

Óнеге



*Жақсы ата-аналар*

# ҚҰПИЯСЫ

бақытты балалар өсірейік



УДК 159.9  
ББК 88.4  
Б 18

«Отбасы академиясы» отбасына кешенді қолдау көрсету орталығы  
қоғамдық қорымен ұсынылған.

Жоба ҚР Ақпарат және қоғамдық даму министрлігі «Азаматтық бастамаларды  
қолдау орталығы» КЕАҚ мемлекеттік гранты аясында жүзеге асты.

Рецензия жазған: Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ профессоры,  
психология ғылымдарының доценті М.П. Кабакова.

Б18 Байболова М. Жақсы ата-ананың құпиясы: бақытты балалар өсірейік / Суретшісі Адильбекова К. – Алматы, 2019. – 32 бет.

ISBN 978-9965-23-521-4

Тәрбие мәселесі – кез келген бала өсіріп отырған адам үшін аса маңызды. Бұл оқу құралында автор тәрбиенің саналылық, отбасылық мәдениет, отбасылық құндылық секілді қырларын айшықтауға тырысқан. Автордың ойынша ата-ана дәл осы жағына терең мән беретін болса, отбасылық байланыс бекіп, балалар табысты әрі бақытты болып өседі. Алайда, бұл ұзақ жол, сондықтан да ата-ана әу бастан-ақ оның басымдылығын өзі үшін жинақтап алғаны аса маңызды.

Кітап бала тәрбиелеп отырған немесе соған дайындалып жүрген, сондай-ақ тәрбие мәселесі мен саналы ата-ана болуға бейжай қарамайтындарға әрі қызық, әрі пайдалы болмақ.

Оқулық «Отбасы академиясы» отбасына кешенді қолдау көрсету орталығы» ҚК-ның «ОНЕГЕ» жобасы аясында отбасылық қарым-қатынас мәселесі бойынша өзекті әрі заманауи ақпарат беру мақсатында дайындалды.

ҚР Ақпарат және қоғамдық даму министрлігі «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ мемлекеттік грантының қолдауымен басылып отыр.

«Отбасы академиясы» отбасына кешенді қолдау көрсету орталығы» ҚК басылымның мазмұнына жауап береді, ол «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ-ның ұстанымын білдіреді деген сөз емес. Осы жинақта берілген авторлардың көзқарасы «Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ-ның көзқарасымен сәйкес келмеуі мүмкін.

ISBN 978-9965-23-521-4

УДК 159.9  
ББК 88.4

© «Отбасы академиясы» ҚК, 2019  
© Байболова М., 2019  
© Адильбекова К., суреттер, 2019

Редакторы Спиридонова Н.В.  
Суретшісі Адильбекова К.  
Дизайн жасаған және беттеген Шипилова Т.А.

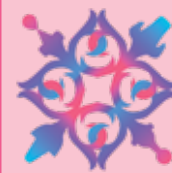
Баспаға жіберілген күні 06.09.19. Форматы 60x81 1/16.  
Жылтыр қағаз. Офсеттік баспа. Шартты баспа табақ 2. Тираж 80 000 дана. Тапсырыс № 2085-4/1.  
«Print House Gerona» ЖШС баспаханасында басылды. Алматы қ., Сәтбаев көш., 30а/3, 124-кеңсе.  
Тел.: 7(727)399 94 59, 399 94 60, 399 94 61, 399 94 62

# ЖАҚСЫ АТА-АНАНЫҢ ҚҰПИЯСЫ: бақытты балалар өсірейік

## Мазмұны

КІРІСПЕ	2
4 ОЛАРДЫҢ БАЛАЛЫҚ ШАҒЫН БАҒАЛАҢЫЗ	
ҚАЛАЙ ЖАҚСЫ АТА-АНА БОЛАМЫЗ?	10
18 ОРТАҚ ШЫНАЙЫЛЫҚТЫ ЖАСАҢЫЗ	
ТӘУЕЛСІЗДІК	24
28 АНАСЫ МЕН ӘКЕСІНІҢ ҚАРЫМ-ҚАТЫНАСЫ	
СОҢҒЫ СӨЗ	32

# КІРІСПЕ



Ónege



## БІЗДІҢ БАЛАЛАРЫМЫЗ БІЗДЕН ДЕ ТАБЫСТЫ БОЛУЛАРЫ ТИІС

Егер балаларымыздың тәрбиесіне уақыт таба алмасақ, оларды өзімізден де мықты қыла алмасақ, бүгінгі жетістігіміз түкке тұрмайды, себебі ата-ана ретінде борышымызды өтей алмадық. Сондықтан да тәрбие мәселесі кез келген баласы бар адам үшін бірінші кезекте тұрады.

Балаларға жақсы адам болып ержетуіне көмектесу үшін ата-ана негізгі мәселелерді айқындай білуі тиіс. Қазіргі таңда уақытымызды ұрлайтын дүние өте көп: күнделікті тұрмыс, жұмыс, туғантуыс. Осылайша, күйбең тірліктің қамымен жүргенде көбінесе балаға көңіл бөлу кестеден тыс қалып қояды. Әлі де уақыт бардай, барлығы өз қалпына келетіндей көрінеді. Алайда, балаңызбен бірге өткізетін уақыт өткінші әрі қымбат. Ол байқалмай өте шығады, сондықтан да оны бағалап, рахатына бөлене білу аса маңызды.

Әрине, бұған дейін де баланы қалай тамақтандырып, үйретіп, өсіру керектігі туралы біраз кітап оқып тастаған боларсыз. Дегенмен, бұл оқу құралында біз тәлім-тәрбиенің саналылық, отбасылық мәдениет және отбасылық құндылық секілді қырларын түсіндіруге тырыстық. Ата-ана атанғанда дәл осы мәселелерге терең мән беру – отбасылық байланыстарыңызды нығайтуға, ал балаларыңызға осы әлемге пайда келтіретін, бақытты да табысты адам болып өсуіне көмектеседі деп сенеміз.

