подтвердить, часть – опровергнуть это высказывание. По итогам дискуссии ведущий делает вывод о влиянии индивидуальности на осознанный выбор и об ответственности каждого за свои решения.

Практическое занятие. Разбор ситуаций «Отражение негативных чувств»

Пример ситуации: Ваня пришел с занятий очень расстроенный, бросил сумку на пол, ушел в комнату. Илья (старший брат) видит его состояние, подозревает, что он не сдал экзамен, опять получил двойку, и говорит следующее:

Скрытое выражение чувств и желаний	Открытое выражение чувств и желаний
Ты что, опять двойку получил? До каких пор это будет продолжаться? Не видать теперь тебе роликовых коньков.	Брат, я вижу, что ты чем-то расстроен. Я хотел бы тебе чем-то помочь. Если ты расскажешь мне, что случилось, может быть, я смогу тебе помочь.
Последствия	
Ваня продолжает расстраиваться, все отрицает, злится и обижается на брата, в будущем замыкается в себе и пытается скрыть свои неудачи от брата. Отношения с братом испорчены.	Ваня понимает, что брат хочет ему помочь, рассказывает о недоразумениях на экзамене, вместе с братом пытается разобраться в материале, подготовиться к пересдаче. Степень доверия к брату возрастает, значит, и отношения улучшаются.

Инструкция.

Определите, насколько соответствуют вашим представлениям о себе приведенные утверждения, пользуясь для этого следующими обозначениями:

- + 3 соответствие полное, описание точное;
- + 2 соответствие достаточно полное, описание довольно точное;
- + 1 соответствие примерное, описание приблизительное;
- 1 соответствие не очень точное, описание не очень верное;
- 2 соответствие довольно неточное, описание довольно неверное;
- 3 никакого соответствия нет, описание совершенно неверное.

Для подсчета баллов надо сложить оценки каждого утверждения, изменив знаки у тех, что помечены звездочкой.

1. Большинство людей кажутся мне более агрессивными и уверенными в себе, чем я.

2. Из-за своей застенчивости я испытываю колебания всякий раз, когда назначаю свидание или соглашаюсь на него.*

3. Если в ресторане блюдо мне не нравится, я выражаю официанту свое недовольство.

4. Я стараюсь не обижать других, даже когда чувствую, что сам ими обижен.*

5. Если продавцу стоило значительных усилий показать мне товар, который мне не подошел, мне трудно отказаться от покупки.*

6. Если меня просят что-либо сделать, я должен знать, зачем это надо.

7. Временами я провоцирую людей на ссору.

8. Я стремлюсь быть первым, как большинство других людей.

9. Если честно, то другие частенько используют меня в своих интересах.*

10. Мне нравится заводить разговоры с едва знакомыми и даже вовсе незнакомыми людьми.

11. Я часто не нахожу слов, когда беседую с привлекательной особой противоположного пола.*

12. Я испытываю замешательство всякий раз, когда надо позвонить по делу в какое-нибудь учреждение.*

13. Мне очень неудобно возвращать покупку.*

14. Если близкие и уважаемые мною родственники раздражают меня, я скорее скрою свое раздражение, чем буду его показывать.*

15. Я избегаю задавать вопрос из опасения показаться глупым.*

16. Во время ссоры я часто боюсь, что слишком разволнуюсь и меня начнет трясти.*

17. Если знаменитый и уважаемый докладчик скажет что-нибудь такое, что мне покажется неверным, я доведу до сведения аудитории и мою точку зрения.*

18. Я избегаю споров о ценах с продавцами.*
19. Если мне удастся сделать что-либо стоящее, я стараюсь поставить окружающих в известность об этом.*
20. Я не имею привычки скрывать свои чувства.
21. С тем, кто распространяет обо мне ложные или дурные слухи, я стараюсь встретиться и поговорить как следует.
22. Мне часто бывает трудно сказать «нет».*
23. Я скорее сдержусь, чем устрою сцену.*
24. Я всегда предъявляю претензии в случаях плохого обслуживания в кафе и где бы то ни было.
25. Услышав комплимент в свой адрес, я иногда не знаю, что сказать в ответ.*
26. Если на лекции или в театре какая-нибудь пара рядом со мной станет громко болтать, я попрошу их разговаривать потише или беседовать где-нибудь в другом месте.
27. Если кто-то пытается пролезть впереди меня без очереди, он может быть уверен, что получит от меня отпор.
28. Я высказываю свое мнение сразу и без колебаний.
29. Бывают случаи, когда я просто не могу ничего сказать.

Упражнение «Диалог»

Шаг 1. Объяснение упражнения и процедуры его проведения. В любой программе, посвященной общению или уверенности, важно проговаривание чувств, мнений и т.д. Это придется делать каждому члену группы в ходе программы, и все же часто необходимость в первый раз произнести перед всеми несколько слов о себе может производить совершенно ошеломляющее действие.

Работая в парах, участники получают задание – провести короткий диалог, длящийся примерно минуту. Им сообщается тема для беседы. Когда заканчивается отведенное время, происходит смена партнера, участники получают новую тему для разговора, и так продолжается до тех пор, пока участвующие в упражнении не поговорят с несколькими людьми – или пока у ведущего не иссякнут темы для беседы!

Шаг 2. Разделите всех членов группы на пары. Предложите участникам вместе со своими партнерами рассредоточиться по комнате. Неважно, кто является партнером – знакомый или мало знакомый человек, – потому что через минуту всем придется объединиться в другие, новые пары. Попросите участников определить, кто из них будет первым, а кто вторым номером.

Шаг 3. Двигаясь от пары к паре, раздайте каждой из них тему малого разговора. Предложите первым номерам начать беседу, то есть, сделать вводные замечания.

Шаг 4. По прошествии времени (минута или около того) предложите вторым номерам переместиться к ближайшим первым номерам, нахо-

дящимся справа от них. Повторите шаг 3, но теперь малый разговор должны начинать вторые номера.

Шаг 5. По прошествии времени (минута или около того) предложите участникам еще раз поменять партнеров. Еще несколько раз повторите шаги 3 и 4.

Шаг 6. Соберитесь в общий круг. Выясните реакции участников на это упражнение.

Вопросы, которые вы можете использовать: Испытывает ли кто-либо из вас в повседневной жизни трудности с ведением легкого разговора? Почему? (Типичными ответами будут: «Я недостаточно остроумен», «Я скучен», «Я не умею поддерживать «легкую» беседу», «Я слишком застенчивый», «Я не могу решить, что сказать»).

Упражнение «Взгляды».

Участники тренинга сидят напротив друг друга. Все закрывают глаза, по команде ведущего открывают и пытаются установить с кем-то из группы контакт глазами.

Упражнение «Паровозики».

Участники делятся на группы по 3 человека, встают друг за другом, держась только за локти. Глаза открыты только у третьего участника. По команде ведущего «паровозики» начинают двигаться по комнате, стараясь не сталкиваться друг с другом. Через некоторое время участники меняются местами, с тем, чтобы каждый смог побывать в разных ролях: ведущего и ведомого.

Менің педагогикалық және психологиялық әдіс-тәсілдерім

А. АБДРАХМАН

Жан-Жак Руссо: «Бала туғанда ақ қағаздай таза болып туады, оның үстіне шимақты қалай салсаң, қағаз бетіне солай түседі, бала тәрбиесі де сол сияқты, өзің қалай тәрбиелесең, ол солай тәрбиеленеді» деген екен. Бұдан шығатын түйін: бала тәрбиесіне ең әуелі оның ата-анасының еңбекқорлығы, ұстамдылығы, ақыл-ойы, сана-сезімі, адамгершілігі әсер етпек. Балаға отбасы мүшелерінің сөзі, мінез-құлқы ғана емес, ондағы қоршаған заттар да әсер етеді.

Ұлт тәрбиесі – ұлт болашағы. Егеменді еліміздің ертеңгі болашағы – жас ұрпақ тәрбиесі. Білімді, денсаулығы мықты азамат өсіру үшін мектеп, ата-ана болып ынтымақтасып ат салысуымыз қажет. Демек, бала бақытының

кепілі ата-ананың өнегелі тәрбиесінде. Ұлтымыздың ұлы мұраты – қасиетті Тәуелсіз қазақ елінің шаңырағы астында ұлт пен ұлыстардың бірлікте, татулық пен тамаша тірлікте өмір сүруде. Осы атамекеннің қасиетті топырағында ауызбірлік пен достықты ту еткен қазақ жастарының жүрегіне ұлттық рух пен жылу ұялатқан туған елге мың тағзым. Өткенімізді өшірмей, бүгінгімізді бағалап, ертеңімізге елеулі үлес қосар егемен елдің ұлы мен қыздарына үлгі өнеге боларлық азаматтар қатарынан болайық.

Нардай намысты ұл, қайсар рухты қыз тәрбиелеп, келешекке кемел үлгі болар ұрпақтар сабақтастығын жалғастырайық. Байтақ даламыздың ілгері дамуына толайым табыстар мен тамаша жетістіктер әкелетін жалынды жастарымыз болашаққа батыл қадам басуда. Біз Елбасымыздың елімізге, жалынды жастарымызға жолдаған жолдауына қолдау көрсетер дананың дара жолын жалғайтын ұлықты ұрпағымыз! Арманның асқақ асуын адал еңбек-пеңізгі істермен ілгерілетуге қашанда өз үлесімізді қосамыз! Отанымыздың қарыштап дамуы, өрленуі мен өркендеуі жас ұрпақтың қолында. Ата-баба мирас етіп, аманаттап кеткен ұлан-ғайыр даламыздың тау-тасы, ауасы, кеңдігі мен теңдігі осы елді мекен еткен сіздер мен біздерге орасан қымбат.

Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаевтың 2020 жылғы «Халық бірлігі және жүйелі реформалар – ел өркендеуінің берік негізі» атты Қазақстан халқына Жолдауында: «Қазіргі заманда бәсекеге қабілеттіліктің басты факторының бірі – барынша цифрландыру. Отандық IT-секторды дамытып, күшейте түсу де маңызды. Елімізге жас, білімді әрі ынталы мамандар керек. Цифрландыру жөніндегі ұлттық жобаның аясында кемінде 100 мың жоғары білікті IT-маман даярлау қажет» - деп айтқан болатын. Ұлтымыздың жаңа сапаға көшудегі әрбір психологтің міндеті өздерінің эмоциялық интеллекттерін басқаруға қабілетті тұлғаларды қалыптастыру.

Зерттеушілер жиі атап өткен мәселелердің бірі – ақпараттық қоғамда балалардың ересектермен, құрдастарымен қарым-қатынас жасауға деген қабілеттердің ішінара жоғалуы болып табылады. Олар экпсихологиялық зерттеулер: балалық шақ экологиясы және тұрақты даму психологиясы – басқа адамдардың сезімдері мен эмоцияларына азырақ жауап береді, ал эмоциялар мен сезімдерсіз әлемді толық қабылдау мүмкін емес. Эмоционалды хабардарсыз өзін және оның себептерін толық түсіну, сондай-ақ қоғаммен қарым-қатынас орнату мүмкін емес.

Л. Выготский мектеп жасына дейінгі балалардың эмоционалды дамуы мұғалімнің кәсіби қызметінің маңызды мақсаттарының бірі екенін айтты. Эмоциялар – бұл адамның психикалық өмірінің негізгі буыны, ең алдымен баланың өмірі.

Бастауыш білім беру кезеңінде айналадағы адамдарға эмоционалды қарым-қатынас саласының маңыздылығы туралы түсінік қалыптасады. Бастауыш сынып оқушыларында ашуланшақтық, қуаныш, қорқыныш, таңырқау, ұят және т.т. сияқты эмоциялардың негізгі түрлері бұрыннан дамығанын атап өткен жөн.

Балаларға ойын-сауықтың, қарым-қатынастың виртуалды әлемі ұсына-тын цифрландыру үрдісі эмоцияларды жеке адамға емес, тек ойынға не-месе сандық құрылғыға көрсетуге мүмкіндік береді. Ақпараттық технология-ларға деген қызығушылықтың артуының себептері негізінен технологиялық: интернетке оңай қол жетімділік, көптеген сандық құрылғылар, қосымшалар.

Заманауи цифрлық технологиялардың баланың жеке басына әсері тура-лы педагогтердің, психологтердің ұстанымы оптимистік, ең бастысы толы-ғымен тыйым салу мен толық еркіндік арасындағы шекараны ұстану керек. Әрине, бұл сандық технологияларды қолдану әдісіне және жағдайға байла-нысты. Қазіргі уақытта заманауи білім беру ұйымы цифрлық шындықтың әр-түрлі элементтерін қолданады: мысалы: анимация, білім берудегі Интернет платформалар, Интернет қайнар көздері және т.б. Осыған байланысты ба-лаларды оқыту мен тәрбиелеуде технологияның рөлін атап өткен жөн.

