



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE
OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN



Л. Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ
ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ
ЕВРАЗИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Л. Н. ГУМИЛЕВА
GUMILYOV EURASIAN
NATIONAL UNIVERSITY



Студенттер мен жас ғалымдардың
«Ғылым және білім - 2015»
атты X Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
X Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«Наука и образование - 2015»

PROCEEDINGS
of the X International Scientific Conference
for students and young scholars
«Science and education - 2015»

УДК 001:37.0
ББК72+74.04
Ғ 96

Ғ96

«Ғылым және білім – 2015» атты студенттер мен жас ғалымдардың X Халық. ғыл. конф. = X Межд. науч. конф. студентов и молодых ученых «Наука и образование - 2015» = The X International Scientific Conference for students and young scholars «Science and education - 2015». – Астана: <http://www.eni.kz/ru/nauka/nauka-i-obrazovanie-2015/>, 2015. – 7419 стр. қазақша, орысша, ағылшынша.

ISBN 978-9965-31-695-1

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

УДК 001:37.0
ББК 72+74.04

ISBN 978-9965-31-695-1

©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2015

Қолданылған әдебиет

1. Ярская-Смирнова Е.Р., Наберушкина Э.К. Социальная работа с инвалидами. /Е.Р.Ярская-Смирнова, Э.К. Наберушкина. – СПб.: Питер, 2004, – 316с.
2. <http://adilet.zan.kz/kaz/docs/P1400000254> Қазақстан Республикасында мүгедектердің құқықтарын қамтамасыз ету және өмір сүру сапасын жақсарту жөніндегі 2012 – 2018 жылдарға арналған іс-шаралар жоспарының екінші кезеңін (2014 – 2015 жылдар) бекіту туралы Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2014 жылғы 26 наурыздағы № 254 қаулысы.
3. <https://www.mzsr.gov.kz> Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрлігі. Ресми интернет қоры.
4. Карякина О.И., Карякина Т.Н. Основы реабилитации инвалидов: Учебное пособие. – Вологод: Издательство Вологодского государственного университета, 1999. – 88с.
5. Омарбекова Ж.А. Проблемы трудоустройства инвалидов в Казахстане и пути их решения// Программа занятости 2020.- 2010-07-20
6. Национальный план действий на долгосрочную перспективу по обеспечению прав и улучшению качества жизни инвалидов в Республике Казахстан на 2012 – 2018 годы http://krgsoc.gov.kz/rus/baza_4
7. Қазақстан Республикасының Заңы: Қазақстан Республикасында мүгедектерді әлеуметтік қорғау туралы. - Алматы : Бико, 2005. - 15 б.
8. Қазақстан Республикасының Әкімшілік құқық бұзушылық туралы кодексі. – Алматы: Заң әдебиеті, 2008. – 640б.
9. <http://tass.ru/obschestvo/1614763>. Информационное агентство РФ - «тасс».
10. «Нұр Отан» партиясы саяси кеңесінің 2011-2014 жылдарға арналған есебі. Наурыз-2015//www.nurotan.kz.

УДК 159.942.5

ҚАЙҒЫНЫҢ БАЛАНЫҢ МІНЕЗ-ҚҰЛҚЫНА ӘСЕРІ ЖӘНЕ ОЛАРҒА ҚОЛДАУ КӨРСЕТУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Кенжебекқызы Әлия

Barshatas-87@mail.ru

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Психология мамандығының 1 курс магистранты,
Астана, Қазақстан

