

## **« Өмірдің қиын жағдайына түскен ЖАСӨСПІРІМ»**

### ***Ата-аналар не істеуі керек?***

- Жазалау мен тыйым салуды қолданбаңыз. Себебін немесе осындай мінез-құлықтардың себебін іздестіріңіздер. Есіңізде ма, сіздің балаңызға жеке тәсіл керек екені.
- Танымдық қызығушылығын арттырыңыз. Ұлыңызды немесе қызыңызды түрлі әрекеттермен өзіңізге тартыңыз, бірақ жағдайды үнемі бақылауды ұстап отырыңыз.
- Сөйлесіңіз, түсіндіріңіз, бірақ қандайда бір шарт қоймаңыз, бірден жеке тәртібін талап етпеңіз. Күн тәртібіне, жасөспірімнің қоғамына, бос уақытына кешенді өзгерту енгізіңіз.
- Кішігірім өзгерістерді де байқап қараңыз, әдетте ол асоциналды мінез жағдайына әкеліп соқтырады.
- Кейінірек ауытқулар жиі байқалып отырады, оң қасиеттері жоғала бастайды, бірақ сақалады. Соңында асоциналды мінезі әдетке айналып кетеді.
- Жасөспірімдердің күшті жақтарын табу өте қиын, олардың сапалы жағын көріп, дұрыс пайдалану, дамыту, күрделі тапсырмалар беру керек. Балада сенуі керек- бұл маңызды! Қиын жасөспірімдер үшін өзін бақытты сезінуі, жетістікері үшін қуану зор маңызды.
- Баламен сөйлесіңіз, қатал болудан аулақ болыңыз.

### ***Жасөспірімдермен өзіңіздің қарым-қатынасыңызды тығырыққа тірмеу үшін келеі***

#### ***кеңестерге назар аударыңыз:***

- Олардың шыншылдығын бағалаңыз, мәселелерге қызығушылықпен қараңыз.
- Өзіңізбен тең көріп сөйлесіңіз, дауыс көтеріп бұйыра сөйлемеңіз. Сіз оларды түсінетініңізді көрсетіңіз.
- Агрессивті болуға итермелемеңіз, байсалды болыңыз. Есіңізде болсын, сіздің дәрежелігіңіз олардың қарсы жауап беруіне әкеліп соқтырады.
- Балаңыздың әуесқойлығы туралы оны кемсітетін сөздер айтпаңыз, оны өзіңіз қорлаған боласыз.
- Ешқашанда жасөспірімдермен дәрежі және қатаң түрде қарым-қатынас жасауға болмайды, олар бір-бірімен енді ғана қарым-қатынас жасап үйренеді.
- Оның құрбысын (досын) өзіңізге шақырыңыз, танысыңыз- бұл сізге балаңыздың кіммен кездесіп, кіммен араласатынына анық көз жеткізуге көмек береді.
- Оған өзіңіз туралы, өзіңіздің алғашқы махаббатыңыз туралы айтып беріңіз. Бұл сіздің балнаызбен өзара түсінісуге жол ашады.
- Егер сіз олармен достық қарым-қатынас орнатсаңыз, оның мінезін бақылап қана қоймай, оның әрекеттеріне кірісе аласыз.

- Жасөспірімдерге өздігінен өзінің байланысқан әрекеттерін шешуге мүмкіндік беріңіз, егер ол өзінің сезіміне риза болса, оны сөзден емес өзінен іздеп табуы керек. Ол өзін өздігінен жағдайларды шешуге және шешім қабылдауға қабілеті екенін сезеді.

### ***БАЙЛАНЫС ҚИЫНШЫЛЫҚТАРЫ***

Жасөспірімдермен типтік қақтығыстарды, мысалы, ата-аналардың тұрақсыздық қарым-қатынастары, шамадан тыс шектеу, жасөспірімтердің еркіндігін құрметтемегенде және т.б. жағдайларды шешудің кілті америка психологы Джин және Роберт Байярдамидың «Сіздің тынышсыз жасөспірім балаңыз: Ата-аналар үшін тәжірибелік нұсқаулық» кітабында айтылғандар қарым-қаынасты жақсартуға себебін тигізуі мүмкін. Балалармен тұрақсыз дауларды аяқтау үшін олар мынандай кеңестер береді:

#### **Жасөспірімдерге жауапкершілікті беру:**

1. Біріншіден, сізді балаңыздың қандай мінезі алаңдатады, мүмкіндігінше толық бойынша тізім жасап алыңыз.
2. Екіншіден, осы тізімнен сіздің балаңыздың өміріне өте маңызды салдары бар жағдайларды іріктеп алыңыз, бірақ сізге әсер етпейді. Бұл тізім сіздің балаңыздың өміріндегі жағдайлар деп ойлаңыз. Оған сіз бақылауға ала алмайтын тізімдегі жағдасйларды қосыңыз.
3. Алдағы уақытта дұрыстап сөйлеуге дағдылану керек, бала өзі дұрыс шешім қабылдай алуы тиіс, сонымен қоса бала сізге деген сенімділігін түсінуі және сезінуі тиіс.
4. Ойлаған ісін жүзеге асыру және баламен жаңа қарым-қатынас орнату үшін сізге қолайлы орынмен уақыт таңдап алу керек, өзі және өзінің өмірі үшін жауаптылықты сезінетіндей оған қажетті сөздер табу керек.
5. Оған өзінің жауапкершілігін міндеттей отырып, сізді осы нәрсенің алаңдатанн түсіндіріңіз.