Қазіргі ұрпақ бір-бірімен сөйлесу, пікірлесу, ойын тыңдау сияқты мәсе-лелерге олқылық танытуда. Осыны жою мақсатында айына бір рет «Көр-шіңмен сырлас» әдісін қолдана отырып, сынып оқушыларымен ойын-сабақ өткіземін. Бұл әдіс оқушының өз ойын айтып, дұрыс, мағыналы сөйлеуіне үй-ретеді. Өз ойын көршісімен бөлісіп, ақылдасып, ойына ой қосуға көмектеседі. Осы әдісті қолдану арқылы ұрпақты бірлікке, ұйымшылдыққа тәрбиелеуге болатынына көзім жетті. Сыныпта санасы әр түрлі оқушылар бар, олардың жүрегінен шықпай тұрған, ойын жеткізуде сасқалақтап, ұялшақтықты жою ба-рысында, «Досыма хат жазу» әдісін қолдандым.

Келер ұрпақ жауапкершілігін ұстаздар арқалаған заманда алдымызда отырған шәкірттеріміздің саналы, білімді, патриот, шығармашыл болып өсуі-не септігін тигізетін әдіс-тәсілдерді қолдануға тырысайық. Ұрпақ тәрбиелеу-де талмай, қажымай еңбектеніп, Қазақстанның болашақ азаматтарын тәр-биелеуде әр маманның өз еңбегіне деген сүйіспеншіліктің жемісі болмақ.

«Менің ішкі әлемім» тақырыбындағы ойын сабақ

А. ЛЕПЕСОВА

Қазіргі таңда келеңсіз жағдайлардың алдын алу бағытында білім алу-шылар арасында өзара жағымды байланыс маңызды талаптардың бірі. Оның үшін тұлғада өз сезімдерін көрсете алу қабілетін дамыту, ашу-ызаны басқара алуға дағдыландыруды, эмпатия сезімін арттыруды талап етеді. Төмендегі психологиялық жаттығулар тізбесі сыныпта жағымды қарым-қа-тынас туғызуға көмектеседі.

I. Жаттығу: «Жағымды амандасу»

Мақсаты: Ортада жағымды психологиялық атмосфера қалыптастыру, сенімді, эмоционалды байланыс орнату.

Қатысушылар ортаға келіп, шеңбер құрып тұрады. Жүргізуші жанында тұрған адамның атын атап жағымды сөздер айтады, мысалы: «...сен бүгін күндегіден ерекше құлпырып кетіпсің», «... саған күліп жүрген қатты жара-сады» - деген осыған ұқсас, мағыналас сөздермен оң жақ көршісімен амандасады. Ол адам «рақмет!» айтып келесі адаммен амандасып, шеңбер бойымен жүргізушіге жеткенше жалғасады.

Жүргізуші: Біз көп жағдайда қасымызда жүрген жақын жандарға жылы сөз айтуға қиналамыз, себебі жиі айтпаймыз. Егер осылай жиі айтып жүрсек жақындарымызға жақсы көңіл күй сыйлар едік!

Талдау: Қатысушылар сәлемдесу кезінде ең нәтижелі шыққан әдістерді атап айтуына болады.

II. «Сезімді тап» жаттығуы

Мақсаты: өз сезімдерің, эмоцияларын көрсетіп ашылуға мүмкіндік беру және өзгелерді түсіне алу қабілетін дамыту.

Эмоциялар мен сезімдер карточкамен беріледі соны іс-әрекет, мимика, жестпен көрсету керек.

- Күлу, - Ренжу, - Жылау,
- Қуану, - Ашулану, - Өкпелеу, т.б.

Тапсырманы күрделендіреміз. Тапсырмада мақал-мәтел жазылған. Осы мақал-мәтелді сыныпқа мимикамен (ым – ишарамен) жеткізе білуі тиіс. Ал, басқалары бұл мақал-мәтелді тауып айтулары керек.

Мақал-мәтелдер тізімі:

1. Қыз өссе елдің көркі, гүл өссе жердің көркі.
2. Айдағаны 5 ешкі, ысқырығы жер жарады.
3. Бояушы дегенге сақалын бояйды.
4. Қайта келер есіңді қатты жаппа.
5. Қоян көлеңкесінен де қорқады.
6. Бас кеспек болса да, тіл кеспек жоқ.