Иманбекова Ботакөз Дәулетовна

Іле ауданы, Боралдай кентінің №39 гимназияның мұғалімі
Алматы, Қазақстан

Ғылыми жетекшісі – Г.Қ. Айқынбаева

Ұрпақ тәрбиесі – келешек қоғам тәрбиесі [1]. Сол келешек қоғам иелерін жан-жақты жетілген, ақыл-парасаты мол, мәдени-ғылыми өрісі озық, физиологиялық және психологиялық денсаулығы жоғары етіп тәрбиелеу – біздің де қоғам алдындағы басты борышымыз. Өсіп келе жатқан ұрпақты балалығынан айырмай, келеңсіз жағдайлар мен көңіліне кірбің келтіретін жағдайлардан алдын алу қажеттігі бүгінгі таңда өзекті мәселелердің бірі болып қала бермек. Кейбір дәуір кезеңінде ата-аналар балаға тәлім-тәрбие берумен бірге олардың бойында ақыл-қайрат, білім-тағылым алу, мінез-құлқының дұрыс қалыптасуына үнемі көңіл аударып, жете мән беріп отырған.

Бала бойындағы мінез құрылымының компоненттерін, оның тұлғалық ерекшеліктері мен айналасындағы әлеуметтік ортаның ықпалына икемделе құрылатынына талдама жасаған: Б.Г.Ананьев, А.Г.Ковалев, Н.Д.Левитов, В.С.Мерлин, В.Н.Мясищев, Ю.А.Самарин, И.В.Страхов, И.Невский, И.Конт, А.М.Яковлева және т.б.

Бала бойындағы мінез-құлық мәдениеті-адамшылдық қарым-қатынастың негізгі талаптары мен ережесін сақтау, айналасындағылармен дұрыс қарым-қатынас құра білу.

Адамның жүріс-тұрыс, іс әрекетінің жиынтық көрінісі мінез-құлық ерекшеліктерін айқындайды. Мінез-құлық ерекшеліктері моральдық категорияға жатады. Ол адамның қоғамдағы мінез-құлқын реттеу қызметін атқаратын әлеуметтік институт, қоғам түгелдей мақұлданған заңды талаптарының орындалу барысымен анықталады. Мінез-құлық мәдениеті адамның өскен ортасына, адамдармен күнделікті қарым-қатынасына, білім өресіне, көрген-түйген өнегесінен алған өнегесіне байланысты. Егер кері жағдайлар мен келеңсіз оқиғалар болатын болса, бала бойында қорқыныш пен үрей, стресстік жағдайлар белең алады, ал бұның соңы жақсылыққа апармайтындығы анық.

Өкінішке орай бала өмірі тек қана қуаныш пен жақсылықтан тұра бермейді. Кей кездері жол апаты, бақытсыздық жағдайлары, жақынының аурудан көз жұмуы, жер сілкінісі және т.б. ауыр қайғылы оқиғалар кездесіп жатады. Осы сәтте балаға қалай қолдау көрсетіп және көмек беру керек кезінде ересектер қобалжып не істерлерін білмейді. Бұл мәселе Р.Уэллс жұмысында толық талдау жасап көрсеткен (Wells Rosemary. Helping children cope with grief. London, 1978) [2].

Балалармен жұмыс істеу барысында ересектер тек қана арнайы психотерапиялық көмек жолдарын біліп қана қоймай, баланың қайғысын бөлісе білу, оған сүйеніш бола біліп, жүйке жұқаруының алдын алу керек. Осындай көмек берудің жолдарын ата-аналар, оқытушылар, тәрбиешілер мен барлық ересектер егер баламен ісі болатын болса балаға қолдау көрсетуді игеруі керек.

Осы мәселенің тағы бір қырынан қарасақ, ата-аналар мен оқытушылар балалармен қарым-қатынас барысында осы тақырыпты қозғамай, өлім туралы айтпай жауып тастағанды жөн көреді. Ал тәжірибеде осы жайттарды түсіндіріп, жеткілікті түрде ақпар беріп отыратын отбасыларында жағдай басқаша, мұндай отбасындағы бала басқаларға қарағанда тағдырдың сынақтарына әлдеқайда төзімді болып келеді. Дегенмен де осы тақырып қозғалған кезде осы мәселені көтергені үшін, көптеген ата-аналар мен оқытушылар тарапынан көптеген қарсылықтар туындап жатады. Р.Уэллс оған мүлдем қарсы екендігін айтады. Ол қазіргі кездегі балалардың өткен ұрпаққа қарағанда әлдеқайда озық, көп нәрсені білетіндігі, оларға мектепте ерте жастан бастап нашақорлық пен маскүнемдік, бала туылуы мен одан сақтану, жыныстық ауытқулар мен түсік тастау сияқты дәрістер көптеп оқылғанымен өз-өзіне қол жұмсау тақырыбы мүлдем қозғалмайды Неліктен? Ол әрқайсысымыздың басымызға келетін жай ғой. Өлім туралы біліп, оның қайтымсыз екендігін түсіну өмірге дайындаудың бір бөлігі ретінде, баланың психологиялық тұрғыдан есеюіне ықпалдайды. Алайда оны жеткізу жолдары да соншалықты шебер болып, ата-ана мен психологтың күш жұмылдыруын талап етеді.

Балалардың қайғыруының өзіндік ерекшелігі бар. Егер отбасында қандай да бір жайсыздық болса оны бала түйсініп, солармен бірге басынан өткізуі керек. Балалардың уайымын жоққа шығаруға болмайды. Р. Уэллс, сіздің жайсыздану әрекетіңіздің балаңыздағы көрінісі қаншалықты оған ұқсас болатындығы, сондай ақ оны ажырата алмайсыз деп келтіреді. Егер сіздің отбасыңызда психикалық ақауы бар бала болатын болса оның күйзелісі мен көңіл құбылысын ескермей қоюға болмайды. Ол да басқалармен қатар уайымды басынан өткереді, сондықтан оған өзіңіздің ықыласыңызды бөліп, жылы сезіміңізбен бөлісуіңіз керек.

Жақынын жоғалтуға байланысты қиын қыстау кездерде ештеңе болмағандай кейіп танытпай, оған үйренуге уақыт керек екендігін біле отырып, жақындарымызға тек жылы қабақпен, түсінушілікпен қарауымыз қажет.

Баланың қайғыруы немесе уайымдау ұзақтығы үлкендерге қарағанда қысқарақ болады (жылап тұруы күлімдеуге ауысады), қандай да бір қиындықтармен жолыққанда уайымы қайта өршиді.

Баланың қандай әрекетін қалыпты деп қарастыру керек. Бала бойында «қиындығы» бар баладан «қиындығы» жоқ баладан ажырату үшін қажет.

Есеңгіреу (шок) — қазадан кейінгі туындайтын алғашқы жауап. Ол балаларда үндемей қалу немесе айғайлап жылауға ұласады. Ал кішкентай балаларда есеңгіреу емес жағымсыз

қолайсыздық болуы мүмкін. Олар үйде не болып жатқанын түсінбейді, алайда өзгерісті жақсы сезінеді. Оларды құшағыңызға алып, қайтқан жақын адамыңыз туралы сөйлесіп, оны жерлеу рәсімдеріне дайындықты көруге мүмкіндік беріп, қайғының ортақ екендігін сездіру керек.

Өлімді жоққа шығару – балалар қайтыс болған адамды жерлегенін білсе де оның енді қайтіп келмейтінен сене алмайды.

Іздеу — бала үшін ол қайғырудың логикалық сатысы. Ол бірдеңені жоғалтып алғандай болады, ал оны таппау онда қорқыныш туындатады. Кейде олар ойын үстіне жоғалтып алған адамының есіктен кіріп келе жатқанын елестетеді.

Торығу сезімі бала жақынының қайтып келмейтінін сезгенде туындайды. Осындай сәтте ол айғайлап, жылап, басқалардың жақсы көруін қабылдамайды. Осы жағдайды жақсы көру мен төзімділік таныту арқылы ғана жеңуге болады.

