

ЖАСӨСПІРІМДЕРГЕ ЖАҚСЫ АТА-АНА БОЛУДЫ ҮЙРЕНЕМІЗ



Жасөспірімнің ата-анасына арналған ұсыныстар:

№1. Балаңызға сүйіспеншілік, қауіпсіздік және қолдау атмосферасын құруды жалғастырыңыз. Сізбен және балаңызбен басқалар қандай қарым-қатынас орнатқанын қаласаңыз, сіз де балаңызбен дәл сондай қарым-қатынас орнатыңыз;

№2. Балаңызбен шетін тақырыптар туралы сөйлесуге уақыт табыңыз. Есею кезінде кез келген адамның басынан өтетін жағдайлар жөнінде ашық сөйлесіңіз. Мысалы, жыныстық даму, жеке гигиена, қызығушылық пен хоббиден бастап, мектептегі, колледждегі ерекше жағдайларға дейін айтыңыз. Кейбір маңызды сұрақтарға жауап бере алмасаңыз, ұялмастан мамандарға (дәрігерлерге, психологтарға, мұғалімдерге) жүгініңіз;

№3. Есейіп келе жатқан балаңызды құрметтеңіз, сынамаңыз. Оны құрдастарымен және басқа адамдармен салыстырмаңыз;

№4. Балаңызға кішіпейіл және қамқор болыңыз, оның не қалайтынын, қажеттіліктері туралы сұраңыз. Жасөспірімнің эмоционалды жағдайына назар аударыңыз. Эмоционалды, менталды және физикалық байланыс орнату үшін мүмкіндігінше жиі уақыт бөлуге тырысыңыз. Бірге отбасылық фильм көру, табиғатта серуендеу, таңертең жүгіру, бірлескен таңғы және кешкі ас және т. б.;

№5. Алкоголь, есірткі және жыныстық мінез-құлыққа қатысты ұстанымыңызды нақты білдіріңіз;

№6. Балаңыздың жетістіктеріне шын қуаныңыз. Жұмыс және өз бетінше шаруашылық жүргізу; білім алу мақсатында басқа қалаға, елге көшу сынды отбасынан "шығудың" адекватты тәсілдерін қолдаңыз және оны ынталандырыңыз;

№7. Есіңізде болсын, бала ата-ананың үлгісін қайталайды. Онымен қарым-қатынаста дәрекілік танытсаңыз, келекелесеңіз немесе қол жұмсасаңыз, баланың дәл солай істейтініне таң қалмаңыз;

№8. Жасөспірімнің жеке шекарасын бұзбаңыз, оның бөлмесін тазаламаңыз, заттарының орнын ауыстырмаңыз, қалтасын, сөмкелері мен хат-хабарларын тексермеңіз, күнделіктерін оқымаңыз.

Баланың бойынан ұзақ депрессиялық күй, денесінің зақымдалуы, тамыр маңындағы инъекция ізі, кеңістіктегі бағыттан адасу, түсініксіз сөйлеу, айқын себептерсіз агрессивті мінез-құлық және т.б. қауіпті белгілер байқасаңыз ғана балаңыздың заттарын: бөлмесін, сөмкесін, қалтасын, компьютерін, тіпті күнделіктерін тексере аласыз. Олай істемес бұрын, жеке заттарын тексерудің себебін түсінуі үшін баламен сөйлесіңіз. Мысалы, балаға: «Соңғы кезде мазасызданып жүргеніңді байқадым. Саған көмектескім келеді. Мұны тек сен үшін және денсаулығың үшін қатты уайымдағанымнан істедім», деп түсіндіріңіз.

№9. Жасөспірім енді кішкентай бала емес, бірақ ересек адам да емес. Оны жаныңызда "байлап" ұстаудың қажеті жоқ. Сонымен бірге, қажет болса, қолдау көрсету үшін, оған дер кезінде қол ұшын беру де маңызды.

№10. Жасөспірімнің ата-анасы үшін ең бастысы "өзгеріс" кезеңінде отбасының әрбір мүшесі жағдайдың салдары үшін аландамай, өз пікірін ашық білдіре алатындай, жан тыныштығын және отбасындағы сенімді қарым-қатынасты сақтау қажет.