III. Жаттығу: «Қорыққан кірпі»

Мақсаты: Білім алушылар арасында өзара түсіністік, эмпатия сезімін арттыру. Айналасына көмектесу, қамқорлық көрсетуге бағыттау.

Барысы: Ортаға бір қатысушы шығып кірпі рөлін сомдайды. Жүргізуші ертегі желісін оқиды.

Жүргізуші: «Ертеде орманда кірпі өмір сүріпті. Бір күні кірпіге қалаға баруға тура келіпті. Алыс жолдан келген ол байқаусызда адасып таныс емес орынға, танымайтын адамдар арасына тап болады. Өзін жайсыз сезінген кірпі, әр жерге қашып жүріп бас сауғалапты. Тіпті оны машина басып кете

жаздайды. Қорыққан ол өзіне бір пана тауып сол жерге тығылады (*кірпі партаның астына тығылып қалады*).

Сіздерге сұрақ, кірпіні арамызға қалай қосамыз?

Қандай сөздер айтамыз? Ендігі әрекетіміз қандай болады?

Ары қарай балалардың іс-әрекеті жүзеге асады. Басқа қатысушылар жақсы, жылы сөз айту арқылы кірпіні ортаға қосу керек.

Сұрақтар:

- Кірпі сіз өзіңізді қалай сезіндіңіз? Сізге қай сәті ұнады?

- Қатысушылар сіздерге кірпіні ортаға қосу оңай болды ма? Сізде де осы сияқты оқиға болды ма, бөліссеңіз болады?

- Қиындыққа тап болған досыңа қалай көмектесер едің?

Талдау: Жауаптары тыңдалып, талқыланады.

VI. «Ашулы шарлар» эксперименті.

Мақсаты: ашу-ызаны төмендетіп, көңіл-күйді басқара алуға бағыттау.

Эксперимент жүргізуге 4 қатысушы келеді. Әр қатысушыға түрлі түсті шарлар беріледі және олар үрлейді.

1-адам. Үрленген шардың аузын байлап қалдырады.

2-адам. Шарды қатты үрлеп ауаға өз еркімен жіберіп қалады.

3-адам. Шарды жарады.

4-адам. Үрленген шардың ауасын жай қарқынмен шығарады.

Қалған білім алушылар бақылап отырып, көз алдында болған экспериментке өз ойларын білдіреді, талдау жасайды.

Жүргізуші: Біз бәріміз, үлкендер де, кішілер де ашуланады. Бірақ біз ашуымызды көрмейміз. Мен арнайы сіз көз алдыңызға елестету үшін шарлар арқылы эксперимент жасадым. Алғашқы шар ашуланып, ашуын өзімен бірге сақтап қалды, екінші жағдайда шар ауаға өз еркімен ұшып кетті, яғни ашуын кез келген адамға шығара салды, үшінші жағдайда өз жүйкесін құртып, жарылып кетті, төртінші шар асықпай сабырмен, ешкімге зиянын тигізбей өз ашуын шығарды.

Талдау:

Ашу мен шарлардың қандай байланысы бар?

Ашуды қай тәсілмен шығарған дұрыс?

Сен көбіне қай ашу шығару түрін таңдайсың?

Қайсы әдіс дұрыс деп есептейсің?

V. Қорытынды. «Жүрек жылуы» рефлексия.

Өз жылы сөздерін, тілек-қалауын жүрек пішінді стикерге жазып, алған әсерлерімен бөліседі.

Оқушылардың зейінін дамыту сабағы

Г. МАНАБАЕВА

Оқу бағдарламасына сәйкес оқыту мақсаты:		7.3.4.2 Ахутина; Мюнстерберг әдістемелерін; Шульте кестелерін қолдана отырып тапсырмалар орындау.		
Сабақтың мақсаты		Оқушы істей алады: Ахутина; Мюнстерберг әдістемелерін; Шульте кестелерін қолдана отырып тапсырмалар орындайды.		
Сабақтың барысы				
Сабақ кезеңі/ Уақыты	Психологтың іс-әрекеті	Оқушының іс-әрекеті	Бағалау	Ресурстар
Сабақтың басы Мотивациялық- қозғаушылық	Ұйымдастыру кезеңі Оқушымен амандасу, сабаққа дайындығын бақылау.	- Сәлеметсіз бе? Жақсы Жағымды көңіл-күй тудырамыз.		
2 мин.	- Сәлеметсің бе? - Көңіл-күйің қалай? (Орнымыздан тұрамыз, бір-бірімізге қарама-қарсы тұрып жақсы тілектер айтамыз)	Бір-біріне жақсы тілектер айтады.		
Ізденуші-ұйымдас-ты-рушы кезеңі 20 мин	«Құлама сан» ойыны Мақсаты: Есте сақтаудың сандық көлемділігін дамыту. Нұсқау: «Балалар, қазір сіздер менің айтқанымды қайталап отыруларың керек. Мен бастапқыда 1 сан оқимын, содан соң үшеу, міне осылай жалғасып кете береді. Сіз осы сандарды есте сақтауларыңыз керек»	Оқушы парақшада	Дескриптор: Үлестірмелі парақшада көру қабілетін дамытуға арналған тапсырмаларды орындайды	Үлестірмелі парақша суреттер

	Сандар: 6, 2 2, 8, 3 1, 7, 4, 3 6, 3, 5, 1, 9 1, 4, 8, 6, 9, 2 9, 3, 8, 1, 4, 7			
«Тәжірибе алаңы» әдісі 20 мин	Жадын дамытуға арналған ойындар мен жаттығулар Мюнстерберг әдіс-темелерін қолдана отырып тапсырмалар орындау <i>(Сурет соңында келтірілген)</i> Шульте кестесін пайдаланып көрнекі жадыны жаттықтыру Сізде нөмірлер жазылған карточка бар, сіз баладан 1-ден 25-ке дейінгі барлық қол жетімді нөмірлерді атауды және көрсетуін сұрауыңыз керек (немесе сіздің қолыңызда қандай үстел бар екеніне байланысты 16-ға дейін). Содан кейін кері санақ дауысын берген жөн. Ұсыныстарға сәйкес 1-2 сынып оқушылары барлық сандарды көрсетіп қана қоймай, көрсетіп қана қоймай, оларды дауыстап айтды, ал үлкен балалар тек көрсетумен шектелуі мүмкін. Онда сіз тек жұп немесе тақ сандарға қоңырау шалып, жаттығу жасай аласыз. Кестеде жұптасып жұмыс жасау арқылы тапсырманы сәл қиындатуға болады.	Берілген тапсырма бойынша көрсетеді, берілген сұраққа жауап береді..	Дескриптор: тапсырманы орындай алады анықтайды Баланың тапсырманы жақсы орындағаны үшін мадақтау, қолдау	Жұмыс дәптерлері. Суреттер
		Берілген тап		

	Мысалы, бір уақытта бала сандарды өсу ретімен атайды, ал анасы немесе ағасы тақ сандарды тізімдейді. Бәсекеге қабілетті сәт балаға өз назарын белгілі бір тапсырмаға шоғырландыруға, кедергіге алаңдамай үйренуге мүмкіндік береді. Тұрақты жаттығулар визуалды есте сақтауды нығайтып қана қоймай, сонымен бірге баланың визуалды өрісін, зейінін және тіпті табандылы- <table><tr><td>22</td><td>25</td><td>7</td><td>21</td><td>11</td></tr><tr><td>6</td><td>2</td><td>10</td><td>3</td><td>23</td></tr><tr><td>17</td><td>12</td><td>16</td><td>5</td><td>18</td></tr><tr><td>1</td><td>15</td><td>20</td><td>9</td><td>24</td></tr><tr><td>19</td><td>13</td><td>4</td><td>14</td><td>8</td></tr></table> Ахутина әдістемесі. Суретке мән беріп ата. Сипаттама бер. 	22	25	7	21	11	6	2	10	3	23	17	12	16	5	18	1	15	20	9	24	19	13	4	14	8			
22	25	7	21	11																									
6	2	10	3	23																									
17	12	16	5	18																									
1	15	20	9	24																									
19	13	4	14	8																									

Тапсырманы мұқият орындауға тапсырма беріледі.

