**АТА-АНАЛАРҒА КЕҢЕС**

**«Баланың қыңырлығы, бұл туралы не істеу керек, себептерін анықтау»**

**Дайындаған тәрбиеші:**

**Симакова Н.А.**

**Ерте жас**-бұл адамның физикалық, психикалық, жеке дамуының негізі қаланатын уақыт. Ерте балалық шақта бала үлкен даму жолынан өтеді. Осы кезеңде ересектермен қарым-қатынас формалары дамиды, ересектерге бағытталған алғашқы әлеуметтік эмоциялар пайда болады, олармен қарым-қатынас жасау қажеттілігі қалыптасады, көрнекі-бейнелі ойлау дамиды, есте сақтау, қиял дамиды, пассивті және белсенді сөйлеуді дамыту жүреді, сөздің тақырыппен алғашқы байланыстары орнатылады, манипулятивті және объективті іс-әрекет қалыптасады, және оның негізінде - сюжеттік ойын, ойын және өнімді іс-әрекеттің алғышарттары пайда болады.

Ерте жастағы балаларды уақтылы бастау және дұрыс тәрбиелеу олардың толыққанды дамуының маңызды шарты болып табылады.

Сәбилердің ата – аналары жиі кездесетін мәселе-балалардың қыңырлығы мен ашуланшақтығы.

Баладағы ашуланшақтық баланың өзін-өзі ұстай алмауына әкелетін қатты жүйке қозу күйін білдіреді. Балалардың ашуланшақтықтары көбінесе жылау, қатты айқайлау, еденде серуендеу, сондай-ақ қолдар мен аяқтарды сермеу арқылы көрінеді. Осы күйде келген бала өзіне бағытталған сөйлеуге барабар жауап бере алмайды және оған бағытталған әдеттегі қарым-қатынас әдістерін қабылдай алмайды.

Өсіп келе жатқан балалардың жеке қызығушылықтары, тілектері бар, олар көбінесе ересектердің тілектеріне қайшы келеді. Егер бала өз жолын таба алмаса, онда ол тітіркену мен ашуды сезінеді.

**Ашуланшақтық жағдайын тудыратын   
қалыпты жағдайларды ажыратыңыз:**

**\* жеке наразылықты ауызша білдіре алмау;**

**\* назар аударуға деген ұмтылыс;**

**\* қол жеткізуге деген ұмтылыс өте маңызды және қажет нәрсе;**

**\* ұйқының болмауы, шаршау, аштық сезімі;**

**\* аурудан кейінгі ауру немесе жағдай;**

**\* құрдастар мен ересектерге еліктеуге деген ұмтылыс;**

**\* ересектердің шамадан тыс қамқорлығы және патологиялық қатаңдығы;**

**\* баланың теріс және жағымды әрекеттеріне айқын көзқарастың болмауы;**

**\* баланы жазалау мен көтермелеудің әзірленбеген жүйесі;**

**\* қызықты сабақтан алшақтау;**

**\* ата-аналық қателіктер;**

**\* жүйке жүйесінің әлсіз және теңгерімсіз қоймасы;**

Мұндай құбылысқа тап болған ата-аналар көбінесе баламен өзін қалай дұрыс ұстау керектігін білмейді және тек истерикалық қыңырлықтың мүмкіндігінше тез тоқтағанын қалайды, олар асығыс, тыныштандырады, жұбатады және барлық сұраныстарды бірден қанағаттандырады және барлық тілектерді орындайды. Бірақ көп жағдайда бұл мінез-құлықтан балалардағы ашуланшақтық күшейіп, ұзаққа созылады. Ересектердің мінез-құлқына көп нәрсе байланысты: бұл ашуланшақтық үнемі жалғасады ма, әлде бірнеше сәтсіз әрекеттен кейін тоқтайды ма.   
Ашуланшақтық көбінесе еріксіз, олардың ерекшелігі-баланың эмоцияларымен күресу өте қиын.Ересектер балалардың ашулануы күшті эмоционалды реакция бола отырып, агрессиямен, тітіркенумен, үмітсіздікпен күшейтілетінін ескеруі керек. Шабуыл кезінде бала моториканы әлсіз басқарады, сондықтан баланың басын қабырғаға немесе еденге тигізетін кездер болады, сонымен бірге ауырсынуды сезбейді.  
Ашуланшақтың ерекшелігі-олар жағымсыз жаңалықтың немесе реніштің салдары ретінде пайда болады, басқалардың назарында күшейіп, қоршаған ортаның қызығушылығы жоғалғаннан кейін тез тоқтайды.