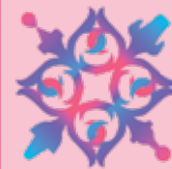
# ОЛАРДЫҢ БАЛАЛЫҚ шағын бағалаңыз



Біздер нәресте жасындағы, одан мектепке дейінгі және жасөспірім баланың ата-анасы атанып, бірте-бірте бейімделіп жатқанда, балалар әлдеқайда тез өсіп кетеді. Көбінесе, балалар тым көп әуреге салған уақытта, ата-аналар осы сәтті бірге өткізудің орнына, одан тезірек құтылуды қалайды. Кейде біздер өзіміздің «мен үлгермеймін», «менің қолымнан келмейді», «мен шаршадым» деген секілді сезімдерімізге беріліп кететініміз соншалық, баланың дәл осы сәттегі, дәл осы бірегей жастағы жетістіктеріне, бұдан кейін қайталанбайтын, тек осы кезеңде ғана меңгеретін машықтары мен қызығушылықтарына ден қоюды, соның рахатына бірге бөлену мүмкіндігін жіберіп аламыз.

**Өздеріңіз білетіндей,  
ата-ана балаға: МАХАББАТ,  
КЕҢІСТІК ЖӘНЕ УАҚЫТ  
СЫЙЛАУЫ ТИІС.**

Алғашқы екі тармаққа қатысты барлығы түсінікті болғанымен, заманауи әлемде уақыт ең үлкен мәселеге айналды. Барлығымыз балаларымызды жақсы көреміз, оларды барынша қамтамасыз етуге тырысамыз: жайлы кеңістік – яғни, жақсы пәтер; әуелі бала-бақшаға, артынша мектепке таситын көлік дегендей. Материалдық тұрғыдан алғанда, біз балаға керектінің бәрін береміз, кейде тіпті асыра сілтеп жібереміз.



Ал уақыт жағы үнемі қиыншылықтар тудырады, әрдайым кейінге қалдыруға болмайтын шұғыл жұмыс шығып тұрады немесе үй шаруасы да таусылмайды. Өкінішке қарай, шаршағаннан қабағы түйіліп, ыдыс жуып тұрған анасы баласының мектептегі қызықтары туралы оқиғасын тыңдауға зауқы соқпай, қолын сермей салады. Ал бала екінші қайтып келмейді. Уақыт өте келе ол анасына жақындауды мүлде қояды... Осылайша баланың өміріміздің мәні екенін түсінетін, алайда оларға уақыт таба алмайтын кереғар жағдайға қалай тап болғанымызды өзіміз де байқамай қаламыз.

Бұл дилемманы қалай шешуге болады? «Түпкі файлды» – яғни, өзіңіздің ата-ана болуға қарым-қатынасыңызды түп-тамырымен толықтай өзгерту керек. Басқаша айтқанда, саналылықты іске қосу қажет. Жұмыстағы өзекті жоба сіздің бүкіл назарыңызды талап ететін маңызды мәселе секілді көрінуі мүмкін, әйтседе бұған мәңгілік тұрғысынан қарап көрсек, қалай болар екен?

**Бір ананың оқиғасы.**

«Осы жылы баламның туған күнінде кенеттен бүкіл жүктілік кезеңімде кезекті жобалардың бірімен жұмыс істегенім, соңғы айларда декретке кетпей тұрып, үлгеру үшін жанталаса мәтіндер жазғаным және сайт үшін контент дайындағаным есіме түсіп кетті. Тосану сәті жақындағанда соғына дейін компьютердің алдында отырып, файлдарды жобаны жасаушыларға жолдап, перзентханаға әрең үлгердім. Қазір өткен күндеріме көз жүгірте отырып, осы «батырлықтың» не керекі бар еді деп ойлаймын? Ол жоба баяғыда жабылған, ал сайттың заңы түгіл аты да ұмтылды. Бірақ сол сәтте ол маған аса маңызды, өзекті болып көрінді... Ал сол жылдың ең маңызды жобасы қазір бала-бақшадан үйге қайтып келеді, жарқты сағаттан соң – мен оның сыңырлаған күлкісін естіп, құшағыма алып, жұм-жұмсақ қолдарынан сүйемін».



Бала мен жұмыстың маңыздылығын салыстыруға бола ма? Ал бала мен өзіміздің жеке, кейде өзімізді қалауларымызды салыстырған дұрыс па?

Егер бала ерзі-зайптылардың әке-шеше ата-науға дайын болмағанда, ерте өмірге келіп қалса, олар ата-ана болу дегенді қуаныш ретінде емес, өкінішті тосқауыл ретінде қабылдайды. Құммен ойнап, суреттерді бояп, бір кітапты бірнеше рет оқығанның орнына, олар өздеріне қызықты іспен шұғылданып, табыстың кілтін іздегісі келеді. Ал өздерінің кикілжің тудыратынын сезетін балалар, олардың бұл қылығына өш қайтарғандай болып, қыңырлық танытып, ата-анасына ыңғайлы уақытта ұйқыға жатудан бас тартады. Әр жаңа машық (бөлек ұйықтау, ойыншықтарды жинау, ересектерді тыңдау) күреспен келеді, ақыры үй әскери қақтығыстар алаңына айналады.

Ал ата-ана болуға саналы қадам жасап, өзіңізді жай ғана балалы адам емес, шынымен ата-ана ретінде қабылдағанда, балалардың да қарым-қатынасы мен мінез-құлқы жағымды жағына өзгереді. Өйткені, дәл осы жағдайларды сіз мүлде басқаша: барынша сабырлы, шыдамды, кей сәттерде әзіл-қалжыңмен, кейде «бұл да өтеді» деген түсіністікпен қабылдайсыз. Осылайша, балалар да тынышталып, олардың күш-қуаты дамуға жұмсалады.