Рефлексивті- коррекциялаушы кезеңі 3 мин	Сабақты қорытындылау. Сіз бүгін сабақта қандай ойындар ойнадыңыз? Сізге қайсысы ұнады? Сіз бүгінгі сабақтан не біліп алдыңыз?	Оқушы жауап береді	Смайлик	Жұмыс дәптерлері
---	--	---------------------------	----------------	-------------------------

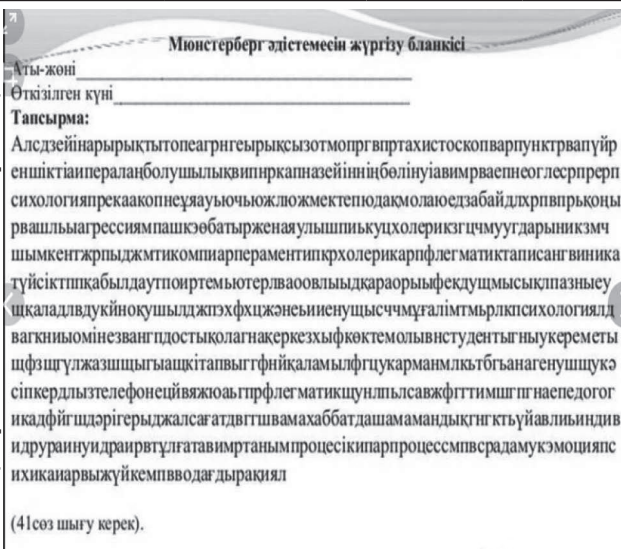
Күтілетін нәтиже:

Нені біледі: Ахутина;

Мюнстерберг әдістемелерің; Шульте кестелерін қолдана отырып тапсырмалар орындайды.

Қандай түсініктерді игерді: Толықтай жауап беру қабілеттері артып, әңгіме барысында көп нәрсені түсініп, білді.

Меңгерген дағдылары мен іскерліктері: Зейін қабілеті дамыды.



Оқушыларға арналған арт-терапия сабағы

K. САКАУОВА

Мақсаты: Оқушылардың ой қиялың, шығармашылығын дамыту, ұжым арасында жағымды қарым-қатынас орнату, бір-бірін сыйлауға, адал дос болуға, коммуникативті дағдыларын дамыту.

Міндеттері:

- Қатысушылар бір-бірі туралы барынша көп ақпарат білуі тиіс.
- Әрбір қатысушы өзін бір үлкен топтың бөлшегі ретінде сезінуі үшін топ ішінде жағымды атмосфера құру.
- Бірлесіп ынтымақтасу мен әрекет ету іскерлігін дамыту.

Қолданылатын әдістер: арт терапия.

Құрал-жабдық: қағаз, қалам, түрлі-түсті қарындаштар.

Тренинг бағдарламасы:

1. Жаттығу «Амандасу» видеомен;
2. Жаттығу «Ұнататың, ұнатпайтын ісім»;
3. «Күн сәулесі» жаттығуы;
4. Жаттығу «Тұмар» бейнесін салу;
5. Жаттығу «Музыка терапия»;
6. Қорытынды.

Жүру барысы:

- Қайырлы күн, оқушылар! Бүгінгі күнімізге сәттілік!

1. Жаттығу «Амандасу».**2. «Бір-бірімізбен».**

Қазір біз тез қимылдауды қажет ететін қызықты ойын ойнаймыз. Қане тез жұп таңдап алып қолынан ұстаймыз. Енді, айтылған дәне мүшелерімен тез амандасамыз. «Бір-бірімізбен» деген кезде жұптарыңызды тез алмастыру керексіңдер.

- **Алақан мен алақан!**

- **Өкше мен өкше!** Бір-бірімізбен (орын ауыстырамыз)

- **Иық пен иық.**

- **Арқа мен арқа.** Бір-бірімізбен (орын ауыстырамыз)

Шынтақ пен шынтақ.

Тізе мен тізе. Бір-бірімізбен (орын ауыстырамыз)

Оң қол мен оң қол

Саусақтар мен саусақтар.

3. Сұрақтар қойып бір-бірімізбен сұхбаттасамыз. Ұнататың, ұнатпайтын ісім.

1. Хоббиің не немесе айналысатын сүйікті ісің?
2. Сыныптастармен бірігіп фильмге барар ма едіңіз?
3. Қандай музыка ұнайды?
4. Бірлескен командалық жұмыстан кейін қалай күш жинар едіңіз?
5. Қандай командалық ойындар ұнайды? (Футбол, баскетбол)

4. «Күн сәулесі» жаттығуы.