Ызаға булығы өзін тастап кеткен адамға қатысты туындайды. Кішкентай балалар ойыншықтарды сындыра бастаса, жасөспірімдер еш себепсіз бауырын ұрып, жақындарымен сөйлеспей қояды.

Үрей мен өзін өзі кінәләу сезімі депрессияға алып келеді. Оған қоса балаларды мына сияқты басқа ойлар да мазалай бастайды («Мені мектепке кім апарады?» «Сабағыма кім көмектеседі?» «Кім маған ақша береді?»). Ересек балалар үшін әкесінің өмірден озуы оқуын жалғастыра алмай қалу қаупімен ұласады [3].

Қайғы үстіндегі балаға қалай көмектесуге болады. Алдымен отбасындағылардың барлығына қайғы ортақ болуы керек. Қаза ешқашан ұмытылмайды. Ең бастысы оны балаға айтпас бұрын оны алдымен ең жақын өзі сенетін адам құшақтап немесе алдын алып, қолынан ұстап тұрып естіртуі керек. Ол өзін кінәлі сезінбеуі керек. Бала жағымсыз хабар айтқа адамға ашуы келуі мүмкін, оған осы сәтте оның қайғыруына ортақтасып уақытымен сыртқа шығаруын әйтпесе жылдар өте осы уайымның қайтып келетіндігін түсіндіру керек.

Ересектеу балалар оңаша қалғанды жөн көреді. Олармен сөзталасқа түспей, жайына қалдырудың өзі өзінше бір психотерапия болып саналады. Баланы ықыласыңызға бөлеп, тамағын беріп, төсегін салып т.б әрекеттер жасау керек. Сен енді азамат болдың, жылама деп тиып тастауға болмайды, олар үшін ол ең үлкен қатер. Керісінше жылағысы келмеген баланы күштеп жылатуға да болмайды.

Әрдайым баламен ой бөлісіп отыру керек. Жерлеу рәсімінен кейін отбасындағы өмір қалпына келеді деп саналады, үлкендер жұмысқа, балалар мектепке барады. Дәл осы сәтте жақынының жоқтығы қатты сезіледі. Қайғылы қазадан кейін балалар өз эмоциясын шығару мүмкіндігі бар екендігін біледі. Ал уақыт өте келе шыжыңдық, кекештену, ұйқысыздық туындауы мүмкін. Әр жағдай әрқалай болғандықтан көмек берудің бірегейін таңдау мүмкін емес. Сондықтан мүмкіндігінше түсіністік пен өздеріңіздің жақсы көру сезімдеріңізді көрсете білу қажет. Тамаққа тәбеті шаппаса, бірлесіп барлық отбасына тамақ әзірлеуді ұсыну қажет.

Бала бойында қайғының әсерінен пайда болған ызақорлықты қалай тоқтатуға болады. Кішкентай балаларға жыртатын қағаз, қорап, қажетсіз ойыншықтарды сындыруға беруге болады. Ересек балараға әжептәуір физикалық қайратты қажет ететін жұмыстар тауып беріп, велосипедте көп жүргізу керек. Алайда көпбалалы отбасында кім ашуын қатты көрсетеді деген жарыс туындап кетуі мүмкін. Алайда әр нәрсенің шегі бар екендігін ұмытпаған жөн.

Бір балаға барлығына рұқсат етіп, қалғандарын шектеп тастауға болмайды. Бірнеше айлардан кейін біртіндеп қаза ұмытылмаса да эмоционалдық реакциялар игеріле бастайды.

Баланың қайғыға ұшырау жағдайында қандай кәсіби көмек қажет. Көбіне ата-аналар психиатрға барудан бас тартады. Ал кейде ата-аналар болмашы себепке бола дәрігерге ала жүгіреді, ол кезде балаға емес оладың өзлеріне көмек қажет. Дабыл қағатын белгілерге мыналарды жатқызуға болады: ұзақ уақыт бойы сақталған игеруге келмейтін мінез құлық, жоғалтуға аса сезімталдық, ешқандай сезім ұштығының болмауы, көрсетпеу; анорексия, ұйқысыздық, елес көру (өте жиі жасөспірімдерде кездеседі). Жасөспірімдердегі депрессия –

жиі ішке тығылған ашу болып табылады.

Жалпы кеңес: кешігіп қайғыру, тым ұзаққа созылған немесе әдеттегіден тыс мазасыздық. Күйзелістің болмауы бәрінен де маңыздырақ.

Егер отбасындағы бір адам қатты ауруы болса не істеу керек. Көбіне балалар өзінің ауру екендігін жақындарын уайымдатпас үшін айтпайды. Оның ақыр соңы аса қатерге ұласуы мүмкін. Біртіндеп көз жұму, аяқ асты болған өлімненмен жеңіл емес. Науқасты күту отбасындағыларға түгелдей бөлініп берілгенде өлімге дайындық біртіндеп жүреді.

Балаларды қай уақытта құлақтандыру керек ? Ең дұрысы олардан ештеңені жасырмай, жасына сай түсіндіріп, өз уайымдарымен өздерін жеке қалдырмау қажет. Олар да міндеттің бір бөлігіне араласа алады. Жоғалтудың ауырлығы оны алдын ала білуден азаймайды, дегенмен оның қоштасуға мүмкіндігі болады. Диагнозды білу өлімді естірткендегідей есеңгіреу туғызады, артынша сенбеу, жоққа шығару болуы мүмкін. Одан кейін қорқыныш, үрей, шарасыздық пен ашу туындайды. Отбасындағы сау жүргендерге деген реніш туындайды. Осындай аяқ асты жағдайда ауырып жатқанға қаншама көңіл бөлінгендіктен қызғаныш сезімі туындауы мүмкін. Ол осындай аурудың жоғалмайтынына наразылық көрсетеді, оның арты өзін өзі кінәләу сезіміне ұласуына шақ қана қалады. Балалар өз жақындарын ауруханада жатқан кезде көруі керек, тек жансақтау бөлімінде емес, оларда қорқыныш туындауы мүмкін. Жасөспірімдер түрлі себеппен бас таруы да мүмкін. Осындай уақытта оны ертудің қажеті жоқ. Оны алдын ала хабарласын аурухананың дәлізінде күтіп немесе оған 5 минутқа тамақ апаруға жұмсауға болады.

Бір госпитальда ата-аналарын жоғалтқан жасөспірімдерді жинап алып, олардың арасына өздері сұрамайынша араласпайды. Алдымен олар өздерін бірдей екендіктерін сезініп, алдымен сенбестік болса да артынша шүйіркелесе келе өздерінің сезімдерінің ұқсас, ортақ екендігімен бөлісіп, өздерінше ой түйіндеуге мүмкіндік туындайды.

Жесір қалған ата-ана: оған және балаға қандай көмек беру керек. Егер сіз жетім қалған балаға көмектескіңіз келсе, алдымен жесір қалған ата-анасына көмек беріңіз. Егер анасы өмірден қайтса оның орнын басқа әйел – әжесі немесе тәтесі оны тамақтандыру, киімін жуу, балаларды күту үшін орнын басады. Алайда отбасында ер адам қайтса, оның орнын жақын уақытта ешкім баса қоймайды. Ал әкенің орнын толтыру ешкім үшін оңайлыққа соқтырмайды [4].