## Өз балаларын балалықтың ләззатына бөлей білетін бақытты ата-ана атану үшін тағы да не маңызды?



**1** Балаға кішкентай кезінде көңіл бөле біліңіз. Себебі, бұл мәңгілік емес. Олар өсіп кетеді, яғни сізге өз мансабыңыз бен менмендігіңізге көңіл бөлетін уақыт жеткілікті болады. Ал әзірге олар өте кішкентай, сондықтан да артық жобаларға, ұлы жоспарларға және жетістіктерге ұмтыла бермеңіз. Оның орнына дәл қазір, бала сіздің айтқаныңызды қабылдауға дайын тұрған сәтте, уақытты жіберіп алмай, соларға көбірек көңіл бөліңіз.

**2** Жылдам нәтижеге талпынудың қажеті жоқ. Дәл осы жағдай – балаға барлығын өз қалауыңыз бойынша істетуге тырысу салдары үйдегі ең үлкен жайсыздықты тудырады. Балаға не себепті сүйікті ісін тастай салып, тісін тазалауға баруы керек екенін түсінуге уақыт бермесеңіз, оған қысым жасап, дауыс көтеріп, айтқаныңызды дәл қазір орындауды талап еткеннен еш пайда жоқ. Керісінше, мұның нәтижесі қыңырлық пен соңы жылауға ұласатын қарсылыққа алып келеді. Әрине, сіз айтқаныңызға қол жеткізіп, баланы көндіресіз. Алайда, күнделікті осылай жалғаса берсе, ақырында арадағы достық қарым-қатынас, сенім, мінез-құлық, ата-аналық абырой жоғалады. Ал осының бәрі жылдам нәтиже қуғанның салдары. Естеріңізде болсын, ең маңызды дүниелер – құндылық, жақсы әдеттер, жеке қасиеттер – осының бәрі бірден келмейді, ол ұзақ уақытты, ата-ананың жанкешті еңбегін талап етеді.

*Баланы жақсы адам етіп өсірудің үздік тәсілі – оларды бақытты қылу.*

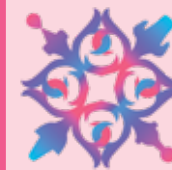
### Мейірімге толы естеліктерді сақтаңыздар.

**3** Үнемі, мысалы, әр желтоқсан сайын, жыл бойы түсірген суреттерді ақтарып қарауға уақыт бөлуді әдетке айналдырыңыз. Олардың ішінен жақсыларын таңдап, шығарып алып, альбомға салыңыз немесе бақытты сәттеріңізді сақтап қалу үшін фото-кітапқа тапсырыс беріңіз. Немесе «уақыт капсуласын» жасап – суреттерді, естелік заттарды, бұйымдарды бір қорапқа салып, ең биік шкафаға қойыңыз. Жылдар өтіп, балаларыңыз өскен соң, тағы да бас қосып, қазыналарыңызды ашып, сол бір бақытты сәттерді қайтадан сезінетін тамаша мүмкіндік туады. Өйткені, отбасы – ортақ естеліктерден де тұрады.

### Мұндай ұстамды және үйлесімді ата-ана болуға қалай қол жеткіземіз?

Шынымен, үйде бірнеше мазасыз бала болғанда, уақытты тезірек өткізіп, осы бір қиын сәттерді жылдам айналдырып жібергің келеді. Жай ғана өзіңізге бұл сәттің көзді ашып-жұмғанша өте шығатын кезең екенін еске салыңыз. Бір де бір бала өмір бойы екі жасар қыңыр балдырған немесе дөрекі жеткіншек күйінде қалмайды. Олай болса – терең тыныс алып, өзіңізге дәл қазір балаңыздың ешқашан қайталанбайтын, тамаша сәті – балалық шағы екенін айтыңыз (мейлі, оның өзіндік жайсыздығы да бола берсін).

# ҚАЛАЙ ЖАҚСЫ, *ата-ана боламыз?*



Заманауи «кітап оқымайтын, серуенге шықпайтын, қолғабыс етуден қашатын және үнемі интернетте отыратын» балалардың тәрбиесіне қатысты түйткілді сөз қылмай тұрып, барлығының үйден, отбасынан басталатын еске түсірейік. «Ата-аналық өзімшілдік» деген ұғым бар. Бұл – өзіңе ыңғайлы және қызықты, сондай-ақ өз қалауларыңды қанағаттандыратын дүниелерді жасауға тырысу, яғни баланың сұранысына мән бермеу. Бұған оның сұрақтарына құлақ түрмеу (одан да интернетті ақтару қызықтырақ), ашулану (кішкене жата тұрғым келеді, ал ол «не жасағанымға қарашы» деп мазаны алады), тыйым салулар (артынан шалбарын жуғаннан гөрі, сырғанаққа шығуына тыйым сала салған оңай) және өз тыныштығыңды көбірек ойлау (достарыңа бармайсың, өйткені сені уайымдап мазасызданатын боламын) да жатады. Егер бала тәрбиесіне қатысты проблемаға душар болсаңыз, жағдайға сырт көзбен қарап, мәселенің төркіні өз әрекеттеріңізге байланысты емес пе дегенді түсінуге тырысу керек болады. Мүмкін, сіздерге, ата-анаға, смартфонның экранына емес, бір-бірлеріңіздің көздеріңізге тіке қарауды, жақын адамдармен жылы қарым-қатынас жасауды бастап, айналаңыздағыларды тітіркене қабылдауды қою керек шығар?

## Бала тәрбиесінде тағы нені есте сақтаған маңызды?

**СІЗДІҢ ӨМІР СҮРУ САЛТЫҢЫЗ – ҚАЗІРДІҢ ӨЗІНДЕ АҒАРТУШЫ-ЛЫҚ ОРТА.** Үйлеріңізде қандай ауа райы орнаған? Сіздер қандай дәстүрді ұстанасыздар? Сіздер үшін қандай құндылықтар маңызды? Үйлеріңізде болып жатқанның бәрі, балаларыңыз өсіп-жетілетін отбасылық мәдениетті құрайды (тіпті, сіз бұл жайлы мүлде ойламайтын кезде де). Сондықтан да отбасының әр мүшесі өзін керекті, маңызды және сүйікті сезінетін жылы да ашық атмосфера құруға тырысыңыздар. Балаларға бір-бірін және сіздерді сыйлауды үйретіңіз. Тәуелсіздігіне қолдау көрсетіңіз. Қамқорлығы мен көмегіне алғыс білдіріңіз. Естеріңізде болсын, балаға сіздің сөздеріңізден гөрі көрсеткен үлгіңіз көбірек әсер етеді. Ал егер байқаусызда қателік жіберсеңіз, оны балаға мойындаудан және кешірім сұраудан ұялмаңыз.

**ДҰРЫС ҮЛГІ КӨРСЕТІҢІЗ.** Бала сіздің айтқаныңызға қарағанда, істегеніңізге көбірек еліктейді. Сондықтан, балаға не үйреткіңіз келсе, соны өзіңіз жасаңыз. Оларға таныс адамдар жайлы айтып, әрекеттеріндегі маңызды тұстарды ерекше атап өтіңіз. Оқыған ертегілердің, көрген фильмдердің кейіпкерлеріне тоқталып, балаға жеткізгіңіз келген үлгі боларлық әрекеттеріне айрықша мән беріңіз. Балалардың алдында мәселенің шешімін табуға қатысты ойларыңызбен бөлісіңіздер – «бұл жағдайда мен мынаны түсіндім...» немесе «негізі, былай жасауым керек еді...» дегендей. Бала неге ұмтылуы керек екеніне байланысты үлгі алуы тиіс.

*Балаға сөзбен емес,  
іспен үлгі көрсетіңіз.*

### БАЛАНЫҢ ОРНЫНА ОНЫҢ ПРОБЛЕМАСЫН ШЕШІП БЕРУГЕ ТЫРЫСПАҢЫЗ.

Дұрысы, оны түсініп, шешім табуына жетелеп, қажетті бағытта дамуына жол сілтеңіз. Сократ әдісін қолдануға да болады – яғни, өзі ұғынғанша бірнеше сұрақ қоясыз, ақырында бала қалай әрекет ету керектігін түсінеді. Рас, бұл баланың орнына өзіңіз істей салғанмен салыстырғанда, өте ұзақ әрі күрделі, бірақ алғашқы әрекеттің нәтижесі келешекте кері әсерін тигізетін болады. Оның орнына баланы жастайынан барлық проблеманы сіздің шешіп бергеніңізді күтіп отырмай, өздігінен ойлап, әрекет етуге үйретуге тырысыңыз.

### Балалардың іс-әрекетіне қатысты мәселелердің басым бөлігінің түп тамыры – назардың жетіспеушілігі.

Берік әрі дұрыс отбасында бала ата-анасымен қарым-қатынас жасауға құмар. Ал қазіргі таңда барлығы шағымданатын гаджеттерге деген құштарлық зерігудің салдарынан пайда болады. Балалар өздеріне көңіл бөлмеген уақытта зеріге бастайды. Осыдан барып ешқашан ұрыспайтын және кез келген уақытта қызығушылығын қанағаттандыруға дайын гаджеттерге деген әуестік пайда болады. Естеріңізде болсын, баланың – әлемді тану, даму және жаңаны білу деген «орнатылған опциясы» бар. Егер сіз ата-ана ретінде даму жолындағы осы құлшыныстарды қанағаттандыра білсеңіз, интернет секілді тағы басқа ресурстар балаңыз үшін маңызды болудан қалады. Сіз ол үшін әрдайым беделді болып қала бересіз.



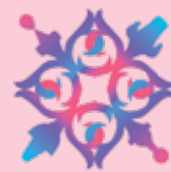
## Бала тәрбиесінде тағы нені есте сақтаған маңызды?

**ТЕКТІЛІКТІ ТӘРБИЕЛЕҢІЗ.** Естеріңізде болсын, біздер жай ғана баланы емес, болашақта қоғамның бір бөлігіне айналатын адамдарды тәрбиелеп жатырмыз. Сондықтан да олардың бойына жақсы мінез-құлықты сіңіріп қана қоймай, сондай-ақ тұтас әлемге пайдасын тигізетін жеке тұлғаны қалыптастыра білу де аса маңызды. Балаларға бойындағы дарыны өздеріне ләззат беру үшін емес, басқаларға қызмет көрсету үшін берілгенін түсіндіріңіздер. Мақтауды да дәл осы бағытта айтыңыз, яғни жай ғана «жарайсың» емес, сен пианинода сондай жақсы ойнадың, бәрімізге қуаныш сыйладың дегендей. Сенің суреттерің көңіл-күйімізді көтереді және тағы сол секілді. Егер сіз балаға ол ғаламшарымызда жалғыз өмір сүрмейтінін және басқа адамдарға қызмет етіп, пайда келтіру үшін өмірге келгенін жастайынан түсіндіріп өсірсеңіз, ол өзімшілдіктен аулақ болып, бақыттың ең жоғарғы деңгейіне жете алады. Біздер өмірде өз орныңды табудың, басқаларға бере білудің қаншалықты маңызды екенін ересек жаста білдік, алайда осыны балаға ерте жастан жеткізіп, оны тұлғалық қалыптасуының бұлжымас бөлігіне айналдыруына ықпал жасау қажет.

### **БАЛАЛАРДЫ БОЛАШАҚ ЕРЛЕР МЕН ӘЙЕЛДЕР СЕКІЛДІ ӨСІРІҢІЗДЕР.**

Баланы тәрбиелей отырып, ересек өмірде қандай қасиеттің пайдалы болатынына мән беріңіздер. Қыз баланы қамқор, өзіне күтім жасай білетін, сұлулығын, жан жылуын сақтайтын, ер адамдарға құрмет көрсететін, үй шаруасына епті қылып тәрбиелеген маңызды. Ұл балаларда – жауапкершілікті, күш-жігерді, ақыл-парасат пен әйел адамға деген құрметті дамыту аса маңызды. Сонда балалар болашақта бақытты қарым-қатынас құра білетін, жарасымды ересек адамдар болып өседі. Біз өзімізден кейінгі келешек буынның санасын қалыптастырамыз, осыны үнемі есте сақтаған жөн.

Сонымен қатар балалар барлық адамдардың әртүрлі екенін, өзіне ұқсамайтындарды кінәлау артық болатынын білуі тиіс. Егер олар басқа отбасында (досының, болашақ жарының үйінде) өздері үшін дағдылы зат мүлде басқаша орын алса, мұндай ерекшелікке құрметпен қарайтын болады және бұл оларға бақытты бола түсуге көмектеседі.



## Айтқаныңызға құлақ түріп тұрғанда сөйлесіңіз

Ата-аналар балаға өздері қалағанда/естеріне түскенде немесе қандай да бір әрекеттерінен кейін ізін суытпастан ақыл айтқанды ұнатады. Алайда, мұндай сәттерде бала сізді мүлде тыңдамауы мүмкін – оның көңілі ойында, өз қалауларында немесе қазіргі жазалауыңызды ойлап жабырқап тұр. Осы сәтте, тіпті, ең маңызды және пайдалы ақыл-кеңестеріңізді айту – толып тұрған ыдысқа су құйғанмен бірдей.

Дегенмен, бала тыңдауға дайын болатын сәттер де туады. Сол сәтті тауып, ұстай білуге тырысу керек. Мысалы, бала-бақшадан оралып, әдемі сұхбаттасып келе жатқан кезде. Немесе серуен барысында. Не кітап оқып болған соң, киноның соңында. Яғни, бала ештеңеге алаңдамай, сөйлесуге ынтасы болған уақытта айту керек. Нағыз тәрбие дәл осындай сәттерде орын алады.

Айтпақшы, баламен серуенге шығып, жол бойында сөйлесу – тәрбиенің ең жағымды және пайдалы тәсілі. Серуенге шыққан сайын үнсіз қалмаңыздар, бұл уақытты өзіңіздің үйреткіңіз келген маңызды ақиқатты қызықты диалог арқылы жеткізуге пайдаланыңыз. Ал бұл үшін «үй тапсырмасын жасап», әңгімені алдын ала дайындаңыз.



## Бала тәрбиесінде тағы нені есте сақтаған маңызды?

**МҮДДЕСІНЕ ҚОЛДАУ БІЛДІРІҢІЗ, МӘЖБҮРЛЕУДЕН АУЛАҚ БОЛҢЫЗ.** Балалар кішкентай кезінде түрлі ермекке қызығушылық танытуы мүмкін: сурет салу, сәнді билер, каратэ, шахмат, музыка, роботты техника. Осылайша олар тәжірибе жинап, шын мәнінде жандарына жақын дүниені табады. Сондықтан да олар қандай да бір үйірмені немесе секцияны бастап, аяқсыз қалдыратынына қапаланбаңыздар және бұл үшін өздеріңізді кінәламаңыздар. Оларға барлығын байқап көруге жағдай жасап, соңғы таңдауына қолдау білдіріңіздер. Балалар сіз «күш көрсете отырып» мәжбүрлеген істе емес, ішкі түйсіктері қалаған істе жетіліп, табысқа жетеді.

**ТОҚТАМАҢЫЗДАР.** Тәрбиенің шегі жоқ. Оның жемісін көру үшін қанша керек болса, сонша рет қайталаңыздар. Біз оны көрмегенімізбен дән пісіп келеді. Тіпті, ересек біздер әлі күнге дейін өз ата-анамыздың еккен дәнінің жемісін «беріп» келе жатырмыз. Балаға күн сайын бір затты қайталайтыныңызды және бұл дүниеде оның нәтижесін көрмейтіндей болатыныңызды ойлап қамықпаңыз. Бір күні балаңыз қонаққа келген досына: «Әуелі үй тапсырмасын жасап алайық, ойынды артынан ойнаймыз» деп айтатын күн туады. Немесе оның сіз ұсынған кітаптарды оқып жүргенін аңғарасыз. Болмаса, сенімді қарым-қатынас барысында аңғарылған өзіндік көзқарасына қайран қаласыз. Рас, кейде балалар бізді естімейтіндей болып көрінеді, осыдан барып оларға ақыл айтуды қойып, барлығына қолыңды бір сілтегің келеді, алайда бұл жалған сезім. Негізі оларға біздің айтқанымызды жүзеге асыруы үшін уақыт қажет. Тура жерге егіп қойған дән секілді, ол да бір күнде өсіп шықпайды, ұзақ уақыт суаруды, күтімді қажет етеді. Ендеше балаға айтып жатқанымыз да бірден көрінбейді, бірақ міндетті түрде нәтижесін береді. Сондықтан да баланы мейірімді болуға үйретуден жалықпаңыздар, сіздің сабағыңыз міндетті түрде өз жемісін береді.

## Ашуға бой алдырмаңыз

Шынымен, кейде балалар шыдамның шегіне жеткізетіні өтірік емес. Осындай сәттерде «онға дейін санап», яғни эмоцияңызды шығармай тұрып, терең тыныстап, кідіріп, осы жағдайға байланысты шу шығарудың қаншалықты орынды екенін ойланған аса маңызды. Көбіне проблеманың кешке дейін бүкіл отбасының көңіл-күйін бұзатындай соншалықты маңызды емес екенін аңғарасыз.

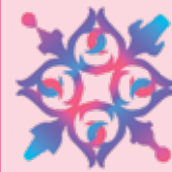
Екінші пайдалы әдіс – өз жасыңыздың нешеде екенін және баланың жасының нешеде екенін еске алу әрі оның бұл жағдайға қатысты тәжірибесі жоқ екенін ұғыну. Ол бірінші рет ыдысты сындырып, телефонын жоғалтып немесе біреумен төбелесіп қалды, сондықтан да мұнымен ақыр заман орнамағанын түсінбейді. Әрдайым бала бірдемені бүлдірген сайын алдымен өзіңізге: «Мен 30 жастамын, ал ол небәрі 2 жаста, ол мен білетін миллиондаған затты әлі білмейді» деп қайталаңыз. Сабыр сақтаңыз, дәл қазір бойыңызды кернеп тұрған ашуға берілмеңіз (тіпті, бұл жайсыздық қоғамдық орында болған күннің өзінде), оған жоғарыдан қарап, жағымсыз эмоцияның етегінде кетпеңіз. Сонда барлығын түзетіп, тіпті осындай «қолайсыз» сәттің өзінде балаға тәрбие беруге болатынын көресіз.

*Бала лайық емес болған сәтте сіздің махаббатыңызға көп мұқтаж болады.*

# ОРТАҚ шынайылықты жасаңыз

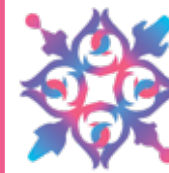


*Табысты ата-ана болудың тағы  
бір маңызды элементі –  
баламен ашық әрі сенімді,  
сондай-ақ, жақын қарым-қатынас  
немесе ортақ шынайылық орнату.*



**Ортақ шынайылық –  
бұл сіздер бір-бірлеңізді  
жақсы түсініп, бірдей  
эмоцияға бөленетін  
ортақ кеңістік**

Басқаша айтқанда, бала сізбен сөйлесіп отырғанда сіз оның не айтып жатқанын жақсы түсінесіз және ол балаға қаншалықты маңызды болса, сізге де соншалықты маңызды. Яғни, сіздер жай ғана бір шаңырақ астында өмір сүріп жатқан бір топ адам емес, бір-біреңізге өте жақын адамсыздар. Соңғы рет қашан тамаша кино көргеніңізді, өзіңізді таңғалдырған кітап оқығаныңызды немесе ерекше кафеге барғаныңызды есіңізге түсіріңіз. Осы керемет сезімдеріңізді ең жақын адамдарыңызға – күйеуіңізге, анаңызға, әпкеңізге немесе құрбыңызға жеткізуге асыққан боларсыз? Дәл осылай балалар да өз қуаныштарын бізбен бөлісіп, бірдей көңіл-күйде болғанды қалайды. Алайда, біздер көбінесе өз уайымымызға салынып, қызықсыз болып көрінгендіктен, олардың мұндай әңгімелеріне құлақ түрмейміз. Осылайша, өзара түсініспеушілік және жатсыну шыңырауы пайда болып, жылдар өткен сайын тереңдей береді.



## Ортақ шынайылықты қалай жасаймыз?

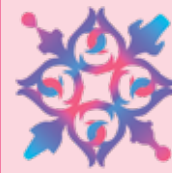
Жақсы қарым-қатынас – үнемі көп энергияны талап ететініне дайын болыңыз. Күн сайын, кез келген жағдайда, жақын адамдарыңызбен сөйлескенде, сіз таңдау жасай аласыз – назарыңызды не өз қалауыңызға, я болмаса күйеуіңіздің/әйеліңіздің немесе балаңыздың айтқанына бөлуге болады. Әрине, көбінесе «өз пайдаңызға қарай» таңдау жасағыңыз келеді (қандай есі дұрыс адам ақылы сау бола тұрып түстен кейінгі ұйқыны немесе жарты сағаттық Facebook парақтарын ақтаруға кететін уақытты «легодан» паровоз жасауға айырбастағысы келеді?). Дегенмен дәл осы «сен үшін маңыздысы» «мен үшін маңыздыдан» басымырақ дегенді саналы түрде түсіну жақсы қарым-қатынас орнатады. Сонымен, ортақ шынайылықты орнатудың бірінші ережесі – әрдайым баланың мүддесі үшін өз қалауыңыздан бас тартуға дайын болу. Ортақ шынайылық – сіз балалар алаңында қасыңызға жүгіріп келіп, соңғы жаңалықтарымен бөлісіп жатқан балаға чатыңыздан бас алмастан, мұрын астынан бірдеңені міңгірледің орнына, смартфонды ысырып тастап, балаңыздың көзіне тіке қарап, бетпе-бет сөйлескен кезде орнайды. Бала сіздің көшірмеңіз, уақыты келгенде ол да сізге дәл солай жауап қайтаратын болады.

Тек есіңізде болсын, біз «бүкіл өмірімді саған арнадым» деген құрбандыққа бару жайлы емес, үйлесімді тепе-теңдік туралы сөз қозғап отырмыз. Сондықтан да өз қалауларыңыз және баламен ортақ шынайылықты орнату арасында тепе-теңдікті таба білу аса маңызды. Бұл өзіңізге қандай істің ұнайтынын түсініп, барынша сол іспен айналысуға тырысу деген сөз. Сонда балалармен бірге өткізген уақыт тек қуаныш сыйлайтын болады. Мысалы, егер сіз қуыршақ немесе машина ойнағанды ұнатпасаңыз, бұл істі тәтесіне немесе әжесіне тапсыра тұрыңыз. Ал өзіңіз жаныңызға жақын саябақта серуендеу, сурет салу немесе лево құрастыру кезінде баланың жанынан табылыңыз. Шилеленісті тұстарын айналып өтіп, ымыраға келу жолын іздеңіз. Сондықтан балалар өскен сайын шын мәнінде ортақ мүдделеріңіз де көбейе түсетінін есіңізден шығармаңыз.

**Ортақ шынайылықты орнатудағы ең бастысы – күн сайын балаға көңіл бөлуге уақыт табу барлық нәрседен де маңызды екенін түсіну.**

Өкінішке қарай, әйел адамдар бала мен үй шаруасының арасында таңдау жасағанда, көбінесе не баламен бірге болатын тамаша сәтті жіберіп алады, не денсаулықтары мен күш-қайраттарына күш түсіріп, бәріне үлгеруге тырысады. Дұрысы – бірінші кезекте бала, одан кейін – тұрмыс. Бөтен адамды жалдап балаңыздың тәрбиесін соның қолына ұстатқаннан, қызметші жалдап, өзіңізді балаға толықтай арнаған артық. Өз уақытыңызды ыдыс жуып, үй тазалағанға емес, балаға көбірек жұмсаңыз.

Ер адамдарға келер болсақ, олар жұмыстан жай оралады, ол уақытта бала ұйықтап жататындықтан, сөйлесуге де мүмкіндік болмайды. Тым болмаса, әр кеш сайын жарты сағат баламен тілдесуге уақыт табыңыз. Күнінің қалай өткенін сұрап, тыңдап, «еркекше» кеңес беріңіз. Сонымен бірге міндетті түрде демалыстың бір күнін отбасымен бірге өткізіңіз. Отбасы тұтас бас қосатын осындай сәттер баланың келешектегі өміріне сенімді іргетас болып қаланады.



## Ортақ шынайылықты қалай жасаймыз?

Сонымен бірге отбасының барлық мүшелеріне ортақ негізгі белсенділіктен бөлек, үнемі әр баламен жеке-жеке уақыт өткізе білу керек. Үйлесімді қарым-қатынас үшін әр баланың бүкіл отбасылық іске араласуға, әкесімен немесе анасымен бетпе-бет сөйлесуге де атсалысуға дайын болуы аса маңызды. Әсіресе, бұл көп баласы бар жанұя үшін қажет.

Қарым-қатынас құру – баланы бақытты етіп өсірудің ең негізгі құпиясы. Түрлі саяхаттар, киноға бару, үйірмелер, «дамытулар» – мұның бәрі тамаша, керек және маңызды. Алайда, ең басты компонент – бала мен сіздің араңыздағы ішкі байланыс, көзге көрінбейтін жіп, ержеткен балаңыздың анам осылай айтатын және анам осылай істейтін деп жүрегінің түбінде сақтап жүретін бейнеңіз. Сондықтан да кешкі ас үстінде баламен сөйлесуге, қойылымдарына қатысуға, итті бірге серуендетіп, бүгін мектепте не болғанын тыңдауға, кітаптар мен киноларды талқылауға, керек кезде қасынан табылуға, сіз көргіңіз келетін адам болып ержетуі үшін үлгі көрсетуге уақытты аямаңыз. Күн өткен сайын ортақ шынайылықтарыңызды орнатып, қарым-қатынас жасауға ерінбей-жалықпай уақыт бөліңіз. Бұл – өмір бойы олармен бірге қалатын, көзге көрінбейтін рухани байлықтың дәл өзі.



## Жанұяңыздың басын қосып, бірге уақыт өткізуге болатын жағдайлар:

- тамақ әзірлеу, әсіресе креативті қажет ететін бәліш немесе печенье дайындау;
- саябақта жаяу немесе велосипедпен серуендеу, таңғы уақытта бірге жүгіру;
- шетелге, басқа қалаға немесе жақын маңдағы демалыс орнына саяхаттау;
- ортақ ойындар (карта, «Активити», «Монополия», бадминтон, пинг-понг);
- киноға немесе кешкі асқа кафеге бару;
- кофе ішіп отырып, отбасылық фильмдерді тамашалау.

# Тәуелсіздік



*Тәрбиенің мақсаты –  
балаларымызды бізсіз  
әрекет етуге үйрету.*



Ónege

**Кез келген  
ата-ананың мақсаты –  
бақытты әрі табысты  
бала тәрбиелеу**

Біз балаларымыз үшін ең жақсы мектептерді таңдап, қосымша білім беріп жетілдіріп, денсаулықтарына, тамақтануларына, уақытты дұрыс өткізулеріне көңіл бөлеміз. Алайда көбінесе, ең маңызды аспект – баланы тәуелсіз болуға үйрету мүмкіндігін жіберіп аламыз.

Ата-аналардың басым бөлігі, әсіресе аналар, балаға киіну, дәретхана қағазын пайдалану, спорттық киімін жуу және мектептен келген соң тамақ салатын ыдысын тазалату секілді жаңа дағдыларды үйретіп, көп күш жұмсаудың орнына, саналы түрде өздері істей салғанды құп көреді.

*Үнемі жұмысты баланың  
орнына істей салғыңыз келгенде:  
істегенің маған жақсы,  
үйренгенің өзіңе жақсы»  
деген ескі мәтелді еске алыңыз.*

Психологтар қарапайым ғана мысалды алға тартады: «Бала жерде жатқан жапырақтарды теуіп келе жатқанда, оның сөмкесін ұстап жүру – баланың емес, өзіміздің қамымызды көбірек ойлау: сөмке былғанып қалуы немесе жоғалуы мүмкін... Жүйкені тоздыруға тура келеді. Баланың артынан бәрін қайта істегеннен гөрі, өзің істей салған артық». Алайда ұзақ мерзімді болашақта мұндай ата-аналар өздері айтпаса, бір қадам да жасамайтын балаларға ие болады. Олар өз әрекеттерін қайта қарастырып, ертең бала үшін үнемі барлығын өзің жасағаннан гөрі, қазір уақыт бөліп үйреткен жақсы екенін түсінулері тиіс.

Рас, балаға белгілі бір жауапкершілікті тапсыру мәселесі бірінші кезекте ата-ананың «тізгінді босатуға» қаншалықты дайын екендігіне байланысты.

Әйтседе онсыз болмайды. Себебі, баланың бойында тәуелсіздікті тәрбиелеу күн сайынғы кішігірім тапсырмаларды беруден, машықтарды игертуден, оның қолынан келеді деген сенімнен құралады. Үнемі жұмысты баланың орнына істей салғыңыз келгенде: «істегенің маған жақсы, үйренгенің өзіңе жақсы» деген ескі мәтелді еске алыңыз. Егер баланы тәуелсіз болуға үйрете білсеңіз, болашақта табысты әрі бақытты болуға көмектесетін іргетасты қалап бердіңіз деген сөз.



**Себебі, балаға тәуелсіз болуға мүмкіндік беру үшін ересектер көптеген жағдайдан бас тартуға дайын болуы керек:**

- барлығын қадағалап, баланы өз кестеңе бағындыруға тырысу (сондықтан, мысалы, бала өзі киінетін болса, ертерек жиналу керек болады);
- әдетке айналған уайым («алмасын жуып үлгермеді», «телефонын үйде қалдырды» деген уайымнан бас тарту);
- мінсіздікке ұмтылу (жуылған ыдыстардың қаз-қатар тізіліп тұруын күтпей, оның жуылғанына баға беру).

# АНАСЫ МЕН ӘКЕСІНІҢ қарым-қатынасы



Ónege



*Балаға тәрбие берудің негізгі мектебі – ері мен әйелінің, әке мен ананың арасындағы өзара қарым-қатынас.*

Бала үйлесімді дамуы үшін өмірге келген бойда әкесінің де, анасының да лайықты көңіл бөлуі аса маңызды. Сондықтан бала өмірге келе салысымен, оның тәрбиесіне қатысты мәселеде одақтас бола біліңіздер.

**Бұл қалай?**





## Келесі принциптерді қолға алыңыздар:

**БІР КЕЛІСІМГЕ КЕЛУ.** Тәлім-тәрбиенің ең маңызды мәселелерін қалай шешетіндеріңізді алдын ала келісіп, осы қағиданы ұстану қажет. Егер анасы екі сағаттан артық гаджет қарауға тыйым салса немесе тәттіге шектеу қойса, әкесі «анасы көрмей тұрғанда» осының бәріне көз жұма қарамауы керек. Бұл үшін әйелі күйеуіне не себепті мұндай көзқарасты ұстанатын түсіндіріп, қажет болса оған қатысты мамандардың зерттеулері мен статистиканы көрсетуі маңызды (ер адамдар дәлелділікті жақсы көреді). Егер отбасылық ережеге түзету енгізу қажеттілігі туындаса, оны екеуара оңаша талқылап, балаларға тек дайын шешімді беріңіздер.

**ӘКЕНІҢ БЕДЕЛІН ӨСІРУ.** Үйде кесімді шешімді қабылдайтын соңғы сатының болуы аса маңызды. Яғни, оның сөзі кез келген дауға нүкте қояды. Ол кез келген уақытта сенім артуға болатын, үйдегі басты адам.

Әкенің беделінің маңыздылығын кез келген уақытта, әсіресе, балаңыздың бойы өзіңізден аса бастағанда сезесіз. Сондықтан, құрметті аналар, баланың көзінше жолдасыңызбен дауласпай тұрып немесе өзі жоқта ол туралы жағымсыз сөз айтпай тұрып, әбден ойланыңыздар. Керісінше, әкенің пікірінің маңыздылығын айқындай түсіңіз, «әкеңнен сұрайын», «бұл жайлы әкеңмен ақылдасайын» дегенді жиі айтып, кешкі уақытта қыдыруға жібергенде «әкең рұқсат берді» дегенді қосуды ұмытпаңыз (тіпті, әкесі тыйым салмаған күннің өзінде). Бір сөзбен айтқанда, баланың бойында әкеге деген құрмет пен сыйластықты қалыптастырыңыз. Бұл оларға сенімді қорғаныс болса, өзіңізге көптеген күрделі мәселерді шешуде көмектеседі.

## СОҢҒЫ СӨЗ

Бала неғұрлым есейген сайын, онымен өткізген әр сәт соғұрлым құнды болмақ. Уақыттың байқалмай өте шығатынын, баламызға бақытты балалық шақ сыйлап, бойындағы тәуелсіздікті және маңызды өмірлік құндылықтарды тәрбиелеуге, отбасын жақсы көруді үйретуге және олардың арасында өмір бойына жалғасатын берік байланысты орнатуға бір ғана мүмкіндік берілетінін естен шығармау керек. Балаларымыздың балалық шағы – күн сайын бізден де табысты, бізден де бақытты болатын тұлғалардың негізін асықпай қалап, әр сәтінен ләззат алуға берілген ерекше сыйлық.



Қазақстан Республикасының Ақпарат және қоғамдық даму министрлігі – ақпарат, мемлекет пен азаматтық қоғамның өзара іс-қимылы, діни қызмет, мемлекеттік жастар және отбасы саиясаты, қоғамдық сананы жаңғырту, қайырымдылық, волонтерлік қызмет, медиация, ішкі саяси тұрақтылықты қамтамасыз ету, конфессияаралық және этносаралық келісім салаларында басшылықты, сондай-ақ заңнамада көзделген шектерде салаларалық үйлестіруді және мемлекеттік реттеуді жүзеге асыратын Қазақстан Республикасының мемлекеттік органы болып табылады.



«Азаматтық бастамаларды қолдау орталығы» КЕАҚ Қазақстандағы мемлекет пен ҰЕҰ арасындағы өзара әрекеттестік механизмін жетілдіріп, грант беру қызметінің ашықтық деңгейін қамтамасыз ету үшін құрылған. Оның қызметінің негізгі түрі – ҰЕҰ-ға мемлекеттік және мемлекеттік емес гранттарды ұсыну және олардың жүзеге асуын бақылау.



«Отбасы академиясы» ҚҚ Қазақстанда 10 жылдан астам уақыт бойы жұмыс істеп келеді. Балалардың құқығын қорғау және Қазақстанда балалық шақ инфрақұрылымын дамытып, отбасына және балаларға бағытталған әлеуметтік қызметтердің сапасын арттыру арқылы отбасы институтына қолдау білдіру оның міндетіне кіреді. Қор 2013 жылдан бері Қазақстан Республикасындағы әлеуметтік жетімдікті қысқарту міндетін шешу мақсатында «Бала отбасымен бірге өмір сүруі керек» жобасын іске асырумен, 2016 жылдан – жетімдіктің алдын алудың басты механизмі ретінде отбасы мен балаларға көмек көрсетудің тиімді технологияларын дамытумен айналысып келеді.





Ónege