Алдарыңызда берілген қағаз бетіндегі шеңберге өз есімімізді жазамыз, егер есімді басқа есіммен ауыстырып жазғыңыз келесе, ол есімді де қасына жазуыңызға болады. Енді, осы шеңберге сәуле тараған сызықшаларын салып бір-біріңізге бересіз, сыныптасыңның қандай қасиеті сізге ұнайды соны жазады. Осы парақ барлық сыныптағы оқушыларға беріліп иесіне келгенше жағымды қасиеттерін жазып шығамыз.

Ал енді кім оқып мені сыныптастарым осылай бағалапты деп айтып шығады?

5. Жаттығу «Тұмар» бейнесін салу.

Берілген ыдысқа көршісімен біріге отырып саусақ арқылы бояумен өз тұмарларын жасайды.

6. Музыка терапия.

Музыка қосылады, сылдырмақтар, т.с.с. дыбысты құралдармен сүйемелдеу.

7. Рефлексия. Бүгінгі сабақтан өздеріңе өмірлік сабақ алдыңыздар ма?

Өмірге қажетті білім алсаңыздар бір-екі сөйлеммен өз ойларыңызды айтыңыздар.

Енді бір-бірімізге жақсы көңіл күй тілеп, сабағымызды мақтау айтумен аяқтайық. Бәріміз қолдарымызбен достық, сыйластық, сүйіспеншілік пирамидасын құрайық. Сендер қол жылуын сезесіңдер ме? Әрдайым жылы шырайлы қарым-қатынаста болайық. Арамыз ешқашан суымасын. Әрқашан біз біргеміз, қандай сыныппыз?

Авторлар туралы мәлімет Сведения об авторах

АБДРАХМАН Айна Омарқызы – №56 орта мектептің педагог-психологы. Жаңақорған ауданы, Қызылорда облысы.

АБДУЛЛАЕВ Жалғас Сәкенұлы – Абай атындағы ҚазҰПУ-нің Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану мамандығының 4-курс білім алушысы. Алматы қаласы.

АБИЛБАКИЕВА Галия Турысбековна – PhD, Абай атындағы ҚазҰПУ-нің аға оқытушысы. Алматы қаласы.

АЛТЫНБЕКОВА С. – №85 орта мектептің педагог-психологы. Төретам кенті, Қызылорда облысы.

ДОСЫМАНОВА Ж. – воспитатель КГУ Областной Дом Юношества г. Костанай.

ЕСЕНҒАЗЫ Нұрлан Ізденұлы – Баишев жоғары медициналық колледжінің арнайы пән оқытушысы. Ақтөбе қаласы.

ЖАҚЫПБАЙ Балжан Мұхитқызы – Абай атындағы ҚазҰПУ-нің Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану мамандығының 4-курс білім алушысы. Алматы қаласы.

ИБРАГИМОВА Жанна Мухаметбековна, магистрант 2 курса кафедры общей и прикладной психологии факультета философии и политологии КазНУ им. аль-Фараби, г. Алматы.

ҚАЗЫ Ақмарал – Абай атындағы ҚазҰПУ Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеу кафедрасының 4-курс білім алушысы. Алматы қаласы.

ҚАНАТ Ұлдана – Абай атындағы ҚазҰПУ Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеу кафедрасының 4-курс білім алушысы. Алматы қаласы.

ЛЕПЕСОВА Айсауле Қдырбаевна – Әл-Фараби атындағы №21 мамандандырылған гимназия педагог-психолог. Ақтөбе қаласы.

МАНАБАЕВА Гулжанат Мухабаевна – «№155 Д. Шыныбеков атындағы орта мектебі» КММ-нің педагог-психологы. «Досбол» ауылы, Шиелі ауданы, Қызылорда облысы.

МУСАНОВА Айгерім Байғалиқызы – Абай атындағы ҚазҰПУ-нің Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану мамандығының 4-курс білім алушысы. Алматы қаласы.

МҰХАШОВА К. – М. Шоқай атындағы №187 ІТ мектеп-лицейінің педагог-психологы. Қызылорда қаласы.

САКАУОВА Карылгаш Гарифовна – Ж. Молдағалиев атындағы №2 ЖОББМ педагог-психологы. Орал қаласы, Батыс Қазақстан облысы.

СҰЛТАНБЕК Мереке – Абай атындағы ҚазҰПУ Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеу кафедрасының 4-курс білім алушысы. Алматы қаласы.

ТӨЛЕШОВА Ұлмекен Болатқызы – Абай атындағы ҚазҰПУ-нің қауымдастырылған профессоры, педагогика ғылымдарының кандидаты. Алматы қаласы.