Алғашқы ашуланшақтық бір жылдан кейін пайда болады және көңіл-күйдің шыңына, сондай-ақ 2,5-3 жылдағы қыңырлыққа жетеді.

Үш жас "үш жылдық дағдарыс" деп аталды. Дағдарыс кезеңінде истерикалық шабуылдар кез-келген жағдайда болуы мүмкін және күніне 10 ретке дейін жетеді. Олар истерикалық наразылықтармен және қыңырлықпен сипатталады. Көбінесе ата-аналар бір кездері мойынсұнғыш баланың ең маңызды емес және кез-келген жағдайда ашуланшақтыққа қалай айналғанын түсіне алмайды.

**Себептерге байланысты балалардың ашулануы**

**екі түрге бөлінеді:**

**\* манипуляциялық истерия**

**\* мінездің ашуы.**

Бірінші жағдайда, бала ашуланшақтықты ересектерді манипуляциялау құралы ретінде қолданады. Мінез-құлық адамдарға бағытталуы мүмкін немесе сөздер мен әрекеттер түрінде болуы мүмкін. Зұлым және шектелген балалар ұрып-соғуы, итеруі немесе тістеуі мүмкін. Мінез-құлықтың бұл моделі баланың бүлікшілдігінің көрінісі болып табылады, оған бір нәрсеге жол берілмейді және оның өзі көп нәрсе істей алатындығына қарсы (жүру, сөйлеу және т.б., оған көп тыйым салынады).

Екінші түрі психологиялық тұрғыдан күрделірек. Егер бала өзін жеткіліксіз ұстай бастаса, бұл оның өміріндегі түбегейлі өзгерістерге байланысты болуы мүмкін. Мысалы, жаңа отбасы мүшелерінің пайда болуымен стресс, ата-аналар арасындағы қарым-қатынастың болмауы, балабақшаға бару, мұның бәрі балалардың ашулануына әкелуі мүмкін.

1,5-2 жастағы балалардағы ашуланшақтық жүйке кернеуі мен шаршау аясында пайда болады, өйткені психика әлі орнықпаған, 2 жасқа жақын қыңырлықтар манипуляцияның бір түріне айналады және олардың талаптарына жету тәсілі ретінде әрекет етеді. 2 жасында бала "жоқ", "мүмкін емес", "қаламаймын" деген сөздердің мағынасын түсініп, наразылықтың осы түрлерін сәтті қолдана бастайды. Бұл оның сөздердің сенімімен немесе күшімен күресуге қабілетсіздігінен және шектелмеген мінез-құлықпен әрекет етуінен болады.

3 жас келесі сипаттамалармен белгіленеді: бала өзін тәуелсіз және ересек сезінгісі келеді, көбінесе өзінің "қалауы" бар және оны ересектердің алдында қорғауға тырысады. 3 жас табылған және ашылған уақытқа, сондай-ақ өзін-өзі тануға жатады. Балаларда бұл кезең әртүрлі жолдармен көрінеді, бірақ негізгі белгілер-өте қыңырлық, ерік-жігер, негативизм.

**Жас балалар ашулану кезінде ата-аналар не істеуі керек ?**

Балаға деген ашуланшақтық қалаған нәрсені алудың қол жетімді құралы болғандықтан, бұл әдіс жұмыс істейтінін бір рет түсініп, оны жиі қолданады. Ашулануды олар кезінде ешқандай жеңілдіктер көрсетпей-ақ тоқтатуға болады.

Алдымен сіз терең дем алып, тынышталуыңыз керек – ашуланшақтық мәңгілікке созылмайды, бала "өсіп", өз әрекеттерін түсініп, бағалай бастайды.

Балаға оның ашуланшақтықтары қорқынышты емес екенін және олармен ештеңеге қол жеткізе алмайтынын, оның талаптары орындалмайтынын түсіндіру керек, өйткені ол ашулануды ұйымдастырады.

Ата-аналар балаға ашуланғанын және оны жазалайтынын көрсетпеуі керек. Сабырлылық пен табандылық балаға қандай да бір жолмен дұрыс емес әрекет жасайтынын және мінез-құлықты өзгерту керек екенін білуге мүмкіндік береді.

**Ата-аналарға ашуланшақтық пайда болған кезде бірқатар қарапайым ережелерді сақтау керек:**

**\* шешімдеріңізді өзгертпеңіз;**

**\* баланы күштеп алуға тырыспаңыз;**

**\* егер ол оған жатса, баланы еденнен көтермеңіз;**

**\* оны жалғыз қалдырмаңыз;**

**\* эмоционалды күйіңізді басқарыңыз;**

**\* баланың назарын кез-келген заттарға, қызықты әрекеттерге аударуға тырысыңыз;**

**\* басқалардың пікірлеріне назар аудармаңыз.**

Егер сіз жаман мінез-құлыққа назар аудармасаңыз және оны бұзуға тырыспасаңыз, баланы ашуланудан арылтуға болады. Мінезді бұзу жақсы нәрсеге әкелмейді, бірақ рұқсат етілмейді.

Бала ашуланшақтықпен бәріне қол жеткізуге болады деп шешпеуі керек. Бұл жағдайда ересектер жасай алатын ең дана нәрсе – назар аудару немесе назар аударуды басқа нәрсеге ауыстыру.

Мысалы, сүйікті мультфильмдерді көруді, бірге ойын ойнауды ұсыныңыз. Әрине, егер бала қазірдің өзінде ашуланшақ болса, онда ол жұмыс істемейді. Бұл жағдайда ашуланшақтықты күту керек.

Егер сіз үйде болған кезде Бала ашуланса, оған салқындағаннан кейін онымен сөйлесетініңізді тыныш айтыңыз және жеке істермен айналысуды жалғастырыңыз. Ата-аналар үшін сабырлы болу және эмоцияларға ие болу өте маңызды. Бала тынышталғаннан кейін, оны жақсы көретініңізді айтыңыз, бірақ ол өзінің қыңырлығымен ештеңеге қол жеткізе алмайды.

Егер ашуланшақтық қоғамдық жерде болған болса, мүмкін болса, баланы көрермендерден айырыңыз. Айыптайтын бөгде адамдардың көзқарастарына назар аудармаңыз. Бір күні Жанжалды болдырмау үшін сіз дайын болуыңыз керек, әрі қарай да әрекет етуіңіз керек.

Балада ашуланудан қалай аулақ болуға болады?

Баланы бақылай отырып, ашуланшақтықты жақындататын жағдайды түсінуге тырысыңыз. Бұл аздап қыңсылау, еріндерді қысу, иіскеу болуы мүмкін. Алғашқы белгілерде баланың назарын қызықты нәрсеге аударуға тырысыңыз. Бұл әдіс истерия әлі қызбаған жағдайда тиімді. Егер шабуыл басталса, онда бұл әдіс қажетті нәтижеге әкелмейді.

**Келесі қарапайым ережелерді қолдану,**

**истерикалық шабуылдардан аулақ болуға болады:**

\* толыққанды демалу, режимдік сәттерді сақтау;

\* шамадан тыс жұмыс істеуге жол бермеңіз;

\* баланың бос уақытын құрметтейді, оған жеткілікті уақыт ойнауға мүмкіндік береді;

\* баланың сезімдерін нақтылау ("жегендіктен ашуланасың");

\* баланың таңдау құқығы болуы керек.