Отбасындағы ата-анасының біреуі өмірде екіншісі оған қайғырмаса балалар үшін барлығынан сол қатты тиеді. Жоғалтқан ата-анасының киімін төсекке алып, құшақтап жатса онда тұрған оғаш ешнәрсе жоқ, тек ол ересек жасқа келсе де жалғаса берсе қалыптыға жатпайды. Балалар үлкендердегі өзгерістердің бәрін байқап отырады. Жиі балалар ата-анасын жоғалтқанда өзін-өзі кінәләу сезімінде болады. Батырбектің әкесі оны суға кетіп бара жатқан жерінен құтқарып, 2 сағаттан соң жүрек ұстамасынан қайтыс болат, ал ол анасының алдында өзін бірнеше жылдар бойы кінәлі сезінген. Ал ана болса өзі туылған кезде анасы қайтыс болғандықтан әкесі оны қаншалықты жақсы көрсе де кінәлі сезінеді. Ең бастысы қайтыс болған ата-анасын еске алғанда жыласа да, күлсе де оның болғанын, еске түсірерлік шын екендігі қиялдан қарағанда маңыздырақ. Егер ата-анасы айырылысқан болса жағдай әлдеқайда күрделірек. Егер балалар анасымен тұрса әкесінің өліміне анасын кінәләйды. Анасы қайғыға ұрынса балалары оған таң қалады, ал егер қайғырмаса оны сезімсіз деп даттайды.

Көптеген балалар жесір қалған ата-анасының жаңа отбасы құруынан қорқады, ол сезім тіптен қайтыс болған күннен басталуы мүмкін. Ол шынымен де солай әкесінің енді оны емес басқаны жақсы көретіндігінен қорқады. Отбасында пайда болған жаңа адамға деген қарсылық артып кетеді. Алайда бірқатар жағдайларда ол керісінше балаға сүйеніш болуы мүмкін. Мысалы, өгей шешесі «анасы сияқты оның суретшілік шеберлігін қолдаймын» деген сөздер олардың арасындағы түсінбеушілікті азайтуы мүмкін.

Ата-анасы қайта отбасын құрғандағы балалардың жас ерекшелігі аса маңызды, әсіресе оны жасөспірімдер ауыр көтереді. Жаңа отбасын құрғанда балалардың бұрынғы әке-шешесін толық ұмытып кетеді деп үміттенбеу керек. Ал ата-анасын ешқашан көрмеген балалар

екіжақты сезімде болады.

Ата-анасының екеуін қатар жоғалтқан баланың күнін айтсаңызшы. Оның жақын туыстары болмаса, оларды балалар үйіне өткізеді. Оларды көбіне ата-әжелері қолға алады. Әсіресе әжесі ширығып оларды қорғап, қолдауды қолына алса қайғыларының жеңілдеуіне көмектеседі. Олар жиі: «Өз анаңа құйып қойғандайсың», «Сен сияқты әкең де өлең тыңдағанды жақсы көретін» деп айтып отырса өте жақсы. Уақыт өте келе ескі отбасылық альбом да өз көмегін тигізеді. Балалар өз ата-аналары туралы білгенді, олардың өмір тарихы туралы әңгімелер естігенді жақсы көреді. Осының бәрі балалардағы қайғыны жеңілдетуге көмектеседі.

Отбасындағы аға-бауырының қазасына бала қалай қайғырады. Егер отбасында бала қаза тапса барлығы анасының жарасын жеңілдетуге тырысады. Ал қалған балалар назардан тыс қалуы мүмкін. Оларға кейде тіптен оның орнына мен неге өлмедім екен деген ой келуі мүмкін. Осы сәтте оларға көңіл бөле білу да аса маңызды, себебі олар үлкендер тарапынан назарға ілігіп, өздерінің де біреуге қажет екендіктерін түсінуі керек. Жиі ең кіші бауыры ағасының қаза болған жасына жеткенде аса мазасыздыққа түседі, осы сәтті назардан тыс қалдырмаған жөн. Уақыт өте келе әке-шеше барлық үміт қалған баласын артады. Алайда олардың талаптары аса жоғары болуы мүмкін, ол қайтыс болған аға-бауырына ұқсағысы келіп, өзінің бірегейлігін жоғалтады. Жылдығын беруден бас тартпау керек.

Баланың қайғыға душар болған жағдайда оны жеңілдету үшін мектеп не істей алады. Жиі баланың тезірек оқуға кіріскені жөн болады. Егер балада ол үйінде жоқ кезде жақындарының бірін жоғалтып алатын сияқты сезім болса, оны біраз уақыт үйінде бола тұруға мұрсат болу керек. Ең бір жақсысы балалар үлкендерге қарағанда құрбыласына аяушылық, түсіністікпен қарайды. Дегенмен де сол сәттерде барынша балаға мектепте де қамқор болуға тырысу керек. Мұғалімі оның қайғысын түсінетінін айтуы керек. Ал баланың біреумен ой бөліскісі келіп, сезімімен бөліскісі келетін қажеттілігі болса оған мұғалім болып, психолог көмегі қажет.

Қаланың бір мектебінде балалар жақсы көретін бір қоян өліп қалғанда оны бір мұғалім көрсетпей көміп тастау керектігін айтса, екіншісі оны балалардың көзінше қорапқа салып, жер қазып көму керектігіне көндіріп, оның үстіне өздері жақсы көретін қоянға арналған ескерткіш кітапша жасау керектігін айтқан. Осындай жағдайда ғана олар оны жоғалтқанына көндігеді.

Бастауыш сыныптық мұғалімдеріне кеңес.

1. Жақынын жоғалтқан баланы бақылап, оның алғашқы аптада көрсеткен эмоциялары, ашу ызасына түсіністікпен қарап, баланың қалауына қарсы жүрмеу.

2. Егер бала сөйлескісі келсе онымен міндетті түрде тыңдаңыз. Оны құлағыңызмен ғана емес жүрегіңіз бен де тыңдап, оңашада мүмкіндігіңізше көнсе құшағыңызға алып, басынан сипаңыз. Оның ата-анасы туралы ой бөліскісі келетіндігіне қолдау көрсетіңіз. Ол өзін керек сезінетіндей етіңіз.

3. Баланың жақсы көретін достарын жинап, жоғалтқан адамы туралы жақсы нәрселер айтуға шақыру керек.

4. әрқашан жауап қатуға дайын болып, шамасынша шындықты қана айтыңыз. Өлім мен өмір туралы айтуға болады.

5. балаға көз жасын шығарудың ешқандай ұяттығы жоқ екендігін көрсетіңіз.

Егер өз көзіңіз жасқа толса оны жасырмай, көрсетіңіз, сен ананды қатты жақсы көрдің, мен оны білемін деу керек. Мамаң сонымен бірге клоундарды жақсы көруші еді ғой деп, күлімсірей еске алып, күлімдеудің де әбес еместігін көрсету керек.

6. Балаға ешқашан: «Сен олай ойламайсың ғой иә?» деген сұрақ қоюға болмайды. Балада қорқыныштың жойылуына үміттенбеңіз және тақырыпты басқаға ауыстыруға тырыспаңыз. Балалар шыншыл келеді, олар не ойласа соны ашық айтады. Олардың сезімі шынайы, оларға сеніп, олармен сөйлесу керек. «Кешікпей сенің жағдайың жақсы болады» деген сөздерді айтудың қажеті жоқ. Одан да: «Мен сенің қайғыңды түсінемін, сенің әкеңнің жас қайтыс болғанын да, ал сенің оның сені қаншалықты жақсы көргендігін, оны

ұмытпайтындығыңды түсінемін» деу керек. Баланың қайғыруға құқысы бар екендігін мойындау керек.

7. Ата-анамен байланыста болыңыз, олар сіздердің ара-қатынастарыңызды білсе өздерін қауіпсіздікте сезінеді. Қиын жағдайға тап келіп, ұзақ уақыт қалып қойған балаға арнайыландырылған психотерапевтің көмегі немесе отбасылық терапия қажет.

Жақындарын жоғалтқан досқа қандай көмек беруге болады. Жалпы талқылауға: «Уайым басына түскен адамға қалай көмек беруге болады?» деген тақырыпты таңдауға болады. Кейбір жағдайларда қайтыс болған адам туралы айтуды біреулер ғана қолдайды. Олардың қайтқан адамның кімді жақсы көргені және ол туралы қатты ой бөліскісі келетіндігін түсіндіру қиын.

Қорыта келгенде, біз қайғының баланың мінез-құлқына әсері және оларға қолдау көрсету ерекшеліктеріүт тоқталып, оның қандай сезімде болтындығын, не қажет ететіндігін, үлкендерден не күтетіндігі туралы мәселелерді қарастыруға әрекет жасады. Себебі ересектер көбіне өздерін кері ұстап, ештеңе болмағандай, қайғы туралы сөз қозғамай, баланы өзін қиындықта қалдырады. Әрине жоғарыда көрсетілгендерді бірінғай барлығына қолдануға келеді деп айта алмаймыз, себебі әр оқиға жеке жағдай болып табылады. Есейіп қалған бала болса оңашаланып, ешкіммен сөйлеспей қоюы мүмкін, оған да түсіністікпен қарау қажет. Ең бастысы баланың қолдауды қажет ететіндігін, олардың оны сыртқа шығарудың жолдарын білмейтіндігін ескеру керек. Егер бала көмектен расымен бас тартса, оған күштеп көмек ұсынудың қажеті жоқ.

Қолданылған әдебиет

1. Лепевова М.А. Отбасының бала тәрбиесіндегі орны. // Заманауи педагог мамандарды даярлаудың өзекті мәселелері. Республикалық ғылыми-тәжірибелік конференция материалдары. –Астана, 2014. -33-376.
2. Wells Rosemary. Helping children cope with grief. London, 1978.
3. Ұзақбаева С. Тамыры терең тәрбие. Алматы, 1995. -46-476.
4. Мукушева К. «Стрестен қорғану». Павлодар қаласының «Білім бөлімі» сайты Б.1. 02.04.2014ж

УДК 316.6:[297:327.3]

СТРЕСС ЖӘНЕ ОНЫҢ АЛДЫН АЛУ ЖОЛДАРЫ

Кенжебекқызы Әлия

Barshatas-87@mail.ru

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Психология мамандығының 1 курс магистранты,

Астана, Қазақстан

Ғылыми жетекшісі – Г.Қ. Айқынбаева

«Қазақстан – 2030» Жолдауында Республика Президенті еліміздің ұлттық қауіпсіздігін, тәуелсіздік пен егемендігін танытатын мемлекетіміздің ұзақ уақытты дамуын анықтады [1].

Республиканың әлеуметтік-экономикалық дамуын жеделдетуге, қоғамның саяси және рухани өмірі саласындағы міндеттерді қайта жанартуға бағытталған идеялық-тәрбие жұмыстары мемлекеттің стратегиялық бағдарымен анықталды. Қоғамдық жаңару кезеңінде, Қазақстан әлеуметтік, саяси, экономикалық қатынастарының сипатының өзгеруі өз кезегінде қоғамдық білім, тәрбие институттардың да өз бағыты мен мазмұнына жаңа талаптар қойып отыр.

Еліміз егемендігін алып, дүниежүзілік өркениетке ұмтылу барысында, өскелең ұрпаққа тәлім-тәрбие беру халықтың жарқын болашағын меңзейді. Ұрпақты дана да, тәрбиелі етіп тәрбиелеу үшін-оның тұлғалық ерекшелігін қалыптастыру қажет. Дүниедегі ең бағалы асыл байлық адам. Ол барлық әлеуметтік қозғалыстар мен қимыл әрекеттің негізі, ол-шені және мақсаты, жер шарындағы небір ғаламат табыстардың қайнар көзі, ақыл-ой туындылардың