

www.wvarmenia.am



ՏԱՍԸ ՀԱՐՑ ՈՒ ՊԱՏԱՍԽԱՆ 3-6 ՏԱՐԵԿԱՆ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ



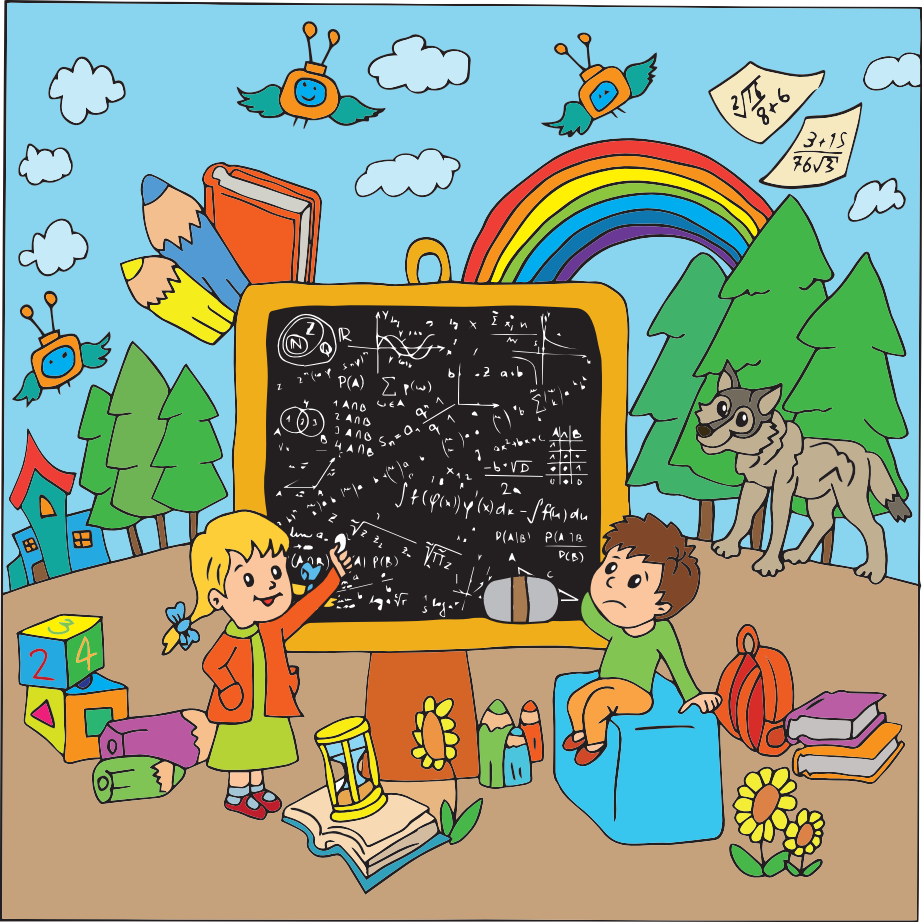
Բովանդակություն

1. Գիտելիք, թե կարգացում.....	3
2. Չի՞ կարելի.....	5
3. Կամակորություն, թե բնավորություն.....	7
4. Պատիժ, թե հրեշը մեր ներսում.....	9
5. Ճգնաժամ.....	12
6. Խփում են, դու էլ խփիր.....	14
7. Վա՛խ է, թե տագնապ.....	17
8. «Վատ» բառեր. ի՞նչ անել.....	19
9. Նախապատրաստել դպրոցին.....	21
10. Խոսել մահվան մասին.....	23

Գրքույկը ծնողների ամենահաճախ հնչեցրած հարցերին տրված պատասխանների փոքրիկ ժողովածու է: Ժողովածուն գրված է ապատ շարադրանքի և վրույցի ոճով և չի հավակնում ծնողավարման համար ակադեմիական ուղեցույց դառնալ, այլ նպատակ ունի աջակցելու և պատասխանելու ծնողներին մտահոգող որոշ հարցերի:

Հարցերին պատասխանեց՝
հոգեբան **Անուշ Ալեքսանյանը**

Պատասխանները նկարավարեց՝
Սամվել Վանոյանը



1. Գիտելիք, թե վարձացում

Մի քանի սկզբունք են ուսումնառել, որ գուցե օգնեն ծնողներին իրենց երեխաների վարձացմամբ պարզվելիս:

1. Գիտելիքը պիտի երեխայի տարիքին համապատասխան լինի: Ո՞ր գիտելիքը կարող է համապատասխանել երեխայի տարիքին: Երեխայի տարիքին համապատասխանում են իրեն շրջապատող իրականության և իրեն հասանելի կյուբերի ու հարաբերությունների մասին գիտելիքները: Այն ամենը, ինչի հետ երեխան չի առնչվում իր կյանքում, կենցաղում և առօրյայում, չի կարող վարձացնող լինել:

2. Գիտելիքը դեռ վարձացում չէ: Գիտելիքով հարուստ երեխաները հա-

ճախ սոցիալապես տհաս են, հուլպականորեն անկայուն և զուրկ ինքնուրույնությունից: Դա տեղի է ունենում այն պատճառով, որ երեխան մի բանի հաշվին մեկ այլ բան է ձեռք բերում: Այսինքն, երբ երեխային, Կրկելով խաղից ու ինքնաբուխ լինելու հնարավորությունից, պարտադրում ենք գիտելիքներ սերտել և տեղեկություններ կուտակել, կորցնում ենք նրա անձնային զարգացման և ինքնուրույնության ձևավորման հնարավորությունը:

3. **Գիտելիքը պիտի «կենդանի» լինի:** Այսինքն, **երեխան պիտի կարողանա շոշափել, զգալ, համոտեսել, լսել ու տեսնել այդ գիտելիքը: Այսինքն, երեխան պիտի առնչվի դրան:** Ծաղկի, մրգի, բանջարեղենի, ավազի, հողի, ջրի, մետաղի ու փայտի, հեղուկ և պինդ մարմինների, շոգի ու ցրտի, բույսերի ու կենդանիների, եղանակի, բարու ու չարի, սպորտի, մարմնի, ընտանիքի, սեռերի մասին գիտելիքները կարող են յուրացնել փոքր տարիքի երեխաները: Բայց վստահ եմ, որ շատ ծնողներ դրանց մասին շատ չեն խոսում երեխաների հետ, իսկ ահա լրացուցիչ լիքը բան են սովորեցնում տարբեր լեզուներով հաշվել, ձևաաչել գույները և այլն:

4. Նախադպրոցական տարիքի երեխային պետք է մանկապարտեզում սովորեցնեն ուղղորդված և հստակ ծրագրով, որը մշակել և պատրաստել են մասնագետները: Տանը պետք չէ ուղղորդված ուսուցանել երեխային: Դա ձևշում է նրա ինքնուրույնությունը: Մանկապարտեզում նույնպես չպետք է դա մատուցվի հրամայական երանգներով. սա էլ մի առանձին թեմա է:

5. Եթե ձեր երեխան դեռ չի կարողանում ինքնուրույն ուտել, հագնվել-հանվել, սանրվել, հագնել կոշիկները, օգտվել զուգարանից, շփվել հասակակիցների հետ, լսել և ենթարկվել կանոններին, խաղալ կանոններով խաղեր, ապա նրան այլ բաներ, «անկենդան» գիտելիքներ տալ պետք չէ: **Այն, ինչը երեխան չի օգտագործելու ու չի տեսնելու, պետք չէ սովորեցնել նրան:** Փողոցում վարքի կանոններ սովորեցրեք, խանութից օգտվել սովորեցրեք, մրգային աղցան պատրաստել սովորեցրեք, իսկ աշխարհագրություն և ֆիզիկա կսովորի դպրոցում, երբ արդեն կմտածի ձամփորդելու ու աշխարհի չորս ծայրերի մասին:

6. **Նախադպրոցական տարիքում երեխայի մտածողությունն ԱԿՆԱՌՈՒ ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ և ԱԿՆԱՌՈՒ ՊԱՏԿԵՐԱՎՈՐ Է:** Զարգացում մի ակնկալեք, եթե ձեր երեխային սովորեցնում եք մի բան, որը հասկանալու համար նրան պետք է վերացական մտածողություն, իսկ վերացական մտածողությամբ նա կօժտվի շատ ավելի ուշ միջին դպրոցական տարիքում: Իհարկե, այս տարիքում երեխաները հավատում են հրաշքների ու հեքիաթների, բայց դրանց մասին ևս ակնառու պատկերավոր պատկերացումներ են ձևավորվում, ինչի հետևանքով էլ հավատում են, որ գայլը կգա կտանի իրենց, իսկ ահա անտառում էլ կախարղներ են ապրում:



2. Չի կարելի

Գաղափարներ կան, որոնք անվերապահորեն ընդունվում են կամ արագ տարածվում և դառնում ճշող կարծրատիպեր: Այդպիսի գաղափարներից մեկը «չի կարելի» չասելն է: Երբեմն սա այնպիսի աստիճանի է հասնում, որ մարդիկ վախենում են այդ արտահայտությունը երեխային ասել: Ոմանք էլ հպարտանում են, որ երբեք երեխային «չի կարելի» չեն ասել: Ներկայում ծնողներին կարելի է բաժանել երկու խմբի՝ «չի կարելի» արտահայտությունից վախեցողների և այդ արտահայտությունը չարաշահողների: Կարծում են, երկու խումբն էլ սխալվում է: Բացատրեմ, թե ինչու են այդպես մտածում: Մեր կյանքն ունի բազմաթիվ սահմանափակումներ՝ սկսած տևողությունից ու ավարտած ուրիշների իրավունքներով, որոնց հասնելիս մենք գիտակցում ենք մեր

իրավունքների սահմանները: **Այսինքն, մեր կյանքը թույլ է տալիս մեզ ապատ լինել որոշակի սահմաններում:** Եթե երեխային դաստիարակելու նպատակը նրան կյանքին նախապատրաստելն է, ապա այնտեղ չեն կարող չլինել սահմանափակումներ: **Չի կարող երեխան մեծանալ առանց սահմանափակումների:** Պարզապես հարց է ծագում, թե ինչպիսին պիտի լինեն խելամիտ սահմանափակումները: Դրանից բացի, հարց է ծագում, թե երբ կարող է երեխան խոսքով հասկանալ այդ սահմանափակումը, և երբ հարկ չկա որևէ բան բացատրել նրան, այլ պետք է պարզապես ապահովագրել տարբեր վտանգներից: Այն պահից սկսած, երբ երեխան հասկանում է մեր խոսքը, նույնիսկ մինչ հասկանալը, մեր դեմքի արտահայտությունից երեխան գլխի է ընկնում՝ իր վարքը ցանկալի է կամ անցանկալի: Այն ծնողները, որոնք կարծում են, որ պետք չէ երեխային «չի կարելի» ասել, վախենում են, որ դրանով կկաշկանդեն նրան, երեխան թույլ և ինքնամոլոպ կմեծանա: Կարծում եմ, սա թյուր պատկերացում է, քանի որ **«չի կարելի»-ն չի կաշկանդում, այլ կաշկանդում են դրա անտեղի կիրառումն ու հուլական երանգավորումը:** Եթե մենք ասում ենք «չի կարելի», երբ երեխան սեղանից միրգ է վերցնում առանց թույլտվության, իհարկե երեխան կկաշկանդվի, որովհետև սահմանափակում ենք իր բնական ակտիվությունն ու պարզագույն պահանջմունքների բավարարումը: Բայց երբ մենք երեխային ասում ենք «չի կարելի», երբ նա հարվածում է խաղընկերոջը կամ ավազ է լցնում նրա դեմքին, ըստ իս, կաշկանդվելու խնդիր չկա, դա պարզապես վարվելակերպի կանոն է, որը սովորեցնում ենք երեխային: Նույն կերպ, եթե մենք «չի կարելի»-ն ասում ենք այնպիսի հնչերանգով, որ թվում է, թե երկինքը փուլ եկավ մեր գլխին, բնականաբար՝ երեխային սա ոչ միայն կկաշկանդի, այլև վախեր ու տազնապ կարող է առաջացնել: Ի վերջո, խնդիրը բառը չէ, խնդիրը կիրառման տեղն ու չափն են: Որքան երեխան փոքր է, այնքան ավելի շատ պետք է հնարավորություններ տանք նրան աշխարհն ուսումնասիրելու: Սակայն, եթե նա ուկում է խտացրած կաթը լողկել բազմոցին, ինձ համար բոլոր կանոնները վերանում են, և ես վստահաբար ասում եմ՝ չի կարելի:

Իհարկե, շատ դեպքերում, «չի կարելի»-ի հետ միասին, անհրաժեշտ է երեխային բացատրել պատճառը, եթե նրա տարիքում դա մատչելի և ընկալելի է: Եթե երեխայի վարքի պատճառը միայն տեղեկացվածության պակասն էր, ապա անցանկալի վարքը չի շարունակվի: Եթե շարունակվում է, ապա բացատրելն ավելորդ է, պետք է այլ տարբերակ մտածել:

Երեխային մանկուց կարող ենք ցույց տալ տարբեր առարկաների և նյութերի ճիշտ կիրառությունը, ներկերով թղթի վրա նկարելու և ուտելիքը խոհանոցում օգտագործելու առավելությունները: Չեմ կարծում, որ Վան Գոգը դարձավ հանձարելու նկարիչ, որովհետև նկարում էր իրենց տան պատերին և հարևանների տանը նույնպես: Այդպես չէ:



3. Կամակորություն, թե բնավորություն

Եթե երեխան խանութում կամ տանը պառկում է հատակին ու լացով, ոտքերը գետնին խփելով, ձայնը փոխելով, ցուցադրական վարքով և այլ միջոցներով փորձում է ստանալ արգելված կամ այդ պահին անցանկալի մի բան, ծնողներն սկսում են ելք փնտրել: Հոգեբաններն ասում են անտեսեք, և կամակորությունը կվերանա: Ծնողներից շատերը դա ընկալում են այսպես. անտեսեք երեխային, և կամակորությունը կանցնի: Տեղի է ունենում ճիշտ հակառակը. կամակորությունն ավելի է խորանում: Անտեսել կամակորությունը նշանակում է շարունակել սիրել երեխային, պահպանել նույն վերաբերմունքն ու հոգատարությունը անտեսելով նրա կամակոր վարքը: Անտեսել կամակորությունը չի նշանակում երեխային մենակ թողնել սենյակում և պատժել կամակոր վարքի համար: **Կամակորության**

անտեսումը նշանակում է չկատարել պահանջը՝ շարունակելով սիրել:

Բնականաբար, երեխայի տարած ֆիզիկական կամ հոգեբանական սթրեսների հետևանքով վարքը նաև փոխվում է դեպի վատը: Երեխան կարող է դառնալ անկառավարելի, կամակոր և դժվար դաստիարակվող: Բայց, ցանկացած դեպքում, եթե երեխան նման միջոցներով ինչ-որ բան է ուզում, փորձում է պարտադրել, որ իր ցանկությունը կատարվի, պետք է անտեսել կամակորությունը՝ հետևելով մի քանի խորհուրդների.

1. Պահպանել հանդարտությունը և ձայնի ջերմ հնչերանգը:

2. Երեխայի հետ խոսել հանգիստ և առանց պայրույթի:

3. Կարձ և առանց ավելորդ հուպականության ասել, որ իր ցանկությունը չի կարող կատարվել այս կամ այն պատճառով և վերջ: Կարիք չկա շատ երկար բացատրությունների, եթե հատկապես նախորդ անգամ նույն բանը բացատրել էք կամ վստահ էք, որ երեխան գիտի, թե ինչի համար չի կարելի տվյալ բանն անել, կամ էլ եթե երեխան չի կարող հասկանալ, թե ինչու չի կարելի տվյալ բանը:

4. Չնկատել լացի ու հիստերիայի նմանվող վարքը և շարունակել պահպանել սովորական գործերով երեխայի նկատմամբ ջերմ վերաբերմունքը պահպանելով:

5. Եթե ընտանիքի անդամները միջամտում են, փորձեք բացառել դա: Եթե չէք կարող բացառել, ինձ մի հարցրեք, թե ինչ անել, որովհետև ես չգիտեմ՝ ինչպես վերափոխել ձեր տան բոլոր մեծերին և նրանց վերաբերմունքը ձեր նկատմամբ: Դա մի քիչ ավելի բարդ հարց է: Նման դեպքերում ես սովորաբար խորհուրդ եմ տալիս **ընտրություն կատարել լինել լավ հարս (տղա) կամ լավ մայր (հայր):** Երբեմն միաժամանակ այդ երկուսը լինել չի հաջողվում: Երբ մենք փորձում ենք գոհացնել բոլորին, արդյունքում դժգոհ են մնում ամենակարևոր մարդիկ:

6. Շարունակել խոսել մյուս սենյակից երեխայի հետ այնպես՝ կարծես ոչինչ չի եղել: Սա է նշանակում երեխայի կամակորության անտեսումը: Ասել, օրինակ, գնալ խոհանոց և ասել, որ ճաշը պատրաստելիս ուզում եք ինքն օգնի ձեզ, ու կսպասեք իրեն՝ մինչև հանգստանա ու մոտենա: Ընթացքում կարելի է խոսել ինչ-որ բաների մասին, որոնք ոչ մի կապ չունեն վարքի տվյալ դրսևորման հետ:

7. Մի վախեցեք, որ երեխան կվնասի իրեն: Եթե երեխան լուրջ վարձացման խնդիրներ չունի, ապա չի վնասի իրեն: Լուրջ վարձացման խնդիր ասելով նկատի ունենք այն բոլոր խնդիրները, որոնք անտորոշել է բժիշկը վարձացման հապաղում, մտավոր հետամնացություն, աուտիզմ և այլն:

8. Եթե չէք ուզում, որ ներկայացումը շարունակվի, դադարեք դրա հանդիսատեսը լինել:

9. Երբ երեխան դադարի լաց լինել, գուրգուրեք նրան ու մոռացեք այդ դեպքի մասին, բացարձակ մի հիշատակեք, մի նախատեք, մի ասեք մյուս անգամ չանես նման բան:

10. Անտեսել կամակորությունն ու համառությունը՝ նշանակում է չնկատել դրանք և վերաբերվել երեխային այնպես, կարծես կամակորություն չի եղել:



4. Պատիժ, թե հրեշը մեր ներսում

Երեխաների մեծամասնությանը ծնողներն անհարկի պատժում են միայն այն պատճառով, որ այդ պահին վայրացած են կամ հոգևած, կամ չգիտեն ինչ անել: Դրա հետևանքով երեխաները տառապում են ու անլիարժեք պզում իրենց, իսկ հետո երկար տարիներ տանջվում են երջանիկ լինելու ձգտմամբ:

Կոպիտ պատիժներ, ծեծ կիրառող ծնողներն արդարացնում են իրենց գործողությունները, պատճառաբանելով, որ երեխայի վարքն անտանելի է: Այնինչ իրենք անտանելի են որպես ծնող տվյալ երեխայի համար: Չի անցնում մի օր, որ ես չկարդամ ծեծի մասին հպարտ արտահայտություններ և դրա տակ բավաբախվա՞րեցակա՞ն մեկնաբանություններ, թե խեղճ մայր,

դէ՛, չի դիմանում, անում է: Մի մայրիկ էլ պատմում էր, որ նույնիսկ երեխայի թաթիկն է ասեղով ծակել, և անգամ այդ ծայրահեղ միջոցն արդյունք չի տվել: Հոգեբաններից շատերը կարծում են, որ բռնություն կիրառող ծնողը նույնպես ունի հոգեբանական խնդիրներ, և նրան ևս պետք է հասկանալ: Համաձայն եմ միայն վերջին կետին. պետք է հասկանալ, թե ինչու են մարդիկ այդպես վարվում: Դրա պատճառներն են.

1. Անպատժելիություն

Եթե երեխան կամ մեծահասակը վստահ է, որ իր արարքի համար չի պատժվելու, ապա ավելի անկաշկանդ է գործում: Ցանկացած հասարակությունում, երբ վերականգնվում է արդարությունը, և այլոց իրավունքները ոտնահարողները պատժվում են, սկսում է պակասել բռնությունների քանակը:

2. Իշխանություն

Սովորաբար ինչ որ մեկի նկատմամբ բռնություն կիրառում են իշխանություն կամ այլ առավելություն ունեցող անձինք: Ընտանիքում հաճախ բռնություն կիրառում է տղամարդը կնոջ նկատմամբ, մեծ երեխան՝ փոքրի, երեխաներն իրենց տարեց ծնողների նկատմամբ, աշխատավայրում ղեկավարը՝ ենթակաների, պետական իշխանություն ունեցողները՝ հասարակ քաղաքացիների նկատմամբ և այլն:

3. Հոգեբանական խնդիրներ՝ պայրոյթի կառավարման դժվարություն

Բռնությունը ագրեսիայի դրսևորում է, և ագրեսիան էլ իր հերթին ծնվում է պայրոյթի պագցումից, պայրոյթն էլ՝ անկարողության պագցումից: Իհարկե, ոչ միշտ է բռնությունը ծնվում պայրոյթից: Բռնություն կարող է կիրառվել նաև վերոնշյալ պատճառներից ելնելով:

4. Գիտելիքի պակաս

Ծնողները հաճախ չգիտեն ինչպես վարվել երեխաների հետ, չեն կարողանում նրանց կառավարել կամ կարծում են, որ ապտակը, ծեծը թույլատրելի դաստիարակության մեթոդներ են: Նման դեպքերում բռնությունը կիրառվում է միայն գիտելիքների և ծնողնավարման հմտությունների պակասի պատճառով:

Մեկ հարց եմ ուզում տալ. իսկ ինչո՞ւ է ստացվում այնպես, որ այդ խնդիրներն ունեցող մարդիկ միայն իրենց փոքրիկներին են ծեծում, օրինակ երբեք չեն ծեծում տան մեծ անդամներին, չեն ծեծում իրենց հարևանի երեխային, չեն ծեծում փողոցով անցնող անծանոթ մարդուն, որի արարքը դուր չի գալիս իրենց: Դուք ճիշտ եք. նրանց չեն կարող ծեծել: Ստացվում է, որ մենք ծեծում ենք մեր երեխային, որովհետև կարող ենք անել դա, և մեր երեխան անպաշտպան է մեզ հետ համեմատած: Բռնությունը ծնվում է իշխանությունից և անարդարությունից:

Ինչպես է ստացվում, որ այն երկրներում, որտեղ կա հստակ օրենսդրություն ընտանեկան բռնության վերաբերյալ, մարդիկ շատ ավելի կանոնավոր վարք են դրսևորում, և երեխաներն էլ որոշ չափով կարողանում են պաշտպանել իրենց իրավունքները: Ճիշտ եք, պատժվելու վախը միշտ օգնում է

կառավարել հասուն մարդու վարքը: **Հոգեբանական խնդիրներն ու պայրույթի կառավարման դժվարություններն իսկապես պատճառ են դառնում երեխաների նկատմամբ կոպիտ վերաբերմունքի:** Սակայն, այդ դեպքում ծնողները սովորաբար դիմում են մասնագետների և աջակցություն խնդրում: Կամ նվազագույնը գոնե մեղավոր են պգում իրենց արարքների համար և առնվազն չեն հպարտանում դրանով:

Գիտելիքի պակասը պատժի անհարկի կիրառման և չարաշահման պատճառ է իսկապես, սակայն նորից այս դեպքում չի վերածվում բռնության, այլ պարզապես ստանդարտ պատիժներ են կիրառվում (անկյուն կանգնեցնել, ականջը քաշել, վախեցնել), ինչպիսիք շատերն ստացել են ավանդական դաստիարակության պատճառով: Ի հակառակ սրա, **երեխաներին ծեծող ծնողների ճնշող մեծամասնությունը գիտի, որ ծեծել չի կարելի**, որ դա չի օգնում երեխայի վարքի կառավարմանը, բայց շարունակում է ծեծել:

Մի փոքրիկի հետ շփվելով ու պրուցելով պարպեցի, որ նա երապում հրեշներ է տեսնում անընդհատ, այդ հրեշները միշտ հագնում էին իր մայրիկի զգեստները: Նկարներում բոլոր կախարո՞ղներն իր մայրիկի սիրելի գույներով էին հագնվում: Այդ մայրիկը հրեշ չէր, շատ սովորական մայրիկ էր, ինչպես երեխային ծեծող, իր զգացմունքները չպսպող, բոլորին «սիրող» և երեխայի վրա ամբողջ պայրույթը թափող, սովորական հայ մայրիկներն են:



5. Ճգնաժամ

Երեք տարեկանում երեխայի կյանքում բազմաթիվ փոփոխություններ են տեղի ունենում: Առհասարակ բոլոր տարիքային ճգնաժամերը, որոնք կոչվում են նաև «անցումային» փուլեր, կապված են որակական փոփոխությունների հետ: Այսինքն, այս տարիքում ծնվում են նոր որակներ ու կարողություններ, որոնք չկային մինչ այդ: Այդ նոր որակները բոլոր ճգնաժամային տարիքներում, այստեղ ևս ամրապնդվում են և երեխայի ֆիզիոլոգիական, և հույզական ու ինտելեկտուալ ոլորտներին:

Առաջին հերթին սեփական «ես»-ի տարբերական ճգնաժամն է:

Այս տարիքում երեխան սկսում է իրեն առանձնացնել շրջապատող իրականությունից, երբ ասում է ես ինքս, արդեն իսկ իրեն պզուկ է ակտիվ, շրջապատի վրա ազդող սուբյեկտ:

Հաջորդ նոր որակը, որը երեք տարեկանը ձեռք է բերում այս շրջանում կամքն է, դրա գիտակցումը:

Երեխան կամքի աղբյուր է պզուկ իրեն և սկսում է այս նոր որակն օգտագործել այն հաճախականությամբ, որով մենք սիրում ենք վճարվել մեզանով հայելու մեջ, երբ նոր պզուկ ենք հագած լինում:

Եթե ծնողները չեն կարողանում հմտորեն կառավարել երեխայի մոտ ձևավորվող նոր որակներն ու դրանց ծայրահեղ դրսևորումները, երեխան դառնում է դժվար կառավարվող:

Այս տարիքին բնորոշ է նեգատիվիզմը, երբ երեխան բացասական է արձագանքում ամեն ինչին՝ հենց այնպես, պարզապես հակառակվելու համար: Դե, պատկերացրեք, որ դուք շատ փոքրիկ եք, այնքան փոքրիկ, որ ոչ մի կերպ չեք կարողանում ապրել ձեզ շրջապատող իրավիճակի վրա: Մեկ էլ դուք հայտնաբերում եք մի միջոց, որով կարելի է բարկացնել, հունից հանել, ուրախացնել, մի խոսքով՝ ապրել իրավիճակի վրա: Եթե պատկերացրիք, ապա կհասկանաք երեք տարեկան երեխային: Գրեթե բոլոր ծնողների գնահատմամբ, սա շատ բացասական փոփոխություն է երեխայի վարգացման ընթացքում, սակայն սա վկայում է այն մասին, որ երեխան կարողանում է գործել իր ցանկություններին հակառակ, բոլորին հակառակ, նշանակում է ձեռք է բերում իր գործելու սեփական մոտիվներն ու անկախանում է շրջապատողներից. սա պարզապես հրաշալի է:

Այս իրավիճակը կառավարելու համար ծնողներից համբերատարություն է պահանջվում:

Այս տարիքում երեխան նաև դառնում է քմահաճ, պնդում է իր ցանկությունները միայն այն պատճառով, որ ինքն արդեն դրա մասին հայտարարել է, և պահանջում է իր ցանկությունների լուռ կատարում՝ Նույնիսկ այն դեպքում, երբ այդ ցանկությունն արդեն կորցրել է իր արդիականությունը:

Այստեղ ծնողներից մի քիչ հաստատակամություն է պահանջվում պնդելու իրենց կամքը և չկատարելու, եթե դա անհնարին է:

Հաջորդ նշանը **կամակորությունն է**: Այս որակն այնքան առանցքային տեղ է զբաղեցնում ձգնաժամի մեջ, որ այս տարիքը նաև անվանում են կամակորության ձգնաժամ: Ի տարբերություն նեգատիվիզմի, որն ուղղված է մեծահասակների դեմ, կամակորությունն անդամ է և ուղղված է ուղղակի երեխայի համար՝ նախատեսված դաստիարակության բոլոր նորմերին, կյանքի ձևին:

Սրա մասին արդեն խոսել ենք:

Ձգնաժամը բնութագրող չորրորդ հատկությունն **ինքնակամությունն է**: Դրսևորվում է երեխայի ինքնուրույնությամբ: Սա նախկինում չկար, իսկ հիմա երեխան ցանկանում է ամեն ինչ ինքնուրույն անել:

Այստեղ երեխային պետք է տալ սահմանափակ ընտրության հնարավորություն և այդ սահմաններում ընտրելու ապատություն: Եթե երեխան պահանջում է հագնել այս կամ այն վերնաշապիկը, նրան պետք է առաջարկել երեք վերնաշապիկ, որպեսզի դրանցից ընտրի մեկը: Բնականաբար, առաջարկելիս պետք է ընտրել այն երեքը, որոնք ընդունելի են այդ օրվա համար:

Նման երևույթներից ոչ միայն չպետք է անհանգստանալ, այլև պետք է ուրախանալ, քանի որ դրանց առկայությունը վկայում է երեխայի բնականոն վարգացման և անձի ձևավորման մասին:



6. Խփում են, դու էլ խփիր

Միանշանակ թեմա չէ:

Շատերն ասում են ասեք, թող ինքն էլ խփի, թող իրեն պաշտպանի և այլն: Կամ ինձ հաճախ դիմում են այն պատճառով, որ երեխան չի ինքնապաշտպանվում: Նախ պետք է հասկանալ, թե ինչու երեխան չի կարողանում պաշտպանել իրեն: Ավելի հաճախ տանը ճնշված կամ գերխնամված երեխաների խնդիր է սա: Այսինքն, մենք ճնշում ենք երեխային տանը, նա շարունակում է ճնշվել դրսում: Ոմանք տանը հարձակվում են բոլորի վրա, իսկ դրսում շատ անպաշտպան են: Մի մասն էլ այնքան դաստիարակված է, որ գիտի հարվածելը վատ բան է, և վախենում է վատ բան անելու համար պատժվել տանը:

Իսկ եթե բոլոր հարվածողներին հարվածով պատասխանեն, հետևանքը

պատերազմ կլինի, որը չի ավարտվի երբեք: Երբ երեխային ասում ենք՝ եթե քեզ խփում են, դու էլ խփիր կամ ավելի ուժեղ խփիր, ինչ արդյունք ենք ակնկալում: Ուժեղից ուժեղ միշտ էլ կգտնվի:

Ի վերջո, **խաղաղությունը ձեռք է բերվում այն ժամանակ, երբ որոշ մարդիկ հարվածին հարվածով չեն պատասխանում:** Խաղաղությունը ձեռք է բերվում բանակցությունների, պրուցելու ու քննարկելու միջոցով:

Բայց կարիք կամ ինքնիշխանություն կենսաբանական նախադրյալների մասին: Ինքնապաշտպանության բնապղը գործում է բոլորիս ներսում մեր ծննդյան օրից, և կան երեխաներ, որ միշտ և բոլոր դեպքերում պաշտպանում են իրենց սահմանը, իրենց խաղալիքը, իրենց ցանկություններն ու տարածքը: Դա նորմալ և բնական է: Այդ երեխան կարող է հրել, երբ իրեն ինչ-որ մեկը նեղացնում է, խփել, եթե խփում են իրեն և այլն: Նման դեպքերը մենք համարում ենք ինքնապաշտպանություն: Հարց է ծագում, թե ինչու որոշ երեխաներ չեն կարողանում պաշտպանել իրենց և ավելի ենթարկվող են, մեղմ են ու փափուկ: Սա կապված է խառնվածքի, նյարդային համակարգի տիպի հետ: Կախված այդ տիպից, երեխան իր առջև ծառայած խնդիրները լուծում է իրեն հատուկ ճանաչելով: Եկեք ընդունենք, որ մեծահասակներս նույնպես տարբեր կերպ ենք արձագանքում, երբ նեղացնում են մեզ, և բոլորս չէ, որ հարձակվում ենք ու համարժեք պատասխան տալիս. որոշ դեպքերում հեռանում ենք այդ միջավայրից, որոշ դեպքերում օգնությանն ենք դիմում, որոշ դեպքերում էլ պատասխանում ենք: Եվ դժվար է ասել, որ պատասխան տալը միշտ ամենաճիշտ տարբերակն է:

Մեկ այլ հարց ևս պետք է պարզել: Արդյո՞ք երեխաները սովորում են իրենց պաշտպանել մեր նմանատիպ հորդորներից ու խրատներից: Բոլոր չպաշտպանվող երեխաների ծնողներն իրենց փոքրիկներին ասում են խփիր, դու էլ պատասխան տուր, մի թող խաղալիքդ վերցնեն, ինչի՞ չպատասխանեցիր, մի լացիր և այլն: Արդյո՞ք դա օգնում է: Կարծում եմ շատ քիչ դեպքերում:

Պետք է նաև պարզել, թե ինչու են ծնողներն այդքան մտահոգված, որ իրենց փոքրիկը «տակ չմնա» ու անպայման պատասխանի իրեն նեղացնողին: Կարծում եմ, սա ամենակարևոր հարցն է, որ ծնողները պիտի տան իրենց: Ինչու՞ եմ ես այդքան նեղվում, երբ իմ երեխան պատասխան չի տալիս: **Դա կապված է տվյալ ծնողի մանկության և իր սեփական պաշտպանվածության ու անպաշտպան լինելու պզգցման հետ:** Ծնողներ կան, որ շատ ուրախանում են, երբ իրենց երեխան ուրիշ երեխաների նեղում է կամ ծեծում: Դա, բնականաբար, ներքին խնդիրների ու հոգեբանական բարդությունների պատճառով է, ինչպես նաև տվյալ հասարակությունում ուժեղ լինելու մասին գոյություն ունեցող կարծրատիպերի: Մեր հասարակությունը հաճախ ուժեղ է համարում ագրեսիվ և բռնացող մարդկանց: Կարձ ասած, սա խնդիր է, և պետք է լուրջ վերաբերվել սրան: Զաղաքակիրթ որևէ հասարակությունում երեխային չեն սովորեցնում հարվածել, ավելի կարևոր բաներ կան սովորելու:

Այնուամենայնիվ, ինչ պետք է անել, եթե երեխան չի պաշտպանում իրեն, երբ մենք ուզում ենք, որ նա ինքնավստահ լինի նույնիսկ ագրեսիվ երեխաների միջավայրում:

Ինչ պետք է անել և ինչ պետք չէ անել նման իրավիճակներում:

1. Չի կարելի երեխային նախատել այն պատճառով, որ չի կարողանում պաշտպանվել: Վատ արարքը կարող է անսպասելի լինել, և երեխան չհասցնի կողմնորոշվել: Դրանից բացի, երեխան կարող է պարզապես սովոր չլինել նմանատիպ իրավիճակների: Երեխան պիտի հասկացված ու սիրված զգա իրեն հատկապես այն պահերին, երբ նեղացնում են:

2. Պետք է բացատրել, որ հարվածելը, մապերը քաշելն ու հրելը վատ բաներ են, ցավ են պատճառում մարդուն, և այդպես վարվել չի կարելի: Թող իմանա, որ իրեն հարվածող փոքրիկը սխալ բան արեց, և դուք նկատեցիք դա:

3. **Մի շտապեք անմիջապես ասել երեխային, թե որ վարքն է ավելի ճիշտ:** Դուք չգիտեք, թե ինչն է ճիշտ, հավատացեք: Դուք չեք կարող կանխատեսել, թե տվյալ իրավիճակում ինչ կլինի, և ինչպես կարձագանքեն դրան բոլոր ներկա գտնվողները: Այդ պատճառով որոշակի խորհուրդներ տալուց պետք է խուսափել:

4. Շատ կարևոր են երեխայի ներքին ռեսուրսների ակտիվացումը և հարցադրումներն այն մասին, թե ինչ կարող է ինքն անել հաջորդ անգամ, էլ թե ինչ-որ մեկը հարվածի կամ նեղացնի իրեն: Կարելի է հարցնել, թե ինքն ինչ է ուզում անել: Մի երեխա կասի արի ասենք թող հայրիկը գա ու իրեն ծեծի, և այս դեպքում դուք պրուցելու բան կունենաք: Կարող եք քննարկել, որ հայրիկները ոչ մի փոքրիկի չեն կարող ծեծել, որ կարելի է գուցե խոսել երեխայի մայրիկի կամ հայրիկի հետ: Պետք չէ ուղղակիորեն մերժել երեխային: Մեկը կասի՝ ես էլ իրեն կխփեմ, մյուսը կասի չեմ խաղա հետը, երրորդն էլ մի ուրիշ բան: Դուք երեխային կհասկանաք ցանկացած դեպքում ու կունենաք ասելու և պրուցելու բան: Սա կարևոր պահ է արժեքների, ցավի, անարդարության մասին խոսելու:

5. Մի անհանգստացեք նման դեպքերում, թողեք, որ երեխան ինքը կողմնորոշվի, թե ինչ անել: Պարզապես պրուցի և քննարկման ժամանակ, նախ, ձեր երեխան կիմանա, որ դուք իր կողքին եք ցանկացած իրավիճակում, երկրորդ կհասկանա, որ այդ իրավիճակն արդետալի չէ, կհավատա, որ ինքը կարող է էլքեր գտնել:

6. Կարելի է ի վերջո առաջարկել, որ չխաղա իրեն հարվածող երեխայի հետ: Եթե բոլոր երեխաներն այսպես վարվեն, աստիճանաբար հարվածող երեխայի ծնողները կհասկանան, որ իրենց փոքրիկի խնդրից միայն իրենց երեխան է տուժում, ու կբազմակողմ դրանով: Բայց եթե սկսեն բոլորը բոլորին հարվածել, դրա հետևանքով օգնության կարիք կունենան բոլորը:

Խաղաղությունից ավելի ինքնավստահ բան չկա: Հարձակվում են, բռնակցում և ճչում միայն թույլ ու անվստահ մարդիկ: Կոտրեք կարծրատիպը:



7. Վախ է, թե տագնապ

Վախն ի սկզբանե պաշտպանական, բնապղային երևույթ է, կենդանիները ևս վախենում են, երբ իրենց կամ իրենց ձագերին վտանգ է սպառնում: Ցանկացած անհասկանալի, հանկարծակի երևույթ կարող է վախ պատճառել երեխային: Ինչպես նաև վախեր կարող են առաջանալ մեծահասակների արձագանքներից: Եթե մեծահասակը վախենում է տվյալ երևույթից, ապա երեխան ևս կարող է վախենալ՝ տեսնելով մեծի արձագանքը: Կան տարիքային վախեր, որոնք համարվում են բնականոն վարճացման մի մաս: Դրանք կապված են կյանքի ճանաչման, նոր գիտելիքների և նոր փորձի հետ: Նոր գիտելիքները նոր վախեր են հարուցում: Օրինակ, 0-1 տարեկանում երեխաները վախենում են մորից բաժանվելուց, օտար մարդկանցից, 1-3 տարեկանում վախենում են անսպասելի ձայներից, երբ իրենց հարավատ մեծահասակին վտանգ է սպառնում, երկրորդ երեխայի ծնունդից, 3-5 տարեկանում սկսում են վախենալ մթությունից, մենակությունից, փակ տարածությունից, 5-7 տարեկանում մահից են վախենում, քանի որ հասկանում են արդեն այդ երևույթի անդառնալիությունը, 7-11 տարեկանում սոցիալական վախեր են առաջանում ցածր գնահատականից, ուշանալուց, վատը համարվելուց, 11-15 տարեկանում վախենում են ֆիզիկական փոփոխություններից, անտեսանելի երևույթներից, բնական աղետներից և այլն: Այդ վախերը սովորաբար ավելի խաղաղ են անցնում, և դրանք շտկելու առանձնապես կարիք չի լինում: Եթե այս տարիքներում պատահում են վախը խթանող դեպքեր, ապա վախը կարող է ամրապնդվել և երկարատև կամ սուր դառնալ:

Վախերը հիմնականում սահմանափակող ազդեցություն են ունենում: Դրանք սահմանափակում են երեխայի ազատությունը տարբեր իրա-

վիճակներում և նրան դարձնում կախյալ: Վախերը կարող են ապդել նաև երեխայի պարգացման և անձի ձևավորման վրա:

Բնականոն ծագող վախերը, ասենք՝ ինչ-որ հեքիաթից, վատ երապից, ինչ-որ վատ հերոսից, կարող են նաև պարգացնող բնույթ ունենալ: Այսինքն, պետք չէ անմիջապես շտապել վախերը հաղթահարել, որովհետև դրանք ինքնուրույն հաղթահարելու դեպքում երեխային վստահության պգացում են տալիս, օգնում են նաև պարգացնել ներքին խոսքը, ներքին ինքնապաշտպանական մտքերն ու պատկերացումները: Ի սկզբանե ցանկացած նոր բանից կարող է երեխան որոշակի տագնապ կամ վախ ապրել, դա նորմալ և բնական է: Բայց այդ վախը պիտի հաղթահարելի լինի երեխայի համար, և պետք չէ անմիջապես շտապել երեխային օգնության: Պետք է թույլ տալ, որ երեխան ինքնուրույն փորձի դրանք հաղթահարել:

Երեխայի վախն ու տագնապը մեղմելու համար առաջին հերթին պիտի **աշխատենք մեր սեփական վախերի ու տագնապների վրա:** Եթե մայրը կամ հայրը վախեր ունեցող տագնապային, անվստահ ծնողներ են, ապա երեխան անպայման տագնապային կլինի: Երեխան չի վախենում, երբ տեսնում է իր կողքին ինքնավստահ և համարձակ ծնողներ: Որևէ բան ասելով կամ բացատրելով հնարավոր չէ մեղմել երեխայի վախն ու տագնապը, եթե ասողն ինքը չի հավատում իր խոսքին:

Պետք չէ երեխային անընդհատ շրջապատել վախի մթնոլորտով, նրան պատմել բազմաթիվ վտանգների մասին: Պետք չէ երեխային անընդհատ վախեցնող պգուշացումներ անել վայ, կընկես, վայ, ձեռք չտաս, վայ, չմոտենաս, վայ, կծակի, վայ, հեռու մնա, վայ, չգնաս: Այստեղ կարևոր է ոչ միայն ասվածի բովանդակությունը, այլև դրա հուպական ֆոնը: Վախով դաստիարակված երեխաները շատ վախեր են ունենում: Երբեմն դժվար է կառավարել այդ երևույթը, բայց ավելի լավ է աշխատենք մեզ վրա, քան երեխային ներարկենք մեր վախերն ու սկսենք պայքարել փոքրիկի վախերի դեմ:

Նման դեպքերում, իհարկե, պետք է դիմել հոգեբանի: Վախի ընկերակցությամբ ապրելը պարզապես տանջալի է: Երեխան կարող է ապատվել դրանցից և խաղաղ ապրել: Մարդիկ կան, որ վախեր ունեն տարիներ շարունակ և տանջվելով ապրում են այդպես: Սա անթույլատրելի բան է, եթե կան մասնագետներ, որոնք կարող են օգնել ապատվել դրանցից: Պետք է միայն իմանալ, որ վախերի հաղթահարումը բավականին դյուրին խնդիր է հոգեբանության մեջ, և դրանցից կրկնակի վախենալ պետք չէ: Դժվար հաղթահարելի են կաչուն, ներոտիկ բնույթի վախերը, որոնք առաջանում են երկարատև տագնապային հոգեվիճակի հետևանքով: Ամեն դեպքում ցանկացած խնդիր կարող է լուծվել, եթե ժամանակին արձագանքենք դրանց:



8. «Վատ» բառեր. ինչ անել

Վատ բառերն առաջին հերթին ամրապնդված վարքի դրսևորումներ են: Եթե երեխայի վարքում նկատում ենք ինչ-որ երևույթներ, ապա պիտի իմանանք, որ մենք ենք ինչ-որ կերպ ամրապնդել դրանք: Ամրապնդումը կարող է լինել բացասական կամ դրական վերաբերմունքի ձևով: Էական չէ:

Վատ բառերը երեխան սովորում է նաև իր ընտանիքի մեծահասակներից, այսինքն սա յուրացված վարք է դառնում: Եթե ուզում ենք, որ մեր երեխաները գեղեցիկ խոսեն, ապա ինքներս պիտի հետևենք մեր խոսքին: Մեծահասակներս վատ խոսքեր օգտագործելիս ավելի ընտրողաբար ենք մոտենում, քանի որ գիտենք, թե որտեղ և ինչ անել: Երեխաներն էլ, բնականաբար, այդքան փորձ ու գիտելիք չունեն և դրանք օգտագործում են տեղի-անտեղի: Այդ պատճառով նաև նրանց վարքն ավելի նկատելի է:

Պետք է սա ևս հաշվի առնել:

Ավելի լավ է հետևելք մեր խոսքին:

Հարց է ծագում ինչու են դրանք այդպես գրավում նրանց: Ամեն բան թաքնված է այդ բառերի արտաբերման հուպակալության մեջ: Սովորաբար վատ բառերը մարդիկ ասում են բարկացած ժամանակ, խիստ հուպված ժամանակ: Երեխաներին գրավում են այդ հուպական արտահայտումները և նորմալ վիճակից տարբեր վարքագիծն ու գործողությունները: Երբեմն դրանք կարող են վախեցնող լինել, երբեմն հետաքրքիր, երբեմն պավեշտալի. մի բան հաստատ է դրանք երբեք դեմքի անտարբեր արտահայտությամբ չեն ասվում:

Մյուս կարևոր հանգամանքն այն է, որ երեխայի արտաբերած վատ բառերի նկատմամբ երբեք անտարբեր չեն մնում մեծահասակները: Իսկ երեխան ի բնե ցանկություն, պահանջմունք ունի ապդելու իրեն շրջապատող միջավայրի վրա: Երբ նա վզում է, որ այս կամ այն բառն օգտագործելով շրջապատողները պարտադիր ինչ-որ կերպ արձագանքում են դրան, նա սկսում է այդ բառերն ավելի շատ օգտագործել այդ միջավայրի վրա ավելի շատ ապդելու համար: Եթե արձագանքը բացասական է լինում, արդեն դա դառնում է նաև շրջապատին կառավարելու միջոց: Ես կասեմ այսպես, և նրանք կբարկանան կամ կսկսեն խնդրել ինձ, որ չասեմ, ավելի լավ...

Պատիժը և գովեստը նույն ապդեցությունն են ունենում վարքի վրա, երկուսն էլ ամրապնդում են այդ վարքը: Միակ վերաբերմունքը, որը կարող է օգնել, որ վատ վարքը նվազի կամ վերանա առհասարակ անտարբերությունն է: Մեծահասակները միշտ ավելի բուռն են արձագանքում վատ վարքին, քան լավ վարքին: Դա է պատճառը, որ վատ վարքն ավելի արագ է յուրացվում և ավելի արագ ամրապնդվում: Մեծերս վատ վարք ենք դաստիարակում երեխաների մեջ:

Ինչ պետք է անեն ծնողները (բարկանալ, պատժել, թե...):

Դաստիարակության ոսկե կանոնն է. «Անտեսիր վատը, խրախուսիր լավը»: Պետք է առաջնորդվել այս կանոնով: Հնարավորինս պետք է անտեսել վատ խոսքը, քանի որ չկա երեխա, որը գոնե մեկ անգամ վատ բառ ասած չլինի: Առաջին անգամ ասվածին մեր արձագանքը կանխորոշում է դա կդառնա սովորություն երեխայի մոտ, թե՛ կանցնի այնքան հեշտ, ինչպես ձևավորվել է:

Եթե կարճ ամփոփենք, թե ինչ պիտի անեն ծնողները, ապա կարելի է ասել.

1. Հետևել սեփական խոսքին, չօգտագործել վատ բառեր,
2. Հետևել սեփական արձագանքներին, բուռն հուպական արձագանք չտալ երեխայի վատ բառերին,
3. Լինել համբերատար, հնարավորինս անտարբեր մնալ երեխայի վատ բառերի նկատմամբ,
4. Չամրապնդել վատ բառերը մեր սեփական ուշադրությամբ և արձագանքներով:



9. Նախապատրաստել դպրոցին

Երեխային դպրոցին նախապատրաստել ասելով՝ շատ ծնողներ ու նույնիսկ մանկավարժներ հասկանում են նրան գիտելիքներով (գրելու, կարդալու, թվաբանական հմտություններով) փնելը: Սակայն, դպրոցին նախապատրաստել ասելով՝ առաջին հերթին հասկանում ենք.

Ինքնուրույնություն

Երեխան դպրոց հաճախելուց առաջ արդեն պիտի լիարժեք տիրապետի ինքնուրույն հագնելու-հանվելու, իր անկողինը թեկույն անփոյթ, հավաքելու, ուտելու, իր պայուսակը դասավորելու, կուզարանից կոկիկ օգտվելու, իրեն հուպող հարցերը տալու, խնդրանք արտաբերելու և այլ նմանատիպ տարրական հմտությունների: Առաջին հայացքից այս պարզ

թվացող հատկություններն ամենաշատն են ձևավորվում մեր ընտանիքներում, որտեղ երեխային ամեն քայլափոխի կամ ծառայում են, կամ թելադրում: Ինքնուրույնության պակասը ամենաշատն է խանգարելու երեխային ուսուցման գործընթացում:

Ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողություն

Ծնողների մեծ մասը գիտի, որ փոքրիկ երեխաները դժվարանում են իրենց ուշադրությունը երկար ժամանակով կենտրոնացնել միևնույն գործի կամ դասի վրա: Սա անհանգստության առիթ է, և ոչ մի դեպքում պետք է երեխայի մեջ ինչ-որ շեղումներ փնտրել: Նմանատիպ խնդիրներն այս տարիքի երեխաների համար միանգամայն բնական են: Բավմաթիվ ծնողներ բողոքում են, որ երեխան դժվարանում է իր տեղում նստել երկար ժամանակ: Պատճառը կարող է լինել երեխայի ֆիզիկական կամ մտավոր խիստ ծանրաբեռնվածությունը: Հնարավոր է, որ նա բավարար չի քնում կամ հանգստանում, կամ օրվա ընթացքում սթրեսային իրավիճակներում է հայտնվում: Այս խնդիրներն անպայման պիտի ծնողների ուշադրության կենտրոնում լինեն: Երեխայի վարքի ցանկացած տեսակն և կայուն փոփոխություն պիտի ուշադրության արժանանա: Պետք է անպայման պարզել երեխայի դժվարությունների պատճառները:

Խոսքի վարճացում

Ծնողները կարող են նպաստել երեխայի խոսքի վարճացմանը՝ բառերը ճիշտ արտասանելով, երեխայի սխալ արտասանություններն ուղղելով:

Դպրոց գնալուց առաջ երեխան պիտի տիրապետի բանավոր խոսքին՝ ճիշտ արտասանի իրեն ծանոթ բառերը, ապատ և անկաշկանդ խոսի, ըստ անհրաժեշտության բարձր կամ ցածր սեփական մտքերն արտահայտել կարողանա, հեքիաթների ու պատմությունների մասին հարցերին պատասխանի, հարցեր տա, եթե ինչ-որ բան պարզ չէ իրեն, անգիր հիշի կարճ բանաստեղծություններ և այլն:

Լսելու կարողություն

Լսել կարողանալը շատ կարևոր հմտություն է, որը պիտի օգնի նրան գիտելիքներ ձեռք բերել, որպես անձ ձևավորվել բավմապան իրավիճակներում ողջ կյանքի ընթացքում: Երեխային լսել սովորեցնելու մի քանի միջոց կա, սակայն դրանցից ամենակիրառականը մեկն է: Նախադպրոցական տարիքի երեխայի համար պետք է ոչ փոքր տեքստերով շատ հեքիաթներ կամ պանապան պատմություններ կարդալ:

Խոսքի վարճացումը, գրագիտությունն անմիջականորեն կախված են երեխային շրջապատող միջավայրի գրագետ խոսքի հագեցածությունից: Երեխայի միջավայրը գրագետ խոսքով առավել հագեցած դարձնել կարող են ձայնասկավառակները, ծնողների ճիշտ ու հարուստ բառապաշարը:

10. Խոսել մահվան մասին

Մահվան մասին հարկ է լինում խոսել երեխայի հետ, երբ նա ամենչվում է այդ երևույթին: Պատճառը կարող է լինել ընտանի կենդանու մահը, հարևան տատիկի մահը, հարազատի կորուստը, և ինչը ամենասարսափելին է հասակակցի մահը: Վերջինս ամենաանընդունելին ու անտանելին է, սակայն երեխաներն ամենչվում են նաև դրան: Մահվան մասին երեխայի հետ պետք է խոսել նաև այն ժամանակ, երբ դրա մասին փոքրիկն սկսում է հարցեր տալ: Սովորաբար դա պատահում է չորս տարեկանից հետո:



Առհասարակ մահվան անդառնալիությունը երեխան սկսում է գիտակցել հինգ տարեկան հասակից սկսած: Այդ ժամանակ նաև մահվան վայել է առաջանում: Բազմաթիվ ծնողներ կփաստեն, որ երեխաները 5-7 տարեկանում սկսում են շատ հարցեր տալ մահվան մասին, ինչպես նաև կարող են վախեցած, անգամ լաց լինելով խնդրել, որ մայրիկը կամ հայրիկը չմահանան, կամ կարող են ասել, որ իրենք չեն ուզում ծերանալ, մահանալ և այլն: Մի խոսքով, մահվան թեման արդիական է մնում 5-7 տարեկանում, մինչև երեխան համակերպվում է այդ իրողությանը և կյանքի ավարտունության մտքին: Յուրաքանչյուր երեխա իր ներքին ռեսուրսներն ունի այդ մտքի հետ հաշտվելու: Պետք է հավատալ երեխայի ներուժին:

Մահվան մասին ինչպես և ինչ է պետք պատմել երեխային:

Երբ երեխան պարզապես հարց է տալիս մահվան մասին, ապա բնության երևույթների հետ համեմատություններ անելը շատ տեղին է: Կարող եք համեմատել ծառի տերևների հետ: Կարող եք ասել, որ գարնանը ծառի տերևները երբ ծնվում են սկզբում շատ փոքրիկ բողբոջներ են լինում, հետո դրանք մեծանում են ու դառնում կանաչ ու սիրուն տերևներ, այդպես կանաչ են մնում ամիսներ շարունակ, ապա աշնանը դեղնում են, չորանում, հետո քամուց պոկվում են, ընկնում գետնին, փափուկ ձյան տակ ծածկվում են, մահանում, ապա քայքայվում են, իրենց կյուֆով մնվում է հողը, իսկ հաջորդ տարի գարնանը նորից նոր տերևներ են բողբոջում: Մարդիկ ևս ծնվում են, աճում, մեծանում, ապա իրենց կյանքի աշնանը ծերանում են, իսկ հետո մահանում: Բայց նրանք փոքրիկ երեխաներ են ունենում, հետո իրենց երեխաներն են փոքրիկներ ունենում, և այդպես մեկը մյուսին ծնունդ է տալիս, ինչպես տերևները միմյանց:

Ինչու է անհրաժեշտ պատմել երեխային իր հարազատի մահվան մասին:

Հարազատի մահվան մասին երեխային անպայման պետք է պատմել: Սովորաբար մարդիկ խուսափում կամ դժվարանում են դրա մասին

պատմել հենց մահվան լուրը լսելուց հետո: Բնական է, մեծահասակներն իրենք շատ վատ հոգեվիճակում են, ցնցված են, և այդ վիճակում անասելի դժվար է լինում երեխային պատմել իր հարազատի մահվան մասին: Բայց անհրաժեշտ է: Սա շատ դժվար է, բայց ավելի դժվար է լինելու, երբ որոշ ժամանակ անցնի, և երեխան նորից ու նորից սկսի փնտրել իր հարազատին ու հարցեր տա նրա մասին: Մեծերը խուսափում են խոսել մահվան մասին, որովհետև չգիտեն ինչպես անել դա, ինչպես նաև չգիտեն ինչպես դիմանալ այդ փոքրիկ արարածի վշտի տեսարանին: Սա շատ անտանելի բան է: Բայց պետք է դիմանալ: Այլևս երբեք երեխան այդչափ չի ունենա ձեր աջակցության կարիքը, որքան այդ պահին: Մենք խուսափում ենք սրանից նաև այն պատճառով, որ կարծում ենք և վախենում, թե երեխան չի դիմանա: Եթե մենք դիմանում ենք, եթե մենք կարողանում ենք, հավատացե՛ք երեխաները ևս կկարողանան: Անասելի դժվար բան է, բայց դա երեխայի ճակատագիրն է, և ոչ ոք իրավունք չունի նրա փոխարեն որոշումներ կայացնելու և փոխելու նրա կյանքի բնականոն ընթացքը: Երբ երեխային չեն պատմում իր հարազատի մահվան մասին, նա անպայման հասկանում է, որ շատ վատ ինչ-որ բան է եղել: Նրանք դա պզում են հարազատների դեմքերի արտահայտությունից, թաքուն լացից, լսում են զրույցներ, ինչպես նաև հասկանում են տան անորոշ անցուդարձից, օտար մարդկանց ելումուտից: Երեխաները նաև շատ ծանր են տանում հարազատի անորոշ բացակայությունը, նրանք սովորաբար շատ վատ բաներ են մտածում ու մռայլ եզրակացություններ անում: Մտածում են, որ իրենց հարազատը դավաճանել է իրեն, հեռացել է և այլևս չի սիրում իրեն, հակառակ դեպքում անպայման պանգ կտար, կգար, կխոսեր: Այսինքն, այստեղ բոլոր տեսակի պատճառաբանություններն անտեղի են և ավելորդ: Երեխաները պզում ու էլ ավելի են տանջվում անորոշությունից:

Ինչպե՞ս պատմել երեխային իր հարազատի մահվան մասին:

Երեխայի կամ երեխաների հետ անպատճառ պիտի խոսի իր հարազատներից մեկը շատ մտերիմ մեծահասակներից: Գտե՛ք տանը մի առանձին և հանգիստ վայր, որտեղ ոչ ոք չի ընդհատի և չի խանգարի ձեզ: Զրույցը պիտի լինի անսահման անկեղծ և մտերմիկ: Նախքան լուրը հայտնելը պետք է երեխային նախապզուշացնել, որ կարևոր բան էք հայտնելու իրեն: Պետք է ասել, որ լուրը տխուր է, և դուք իր հետ էք լինելու և իր կողքին: Երեխայի հետ պետք է խոսել հնարավորինս հանգիստ և առանց խուճապի, հիստերիայի դրսևորումների, սակայն անկեղծ: Եթե ցանկություն լինի լաց լինելու, կարող էք չզսպել ձեզ: Պետք է հայտնել մահվան մասին և պատրաստ լինել երեխայի զգացմունքների և վարքի ցանկացած դրսևորման: Առաջին պահին երեխան կարող է ցնցում ապրել, չընկալել, թե ինչ է կատարվում: Համբերատար եղե՛ք և սպասե՛ք, գրկե՛ք երեխային, եթե դրա կարիքը կլինի, սպասե՛ք երեխայի հարցերին: Պատասխանե՛ք հարցերին անկեղծ և հնարավորինս մանրամասն, մի ստե՛ք: Խուսափե՛ք միայն մահվան իրավիճակի դաժան մանրամասներից, դրանց կարիքը երեխան իսկապես չունի: