

№3(03) 2024

Шнабат

ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖУРНАЛЫ
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

**ТАБЫСҚА
ЖЕТУ ЖОЛЫ**

ПУТЬ К УСПЕХУ

**ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ
ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ**

БАЛАЛАР ҚАУІПСІЗДІГІ МЕН БІЛІМ БЕРУ ОРТАСЫНЫҢ
ӘЛ-АУҚАТЫНЫҢ ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕЛЕРІ:

**ТҮЙІНДІ СЫН-ҚАТЕРЛЕР
МЕН МҮМКІНДІКТЕР**

БАЛАЛАР МЕН ОЛАРДЫҢ МҮДДЕЛЕРІ ҮШІН / ВО ИМЯ И В ИНТЕРЕСАХ ДЕТЕЙ



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ОҚУ-АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ
БАЛАЛАРДЫҢ ҚҰҚЫҚТАРЫН ҚОРҒАУ КОМИТЕТІ

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
КОМИТЕТ ПО ОХРАНЕ ПРАВ ДЕТЕЙ



**ҚЫМБАТТЫ ДОС!
СЕНІМ ТЕЛЕФОНЫ АРҚЫЛЫ
КӨМЕКТЕСУ ҚҰПИЯ ЖӘНЕ ТЕГІН!**

ҚҰРМЕТТІ ОҚЫРМАНДАР!

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі Балалардың құқықтарын қорғау комитетінің қолдауымен Telegram мессенджерінде 2019 жылдан бастап кәмелетке толмағандарға қатысты құқықтардың бұзылуын, зорлық-зомбылықты немесе қатыгез қарым-қатынасты анықтау мақсатында құрылған «Bala Qorgau» чаты жұмыс істейді.

Өтініштерге жедел жауап беру мақсатында **24/7 режимінде BalaQorgaubot2.0** телеграмм-боты **іске қосылды.**



**ДОРОГОЙ ДРУГ!
ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ
АНОНИМНА И БЕСПЛАТНА!**

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

При поддержке Комитета по охране прав детей Министерства просвещения Республики Казахстан в мессенджере Telegram с 2019 г. функционирует чат «BalaQorgau», который создан с целью выявления нарушения прав, насилия или жестокого обращения в отношении несовершеннолетних.

Для оперативного реагирования на обращения **в режиме 24/7 работает** телеграмм-бот **BalaQorgauBot2.0.**

БАЛАЛАРДЫҢ ҚАУІПСІЗДІГІ МЕН АМАНДЫҒЫ
БІЗДІҢ ҚОЛЫМЫЗДА!
**ЖАЙ ҒАНА ТЕЛЕФОНҒА ҚОҢЫРАУ ШАЛЫҢЫЗ,
СІЗГЕ КӨМЕКТЕСЕДІ!**

БЕЗОПАСНОСТЬ И БЛАГОПОЛУЧИЕ
ДЕТЕЙ В НАШИХ РУКАХ!
**ПРОСТО ПОЗВОНИ
ПО ТЕЛЕФОНУ, И ТЕБЕ ПОМОГУТ!**

**АСТАНА Қ. КОДЫ / КОД Г. АСТАНЫ +7(7172)
74 25 28**



ҚЫМБАТТЫ ОҚЫРМАНДАР!

Даналардың айтқанындай: **«Сабырлықпен өмір сүр. Көктем келіп, гүлдер өздігінен гүлдейді».**

Міне көктем де келді...

Көктем тек гүлдену уақыты емес – бұл үміт, рухтың оянуы. Егер жер бетінде ертегі болса, онда ол көктемде болатыны сөзсіз.

Наурыз – бұл қысқа сөз, бірақ оның сенімі, жаңа жоспарлары мен үміттері өте көп. Бұл ай шабыт, шығармашылық және керемет көңіл-күй үшін жасалған. Ол көктемнің тұңғышы, жылдың таңы, өйткені олар жаңа жылды наурыз айында қарсы алды. Біздің ата-бабаларымыз бұл көктемде – табиғаттың оянуы мен гүлденуінен басталады деп сенген.

Біздің институт үшін көктемнің басы республикалық ауқымдағы маңызды оқиғамен ерекшеленді. 5 наурызда Біз Қазақстан Республикасы Білім министрлігінің, Балалардың құқықтарын қорғау Комитетінің қолдауымен **«Балалардың қауіпсіздігі мен білім беру ортасының саулығының өзекті мәселелері: түйінді сын – тегеуріндер мен мүмкіндіктер»** Өңірлік семинарын – балалардың қауіпсіздігіне және қолай-

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Мудрецы говорят: «Живи, сохраняя покой. Придет весна, и цветы распустятся сами».

И вот она пришла...

Весна не просто время цветения – это время надежд, пробуждения духа. Если и существует на земле сказка, то она точно случается весной.

Март – такое короткое слово, но в нем так много веры, новых планов и надежд. Этот месяц создан для вдохновения, творчества и отличного настроения. Он первенец весны, утро года, ведь когда-то новый год встречали именно в марте. Наши предки считали, что он начинается именно весной – с момента пробуждения и расцвета природы.

Для нашего института самое начало весны ознаменовалось важным событием республиканского масштаба. 5 марта мы при поддержке Министерства просвещения Республики Казахстан, Комитета по охране прав детей провели **Региональный семинар «Актуальные вопросы безопасности детей и благополучия образовательной среды: ключевые вызовы и воз-**

лы білім беру ортасын құруға байланысты маңызды мәселелерді шешу бойынша тәжірибе алмасуға, пікірталастар мен стратегияларды әзірлеуге бағытталған маңызды іс-шараны өткіздік.

Семинар үлкен қызығушылық пен кең қоғамдық резонанс тудырды, өйткені онда кәмелетке толмағандарға қатысты зорлық-зомбылықтың барлық түрлерінің алдын алу, балалардың физикалық және психоэмоционалды әл-ауқатын жақсарту, жайлы психологиялық орта құру, сапалы білімге қол жеткізуді қамтамасыз ету және тағы басқалар сияқты маңызды мәселелер көтерілді.

Біздің болашақ жоспарымызда – жыл соңына дейін еліміздің 5000-нан астам педагогының қатысуымен бес семинар өткізу.

Құрметті достар! Сіздерді көктем және оның керемет мерекелерімен: Алғыс айту күні, 8 наурыз және жалпыхалықтық сүйікті Наурызбен шын жүректен құттықтаймын!

Біздің ортақ үйімізге, Отанымыздың кеңістігінде тұратындардың барлығына көктемгі жылулық, қуаныш пен бақыт тілеймін!

*«Өркен» балалардың
әл-ауқатын арттыру
ұлттық ғылыми-практикалық
институты
коммерциялық емес акционерлік
қоғамының президенті
**Есенгазы Нуртолеуович
Имангалиев***

МОЖНОСТИ» – значимое мероприятие, направленное на обмен опытом, дискуссии и разработку стратегий по решению важных проблем, связанных с безопасностью детей и созданием благоприятной образовательной среды.

Семинар вызвал большой интерес и широкий общественный резонанс, ведь на нем поднимались такие важные вопросы, как предупреждение всех видов насилия в отношении несовершеннолетних, улучшение физического и психоэмоционального благополучия детей, создание комфортной психологической среды, обеспечение доступа к качественному образованию и многие другие.

В наших планах на будущее – проведение до конца года пяти семинаров с участием более 5000 педагогов страны.

Дорогие друзья! От всей души поздравляю вас с весной и ее замечательными праздниками: Днем благодарности, 8 Марта и всенародно любимым Наурызом!

Весеннего тепла, радости и счастья нашему общему дому, каждому, кто живет на просторах нашей Родины!

*Президент Некоммерческого
акционерного общества
«Национальный
научно-практический институт
благополучия детей «Өркен»
**Есенгазы Нуртолеуович
Имангалиев***

МАЗМҰНЫ содержание



ОҚЫРМАНДАРҒА / К ЧИТАТЕЛЯМ

3

КҮННІҢ ТАҚЫРЫБЫ / ТЕМА ДНЯ

АЙМАҚТЫҚ СЕМИНАРЫ
РЕГИОНАЛЬНЫЙ СЕМИНАР

7

**БАЛАЛАР ҚАУІПСІЗДІГІ
МЕН БІЛІМ БЕРУ ОРТАСЫНЫҢ
ӘЛ-АУҚАТЫНЫҢ ӨЗЕКТІ
МӘСЕЛЕЛЕРІ: ТҮЙІНДІ
СЫН-ҚАТЕРЛЕР
МЕН МҮМКІНДІКТЕР**

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ
БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ:
КЛЮЧЕВЫЕ ВЫЗОВЫ
И ВОЗМОЖНОСТИ**



ӘЛЕУМЕТТІК ЖОБА: АДАМҒА МЕЙІРІМ, ҚОҒАМҒА ИГІЛІК
СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ: ДОБРО ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА, БЛАГО ДЛЯ ОБЩЕСТВА

17

**Е. Н. Иманғалиев
ҚАЗАҚСТАНДЫҚ БАЛАЛАРДЫҢ
ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘЛ-АУҚАТЫН
ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ БОЙЫНША
«ӨРКЕН» БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-
АУҚАТЫН АРТТЫРУ ҰЛТТЫҚ
ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ
ИНСТИТУТЫНЫҢ ЖОБАЛЫҚ
ҚЫЗМЕТІ**

**Е. Н. Иманғалиев
ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
НАЦИОНАЛЬНОГО
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОГО
ИНСТИТУТА БЛАГОПОЛУЧИЯ
ДЕТЕЙ «ӨРКЕН»
ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
БЛАГОПОЛУЧИЯ КАЗАХСТАНСКИХ
ДЕТЕЙ**

ПЕДАГОГТЕР / ПЕДАГОГАМ

ТАБЫҚА СЕНГЕН АДАМ ТАБЫСТЫ
КТО ВЕРИТ В УСПЕХ, УСПЕШЕН

22

**Т. В. Пышная,
ТАБЫҚА
ЖЕТУ ЖОЛЫ**

**Т. В. Пышная,
ПУТЬ К УСПЕХУ**



АТА-АНАЛАРҒА / РОДИТЕЛЯМ



ЖҮРЕКПЕН ТӘРБИЕЛЕУ
ВОСПИТАНИЕ СЕРДЦЕМ

28

АТА-АНАЛАРДЫ
ПЕДАГОГИКАЛЫҚ
ҚОЛДАУ
ОРТАЛЫҒЫ

ЦЕНТР
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПОДДЕРЖКИ
РОДИТЕЛЕЙ

БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-АУҚАТЫ ТУРАЛЫ ҒЫЛЫМ
ПОСЛУШАЕМ СПЕЦИАЛИСТОВ

34

БАЛАЛАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУГЕ
АРНАЛҒАН ПРАКТИКАЛЫҚ
КЕҢЕСТЕР

ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ
ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ



ӨМІРГЕ «ИӘ!» ДЕП АЙТ
СКАЗАТЬ ЖИЗНИ «ДА!»

42



ПОЗИТИВТІ АТА-АНА
ӘР КҮН ҮШІН ПОЗИТИВТІ
ОЙЛАУ ЕРЕЖЕЛЕРІ

ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ
ПРАВИЛА ПОЗИТИВНОГО
МЫШЛЕНИЯ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

БАЛАЛАРҒА / ДЕТЯМ

НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ: БАЙҚАУ!
ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!

52

БІЗ АНАММЕН БІРГЕ СУРЕТ
САЛАМЫЗ

РИСУЕМ ВМЕСТЕ
С МАМОЙ

БІЗДІҢ ӘДЕБИЕТИМІЗ: ЖАҢА ЕСІМДЕР
НАША ЛИТЕРАТУРА: НОВЫЕ ИМЕНА

55





БАЛАЛАР ҚАУІПСІЗДІГІ МЕН БІЛІМ БЕРУ
ОРТАСЫНЫҢ
ӘЛ-АУҚАТЫНЫҢ ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕЛЕРІ:

ТҮЙІНДІ СЫН-ҚАТЕРЛЕР МЕН МҮМКІНДІКТЕР

Семинардың мақсаты – балаларды қорғауға және білім беру ортасын дамытуға ықпал ететін тиімді стратегиялар мен әдістерді бірлесіп әзірлеу үшін әртүрлі салалардың (білім беру, денсаулық сақтау, құқықтық тәртіп, әлеуметтік қызмет көрсету, ғылыми, педагогикалық және ата-аналар қоғамы, балалар ұйымдары) өкілдерін біріктіру.



Цель семинара – объединение представителей самых разных сфер (образования, здравоохранения, правопорядка, социального обслуживания, научной, педагогической и родительской общественности, детских организаций) для совместной разработки эффективных стратегий и методов, способствующих защите детей и развитию образовательной среды.



АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ:

КЛЮЧЕВЫЕ ВЫЗОВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ

Әл-ауқат ұғымы бақыт, өмірге қанағаттану, қауіпсіздік сөздерінің мағынасына өте жақын. Баланың қолайсыз өмірі, әсіресе ұзақ уақыт бойы, оның денсаулығына, танымдық қабілеттерінің дамуына, өзін-өзі бағалауына, оқу үлгеріміне, туыстары, құрдастарымен қарым-қатынасына, барабар мінез-құлқына және т. б. теріс әсер етеді.

5 наурызда **«Балалар қауіпсіздігі мен білім беру ортасының әл-ауқатының өзекті мәселелері: түйінді сын-қатерлер мен мүмкіндіктер»** атты Өңірлік семинар өтті. Бұл тәжірибе алмасуға, пікірталас пен балалардың қауіпсіздігі мен қолайлы білім беру ортасын құруға байланысты маңызды мәселелерді шешу стратегияларын әзірлеуге бағытталған іс-шара.

Ұйымдастырушылар: Қазақстан Республикасының Оқу-ағарту министрлігі, Балалардың құқықтарын қорғау комитеті, «Өркен» ұлттық балалар әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты (БЭАҰҒПИ).

Қатысушылар: Астана, Алматы, Шымкент қалаларының, Алматы, Жамбыл, Жетісу, Қызылорда, Түркістан, Павлодар облыстарының білім беру ұйымдарының басшылары, психологтері, әлеуметтік педагогтері, сынып жетекшілері (жалпы саны 200 адам).

Семинардың ашылуында «Өркен» БЭАҰҒПИ президенті **Е. Н. Иманғалиев** қатысушыларға алдағы жұмыс барысында талқылануы қажет негізгі бағыттар мен мәселелерді белгілеп, құттықтау сөз сөйледі.

«Балалардың әл-ауқаты бойынша әлеуметтік маңызы бар жобаларды іске асыру» тақырыбында «Өркен» БЭАҰҒПИ бірінші вице-президенті **Е. Н. Сакенова** баяндама жасады.

Пленарлық отырыста спикерлер ретінде баяндамалар жасалды:

Б. У. Биекова, Алматы қаласы білім басқармасы бастығының орынбасары;

С. А. Назарова, ҚР Денсаулық сақтау министрлігі Қоғамдық денсаулық сақтау ұлттық орталығының басқарушы директоры;

Ж. Т. Шонжанова, Алматы қаласы полиция департаментінің ювеналды полиция бөлімінің бастығы;

Д.Е.Ибрагимов, Алматы қаласы Дін істері басқармасының дін мәселелерін зерттеу орталығының басшысы;

А. К. Мағауя, Касперский зертханасында Орталық Азия мен Моңғолия аумағындағы B2C менеджері;

В. Н. Якунин, «MASTER-IT» халықаралық сертификаттау және ақпараттық технологияларды дамыту қауымдастығының сарапшысы;

В. С. Коканова, Білім берудегі жаңа технологиялар қалалық ғылыми-әдістемелік орталығының психологиялық

5 марта состоялся Региональный семинар **«Актуальные вопросы безопасности детей и благополучия образовательной среды: ключевые вызовы и возможности»**. Это мероприятие, направленное на обмен опытом, дискуссии и разработку стратегий по решению важных проблем, связанных с безопасностью детей и созданием благоприятной образовательной среды.

Организаторы: Министерство просвещения Республики Казахстан, Комитет по охране прав детей, Национальный научно-практический институт благополучия детей (ННПИБД) «Өркен».

Участники: руководители, психологи, социальные педагоги, классные руководители организаций образования городов Астана, Алматы, Шымкент, Алматинской, Жамбылской, Жетысуской, Кызылординской, Туркестанской, Павлодарской областей (общее количество 200 человек).

На открытии семинара с приветственным словом к его участникам обратился **Е. Н. Иманғалиев** – президент ННПИБД «Өркен», обозначивший основные направления и вопросы, которые им необходимо обсудить в ходе предстоящей работы.

С докладом на тему «Реализация социально значимых проектов по благополучию детей» выступила первый вице-президент ННПИБД «Өркен» **Е. Н. Сакенова**.

В качестве спикеров на пленарном заседании выступили с докладами:

Б. У. Биекова, заместитель начальника Управления образования г. Алматы;

С. А. Назарова, управляющий директор Национального центра общественного здравоохранения Министерства здравоохранения РК;

Ж. Т. Шонжанова, начальник отдела ювенальной полиции Департамента полиции г. Алматы;

Д. Е. Ибрагимов, руководитель Центра изучения проблем религий Управления по делам религий г. Алматы;

А. К. Мағауя, менеджер B2C на территории Центральной Азии и Монголии в Лаборатории Касперского;

В. Н. Якунин, эксперт Международной ассоциации сертификации и развития информационных технологий «MASTER-IT»;

сүйемелдеу бөлімінің басшысы;

Д.Төлеш-Абдрахман, психолог, психотерапевт, Мемлекеттік басқару магистрі.

Секциялық отырыстарда түрлі саладағы сарапшылардың қатысуымен педагогтер үшін шеберлік сыныптары өткізілді. Секциялар жұмысы барысында қатысушылардың алдында балалармен, ата-аналармен жұмыстың әртүрлі бағыттары бойынша қызметті жүзеге асыратын мекемелердің жетекші мамандары сөз сөйледі.

1 секция. **Балалардың физикалық, психикалық денсаулығы мен әлауқаты**

2 секция. **Қауіпсіз және әл-ауқатты білім беру ортасы**

3 секция. **Балалардың әлеуметтік-эмоционалды дағдыларын дамыту жобалары**

Семинарға қатысушылар, ғалымдар мен практиктер Қазақстандағы балалардың әл-ауқаты мен қауіпсіздігі мәселелері бойынша кәсіби тәжірибелері, білімдері, әзірлемелері және жоспарларымен бөлісті.

Е. Н. Иманғалиев,
«Өркен» БЭАҰҒПИ,
Астана қ.

Семинардың құрметті қатысушылары!

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі Балалардың құқықтарын қорғау комитетінің атынан **«Балалар қауіпсіздігі мен білім беру ортасының әл-ауқатының өзекті мәселелері: түйінді сын-қатерлер мен мүмкіндіктер»** Әңгірлік семинарының ашылуымен құттықтаймын!

Балалар – біздің болашағымыз. Дәл солар үшін және олармен бірге біз өз азаматтарына амандық пен әлеуметтік әділеттілікке кепілдік беретін мемлекет ретінде Жаңа Қазақстанды құрып жатырмыз.

Мемлекет басшысы «балалардың құқықтарын қорғау, өскелең ұрпақтың денсаулығы, білімі мен дамуы – біздің шартсыз басымдықтарымыз, демек, біз Қазақстандағы барлық балалардың бақытты өмірін қамтамасыз етуге тиіспіз және әрбір баланың үніне құлақ асуыға міндеттіміз» деп ерекше атап көрсетеді.

Біздің қоғамда, өкінішке қарай, балалардың әл-ауқатына ықпал етпей-

В. С. Коканова, руководитель отдела психологического сопровождения Городского научно-методического центра новых технологий в образовании;

Д. Толеш-Абдрахман, психолог, психотерапевт, магистр Государственного управления.

На секционных заседаниях были проведены мастер-классы для педагогов с участием экспертов в различных сферах. В ходе работы секций перед участниками выступили ведущие специалисты учреждений, осуществляющих деятельность по разным направлениям работы с детьми, родителями.

Секция 1. **Физическое, ментальное здоровье и благополучие детей**

Секция 2. **Безопасная и благополучная образовательная среда**

Секция 3. **Проекты по развитию социально-эмоциональных навыков детей**

Участники семинара, ученые и практики, поделились профессиональным опытом, знаниями, наработками и планами по вопросам благополучия и безопасности детей в Казахстане.

Е. Н. Иманғалиев,
президент ННПИБД «Өркен»,
г. Астана

Уважаемые участники семинара!

От имени Комитета по защите прав детей Министерства просвещения Республики Казахстан поздравляю с открытием Регионального семинара **«Актуальные проблемы безопасности детей и благополучия образовательной среды: ключевые вызовы и возможности»!**

Дети – наше будущее. Именно для них и вместе с ними мы строим Новый Казахстан как государство, гарантирующее своим гражданам благополучие и социальную справедливость.

Глава государства особо подчеркивает, что «защита прав детей, здоровье, образование и развитие подрастающего поколения – наши безусловные приоритеты, а значит, мы должны обеспечить счастливую жизнь всех детей в Казахстане и обязаны прислушиваться к голосу каждого ребенка».

В нашем обществе, к сожалению, есть и проблемы, которые не способствуют благополучию детей. Социальная доступность, детская агрессия и девиантное поведение, суицид сре-

Понятию **благополучие** содержательно близки по смыслу слова счастье, удовлетворенность жизнью, безопасность. Неблагополучная жизнь ребенка, особенно на протяжении длительного времени, негативно влияет на его здоровье, развитие познавательных способностей, самооценку, успеваемость, взаимоотношения с родными, сверстниками, адекватное поведение и т. д.

Балалардың құқықтарын қорғау комитеті төрағасының бұйрығынан: «Баланың өз өмірінің субъектісі болу, қоғамдық өзгерістерге белсенді қатысу құқығы балалардың құқықтарын қамтамасыз ету мәселелері бойынша балалар өкілдіктерінің қызметі арқылы жүзеге асырылады». 2020 жылдан бастап балалар өкілдіктері әр мектепте және әр колледжде жұмыс істейді.



тін мәселелер де бар. Әлеуметтік жетімділік, балалардың агрессиясы мен девиантты мінез-құлқы, жастар арасындағы суицид, жасөспірімдер ортасының криминализациялануы, онда деструктивті субмәдениеттер мен қоғамдастықтардың таралуы, балалардың стресстік және оның ішінде қазіргі заманғы интернет-технологияларды пайдалануға байланысты қиратушы сыртқы әсерлерге қарсы тұру қабілетінің болмауы...

2023 жылғы деректер бойынша Қазақстан өзіне-өзі қол жұмсау статистикасы бойынша 178 елдің ішінде 19-шы орында; 11–15 жастағы әрбір төртінші оқушы дерлік буллингтің, кибербуллингтің қандай да бір түріне ұшырайды. Бұл өте алаңдатарлық ақпарат!

Қазіргі қазақстандық қоғамда отбасы институтының бұзылуының, ғасырлар бойы қалыптасқан отбасылық құндылықтар мен дәстүрлердің жоғалуының тұрақты үрдісі байқалғанын көр-

ди молодежи, криминализация подростковой среды, распространение в ней деструктивных субкультур и сообществ, отсутствие у детей способности противостоять стрессовым и разрушительным внешним воздействиям, в том числе связанным с использованием современных интернет-технологий...

По данным за 2023 г., Казахстан занимает 19-е место из 178 стран по статистике самоубийств; более 70% детей 11–15 лет подвергаются кибербуллингу. Это очень тревожная информация!

В нашем обществе наблюдается устойчивая тенденция разрушения института семьи, утраты семейных ценностей и традиций, сложившихся на протяжении веков. Значительная часть родителей заняты, они занимаются выживанием, зарабатыванием денег и не находят времени для детей...

По поручению главы государства Министерством просвещения реализуется **Комплексный план по защите детей от насилия, профилактики суицида и обеспечению их прав и благополучия на 2023–2025 гг.**

Большое внимание уделяется усилению психологической деятельности. В 2022 г. утверждены **Правила работы психологической службы в организациях образования.**

Министерство просвещения утвердило **Правила профилактики жестокого обращения (буллинга).** Термин буллинг официально закреплен в важнейших нормативных актах государства.

Благополучное детство – это наша общая забота, просветительское, социальное, деловое сотрудничество всех субъектов образовательного процесса,

Из приказа председателя Комитета охраны прав детей: «Право ребенка быть субъектом своей жизни, активно участвовать в общественных изменениях осуществляется через деятельность детских представительств по вопросам обеспечения прав детей». С 2020 г. детские представительства работают в каждой школе и каждом колледже.



Мемлекет басшысы мемлекеттік саясаттың балалық шақты қолдау бағытына дәйекті түрде берілгендігін атап өтті: «Әлемде балалардың бақыты мен күлкісінен маңызды ештеңе жоқ. Өскелең ұрпақтың жан-жақты дамуы үшін қолайлы жағдайлар жасау әрқашан біздің мемлекетіміздің басты міндеттерінің бірі болды».



сетеді. Ата-аналардың едәуір бөлігі бос емес, олар ең алдымен өмір сүру, ақша табу мәселелерімен айналысады және өз балаларымен қарым-қатынас жасауға жеткілікті уақыт таба бермейді ...

Мемлекет басшысының тапсырмасы бойынша Оқу-ағарту министрлігі **балаларды зорлық-зомбылықтан қорғау, суицидтің алдын алу және олардың құқықтары мен әл-ауқатын қамтамасыз ету жөніндегі 2023-2025 жылдарға арналған Кешенді жоспарды** іске асыруда.

Психологиялық қызметті күшейтуге көп көңіл бөлінеді. 2022 жылы білім беру ұйымдарында психологиялық қызмет жұмысының ережелері бекітілді.

Оқу-ағарту министрлігі **зорлық-зомбылықтың (буллингтің) алдын алу Ережелерін** бекітті. Буллинг термині мемлекеттің маңызды нормативтік актілерінде ресми түрде бекітілген.

Әл-ауқатты балалық шақ – бұл білім беру процесінің барлық субъектілерінің, шығармашылық одақтардың, бизнес-құрылымдардың жалпы қамқорлығы, ағартушылық, әлеуметтік, іскерлік ынтымақтастығы. Біздің еліміздің бүгінгі мен болашағы осыған байланысты!

творческих союзов, бизнес-структур. От этого зависит настоящее и будущее нашей страны!

**О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
НАЦИОНАЛЬНОГО НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА
БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ «ӨРКЕН»
ПО ПРОБЛЕМЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ
БЛАГОПОЛУЧИЯ
КАЗАХСТАНСКИХ ДЕТЕЙ**

Е. Н. Сакенова,
первый вице-президент
ННПИБД «Өркен»

Подлинным критерием состояния дел в любой стране является то, насколько хорошо она заботится о детях: их здоровье и защищенности, материальном благополучии, образовании и социализации.

В 2022 г. в Казахстане внедрен **Индекс благополучия детей**. Он позволяет определить, насколько наши дети благополучны в целом и по отдельным сферам. В нем определено: **благополучие ребенка** – его состояние, сформированное при совокупном влиянии факторов, направленных на безопасность, сохранение, поддержку и улуч-

Глава государства отметил последовательную приверженность государственной политики курсу на поддержку детства: «В мире нет ничего важнее счастья и улыбок детей. Создание благоприятных условий для всестороннего развития подрастающего поколения всегда было одной из главных задач нашего государства».

Баланың әл-ауқатының маңызды шарты бақыты отбасы. Отбасыларды қолдау, нығайту және қорғау, балалардың физикалық, зияткерлік, рухани, адамгершілік дамуына ықпал ететін қажетті жағдайлар жасау – мемлекеттік отбасы саясатының бірінші кезектегі мақсаттары.



ҚАЗАҚСТАНДЫҚ БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ МӘСЕЛЕСІ БОЙЫНША «ӨРКЕН» БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-АУҚАТЫН АРТТЫРУ ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ИНСТИТУТЫНЫҢ ҚЫЗМЕТІ ТУРАЛЫ

Е. Н. Сакенова,

«Өркен» БЭАҰҒПИ

бірінші вице-президенті

Кез келген елдегі жағдайдың шынайы критерийі – ол балалардың денсаулығы мен қорғалуы, материалдық әл-ауқаты, білімі және әлеуметтенуіне қаншалықты қамқорлық жасайтыны.

2022 жылы Қазақстанда **Балалардың әл-ауқатының индексі** енгізілді. Бұл біздің балаларымыздың жалпы және жекелеген салаларда қанша-

тический институт благополучия детей «Өркен».

Деятельность института реализуется в соответствии с четко определенными стратегическими направлениями:

- организация и проведение научных исследований в области развития личности, благополучия и поддержки детей;
- научно-методическое обеспечение, информационно-ресурсное сопровождение деятельности педагогов и сотрудников организаций, осуществляющих функции по защите прав детей;
- профессиональное развитие педагогов организаций образования и сотрудников организаций, осуществляющих функции по защите прав и обеспечению благополучия детей;



лықты бақытты екенін анықтауға мүмкіндік береді. Онда **баланың әл-ауқаты** – баланың физикалық және психологиялық денсаулығын қолдауға және жақсартуға, сапалы біліммен, даму мүмкіндіктерімен, қауіпсіздікпен және басқа да жағдайлармен қамтамасыз етуге бағытталған факторлардың жиынтық әсерінен қалыптасқан жағдайы ретінде анықталған.

Білім беру ұйымдарындағы білім алушылардың әл-ауқатына қатысты мәселені шешудің жүйелі тәсілі мен нақты стратегиялық пайымы қажет. Бұл міндеттерді **«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты** жүзеге асыруға бағытталған.

Институттың қызметі нақты белгіленген стратегиялық бағыттарға сәйкес іске асырылады:

- жеке тұлғаны дамыту, балалардың әл-ауқаты мен қолдауы саласында ғылыми зерттеулерді ұйымдастыру және жүргізу;
- Балалардың құқықтарын қорғау жөніндегі функцияларды жүзеге асыратын ұйымдардың педагогтері мен қызметкерлерінің қызметін ғылыми-әдістемелік қамтамасыз ету, ақпараттық-ресурстық сүйемелдеу;
- білім беру ұйымдары педагогтарының және балалардың құқықтарын қорғау және олардың әл-ауқатын қамтамасыз ету жөніндегі функцияларды жүзеге асыратын ұйымдар қызметкерлерінің кәсіби дамуы;
- Балалардың құқықтарын қорғау және әл-ауқатын қамтамасыз ету жүйесін ақпараттық-ресурстық сүйемелдеу;
- Балалардың құқықтарын қорғау, мүдделерін қорғау және әл-ауқатын қамтамасыз ету саласындағы мемлекеттік және мемлекеттік емес ұйымдармен әлеуметтік әріптестік.

Ата-аналарға білім беру 1–4, 5–9, 10–11 сынып оқушыларының ата-аналарына арналған білім беру курстарының бірін таңдау негізінде **ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтарында** (АПҚО) жүзеге асырылады. Орталықтың сабақтары цифрлық ресурстарды қолдана отырып, күндізгі оқыту форматында өткізіледі. 8 сағаттық курсты оқу ұзақтығы – бір оқу жылы.

Курс тыңдаушыларын оқытудың мазмұны **Абайдың «Толық адам» тұтас тұлғасының тұжырымдамасына** және



.....
*Важнейшим условием благополучия ребенка является **счастливая семья**. Поддержка, укрепление и защита семей, создание необходимых условий, способствующих физическому, интеллектуальному, духовному, нравственному развитию детей – первоочередные цели государственной семейной политики.*
.....

- информационно-ресурсное сопровождение системы охраны прав и обеспечения благополучия детей;
- социальное партнерство с государственными и негосударственными организациями в сфере охраны прав, защиты интересов и обеспечения благополучия детей.

Просвещение родителей осуществляется в **центрах педагогической поддержки родителей** (ЦППР) на основе выбора ими одного из образовательных курсов для родителей детей 1–4, 5–9, 10–11 классов. Занятия центра проводятся в формате очного обучения с применением цифровых ресурсов. Продолжительность изучения курса объемом 8 ч – один учебный год.

Содержание обучения слушателей курса основано на **Концепции целостной личности Абая «Толық адам»** и современных теориях физического, социального, эмоционального, когнитивного благополучия детей в соответствии с их возрастными особенностями.

Большое место в педагогической поддержке родителей принадлежит **национальной культуре**. Традиции

балалардың жас ерекшеліктеріне сәйкес физикалық, әлеуметтік, эмоционалдық, танымдық әл-ауқатының заманауи теорияларына негізделген.

Ата-аналарды педагогикалық қолдауда үлкен орын **ұлттық мәдениетке** жатады. Ұлттық тәрбие дәстүрлерін **«Даналық мектебі» клубының** сабақтарында аға буын өкілдері ашады.

Оқытудың интерактивті түрлері кеңінен қолданылады. Шығармашылықпен жұмыс істейтін мұғалім сабақтың мақсатына байланысты жаңа әдістерді дамыта алады, яғни білім беру процесін жетілдіру және модернизациялау процесіне белсенді қатысады. Мұндай мүмкіндіктер **«Педагогтар мен ата-аналар: балалардың мүддесі үшін достастық» Республикалық байқауын** өткізу барысында ашылды, оған мыңға жуық педагог қатысты.

Ата-аналармен ынтымақтастық тәжірибесінің мониторингі көрсеткендей, ата-аналардың 90% астамы алған білімдері мен дағдыларын отбасылық тәрбие тәжірибесінде пайдаланады, 70% астамы балалармен қарым-қатынас жақсартты.

Бүгінгі таңда білім беру ұйымдарында **буллинг** мәселесі өткір тұр. PISA 2018 халықаралық зерттеуінің деректеріне сәйкес, Қазақстандағы әрбір төртінші жасөспірім қорқытудың қандай да бір түріне ұшырайды: келемеждеу, қорқыту, физикалық зорлық-зомбылық.

Балаларды зорлық-зомбылықтан, суицидтің алдын алудан қорғау және олардың құқықтары мен әл-ауқатын қамтамасыз ету жөніндегі **2023-2026 жылдарға арналған Кешенді жоспардың 8-тармағына сәйкес «ДосболLIKE» білім беру ұйымдарында білім алушыларды жәбірлеудің (буллингтің) алдын алу бағдарламасы** әзірленді. Онда алғаш рет білім беру процесінің барлық субъектілерін: әкімшілік, педагогтер, педагог-психологтер, әлеуметтік педагогтер, білім беру ұйымының барлық қызметтерінің қызметкерлері, оқушылар, ата-аналарды тарта отырып, мәселені шешуге кешенді көзқарас жүзеге асырылды.

Пилоттық ұйымдар үшін институт қызметкерлері құжаттар мен материалдар пакетін әзірледі: буллингке қарсы команда туралы ереже; Білім беру ұйымының әкімшілігі үшін жергілікті актілердің жобалары; буллинг белгілеріне жедел ден қою алгоритмі; буллинг жағдайындағы мінез-құлық

национального воспитания раскрываются на занятиях **Клуба «Даналық мектебі»** представителями старшего поколения.

Широко используются **интерактивные формы обучения**. Творчески работающий педагог может разработать новые способы и приемы в зависимости от цели занятия, т. е. активно участвовать в процессе совершенствования и модернизации образовательного процесса. Такие возможности открылись в ходе проведения **Республиканского конкурса «Педагоги и родители: содружество в интересах детей»**, в котором приняли участие около тысячи педагогов.

Мониторинг опыта сотрудничества с родителями показал, что более 90% родителей используют полученные знания и навыки в практике семейного воспитания, у более чем 70% наладились отношения с детьми.

Сегодня в организациях образования остро стоит проблема **буллинга**. Согласно данным Международного исследования PISA 2018, почти каждый четвертый подросток в Казахстане подвергается тем или иным видам буллинга: насмешкам, угрозам, физическому насилию.

В соответствии с пунктом 8 **Комплексного плана по защите детей от насилия, превенции суицида и обеспечения их прав и благополучия на 2023–2026 гг.** разработана **Программа профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»**. В ней впервые осуществлен комплексный подход к решению проблемы с привлечением всех субъектов образовательного процесса: администрация, педагоги, педагоги-психологи, социальные педагоги, сотрудники всех служб организации образования, учащиеся, родители.

Для пилотных организаций сотрудниками института разработан пакет документов и материалов: Положение об антибуллинговой команде; проекты локальных актов для администрации организации образования; алгоритм незамедлительного реагирования на признаки буллинга; Инструкция по поведению в ситуации буллинга «СКАЖИ_НЕ МОЛЧИ» и др.

Особое место занимает **Руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для**



жөніндегі Нұсқаулық «ҮНСІЗ ҚАЛМА, АЙТ» және т. б.

1-11 сынып оқушыларына арналған сабақтар негізінде жобалық қызметті ұйымдастыру бойынша Басшылық ерекше орын алады, ол қудалауға нәлдік төзімділікті қалыптастыруға бағытталған: сынып сағаттары, сабақтан тыс іс-шаралар, жоғары сынып оқушылары мен еріктілер арасынан менторларды жобаларды іске асыруға тарту және т. б. **балаларды шығармашылық қызметке тарту принципі** бағдарламаның барлық қатысушылары арасында ынтымақтастық, сенімді қарым-қатынас орнатуды көздейді.

Балалардың әл-ауқатын қамтамасыз ету тәсілінің жүйелілігі осы процеске еріктілерді белсенді қосудан көрінеді. Білім министрлігі мен ғылым және жоғары білім министрлігі арасында Балалардың құқықтарын қорғау және балалар саласындағы жобаларды тиімді басқару мәселелеріне арналған **«Менің бауырым» волонтерлік жобасын** іске асыру бойынша келісім жасалып, бірлескен жұмыс жоспары бекітілді. Оны әдістемелік сүйемелдеуді **«Менің бауырым» волонтерлік жобасы туралы ережені** әзірлеген институт қамтамасыз етеді.

Оқу-ағарту Министрлігінің жасампаз бастамаларымен, «Өркен» БЭАҰҒПИ сындарлы қызметімен Қазақстандық балалардың әл-ауқатын қамтамасыз ету үшін барлық мүдделі тараптардың күш-жігерін біріктіруге қадам жасалды. Әр баланың әл-ауқаты, демек бақыты – қоғамның, отбасының және мектептің жалпы құндылық – мақсатты бағдары.

учащихся 1-11 классов, направленное на формирование нулевой терпимости к травле: классные часы, внеурочная деятельность, привлечение к реализации проектов менторов из числа старшеклассников и волонтеров и т. д. **Принцип вовлеченности детей** в созидательную деятельность предполагает установление сотрудничества, доверительных отношений между всеми участниками программы.

Системность подхода к обеспечению благополучия детей проявляется в активном включении в этот процесс волонтеров. Между Министерством просвещения и Министерством науки и высшего образования заключено Соглашение и утверждено совместный план работы по реализации **волонтерского проекта «Менің бауырым»**, посвященного вопросам защиты прав детей и эффективного управления проектами в сфере детства. Его методическое сопровождение обеспечивает институт, который разработал **Положение о волонтерском проекте «Менің бауырым»**.

Созидательными инициативами Министерства просвещения, конструктивной деятельностью ННПИБД «Өркен» сделан шаг к объединению усилий всех заинтересованных сторон для обеспечения благополучия казахстанских детей. Благополучие, а значит, счастье, каждого ребенка – общий ценностно-целевой ориентир общества, семьи и школы.



ҚАЗАҚСТАНДЫҚ БАЛАЛАРДЫҢ
ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ
ЕТУ БОЙЫНША «ӨРКЕН» БАЛАЛАРДЫҢ
ӘЛ-АУҚАТЫН АРТТЫРУ ҰЛТТЫҚ
ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ИНСТИТУТЫНЫҢ
ЖОБАЛЫҚ ҚЫЗМЕТІ



ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НАЦИОНАЛЬНОГО
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА
БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ «ӨРКЕН»
ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
БЛАГОПОЛУЧИЯ КАЗАХСТАНСКИХ ДЕТЕЙ

Е. Н. Имангалиев,
«ӨРКЕН» балалардың
әл-ауқатын арттыру
ұлттық ғылыми-практикалық
институтының президенті

Е. Н. Имангалиев,
президент Некоммерческого
акционерного общества
«Национальный
научно-практический институт
благополучия детей «Өркен»

Ұлттың адами әлеуетінің сапасы **балалар мен жастар дарындылығының** дамуына байланысты. Бұл мәселе балалар әл-ауқатының физикалық, когнитивті, әлеуметтік-эмоционалды аспектілерінің бірлігімен байланысты. Балалардың қабілеті мен бейімділігі, дарыны мен таланты психологиялық жайлылық жағдайында ғана сәтті дами алады.

Балалардың әл-ауқаты мәселелері әрдайым мемлекеттік құрылымдардың назарында және **балалар мен жастардың әл-ауқаты және жан-жақты дамуын қамтамасыз етудегі** айқындаушы тәсіл және басты мақсатымыз болып табылады. Бұл жерде отбасының, білім беру жүйесінің және жалпы қоғамның күш-жігерін біріктіру қажет.

Бұл бағытта біздің институтымыз белсенді жұмыс атқаруда. Біз балалардың әл-ауқатының әртүрлі аспектілері бойынша жобалармен айналысамыз. Бұл жобалар балалардың психологиялық денсаулығын, қауіпсіздігін және дамуын қамтамасыз ету мәселелерін жүйелі түрде шешу үшін біріктіріліп отыр.

Кәсіби психологтер мен тәрбиешілердің пікірінше, бала тәрбиелеуде, әсіресе ерте жаста, отбасын ешкім алмастыра алмайды. Біздің азаматтарымыздың жақсы ата-ана болу туралы түсініктерін дамыту керек. Позитивті ата-ана болу – бұл баланың дені сау, үйлесімді дамыған, бақытты адам болуына көмектесетін сүйіспеншілік пен түсіністікке негізделіп берілген тәрбиесі.

«Бақытты ата-ана – бақытты балалар» тезисі институттың барлық жобаларының бағытын айқындайды. Ол еліміздің

Качество человеческого потенциала нации немислимо без развития **одаренности детей и молодежи.** Если посмотреть на данную проблему шире, она, безусловно, связана с благополучием детей в целом, в единстве всех его аспектов: физического, когнитивного, социально-эмоционального. Способности, задатки, дарования и таланты детей могут успешно развиваться только в условиях психологического комфорта.

Вопросы благополучия детей находятся в фокусе внимания государственных структур, что является определяющим подходом в достижении главной цели – **обеспечение благополучия и всестороннего развития детей и молодежи.** И здесь необходимо объединение усилий семьи, системы образования и общества в целом.

В этом направлении деятельно работает наш институт. Мы занимаемся проектами по различным аспектам детского благополучия. Эти проекты объединены для системного решения проблем обеспечения психологического здоровья, безопасности и развития детей.

Тезис **«Счастливые родители – счастливые дети»** определяет направленность всех проектов института. Он пронизывает содержание обучения в центрах педагогической поддержки родителей, которые функционируют в организациях общего среднего обра-

*Профессиональные психологи и педагоги утверждают: **в воспитании детей семью не заменит никто, особенно в раннем возрасте.** Нашим гражданам необходимо развивать свое понимание того, как быть хорошими родителями. **Позитивное родительство** – это воспитание на основе любви и понимания, помогающее ребенку стать здоровым, гармонично развитым, счастливым человеком.*



Ата-ана тәрбиесі – бұл қателерді, кемшіліктер мен ауытқуларды түзету емес, керісінше – баланың ішкі күш-жігерін анықтап, нығайту, қабілеттері мен жағымды қасиеттерін дамыту.

барлық өңірлеріндегі жалпы орта білім беру ұйымдарында жұмыс істейтін Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтарының сабақ мазмұнында көрініс табады.

«Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығы» жобасының мақсаты – қазақстандық балалардың әл-ауқатының негізі ретінде позитивті ата-ана болу мәдениетін дамыту. Бұл жоба ата-аналарға психологиялық-педагогикалық білім беру жүйесін іске асыруға, бала мен ата-ана қарым-қатынасын психологиялық қолдауға, отбасылық мәдениетті дамытуға мүмкіндік береді. Өкінішке орай, барлық ата-ана қарапайым шындықты: ата-ана болу үшін бала туу жеткіліксіз, **ата-ана болуды үйрену** керектігін түсінбейді. Тек осылай ғана балалардың қараусыз қалуына, оларға қатысты физикалық және психикалық зорлық-зомбылыққа, агрессивті жастар субмәдениеттерінің әсеріне және т.б. жағымсыз әлеуметтік қауіпті құбылыстарға қарсы тұруға болады.

зования во всех регионах страны.

Цель проекта **«Центр педагогической поддержки родителей»** – развитие культуры позитивного родительства как основы благополучия казахстанских детей. Данный проект позволит реализовать систему психолого-педагогического просвещения родителей, психологической поддержки детско-родительских отношений, развивать семейную культуру. Ведь, к сожалению, далеко не всеми родителями осознается вроде бы простая истина – чтобы стать родителем, недостаточно родить ребенка, нужно **учиться быть родителем.**

Только так можно противостоять негативным социально опасным явлениям: заброшенность детей, физическое и психическое насилие по отношению к ним, влияние агрессивных молодежных субкультур и др.

Воспитание – это позитивное воздействие на ребенка, а не исправление ошибок, недостатков и отклонений, выявление и укрепление внутренних сил ребенка, развитие способностей и положительных качеств.

Родители должны создавать в семье атмосферу любви и принятия ребенка, сосредоточиться на его достоинствах, наполнять его жизнь ценностями, движущими юного человека от эгоцентризма к направленности на других людей и окружающий мир. Важно учить ребенка задавать вопросы самому себе; обдумывать и оценивать собственные желания, поступки, поведение; ставить себе цели и стремиться к наиболее полной самореализации с учетом собственных способностей; оценивать свои возможности и ресурсы, планировать свои действия, искать свое *жизненное призвание.*

Многогранная и широкомасштабная деятельность центров педагогической поддержки родителей строится с учетом эффективного сотрудничества школы и семьи с государственными органами и общественными организациями, СМИ, творческими союзами. Это профессиональный обмен опытом, подробное его освещение в социальных сетях. Эффективность деятельно-



Ата-ана отбасында баланы жақсы көру мен қабылдау атмосферасын құру керек, оның қадір-қасиетіне назар аударып, оның өмірін өзіншеден басқа адамдарға және қоршаған әлемге бағыттауға жетелейтін құндылықтармен толтыру керек. Баланы өзіне сұрақ қоюға, өз қалауы, іс-әрекеті, мінез-құлқы туралы ойланып, бағалауға; өзіне мақсат қоюға және өз қабілеттерін ескере отырып, өзін-өзі толық жүзеге асыруға ұмтылуға; өз мүмкіндіктері мен ресурстарын бағалауға, өз іс-әрекеттерін жоспарлап, өмірлік кәсібін іздеуге үйрету маңызды.

Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтарының көп қырлы және ауқымды қызметі мектеп пен отбасының мемлекеттік органдар және қоғамдық ұйымдармен, БАҚ-пен және шығармашылық одақтармен тиімді ынтымақтастығын ескере отырып құрылады. Бұл қызмет кәсіби тәжірибе алмасу болып табылады және әлеуметтік желілерде кеңінен насихталады. Орталықтар қызметінің тиімділігі ата-аналар оқулары, ата-аналар конференциялары, әкелер, аналар, әжелер, аталар форумдары, акциялар мен фестивальдар, ата-аналар марафондары және т.б. ынтымақтастық нысандары арқылы қамтамасыз етіледі.

Цифрлық білім беру платформасы құрылып, онда әрбір адам Орталықтардың қызметі туралы сенімді ақпарат алып, балаларды тәрбиелеу, дамыту мәселелері бойынша әртүрлі материалдармен танысады, сұрақтар қойып, оларға жауап алады. Бұл тәсіл позитивті ата-ана болу мәдениетін арттыру, отбасының әлеуметтік-психологиялық климатын жақсарту, отбасы мен мектептің сапалы жаңа ынтымақтастығы арқылы балалардың жеке қауіпсіздігі мен психоэмоционалды денсаулығын қамтамасыз етуге ықпал етеді.

Отбасылық тәрбиемен қатар балалардың әл-ауқатын қамтамасыз ету үшін жайлы білім беру ортасын құру маңызды.

«Жайлы мектеп» жобасы қолайлы білім беру, дамыту ортасын құру арқылы балалардың әл-ауқатын қамтамасыз етуге бағытталған. Мектепті бала қауіпсіз, ыңғайлы орын ретінде қабылдау керек. Мектеп баланы білетін, қабылдайтын және бағалайтын, жаңа нәрселерді үйренетін, дамитын, бір-

сти центрів забезпечують такі форми співпраці, як *родительские чтения, родительские конференции, форумы отцов, матерей, бабушек, дедушек, акции и фестивали, родительские марафоны и многое другое.*

Создана *цифровая образовательная платформа*, где каждый желающий может получить достоверную информацию о деятельности центров, познакомиться с самыми различными материалами по вопросам воспитания, развития детей, задать вопросы и получить на них ответы. Такой подход способствует обеспечению личной безопасности и психоэмоционального здоровья детей через повышение культуры позитивного родительства, улучшение социально-психологического климата семьи, качественно новое сотрудничество семьи и школы.

Наряду с семейным воспитанием, обеспечение благополучия детей невозможно без создания *комфортной образовательной среды.*

Проект **«Благополучная школа»** также направлен на обеспечение благополучия детей путем создания комфортной образовательно-развивающей среды. Школа должна восприниматься ребенком как безопасное, комфортное для него место, где его знают, принимают и ценят, где он может познавать новое, развиваться, испытывать радость общения в совместной деятельности, становиться самостоятельной личностью, гражданином своей Родины.



Приоритетная цель школы – создание безопасной, благоприятной и эффективной образовательной среды, которая позволит каждому обучающемуся реализовать свои потребности в познании, развитии, признании, уважении, творчестве, самоактуализации и т. д.

Актуальность идеи благополучной школы обусловлена ее возможностями в реализации основных потребностей детей.

Базовая потребность – потребность в безопасности как основы школьной жизни, которая реализуется в двух форматах:



«Педагог – бала – ата – ана» қарым-қатынастары жүйесінде жүзеге асырылатын оқу орнының әлеуметтік-психологиялық климаты жайлы мектепте шешуші рөл атқарады. Осы қатынастардың тепе-теңдігінің нәтижесі ретінде психологиялық әл-ауқат дарынды балалардың дамуы үшін ерекше маңызға ие.

лескен іс-әрекетте қарым-қатынас қуанышын сезінетін, тәуелсіз тұлға, өз Отанының азаматы болып қалыптасатын орынға айналуы тиіс.

Мектептің басым мақсаты – әрбір білім алушыға таным, даму, мойындау, құрметтеу, шығармашылық, өзін-өзі тану және т.б. қажеттіліктерін жүзеге асыруға мүмкіндік беретін қауіпсіз, қолайлы және тиімді білім беру ортасын құру.

Табысты мектеп идеясының өзектілігі оның балалардың негізгі қажеттіліктерін жүзеге асыру мүмкіндіктеріне байланысты.

Негізгі қажеттілік – екі форматта жүзеге асырылатын мектеп өмірінің негізгі ретіндегі қауіпсіздік қажеттілігі:

- **внешняя безопасность** (невозможность проникновения в организацию образования лиц с агрессивными намерениями);
- **внутренняя безопасность** – организация безопасного школьного пространства (классы, лаборатории, рекреации, столовые, санузлы); невозможность физического и психологического насилия по отношению к детям внутри школьного коллектива.

Также к важным потребностям детей относятся уважение, признание личности каждого ребенка, потребность в чувстве принадлежности к коллективу, в отношениях доверия, взаимопонимания. Именно создание таких отношений делает невозможным **буллинг** – психическое и физическое насилие, травля, унижение человеческой чести и достоинства.

Эффективно организованный процесс обучения стимулирует интерес к изучаемым предметам, увлеченность познанием. Немаловажную роль играет и **эстетически организованная школьная среда**, которая удовлетворяет потребность детей в красоте.

Наивысшая потребность человека – **потребность в самоактуализации** – проявляется у детей разных возрастных групп и может быть реализована как в учебном процессе, так и в дополнительном образовании.

Дополнительное образование усиливает вариативную составляющую общего среднего образования и помогает детям развивать способности, свои сильные стороны, раскрывать свой потенциал, в том числе творческий, искать свое призвание, осознанно выбирать будущую профессию.

Для развития каждого ребенка как личности и индивидуальности важно его **психоэмоциональное благополучие**. Каждому ребенку жизненно необходимо осознание того, что он уникален, потому что наделен индивидуальными способностями, талантами, возможностью понять и реализовать свое призвание...

Ожидаемые результаты внедрения проектов института будут иметь положительное влияние на детей, родителей, организации образования и общество в целом.

Все наши проекты опираются на **национальную культуру народа Казахстана**. Духовные ценности, храни-



- сыртқы қауіпсіздік (агрессивті ниеті бар адамдардың білім беру ұйымына кіре алмауы);
- ішкі қауіпсіздік – қауіпсіз мектеп кеңістігін ұйымдастыру (сыныптар, зертханалар, рекреациялар, асханалар, жуынатын бөлмелер); мектеп ұжымында балаларға қатысты физикалық және психологиялық зорлық-зомбылықты болдырмау.

Сондай-ақ, балалардың маңызды қажеттіліктеріне әр баланың жеке тұлғасын құрметтеу, мойындау, ұжымға тиесілі болу сезімі, сенім, өзара түсіністік қатынастары жатады. Дәл осындай қарым-қатынастар буллингті – психикалық және физикалық зорлық-зомбылықты, жәбірлеуді, адамның ар-намысы мен қадір-қасиетін қорлауды болдырмайды.

Тиімді ұйымдастырылған оқу процесі оқытылатын пәндерге деген қызығушылықты, танымға деген құштарлықты ынталандырады. Балалардың сұлулыққа деген қажеттілігін қанағаттандыратын эстетикалық талғаммен ұйымдастырылған мектеп ортасы да маңызды рөл атқарады. Адамның **өзін-өзі жоғары деңгейде қажетсінуі** әр түрлі жастағы балаларда көрініп, оқу процесінде де, қосымша білім беруде де жүзеге асырылуы мүмкін. **Қосымша білім беру** жалпы орта білім берудің вариативті компонентін күшейтеді және балаларға қабілеттерін, мықты жақтарын дамытуға, өз әлеуетін, соның ішінде шығармашылығын ашуға, өз кәсібін іздеуге, болашақ мамандығын саналы түрде таңдауға көмектеседі.

Әр баланың жеке тұлға ретінде дамуы үшін оның психоэмоционалды әл-ауқаты маңызды. Әрбір бала өзінің ерекше екенін түсінуі керек, оның жеке қабілеттері, таланты мен өз кәсібін түсіну және жүзеге асыру мүмкіндігі бар...

Институт жобаларын енгізуден күтілетін нәтижелер балаларға, ата-аналарға, білім беру ұйымдарына мен жалпы қоғамға оң әсер ететін болады.

Біздің барлық жобаларымыз **Қазақстан халқының ұлттық мәдениетіне** негізделген. Ұрпақтан-ұрпаққа сақталып келген рухани құндылықтар, ойшылдар философиясы, дәстүрлер мен әдет-ғұрыптардың заманауи мағынасы қазақстандықтардың жас ұрпағын еліміздің болашағының іргетасы ретінде тәрбиелеудің негізі болып табылады.



*Определяющую роль в благополучной школе играет **социально-психологический климат учебного заведения**, который реализуется в системе отношений «педагоги – дети – родители». Психологическое благополучие как результат баланса этих отношений имеет особенное значение для развития одаренных детей.*

мые поколениями, философия мыслителей, традиции и обычаи – все это в современном осмыслении и составляет основу воспитания молодого поколения казахстанцев как фундамента будущего нашей страны.

ТАБЫСҚА ЖЕТУ ЖОЛЫ

4 курс студенттеріне арналған интерактивті ойын

Т. В. Пышная,

жеке әдістемелер,
және педагогика оқытушысы,
Жоғары педагогикалық колледж,
Щучинск қ., Ақмола облысы

*Сәттілік бақыттың
кілті емес. Бақыт – сәт-
тіліктің кілті.*

*Егер өз ісіңізді жақсы
көрсеніз, сіз табысқа
жетесіз.*

*Эпиктет,
ежелгі грек
философы*

Мақсаты: жеке және кәсіби жетістік-
ке жету жолында қойылған мақсат-
тарға жету үшін студенттердің өз қыз-
метін жоспарлаудың тиімділігі туралы
түсініктерін кеңейту.

Тапсырмалар:

- алдына қойылған мақсаттарды нақтылауға және оларға жету үшін өз іс әрекеттеріңізді жоспарлауға үйрету;
- онлайн режимінде интернет-ресурстармен жұмыс істеу дағдыларын дамыту;
- қасиеттерді тәрбиелеу: өзін, ішкі әлемін білу, шындықты табу, жаңа білім алу қажеттілігі, адамның шексіз мүмкіндіктеріне сену, өзімен, айналасындағылармен, табиғатпен үйлесімді өмір сүруге деген ұмтылыс, ойдың, сөздің және істің бірлігі, өзін жердегі барлық тіршіліктің бір бөлігі ретінде түсіну.

Сабақ барысы

Оқытушы. Мұның бәрі арманнан басталады. Өз арманымызды жүзеге асыра отырып, біз өзіміз болуға және өміріміздің «лицензияланған нұсқасын» жүзеге асыруға мүмкіндік береміз. Басқаларды көшірудің қажеті жоқ – бұл қанағаттанарлық болмайды, өйткені «қарақшылық нұсқа» болады. Басқа адамдардың өмір салты жұмыс істемейді, өйткені оларда бізге қажет энергия жоқ. Өзіміздің ең жақсы нұсқамызды жасай отырып, әлемге өз таланттарымызға қызмет етудің орнына, біз мың



ПУТЬ К УСПЕХУ

Интерактивно-деятельностная игра для студентов 4 курса



Т. В. Пышная,
преподаватель педагогики
и частных методик,
Высший педагогический колледж,
г. Щучинск, Акмолинская область

Цель: расширение представлений студентов об эффективности планирования своей деятельности для достижения поставленных целей на пути к личному и профессиональному успеху.

Задачи:

- учить конкретизировать поставленные перед собой цели и планировать свои действия для их достижения;
- развивать навыки и умения работы с интернет-ресурсами в режиме онлайн;
- воспитывать качества: потребность в познании себя, своего внутреннего мира, поиске истины, обретении новых знаний, вера в неограниченные возможности человека, стремление жить в гармонии с собой, окружающими людьми, природой, в единстве мысли, слова и дела, понимание себя как части всего живого на Земле.

Ход занятия

Преподаватель. Все начинается с мечты. Осуществляя свою мечту, мы позволяем себе быть самими собой и реализовывать «лицензионную версию» своей жизни. Не надо копировать других – это не принесет удовлетворения, так как это будет «пиратская версия». Чужие стили жизни не работают, так как в них нет нужной нам своей собственной энергии. Вместо того чтобы служить своими талантами миру, создавая лучшую версию себя, мы

Успех – не ключ к счастью. Счастье – это ключ к успеху.

Если вы любите то, что вы делаете, вы будете иметь успех.

Эпиктет,
древнегреческий философ



және бір жолды ойлап табамыз басқаларға қалай бақытты болуға болады.

XX ғасырдың ортасындағы ең ықпалды философтардың бірі Мартин Бубер: «Әр адамның басты міндеті – өзінің ерекше, бұрын-соңды болмаған және ешқашан қайталанбайтын мүмкіндіктерін ашу, ал екіншісі, тіпті ең үлкені де қол жеткізген нәрсені қайталау емес», – деді.

Сонымен, бүгін біз не туралы сөйлесеміз деп ойлайсыз? Бұл сұраққа жауап беру үшін сілтемені басу арқылы кроссвордты шешу керек <https://learningapps.org/display?v=pqnkoucha20>. Осылайша сіз біздің бүгінгі сабағымыздың тақырыбын анықтайсыз.

Кроссворд

1. Жоспарланған нәтижеге қол жеткізуге бағытталған адам қызметі (*Еңбек*).

2. Нәтижесінде сапалы жаңа материалдық және рухани құндылықтар (*Шығармашылық*) құрылатын қызмет процесі.

3. Қиын жағдайда сабырлы болу, қанағаттанбау объектісіне агрессивтілікті тежеу (*Шыдамдылық*).

придумываем тысячу и один способ как быть счастливыми, глядя на других.

Один из самых влиятельных философов середины XX столетия Мартин Бубер говорил: «Главная задача каждого человека – раскрытие своих уникальных, беспрецедентных и никогда не повторяющихся возможностей, а не повторение того, что другой, пусть даже самый великий, уже достиг».

Итак, как вы думаете, о чем мы будем сегодня говорить? Чтобы ответить на этот вопрос, вам необходимо разгадать кроссворд, пройдя по ссылке <https://learningapps.org/display?v=pqnkoucha20>. Таким образом вы определите тему нашего сегодняшнего занятия.

Кроссворд

1. Деятельность человека, направленная на достижение планируемого результата (*Труд*)

2. Процесс деятельности, в результате которого создаются качественно новые материальные и духовные ценности (*Творчество*)

3. Способность сохранять спокойствие в трудной ситуации, сдерживать агрессивность к объекту своей неудовлетворенности (*Терпение*)

4. Уровень творческой одаренности, способности к созданию нового, составляющий относительно устойчивую характеристику личности (*Креативность*)

5. Способность вызывать у окружающих чувства восхищения, уважения и доверия (*Харизма*)

Преподаватель. Итак, у нас получилось слово *успех*. И соответственно тема нашей игры – «Путь к успеху».

Продвигаясь вперед, к своей мечте, каждый человек ежедневно должен развивать свои способности и таланты. Начав шаг за шагом меняться и совершенствоваться, можно добиться того успеха, о котором ты мечтал.

Давайте попробуем выстроить траекторию движения от мечты к успеху. Какой цели вы должны достичь, чтобы назвать себя успешным?

Истории известно множество примеров, когда человек не благодаря тому, что природа подарила ему те или иные способности, а вопреки всему смог достичь своей мечты.

4. Шығармашылық дарындылық деңгейі, жеке тұлғаның салыстырмалы түрде тұрақты сипаттамасын құрайтын жаңасын жасау қабілеті (*Шығармашылық*).

5. Айналаңыздағы адамдарға таңдану, құрмет пен сенім сезімін ояту қабілеті (*Харизма*).

Оқытушы. Сонымен, біз сәттілік сөзін алдық. Тиісінше, біздің ойынның тақырыбы – «Табысқа жету жолы».

Өз арманына қарай алға жылжу арқылы әр адам күнделікті өзінің қабілеттері мен таланттарын дамытуы керек. Біртіндеп өзгеріп, жетілдіре отырып, сіз армандаған жетістікке қол жеткізе аласыз.

Арманнан сәттілікке дейінгі траекторияны құруға тырысайық. Өзіңізді табысты деп атау үшін қандай мақсатқа жету керек?

Тарих көптеген мысалдарды біледі, онда адам табиғаттың оған белгілі бір қабілеттер бергендігінің арқасында емес, керісінше, өзінің арманына жете алды.

Енді біз екі командаға бөлінеміз: тақ сандар – №1 команда, жұп сандар – №2 команда.

Сіздің алдыңызда міндет тұр – электрондық ресурсты пысықтап, «Арманнан сәттілікке!» Коллаждың мазмұны сұраққа жауап беруі керек: «Біз бұл оқиғадан қандай сабақ аламыз?»

П – позиция: «біз бұған сенеміз...»

О – түсініктеме: «себебі...»

П – мысал: «мысалы,...»

С – тергеу – «осылайша,...»

Ресурс № 1

<https://ru.wikipedia.org/wiki/Демосфен>

Демосфен біздің эрамызға дейінгі 384 жылы дүниеге келген, оның әкесінің аты да Демосфен, Афина маңында тұратын ауқатты қару-жарақ жасаушы болған.

Жеті жасында Демосфен жетім қалды, ал әкесі оның оған мұрагерлік қалдырғанымен, заңды қамқоршылар оның мұрасын ысырап етті. Кәмелетке толғаннан кейін Демосфен қамқоршылардан есеп беруді талап етті, ал әкелік жағдайдан аз нәрсе қалғаны анықталған кезде сот арқылы өтемақы талап етілді. Көпжылдық процесте ол өзі шешен ретінде әрекет етті, бірақ



Сейчас мы разделимся на две команды: нечетные номера – команда №1, четные – команда №2.

Перед вами стоит задача – проработав электронный ресурс, создать коллаж «От мечты – к успеху!» Содержание коллажа должно дать ответ на вопрос: «Какой урок мы можем вынести из этой истории?»

П – позиция: «Мы считаем, что...»

О – объяснение: «Потому что...»

П – пример: «Например,...»

С – следствие – «Таким образом,...»

Ресурс № 1

<https://ru.wikipedia.org/wiki/Демосфен>

Демосфен родился в 384 г. до н. э. Его отец, которого также звали Демосфен, был зажиточным оружейником, жившим поблизости от Афин.

В возрасте семи лет Демосфен осиротел, и хотя отец позаботился о его благосостоянии, законные опекуны расстратили его наследство. Достигнув совершеннолетия, Демосфен потребовал от опекунов отчета, а когда выяснилось, что от отцовского состояния мало что осталось, через суд потребовал возмещения ущерба. На многолетнем процессе он сам выступал в качестве оратора, но в результате добился лишь малой доли оставленного ему отцом наследства. Однако его ораторское искусство было замечено...

С юных лет Демосфен мечтал о славе оратора. Но он был косноязычен,



нәтижесінде әкесі қалдырған мұраның аз ғана бөлігіне қол жеткізді. Алайда оның шешендік өнері байқалды...

Жас кезінен бастап Демосфен спикердің даңқын армандады. Бірақ ол тілін байлап сөйлейтін, дауысы әлсіз, тынысы қысқа, иығын көтеру және т.б. әдеті болған. Бірақ оның шексіз мүмкіндіктеріне сенуі – оған барлық кемшіліктерді жеңуге көмектесті.

Демосфен көпшіліктің шуын алмастыратын толқындардың дауысы кезінде аузына малтатас теріп, теңіз жағасында сөйлеу арқылы сөздерді анық айтуды үйренді; әйгілі ақындардың өлеңдерін дауыстап оқи отырып, тік төбелерге өрмеледі; айна алдында мимикамен жаттығып, төбеде түскен қылыш оны әдеттегідей иығын көтерген сайын соғып тұрды.

Шешендік үлгілерін зерттей отырып, Демосфен азғырулардан аулақ болу үшін бірнеше апта бойы үйден шықпады. Оның көпшілік алдында сөйлеуге алғашқы әрекеттері сәтті болмады, бірақ актер сатираның жігерленуімен ол өзімен жұмыс істей берді...

Нәтижесінде Демосфен ежелгі әлемнің ең танымал шешеніне айналды.

Ресурсы № 2

<https://ok.ru/video/2019336260115>

Өте бақытты: Ник Вуйчичтің тарихы
«Менің міндетім – адамдарға өмірде өз жолын табуға көмектесу»

Ник Вуйчич (Николас Джеймс) – австралиялық мотивациялық спикер, меценат, жазушы және әнші, тетрааме-

имел слабый голос, короткое дыхание, привычку подергивать плечом и пр. Но вера в свои неограниченные возможности помогла ему победить все эти недостатки.

Демосфен учился ясно произносить слова, набирая в рот камешки и произнося речи на берегу моря при рокоте волн, заменявших шум толпы; взбирался на крутые холмы, громко читая стихи известных поэтов; упражнялся в мимике перед зеркалом, причем спускавшийся с потолка меч колот его всякий раз, когда он по привычке приподнимал плечо.

Изучая образцы красноречия, Демосфен неделями не выходил из дома во избежание соблазнов. Его первые попытки говорить публично не имели успеха, но ободренный актером Сатиrom, он продолжал работать над собой...

В итоге Демосфен стал известнейшим оратором древнего мира.

Ресурс № 2

<https://ok.ru/video/2019336260115>

Взмутительно счастливый: история Ника Вуйчича

«Моя миссия – помочь людям найти свой путь в жизни»

Ник Вуйчич (Николас Джеймс) – австралийский мотивационный оратор, меценат, писатель и певец, рожденный с синдромом тетраамелии – редким наследственным заболеванием, приводящим к отсутствию всех четырех конечностей.

Ресурс №3

<http://view.genial.ly/5fb512ec9-8359010319b4d8f/interactive-image-sh-41-1-gruppa>

Методический прием «Галерея»

Преподаватель. Итак, вы размещаете свои коллажи в картинной галерее. Экскурсовод (один из членов команды), раскрывая суть коллажа (мечта, мотив, путь), озвучивает ответ на вопрос: «Какой урок мы можем вынести из этой истории?»

- Назовите людей, которые своим самоотверженным трудом, терпением и талантом смогли достичь в жизни высот. Есть ли среди них казахстанцы?

лия синдромымен туылған сирек кездесетін тұқым қуалайтын ауру, бұл барлық төрт аяқтың болмауына әкеледі.

Ресурс №3

<http://view.genial.ly/5fb512ec98359010319b4d8f/interactive-image-sh-41-1-gruppa>

«Галерея» әдістемелік әдісі

Оқытушы. Сонымен, сіз коллаждың сурет галереясына орналастырасыз. Экскурсовод (топ мүшелерінің бірі) коллаждың мәнін (арман, мотив, жол) ашып, сұраққа жауап береді: «біз бұл оқиғадан қандай сабақ аламыз?»

■ Өмірде биіктерге жете алған жанқиярлық еңбегі, шыдамдылығы мен таланты бар адамдарды атаңыз. Олардың арасында қазақстандықтар бар ма?

Ресурс №4

https://drive.google.com/drive/folders/198qM1WU1TkzU3wFDJwEtKia_WBgsYpnO

«Хат» әдістемелік әдісі

■ Кейіпкерлердің бірінің атынан өзіңізге хат жазыңыз.

Ресурс №5

<https://calendar.google.com/calendar>

«Күнтізбе» әдістемелік әдісі

Табысты болу үшін сіз өзіңіздің күніңізді жоспарлай білуіңіз керек, бос уақытыңыздың бір бөлігін арманыңызды жүзеге асыруға кем дегенде бір қадамға арнаймын.

■ Бір аптаға тиімді іс-қимыл жоспарын жасаңыз.

Рефлексия

<https://learningapps.org/display?v=p7b5afgn520>

■ Баланың ішкі әлеуетін, таланттарын, қабілеттері мен мүмкіндіктерін ашуға ұмтылатын өзін-өзі бағалауды жүргізіңіз.

Жұмыс нәтижелері

Оқытушы. Балалар, есіңізде болсын, алға қойған мақсаттарға және табысқа жету үшін сіздің ішкі әлеуетіңізді, мүмкіндіктеріңіз бен қабілеттеріңізді ашу қажет.

Барлығына жұмыс үшін рахмет! Үлкен және кішкентай барлық армандарыңыз орындалсын!

**Ресурс №4**

https://drive.google.com/drive/folders/198qM1WU1TkzU3wFDJwEtKia_WBgsYpnO

Методический прием «Письмо»

■ Напишите письмо себе от имени одного из героев.

Ресурс №5

<https://calendar.google.com/calendar>

Методический прием «Календарь»

Чтобы стать успешным, надо уметь планировать каждый свой день, посвящая часть свободного времени хотя бы одному шагу к осуществлению своей мечты.

■ Составьте эффективный план действий на неделю.

Рефлексия

<https://learningapps.org/display?v=p7b5afgn520>

■ Проведите ранжирование самости ребенка, стремящегося к раскрытию своего внутреннего потенциала, своих талантов, способностей и возможностей.

Итоги работы

Преподаватель. Ребята, помните, чтобы достичь поставленных целей и добиться успеха, необходимо раскрыть свой внутренний потенциал, возможности и способности.

Спасибо всем за работу! Пусть все ваши мечты, большие и маленькие, обязательно исполнятся!

АТА-АНАЛАРДЫ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҒЫ



ЦЕНТР ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ РОДИТЕЛЕЙ

Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығы (бұдан әрі – Орталық) жобасын іске асыру 2023 жылдың қыркүйегінде басталды.

Жобаның өзектілігі отбасының негізгі әлеуметтік институт ретіндегі маңыздылығына байланысты, оның

Реализация проекта **Центр педагогической поддержки родителей** (далее – Центр) началась в сентябре 2023 г.

Актуальность проекта обусловлена важностью семьи как базового социального института, функционирование которого напрямую влияет на благополучие и стабильность страны. Семья – первый и главный источник формирования ценностей подрастающего поколения. Приоритетные цели государственной семейной политики – поддержка, укрепление и защита семей, создание условий, способствующих



Мемлекет Басшысы Қасым-Жомарт Тоқаев Отбасы күніне арналған сөзінде: **«Мықты және бақытты отбасы – еліміздің әл-ауқаты мен өркендеуінің негізі»**, – деп атап өтті.

жұмыс істеуі елдің әл-ауқаты мен тұрақтылығына тікелей әсер етеді. Отбасы – өскелең ұрпақтың құндылықтарын қалыптастырудың алғашқы және негізгі көзі. Мемлекеттік отбасы саясатының басым мақсаттары – отбасыларды қолдау, нығайту және қорғау, балалардың физикалық, зияткерлік, рухани, адамгершілік дамуына ықпал ететін жағдайлар жасау.

Отбасылық саясат саласындағы белсенді мемлекеттік қолдауға қарамастан, бірқатар күрделі мәселелер бар. **«Қазақстанның ата-аналары: балаларды пандемиядан кейінгі білім беру-дегі және тәрбиелеудегі рөлі»** (2022 ж.) Талдамалық есебінің деректері бойынша ата-аналардың балаларды оқыту мен тәрбиелеуге әлсіз қатысуы байқалады (олардың 42% мектепке мүлдем бармайды, 30% өте сирек кездеседі); балаларға әкенің назарының болмауы (баланың әкесімен бірге бос уақыты 3,4% отбасы). Отбасындағы эмоционалды-психологиялық жақындықты жоғалту, өзара түсіністік, дәстүрлі отбасылық және ұлттық құндылықтардың құнсыздануы туралы ақпарат ерекше алаңдаушылық тудырады: ата-аналарды құрметтеу, үлкендерді құрметтеу, Отанға деген сүйіспеншілік, әділеттілік, адамгершілік және т. б.

Отбасыларда қалыптасқан жағдайдың салдары

- Өмірлік қиын жағдайға тап болған балалар санының өсуі.
- Жасөспірімдердің суицид, аутодеструктивті, девиантты мінез-құлқы жағдайлары жиілеп кетті.
- Кәмелетке толмағандар арасындағы құқық бұзушылықтар мен қылмыстар санының артуы (оның ішінде буллинг, кибербуллинг). ДДСҰ-ның «Мектеп жасындағы балалардың өз денсаулығына қатысты мінез-құлқы» (2022 ж.) ұлтаралық зерттеуінің нәтижелері бойынша Қазақстандағы 11 жастан асқан әрбір төртінші оқушы буллингтің қандай да бір түріне, 40% жуығы кибербуллингке ұшырайды.
- Ішкі істер органдарында есепте 12 379 кәмелетке толмаған, 155 суицид фактісі, 309 – оның әрекеттері тіркелген.
- Жастардың құмар ойындарға қатысуының артуы, лудоманиямен ауыратын жасөспірімдер мен 15–18 жас

Глава государства Касым-Жомарт Токаев в своем выступлении, посвященном Дню семьи, подчеркнул: «Крепкая и счастливая семья – основа благополучия и процветания нашей страны».



щих физическому, интеллектуальному, духовному, нравственному развитию детей.

Несмотря на активную государственную поддержку в области семейной политики, наблюдается ряд серьезных проблем. По данным Аналитического отчета «Родители Казахстана: роль в образовании и воспитании детей в постпандемию» (2022 г.), отмечаются слабая вовлеченность родителей в обучение и воспитание детей (42% из них не посещают школу вообще, 30% – крайне редко); недостаток отцовского внимания к детям (досуг ребенка совместно с отцом в 3,4% семей). Особую тревогу вызывают сведения об утрате эмоционально-психологической близости в семье, взаимопонимания, девальвация традиционных семейных и национальных ценностей: почитание родителей, уважение к старшим, любовь к Родине, справедливость, человечность и т. д.

Следствия складывающейся в семьях ситуации

- Рост числа детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.
- Участвовавшие случаи суицида, аутодеструктивного, девиантного поведения подростков.
- Увеличение количества правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних (в том числе буллинга, кибербуллинга). По результатам Межнационального исследования ВОЗ «Поведение детей школьного возраста в отношении своего здоровья» (2022 г.), почти каждый четвертый школьник в Казахстане старше 11 лет подвергается тем или иным видам буллинга, почти 40% – кибербуллингу.
- На учете в органах внутренних дел состоят 12 379 несовершеннолетних, зарегистрировано 155 фактов совершения суицида, 309 – его попыток.
- Остро стоит проблема растущей вовлеченности молодежи в азартные игры, увеличения числа подростков

Позитивті ата-ана – бұл мейірімді қарым-қатынасқа, қолдауға, баланың жеке басының күшті жақтарына, балалар мен ата-аналардың өзара ынтымақтастығына негізделген ата-ана стилі.

аралығындағы жастардың көбеюі мәселесі өткір тұр.

Қоғамда позитивті ата-ананың жағымды әдіснамасын дамыту осы жағымсыз тенденцияларды жоюға көмектеседі:

- рефлексия;
- ата-аналардың құндылықтар мен тәрбие үлгілерін таңдаудағы жауапкершілігі; балалар мен ата-аналардың құрметті, мейірімді және сенімді қарым-қатынастарын қалыптастыру;
- әр балаға физикалық, психологиялық, эмоционалдық интеллектуалдық, әлеуметтік және адамгершілік даму үшін қолайлы ортаны қамтамасыз етуге ұмтылу.

Позитивті ата-ана мәдениетінің мәні – баланы, оның қажеттіліктерін, сұраныстарын, мінез-құлқын терең түсінуде, толыққанды даму үшін қолайлы жағдайлар жасауда.

Орталықтың қызметі ата-аналардың және балалардың басқа да заңды өкілдерінің оларды тәрбиелеу, оқыту және дамыту мәселелеріндегі құзыреттерін қалыптастыруға бағытталған. Ата-аналар интерактивті түрде балалармен жағымды қарым-қатынас дағдыларын



Орталықтың қызметі – саналы және позитивті ата-ана мәдениетін қалыптастыру мақсатында ата-аналармен жұмысты ұйымдастырудың идеяларының, принциптерінің, мазмұндық негіздерінің жиынтығы.

алады, олардың психологиялық, эмоционалдық жағдайын түсінуді үйренеді, бұл балалар мен ата-аналар арасындағы қарым-қатынастың бұзылуы сияқты күрделі мәселеге көмектеседі.

Орталықтың міндеттері:

- балалардың әл-ауқатын қамтамасыз ету үшін ата-аналардың психологиялық-педагогикалық және әлеумет-

и молодых людей от 15 до 18 лет, страдающих лудоманией.

Искоренить эти негативные тенденции поможет культивирование в обществе методологии позитивного родительства, которой присущи:

- рефлексия;
- ответственность родителей за выбор ценностей и моделей воспитания; формирование уважительных, доброжелательных и доверительных детско-родительских отношений;
- стремление обеспечить каждому ребенку благоприятную среду для физического, психологического, эмоционального интеллектуального, социального и нравственного развития.

Смысл культуры позитивного родительства – в глубоком понимании ребенка, его потребностей, запросов, поведения, создании благоприятных условий для полноценного развития.

Деятельность Центра направлена на формирование компетенций родителей и других законных представителей детей в вопросах их воспитания, обучения и развития. Родители в интерактивном режиме получают навыки позитивного общения с детьми, учатся понимать их психологическое, эмоциональное состояние, что поможет решить такую серьезную проблему, как нарушение детско-родительских отношений.

Задачи центра:

- организация системного педагогического сопровождения, направленного на развитие психолого-педагогической и социальной компетентности родителей для обеспечения благополучия детей;
- укрепление взаимодействия между организацией образования и семьей в вопросах воспитания и развития детей;
- повышение ответственности родителей за воспитание и развитие детей;
- мотивация родителей к обеспечению благополучия детей в процессе семейного воспитания.

Принципы деятельности:

- гуманистическая направленность;
- опора на национальную культуру, ценности и традиции;
- дифференциация и индивидуализация просвещения родителей;
- использование достижений современной науки и практики;

тік құзыреттілігін дамытуға бағытталған жүйелі педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыру;

- балаларды тәрбиелеу және дамыту мәселелерінде білім беру ұйымы мен отбасы арасындағы өзара іс-қимылды нығайту;
- балаларды тәрбиелеу және дамыту үшін ата-аналардың жауапкершілігін арттыру;
- ата-аналарды отбасылық тәрбие процесінде балалардың әл-ауқатын қамтамасыз етуге ынталандыру.

Қызмет принциптері:

- гуманистік бағыт;
- ұлттық мәдениетке, құндылықтар мен дәстүрлерге сүйену;
- ата-аналардың ағартушылығын саралау және даралау;
- қазіргі ғылым мен практиканың жетістіктерін пайдалану;
- кең әлеуметтік әріптестік, білікті сарапшылар мен ресурстық ұйымдарды тарту.

Күтілетін нәтижелер

- Білім беру ұйымдарында ата-аналарды психологиялық-педагогикалық қолдау жүйесі пысықталатын болады.
- Ата-аналардың оң ата-ана болу құзыреттерін дамытуға, білім мен тәрбие дағдыларын алуға, балалар мен ата-аналар қарым-қатынастарын жақсартуға уәждемесі артады.
- Ата-аналардың білім беру процесіне қатысу деңгейі артады.
- Ата-аналар мен педагогтердің балаларды тәрбиелеу, оқыту және жалпы дамыту жөніндегі өзара іс-қимылы тереңдей түседі.
- Аға буындардың бастамашыл және ресурстық өкілдерін тарту арқылы ұлттық құндылықтардың тәрбие процесіне интеграциясы күшейтіледі.

Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтары (бұдан әрі – Орталықтар) 2023 жылғы қыркүйектен бастап 17 облыста және Республикалық маңызы бар 3 қалада 6500 білім беру ұйымдарында (олардың жалпы санының 89,32%) жұмыс істей бастады. Оларда 90 000-нан астам ата-ана тіркелген.

Білім беру ұйымдарында орталықтың қызметін ғылыми-әдістемелік сүйемелдеуді **«Өркен» балалардың әл-ауқатының Ұлттық ғылыми-прак-**

Позитивное родительство – стиль воспитания, который опирается на доброжелательное отношение, поддержку, сильные стороны личности ребенка, взаимное сотрудничество детей и родителей.

- широкое социальное партнерство, привлечение квалифицированных экспертов и ресурсных организаций.

Ожидаемые результаты

- Будет отработана система психолого-педагогической поддержки родителей в организациях образования.
- Повысится мотивация родителей к развитию компетенций позитивного родительства, получению знаний и навыков воспитания, улучшению детско-родительских отношений.
- Возрастет уровень вовлеченности родителей в образовательный процесс.
- Углубится взаимодействие родителей и педагогов по воспитанию, обучению и общему развитию детей.
- Усилится интеграция национальных ценностей в воспитательный процесс через привлечение инициативных и ресурсных представителей старших поколений.

Центры педагогической поддержки родителей (далее – центры) начали функционировать с сентября 2023 г. в 6500 организациях образования (89,32% от их общего количества) в 17 областях и 3 городах республикан-

Деятельность Центра – совокупность идей, принципов, содержательной основы организации работы с родителями с целью формирования культуры осознанного и позитивного родительства.

ского значения. В них уже зарегистрировано более 90 000 родителей.

Научно-методическое сопровождение деятельности Центра в организациях образования осуществляет **Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен»** (далее – Институт), которым подготовлены: «Методические рекомендации по организации центров педагогической поддержки родителей в организациях образования РК», «Инструкции для педагогов по проведению



тикалық институты (бұдан әрі – Институт) жүзеге асырады, олар: «ҚР Білім беру ұйымдарында ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтарын ұйымдастыру бойынша әдістемелік ұсынымдар», «Ата-аналарға арналған сабақтарды өткізу бойынша педагогтерге арналған нұсқаулықтар», «Педагогикалық білім беру орталығы бойынша нұсқаулықтар», «Ата-аналарды қолдау» және т.б., бейне сабақтар, 76 графикалық және ақпараттық бейнероликтер, 100 графикалық ақпараттық плакаттар, 120 чек-парақ, 128 бейнероликтер. Барлық әзірленген материалдар институттың ресми сайтында **«Әдістемелік ұсынымдар»** айдарында орналастырылған.

Институт қызметкерлері ата-аналардың қажеттіліктерін, сұраныстары мен тілектерін анықтау үшін аналитикалық-мониторингтік материалдар (сауалнамалар, тесттер) әзірледі. Білім беру ұйымдары өңірдің бар проблемалары мен ерекшеліктерін ескере отырып, олардың спектрін кеңейте алады.

Институт білім беру ұйымдарындағы орталықтардың қызметін ғылыми-әдістемелік сүйемелдеуді жүзеге асырады:

білім беру ұйымдарына ата-аналарды педагогикалық қолдау және сабақтарды әзірлеу бағдарламаларын ұсынады;

ақпараттық-ресурстық сүйемелдеуді қамтамасыз етеді: әдістемелік басшылық, презентациялар, чек-парақтар, бейнероликтер және т. б.;

ұйымның сайтында цифрлық ресурстарды (оның ішінде бейне сабақтарды) ұсынады;

ата-аналарды педагогикалық қолдауды ұйымдастырудың өзекті мәселелері бойынша вебинарлар мен семинарлар өткізеді.

Орталықтар шеңберінде ата-аналар балаларды тәрбиелеу процесінде отбасының бірқатар маңызды міндеттері мен мәселелерін шешуге ықпал ететін психологиялық-педагогикалық білім алады.

Орталықтар өз жұмыстарын БАҚ пен әлеуметтік желілерде жариялайды (хэштег #педагогикалық қолдау орталықтары#). Көрулер саны 138 000-нан асады, пайдаланушылар саны – 21 832.

Жоба аясында **«Даналық мектебі» клубтары** құрылды, онда **«Ата өсиеті», «Әже даналығы», «Аға қамқорлығы»**

занятий для родителей», «Инструкции по Центру педагогической поддержки родителей» и др., видеоуроки, 76 графических и информационных видеороликов, 100 графических информационных постеров, 120 чек-листов, 128 видеороликов. Все разработанные материалы размещены на официальном сайте Института в рубрике **«Методические рекомендации»**.

Сотрудниками института разработаны аналитико-мониторинговые материалы (анкеты, тесты, опросники) для определения потребностей, запросов и пожеланий родителей. Организации образования могут расширить их спектр с учетом имеющихся проблем и особенностей региона.

Институт осуществляет научно-методическое сопровождение деятельности центров в организациях образования:

предоставляет организациям образования программы педагогической поддержки родителей и разработки занятий;

обеспечивает информационно-ресурсное сопровождение: методическое руководство, презентации, чек-листы, видеоролики и др.;

предоставляет цифровые ресурсы (в том числе видеозанятия) на сайте организации;

проводит вебинары и семинары по актуальным вопросам организации педагогической поддержки родителей.

В рамках центров родители получают психолого-педагогическое образование, способствующее решению ряда важных задач и проблем семьи в процессе воспитания детей.

Центры освещают свою работу в СМИ и социальных сетях (хэштег **#центры педагогической поддержки#**). Количество просмотров превышает 138 000, количество пользователей – 21 832.

В рамках проекта созданы **клубы «Даналық мектебі»**, в которых ведется работа по направлениям **«Ата өсиеті», «Әже даналығы», «Аға қамқорлығы»** и **«Жеңге кеңесі»**. Проводятся круглые столы, конкурсы, семинары, встречи, беседы, дискуссии и т. д.

Курсы повышения квалификации, связанные с деятельностью центра, прошли 10 106 педагогов, почти 8000 представителей администраций школ приняли участие в онлайн-меропри-



және **«Жеңге кеңесі»** бағыттары бойынша жұмыстар жүргізілуде. Дөңгелек үстелдер, конкурстар, семинарлар, кездесулер, әңгімелер, пікірталастар және т. б. өткізіледі.

Орталықтың қызметімен байланысты біліктілікті арттыру курстарынан 10 106 педагог өтті, мектеп әкімшіліктерінің 8000-ға жуық өкілдері онлайн – іс-шараларға қатысты, 7000-ға жуық педагог институттың ғылыми қызметкерлері өткізетін вебинарлар сериясында өз білімдерін тереңдетуде.

Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтары – отбасы институтын сақтау мен нығайтуға, оның әлеуметтік-қоғамдық мәртебесін арттыруға әсер етудің қуатты қозғаушы тетіктері. Бұл міндет – мемлекеттік ауқым мен маңыздылық, өйткені отбасы – шағын мемлекет, ал мемлекет – үлкен отбасы...

тиях, около 7000 педагогов углубляют свои знания в серии вебинаров, которые проводят научные сотрудники Института.

Центры педагогической поддержки родителей – мощные движущие рычаги воздействия на сохранение и укрепление института семьи, повышение ее социально-общественного статуса. Задача эта государственного масштаба и важности, ведь семья – это маленькое государство, а государство – большая семья...



БАЛАЛАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУГЕ АРНАЛҒАН ПРАКТИКАЛЫҚ КЕҢЕСТЕР

Тәрбие жақсы әдеттерді үйрену дегенді білдіреді. Егер адам ерте жастан бастап, оларды бойына сіңіріп өссе, олар тұрақты болады. Тәрбие дегеніміз сол қалыптасқан әдеттер ғана.

Платон,
ежелгі грек философы

Воспитание есть усвоение хороших привычек. Привычка всего прочнее, когда берет начало в юных годах, – это и называется воспитанием, которое есть, в сущности, не что иное, как рано сложившиеся привычки.

Платон,
древнегреческий философ

ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ

Баланы тәрбиелеу – шексіз жол, құлдырау мен өрлеу болып тұрады. Балаға өз сезімдерін түсінуге қалай көмектесуге болады және оған өз сезімдеріміз туралы қалай айтуға болады; қалай дұрыс мадақтау және жазалау керек; оптимисті қалай тәрбиелеу керек; балаға деген сүйіспеншілігіңізді қалай көрсету керек –

Воспитание ребенка – бесконечный путь, на котором случаются спады и подъемы. Как помочь ребенку разобраться в своих чувствах, и как нам самим поведать ему о своих собственных ощущениях; как правильно хвалить и наказывать; как вырастить оптимиста; как проявлять свою любовь к ребенку – это толь-

бұл айсбергтің ұшы ғана қалай жақсы және дұрыс ата-ана болу керек.

Балаңызға сүйіспеншілігіңізді қалай көрсетуге болады?

Әрбір бала туылғаннан бастап бізден ештеңе талап етпейтін сөзсіз сүйіспеншілікті күтеді. Бала не істесе де, өзін қалай ұстаса да, біз оны жақсы көреміз. Сіз баланың іс-әрекетіне теріс көзқараспен қарай аласыз, бірақ оған емес. Біз оны бар болғаны үшін жақсы көреміз. Егер ол осындай сүйіспеншілікпен қоршалған болса, ол өзіне сенімді болып өседі. Ол өзін және айналасындағы әлемді жақсы көреді, ата-анасынан алған сүйіспеншілігін айналасындағыларға қайтарады.

Баланы айнамен салыстыруға болады: ол махаббатты бейнелейді, бірақ алдымен сүйе бастайды. Егер оған махаббат берілсе, ол оны қайтарады. Егер ол махаббаттан айырылса, оған беретін ештеңе болмайды. Шартсыз махаббат сөзсіз көрінеді, ал шартты махаббат белгілі бір жағдайларға байланысты қайтарылады. Шартты махаббат дегеніміз – біз адамды бір нәрсе үшін жақсы көретініміз: «егер сен маған көмектессең, мен сені сүйемін», «өзіңді жақсы ұстасаң, мен сені сүйемін». Өкінішке орай, біз көбінесе осындай шартты махаббатты жақсы көреміз...

Біз баланы сүюді үйренуіміз керек, ол өзін жақсы көретінін, оны толық қабылдайтынын және барлық артықшылықтары мен кемшіліктерімен құрметтейтінін сезінуі керек. Сонда ғана ол өзін жақсы көреді және құрметтейді, яғни ол басқа адамдарды жақсы көреді және балаларына осы өнерді үйретеді.

Кішкентайға сүйіспеншілігімізді білдірудің төрт әдісі бар:

- көзбен байланыс;
- физикалық байланыс;
- назар аударыңыз;
- тәртіп.

Баланың біздің сүйіспеншілігімізді сезінуі үшін ең бірінші және қарапайым нәрсе – оның көзіне ашық, мейірімді көзқарасымыз. Көз арқылы біз өз сезімдерімізді, эмоцияларымызды жеткіземіз. Біз балаға қаншалықты жиі қарасақ, оған сүйіспеншілігімізді білдіруге тырысамыз, соғұрлым ол осы махаббатқа қаныққан және оның эмо-

ко верхушка айсберга под названием как стать хорошим и правильным родителем.

Как показать ребенку свою любовь?

Каждый малыш с самого рождения ждет от нас безусловной любви, которая ничего не требует взамен. Что бы ни делал ребенок, как бы себя ни вел, мы любим его. Можно отрицательно относиться к поступкам малыша, но не к нему в целом. Мы любим его просто за то, что он есть. Если он окружен такой любовью, он растет уверенным в себе и в своих силах. Он любит себя и весь мир вокруг, возвращая полученную от родителей любовь окружающим людям.

Ребенка можно сравнить с зеркалом: он отражает любовь, но не начинает любить первым. И если его одарили любовью, он будет возвращать ее. Если же он обделен любовью, ему нечего будет отдать. Безусловная любовь отражается безусловно, а обусловленная любовь возвращается в зависимости от тех или иных условий. Обусловленная любовь – это когда мы любим человека за что-то: «Если ты мне поможешь, я буду тебя любить», «Я тебя люблю, когда ты себя хорошо ведешь». К сожалению, часто мы любим такой обусловленной любовью...

Нам необходимо научиться любить ребенка так, чтобы он чувствовал, что его любят, что его полностью принимают и уважают со всеми его достоинствами и недостатками. Только тогда он будет любить и уважать себя, а значит, будет любить других людей и научит этому искусству своих детей.





ционалды резервуары соғұрлым толық болады.

Кішкентайға өзін жақсы көретінін сезіну үшін сыртқы көріністен басқа, оған біздің мейірімді жанасуымыз қажет. Бұл өте қарапайым: күніне бірнеше рет құшақтау, басыңды сипау, шашыңды сипау, оған қол тигізу. Бірақ, зерттеулер көрсеткендей, ата-аналардың көпшілігі балаларына қажет болған жағдайда ғана қол тигізеді: оларға киінуге, жууға және т. б.

Тұрақты көзбен және физикалық байланыс – бұл баланың эмоционалды резервуарын толтырудың және оның жақсы дамуына көмектесудің ең қарапайым және тиімді екі әдісі.

Біздің сүйіспеншілігімізді балаға жеткізудің тағы бір жолы – **назар аудару**. Бұл бізге көзқарас пен жанасудан гөрі көп уақыт пен күш жұмсауды қажет етеді: сіз бір нәрседен бас тартуға, өз істеріңізден бас тартуға тура келеді. Балаға өзінің ерекше екенін сезіну керек. Бұл білім оған өзін-өзі бағалауды дамытуға көмектеседі.

Балаға көбірек көңіл бөліңіз, оны еркелетіңіз! Егер бала оны қажет етсе, бұл оның өмірлік қажеттілігін білдіреді. Балалар бізден артық ештеңе сұрамайды:

Существует четыре способа выразить малышу нашу любовь:

- зрительный контакт;
- физический контакт;
- внимание;
- дисциплина.

Самое первое и простое, что нужно делать, чтобы ребенок чувствовал нашу любовь, – наш открытый, добрый взгляд прямо в его глаза. Через глаза мы передаем свои чувства, эмоции. И чем чаще мы будем смотреть на малыша, стараясь выразить ему свою любовь, тем больше он пропитается этой любовью и тем полнее будет его эмоциональный резервуар.

Помимо взгляда, чтобы малыш чувствовал, что он любим, ему необходимы наши ласковые прикосновения. Это так просто: несколько раз в день обнимать, гладить по голове, трепать по волосам, просто прикасаться к нему. Но, как показывают исследования, большинство родителей прикасаются к своим детям только по необходимости: помогая им одеться, умыться и т. п.

Постоянный зрительный и физический контакт – это два наиболее простых и эффективных способа заполнить эмоциональный резервуар ребенка и помочь ему развиваться наилучшим образом.

Еще один способ передать нашу любовь ребенку – **внимание**. Оно требует от нас гораздо больше времени и сил, чем взгляды и прикосновения: придется отказываться от чего-то, отры-



олар өздеріне қалыпты, толыққанды даму үшін қажет болғанша көп көңіл, қамқорлық, сүйіспеншілік алады. Бала біздің назарымызға қаныққаннан кейін, оған мұқтаждықты тоқтатады. Содан кейін оны бізге және айналамыздағы әлемге бере бастайды. Егер біз оған назар аудармасақ, ол оны өмір бойы іздейді және басқалардан талап етеді, өзі бақытсыз болады және айналасындағыларды азаптайды.

Балаға жеткілікті көңіл бөлінбесе, ол әлемдегі барлық нәрсе оған қарағанда маңызды екенін түсіне бастайды. Нәтижесінде оның өзін-өзі бағалауы төмендейді, өзін қауіпсіз сезінбейді, ата-аналары эмоционалдық қажеттіліктерін қанағаттандыру үшін уақыт бөлетін балаларға қарағанда нашар дамиды, тұйық болады, қиындықтарды жеңе алмайды және соңында бақыт сезімін, өмір қуанышын жоғалтады...

Есіңізде болсын, уақыт өте тез өтеді: балалар өсіп, өмір сүруге кетеді, содан кейін біздің сүйіспеншілігімізді беретін ешкім болмайды.

Януш Корчак – өз өмірін сақтап қалудан үш рет бас тартқан және жас тәрбиеленушілерімен бірге концлагерьдің газ камерасында қайтыс болған көрнекті поляк ағартушысы, жазушысы, дәрігері және қоғам қайраткері өзінің әйгілі «Януш Корчактың ата-аналарға арналған 10 өсиетінде» былай деп жазды: *«Балаңызды жақсы көріңіз: талантты емес, бақытсыз, ересек болса да. Онымен сөйлескенде, қуаныңыз, өйткені **бала – ол сіздің мерекеңіз...**»*

Балаға өзін жақсы көретінін сезіну үшін қажет соңғы нәрсе – **тәртіп**. Бұл біртүрлі болып көрінуі мүмкін: махаббат пен тәртіптің арасында қандай байланыс бар? Бірақ махаббат – тәртіптің негізгі бөлігі, ал тәртіп – махаббаттың бір бөлігі. Классикалық педагогикада «қатаңдық – махаббаттың қарындасы» деген постулат бар. Балалар біздің нұсқауларымыздың немесе тыйымдарымыздың артында (егер олар тым көп болмаса) оларға деген сүйіспеншілігіміз бар деп санайды.

Тәртіп ересектердің лайықты үлгісін, оқытуды, ауызша және жазбаша нұсқауларды, баланың өзін-өзі үйренуге, тәжірибе жинауға және т.б. қамтиды. Бірақ тәртіп көптеген адамдар ойлағандай жаза емес. Кішкентай бала өзін шын жүректен жақсы көретінін және сол қалпында қабылдағанын сезін-

ваться от своих дел. Необходимо дать почувствовать ребенку, что он особенный, единственный в своем роде. Это знание поможет ему в развитии адекватной самооценки.

Не скупитесь на внимание к ребенку, не бойтесь его избаловать! Если малыш просит об этом – значит, ему это жизненно необходимо. Дети не просят от нас ничего лишнего: они берут себе ровно столько внимания, заботы, любви, ласки, сколько им нужно для нормального полноценного развития. Как только ребенок насытится нашим вниманием, он перестанет нуждаться в нем и начнет отдавать его нам и окружающему миру. Если же



мы недодадим ему внимания, он всю жизнь будет искать его и требовать от других, будет несчастлив сам и заставит страдать окружающих людей.

Не получая достаточного внимания, ребенок начинает понимать, что все на свете важнее, чем он. В результате его самооценка падает, он не чувствует себя в безопасности, хуже развивается, чем дети, родители которых выкраивают время, чтобы удовлетворить их эмоциональные потребности, становится замкнутым, плохо справляется с труд-

генде, тәртіпке қол жеткізу әлдеқайда оңай. Тек осы жағдайда ол ата-анасынан нұсқаулар, кеңестер қабылдайды, олардың өтініштерін орындайды және т. б.



Егер бала мен ата-ананың арасында сүйіспеншілік пен өзара сыйластыққа негізделген берік байланыс болмаса, онда ол кез-келген ата-аналық ескертуге ашуланшақтықпен, ренішпен және дұшпандықпен жауап береді, олардың әрбір өтінішін жүктелген міндет ретінде қарастырады және уақыт өте келе бәрін сәтсіздікке ұшыратады, керісінше ата-ана үміттері...

Баланы қалай дұрыс тыңдауға болады? Кез-келген ересек адам сияқты, баланың да қиын жағдайларға тап болуы сирек емес: ол өзін нашар сезінеді, алаңдайды, бірақ өз сезімдерін білдіре алмайды. Біздің міндетіміз – балаларды өз сезімдерін білуге, анықтауға және олар туралы хабарлауға үйрету, өйткені олар үшін бұл немесе басқа сезімді не үшін сезінетінін түсінуден гөрі не сезінетінін білу әлдеқайда маңызды. Біз баланың эмоцияларының «айнасы» болуымыз керек, онда ол біздің сөз-

ностями и, в конце концов, теряет ощущение счастья, радости жизни...

Помните, что время летит очень быстро: дети вырастают и уходят жить своей жизнью, и тогда нам уже некому будет дарить свою любовь.

Януш Корчак – выдающийся польский педагог, писатель, врач и общественный деятель, трижды отказавшийся спасти свою жизнь и погибший в газовой камере концлагеря вместе со своими малолетними воспитанниками, писал в своих знаменитых «10 заповедях Януша Корчака для родителей»: *«Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачливым, взрослым. Общайся с ним, радуйся, потому что **ребенок – это праздник, который пока с тобой...**»*

И последнее, что необходимо ребенку для ощущения того, что он любим, – **дисциплина**. Возможно, это покажется странным: какая связь между любовью и дисциплиной? Но любовь – главная часть дисциплины, а дисциплина – часть любви. В классической педагогике есть постулат: «Строгость – сестра любви». Дети чувствуют, что за нашими наставлениями или запретами (если конечно их не слишком много) скрывается наша любовь к ним.

Дисциплина включает в себя достойный пример взрослых, обучение, словесные и письменные инструкции, возможность ребенку самому учиться, набираться опыта и т. д. Но дисциплина – это не наказания, как многие считают. Дисциплины гораздо легче добиться, когда малыш чувствует, что его искренне любят и принимают таким, какой он есть. Только в этом случае он будет принимать от родителей наставления, советы, выполнять их просьбы и др.

Если между ребенком и родителями нет крепкой связи, основанной на любви и взаимном уважении, то он будет реагировать на любое родительское замечание с гневом, обидой и враждебностью, каждую их просьбу рассматривать как навязанную повинность, а со временем станет все делать назло, с точностью до наоборот родительским ожиданиям...

Как правильно слушать ребенка?

Как и любой взрослый, ребенок нередко попадает в трудные ситуации: ему плохо, он переживает, но никак не может выразить свои чувства. Наша задача – научить детей узнавать, иденти-

дерімізде көрінетін сезімдерін көреді. Сонымен қатар, қиын жағдайда ол өзінің жасына байланысты кеңес, жұбаныш немесе сындарлы сынды қабылдай алмайды: ол ешкімді тыңдамайды, тек оны түсінгенімізді, жүрегінде не болып жатқанын сезінгенімізді қалайды. Сонымен бірге ол өзінің сезімін егжей-тегжейлі түсіндіре алмайды.

Мұндай сәттерде баланы тыңдау жақсы, бірақ біз үйреніп қалғандай емес. Сіз оған оның тәжірибесі туралы білетініңізді, оны белсенді тыңдау техникасы арқылы еститініңізді білдіруіңіз керек. Мұны істеу үшін сіз баланың белгілі бір сәтте сезінетін сезімдерін айтуыңыз керек.

Мысалы, бала: «Мұғалім мені бүкіл сынып алдында ұрысты», – дейді. Сіз егжей-тегжейлерді білмеуіңіз керек, әсіресе «Не үшін? Сіз бұған лайықсыз. Сіз не істедіңіз?» Әкірудің қажеті жоқ: «Бейшара!» Біз оған оның ренжіген сезімдерін, азабын, ренішін түсінетініңізді көрсетуіміз керек. Бұл үшін кез келген мәлімдеме қолайлы:

Сіз өте жағымсыз болдыңыз.

Сіз қатты ашуланған шығарсыз.

Сіз мұғалімге ренжідіңіз.

Баланың сезімін атаудан басқа, оның бізге айтқан сөздерін әңгімеге «қайтару», айтқанын қайталау және оның сезімін атау қажет. Белсенді тыңдау оған оның барлық тәжірибесін қабылдайтынымызды, оның қиыншылықта жалғыз емес екенін және біз оған көмектесуге әрқашан дайынбыз.

Егер сіз баланы белсенді тыңдасаңыз, онда ол кейбір мәселелерді шешуде өзі алға жылжиды. Өйткені, әрбір адам қажетті моральдық қолдау алса, қиын жағдайдан шығудың жолын таба алады. Балаңызға қолдау көрсетіңіз, сонда дұрыс нәтиже болады...

Редакция дайындаған

фицировать свои чувства и сообщать о них, ведь им гораздо важнее знать, что они чувствуют, чем понимать, почему они испытывают то или иное чувство. Нам необходимо стать «зеркалом» эмоций ребенка, в котором он будет видеть свои чувства, отраженные в наших словах. Тем более, что в трудной ситуации он в силу своего возраста просто не способен принять ни совета, ни утешения, ни конструктивной критики: он никого не слушает, он только хочет, чтобы мы поняли его, почувствовали, что происходит у него в душе. При этом он не может подробно объяснить свои ощущения.

В такие моменты лучше просто послушать ребенка, но не совсем так, как мы привыкли. Необходимо дать ему понять, что вы *знаете* о его переживаниях, что *слышите* его с помощью техники активного слушания. Для этого следует озвучить чувства ребенка, которые, по вашему мнению, он испытывает в данную минуту.

Например, ребенок сообщает: «Учительница отругала меня перед всем классом». Не стоит выяснять подробности, тем более спрашивать: «За что? Ты наверняка заслужил это. Что же ты сделал?» Не надо жалеть: «Бедняжка!» Необходимо показать ему, что мы понимаем его расстроенные чувства, его боль, обиду. Для этого подойдет любое из утверждений типа:

Тебе было очень неприятно.

Ты, наверное, страшно разозлился.

Ты обиделся на учительницу.

Тебе было неудобно перед ребятами.

Помимо того, что мы назвали чувство ребенка, необходимо «вернуть» ему в разговор то, о чем он нам поведал, повторить то, что он сказал, и назвать его чувство. Активное слушание дает ему понять, что мы принимаем все его переживания, что он не одинок в своей беде и мы всегда готовы ему помочь.

Если вы будете активно слушать ребенка, то в решении некоторых проблем он продвинется сам. Ведь каждый человек может найти выход из трудной ситуации, если он получает необходимую моральную поддержку. Обеспечьте ее своим чадам, и результат не заставит себя ждать...

Подготовлено редакцией

БАЛАМЕН ДОСТЫҚ ҚАРЫМ-ҚАТЫНАСТЫ ҚАЛАЙ ҚҰРУҒА ЖӘНЕ НЫҒАЙТУҒА БОЛАДЫ



Баламен қарым-қатынасты нығайту үшін көп күш жұмсаудың қажеті жоқ. Ол үшін ашық, сүйіспеншілікке толы, гаджеттер мен жұмыстан алшақтау, ал балаға жақын болу жеткілікті.



- ◆ Балаңызбен уақыт өткізген кезде ешқандай құрылғыларды пайдаланбаңыз: телефон, компьютер, теледидар және т. б.
- ◆ Әр күніңізді балаға арнаңыз. Онымен ойнаңыз немесе оны не қызықтыратыны туралы сөйлесіңіз.
- ◆ Егер сіз эмоционалды күйзеліске ұшырап немесе ашулы, ренжулі болсаңыз, онда оның себебі балаға емес, сыртқы оқиғаларға байланысты екенін ашып айтыңыз.
- ◆ Бала еліктей алатын мінез-құлық түрлерін көрсетіңіз.
- ◆ Шиеленісті жағдайларды жеке тұлғаға ауыспай, айқайламай, сөкпей шешіңіз, өзіңіздің жағымсыз эмоцияларыңызды айқайлау, қорқыту, физикалық жазаларды қолдану арқылы көрсетпеңіз.
- ◆ Кешкі жұмысыңызды және балалардың үйірмелерге баруын минимумға дейін азайтыңыз. Себебі балаға бірінші орынға ие болу емес, ата-анасымен сөйлесу маңызды.
- ◆ Отбасын біріктіретін отбасылық дәстүрлерді ойлап табыңыз және сақтаңыз: отбасылық түскі ас, әңгімелер, ойындар, серуендер, қолөнер, бірлескен істер мен оқиғаларды жоспарлау және т. б.
- ◆ Баланы махаббатпен бүлдіруге болмайды. Сондықтан балаңызды қалай жақсы көретініңізді айтып, оны құшақтау үшін барлық мүмкіндікті пайдаланыңыз.
- ◆ Егер сіздің балаңызда қиындықтар болса, оны сөкпей, ақыл айтудың орнына оған жанашырлық пен қолдау көрсетіңіз, содан кейін ғана онымен бірге қиындықтардың себептерін талдап, одан шығу жолдарын бірге іздестіріңіз.
- ◆ Балаңыздың мәселелеріне ешқашан күлмеңіз, олар сізге түкке тұрмайтын болып көрінсе де. Балаңыздан көмегіңіз қажет пе деп сұраңыз.
- ◆ Психологиялық бақылауды емес, мінез-құлықты қолданыңыз. Мінез-құлықты бақылау диалогті және рұқсат етілген шекараларды анықтауды білдіреді. Психологиялық бақылау бала үшін үнемі шешім қабылдауда және оның пікірін басуда көрініс табады.
- ◆ Адамдардың барлығы қателеседі, бірақ адам оларды қалай түзететіні маңызды. Шын жүректен кешірім сұрау – сеніміңізді жоғалтқаннан кейін қарым-қатынасты қалпына келтірудің ең жақсы жолы.
- ◆ Сіз жауаптарын білетін сұрақтардан аулақ болыңыз. Мысалы, «Сен кеше нешеде ұйықтадың?» немесе «Бұны кім шашты?» Бұл сұрақтар баланы өтірік айтуға итермелейді. Бала айналасындағылардың оны көріп, толығымен қабылдайтынын сезгенде, оған өзін жақсы көретінін және қорғалғанын сезіну оңай. Дәл осы қауіпсіздік сезімі – психологияда сенімді ынтықтық деп аталады – кез келген баланың белгісіз әлемге батыл қадам басу қабілетінің негізінде жатыр.

КАК ВЫСТРОИТЬ И УКРЕПИТЬ ДРУЖЕЛЮБНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С РЕБЕНКОМ



Чтобы укрепить дружелюбные отношения с ребенком, не надо прилагать много усилий. Достаточно быть открытым и любящим, отвлекаться от гаджетов и работы, быть рядом.



◆ Когда проводите время со своим ребенком не пользуйтесь никакими устройствами: телефоном, компьютером, телевизором и т.д.

◆ Посвящайте каждый день своему ребенку. Поиграйте с ним или поговорите о том, что его волнует.

◆ Если вы находитесь в эмоционально подавленном или раздраженном состоянии, то честно признайтесь ребенку, что вам сейчас грустно/обидно/тяжело из-за внешних событий, никак не связанных с ним.

◆ Демонстрируйте такие типы поведения, которым ребенок мог бы подражать.

◆ Решайте конфликтные ситуации не переходя на личности, без крика и упреков, проговариванием своих негативных эмоций, а не демонстрацией их в действии – крик, угрозы, применение физических наказаний.

◆ Сократите свою вечернюю работу и посещение детских кружков до минимума. Потому что ребенку важнее не занять первое место, а пообщаться с родителями.

◆ Придумайте и соблюдайте семейные традиции, которые соберут семью вместе: семейный ужин, разговоры, игры, прогулки, поделки, планирование совместных дел и событий и т.д.

◆ Ребенка нельзя испортить любовью. Поэтому используйте любую возможность для объятий с ребенком, для того чтобы сказать, как вы его любите.

◆ Если у вашего ребенка неприятности, вместо упреков и поучений проявите сочувствие и поддержку, и только затем вместе с ним проанализируйте причины неприятностей, и опять же вместе найдите пути выхода из них.

◆ Никогда не смейтесь над проблемами ребенка. Даже если вам они покажутся глупыми и надуманными. Спросите, нужна ли ребенку ваша помощь.

◆ Применяйте поведенческий, а не психологический контроль. Поведенческий контроль подразумевает под собой диалог и определение границ дозволенного. Психологический контроль проявляется в постоянном принятии решений за ребенка и подавление его мнения.

◆ Все делают ошибки, но важно то, как человек их исправляет. Искренние извинения – лучший способ начать восстанавливать отношения после утраты доверия.

◆ Избегайте вопросов, на которые вы уже знаете ответы. Например, «И во сколько же ты легла вчера спать?» или «Кто это разбросал?» Эти вопросы только провоцируют ребенка на ложь. Когда ребенок чувствует, что окружающие его видят и всецело принимают, ему легко ощутить себя любимым и защищенным. Именно такое ощущение безопасности – в психологии называется надежной привязанностью – лежит в основе способности любого ребенка смело шагать вперед в неизведанный мир.



ПОЗИТИВТІ АТА-АНА

Әр күн үшін позитивті ойлау ережелері



ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ
Правила позитивного мышления на каждый день

Позитивті ойлаудың мәні – өмірдің кез келген сәтінде қуанышқа себеп табу және сәтсіздіктерді ұтымды қабылдау, себептерді талдау және құнды тәжірибе ретінде қабылдау.

Дэн Каннеди,
американдық
бизнес-жаттықтырушы, коуч,
«барлық ережелерді бұзу
арқылы бизнесте қалай өркендеуге
болады» бестселлерінің авторы

Позитивті ойлау (психикалық позитивизм) – ойлау стилі, психологиялық тұжырымдама, тұлғаның мотивациялық даму әдісі және пайдалы әдет, соның арқасында адам өзінің психоэмоционалды әл-ауқатының деңгейін көтеріп, өмірді жақсы жаққа өзгерте алады.

Позитивті ойлауды үйренген адам табысты, дені сау, бақытты, бай және өзін-өзі қамтамасыз ететін тұлға болудың көптеген жаңа мүмкіндіктерін ашады. Мұндай адам өзін-өзі алдауды және жағымсыз ойларға ерік беруді тоқтатады, өйткені ол бір қарапайым шындықты түсінді: ол өз энергиясын жұмсаған және байыпты қабылдаған идеялар мен ойлар ерте ме, кеш пе оның шынайы өміріне енген.

- Егер сіз бәрі жаман деп ойласаңыз және сіздің өміріңізде жақсы ештеңе болмайды деп ойласаңыз, онда ол солай болады.
- Егер сіз бәрі жақсы деп ойласаңыз және сіздің өміріңізде көптеген жақсы нәрселер болады деп ойласаңыз, онда ол солай болады.

Бұл ғаламның негізгі заңдарының бірі, оны ешбір адам өзгерте алмайды. Біз жай ғана біздің өміріміздің жалпы болғанын, оны көріп, субъективті түрде қабылдайтынымыз бар және болатынын қабылдауымыз керек.

Неліктен позитивті ойлауды үйрену керек?

- Егер адам ескірген үлгілер мен деструктивті стереотиптер туралы ойласа, өмірінде болып жатқан оқиғаларға пассивті көзқараспен қараса, жауапкершілікті басқа адамдарға жүктесе және өз күшіне күмәнданса, онда оның өмірінде қуанышты және жақсы нәрсе сирек болатыны таңқаларлық емес.
- Кез-келген өмірлік жағдай әрқашан бейтарап түске ие. Бұл жай ғана

Суть позитивного мышления – это умение находить в любой момент жизни повод для радости и воспринимать неудачи рационально, анализируя причины и принимая как ценный опыт.

Дэн Кэннеди,
американский бизнес-тренер, коуч,
автор бестселлера
«Как преуспеть в бизнесе,
нарушая все правила»

Позитивное мышление (ментальный позитивизм) – стиль мышления, психологическая концепция, метод мотивационного развития личности и полезная привычка, благодаря которой человек может повысить уровень своего психоэмоционального благополучия и изменить жизнь в лучшую сторону.

Научившийся мыслить позитивно индивид открывает для себя массу новых возможностей стать более успешной, здоровой, счастливой, богатой и самодостаточной личностью. Такой человек перестает накручивать себя и давать волю негативным мыслям, так как он осознал одну простую истину: те идеи и мысли, на которые он тратил свою энергию и к которым относился серьезно, рано или поздно воплощались в его реальной жизни.

- Если вы думаете, что все плохо и ничего хорошего в вашей жизни произойти не может, то так оно и будет.
- Если вы думаете, что все хорошо и в вашей жизни произойдет еще много чего хорошего, то так оно и будет.

Это один из основоположных законов Вселенной, изменить который ни один человек не в состоянии. Нам нужно просто принять тот факт, что наша жизнь в целом была, есть и будет такой, какой мы ее видим и субъективно воспринимаем.

Зачем учиться мыслить позитивно?

- Если человек мыслит устаревшими шаблонами и деструктивными стереотипами, практикует пассивный подход к происходящим в его жизни событиям, перекладывает ответственность на других людей и сомневается в собственных силах, то нет ничего удивительного в том, что в его жизни редко происходит что-то радостное и хорошее.





оқиға немесе орындалған факт. Біз өзіміз белгілі бір өмірлік жағдайға белгілі бір түс береміз. Теріс, үлкен энергетикалық әлеуетке ие, деструктивті ойлардың басында үстемдік етуге мүмкіндік беретін адамдарға өте тез жабысады. Найзағай тез жабысатын негатив тек осы адамдардың өмірінде орын ала бастаған жағымсыз оқиғалармен ғана емес, сонымен бірге біртіндеп өз күшін арттырады.

- Теріс ойлайтын адамдар өздеріне деген сенімін және өмірінде болып жатқан оқиғаларды бақылауды жоғалтады, күннен күнге өздеріне және қабілеттеріне күмәнданулары күшейе түседі, шектен шыға бастайды және оларды алдарында әлі көп қиындықтар күтіп тұрғанына шын жүректен сенеді.
- Тұйық шеңберден шығу және позитивті ойлауды үйрену үшін ойлау тәсілін қайта қарау және құру қажет. Позитивті ойлау, жағымсыздан айырмашылығы, адамға өзін өз өмірінің шебері ретінде сезінуге және оған шынымен қажет шындықты құруға мүмкіндік береді. Шығармашылық ойлар, олардың жойқын әріптестері сияқты, орасан зор күш пен күшті энергияға ие.
- Деструктивті көзқарастардан арылып, позитивті ойлауды үйренгеннен кейін, сіз бұл күшті бірден

- Любая жизненная ситуация всегда обладает нейтральной окраской. Это просто событие или свершившийся факт. Мы сами придаем ту или иную окраску той или иной жизненной ситуации. Негатив, имея огромный энергетический потенциал, очень быстро цепляется к тем людям, которые позволяют деструктивным мыслям господствовать в их голове. Молниеносно прилипший негатив не только подкрепляется неприятными событиями, которые то и дело начинают происходить в жизни этих людей, но и постепенно наращивает свою мощь.
- Негативно мыслящие люди теряют веру в себя и контроль над происходящими в их жизни событиями, все чаще сомневаются в себе и своих способностях, начинают впадать в крайности и искренне верят в то, что жизнь еще не раз им покажет, где раки зимуют.
- Чтобы вырваться из замкнутого круга и научиться мыслить позитивно, нужно пересмотреть и перестроить образ своего мышления. Позитивное мышление, в отличие от негативного, позволяет человеку чувствовать себя хозяином собственной жизни и строить ту реальность, которая ему действительно нужна. Созидательные мысли, как и их разрушительные аналоги, обладают колоссальной мощью и сильной энергетикой.
- Как только вы избавитесь от деструктивных установок и научитесь мыслить позитивно, вы сразу же почувствуете эту силу и со временем научитесь ею управлять.

Как мыслить позитивно?

Никогда и ни о ком, ни о чем не говорить негативного, осуждающего или критического.

Уклоняться от длительных и пустых разговоров на тему болезней, недостатков, нехватки, ограничений и т. д.

Помните: привычка сдерживать негативные эмоции, чувства, слова, установки, избегать отрицательной, критической тематики приведет к тому, что любой негатив, не находя себе выхода, будет все реже появляться в сознании.

Каждую негативную мысль заменять на противоположную – позитивную, оптимистичную. Со временем такая «селекция» станет автоматической.

сезінесіз және уақыт өте келе оны басқаруды үйренесіз.

Позитивті қалай ойлауға болады?

Ешқашан және ешкім туралы, ештеңе туралы жағымсыз, айыптаушы немесе сыни сөйлемсіз.

Аурулар, кемшіліктер, тапшылықтар, шектеулер және т. б. туралы ұзақ және бос әңгімелерден аулақ болыңыз.

Есіңізде болсын: жағымсыз эмоцияларды, сезімдерді, сөздерді, көзқарастарды тежеу, сыни тақырыптардан аулақ болу әдеті кез-келген негативтің өзіне жол таппай, санада аз пайда болуына әкеледі.

Әрбір теріс ойды керісінше – позитивті, оптимистік ойға ауыстыру. Уақыт өте келе мұндай «таңдау» автоматты түрде болады.

Өзіңізге қаламайтын нәрсені басқасына қаламау.

Құқықтар мен мүмкіндіктерді мойындауда өзіңізді де, басқаларды да шектемеңіз. Кез-келген шектеу немесе жаман тілек, кімнің мекен-жайына бағытталса да, бумерангтың әмбебап Заңы бойынша сізге оралады: сіздің санаңыз «астық» егілген жерде «егін өсіреді», яғни сіздің өміріңізде.

Ешқандай шағым жасамаңыз, реніштерге, жағымсыз естеліктерге назар аудармаңыз. Егер сіз «ұрып-соғып» жатсаңыз, онда сіз бір кездері (саналы немесе бейсаналық түрде) сізге осылай қарауға болады деген ойға жол бердіңіз.

Ақтауға болмайды – ақтауды іздеудің негізі – сіздің бақылауыңыздан тыс жағдайлар болуы мүмкін екенін мойындау. Есіңізде болсын: жағдайлар әрқашан нәтиже, салдары, себептері сізде.

Саналы түрде, мақсатты түрде байқап, әлемде, барлық құбылыстар мен адамдарда жағымды нәрсені табыңыз: сұлулық, жақсылық, мейірімділік.

Ұйықтар алдында және оянғаннан кейін, алдағы күн тек қуаныш, сәттілік, қызықты және пайдалы кездесулер әкеледі.

Қуанышты күту және қабылдау жағдайында өмір сүруге тырысыңыз.

Егер сіз қалағаныңыздай әрекет етіңіз: әдет сананың тиісті күйлерін тудырады, содан кейін олар жүзеге асырылады.

Жер бетіндегі барлық адамдар бір көзден пайда көретінін, бәсекеле-

Не желать другому того, чего не желаешь себе.

Не ограничивать ни себя, ни других в признании прав и возможностей. Любое ограничение или плохое пожелание, в чей бы адрес оно ни было направлено, непременно, по вселенскому закону бумеранга, вернется к вам: подсознание «выращивает урожай» в том месте, где «зерно» было посеяно, т. е. в вашей жизни.

Не предъявлять никаких претензий, не заикливаться на обидах, неприятных воспоминаниях. Если вас «бьют», значит, когда-то вы (осознанно или неосознанно) допустили саму мысль о том, что с вами можно так обращаться.

Не оправдываться – в основе поиска оправдания лежит признание того, что могут быть обстоятельства, вам неподвластные. Помните: обстоятельства – это всегда результат, следствие, причины которых в вас самих.

Сознательно, целенаправленно замечать и находить в мире, во всех явлениях и людях позитивное: красоту, добро, благожелательность.

Перед сном и после пробуждения настраиваться на то, что грядущий день несет только радость, удачу, интересные и полезные встречи.

Стараться жить в состоянии радостного ожидания и принятия.

Действовать так, как если бы вы уже обладали желаемым: привычка создает соответствующие состояния сознания, которые потом реализуются.



стік пен тапшылық жоқ екенін есте сақтаңыз: ешкім сіздің орныңызды алып, ала алмайды.

Өзіңізді қорғайтын ешкім жоқ деген оймен өмір сүру: олар тек сыртқы себептерге сенетін және шабуыл күтетін адамға шабуыл жасайды. Ашық және мейірімді болыңыз – олар ашық есікті бұзбайды. Күшті агрессивті бола алмайды. Агрессия – әлсіздіктің белгісі!

Материалдық мәселелерді шешкен кезде үлкен сандармен жұмыс жасаңыз. Сіз көрген барлық нәрселерде молшылықты байқаңыз.

Сізге бірдеңе үйрете алатын қызықты, дана адамдармен сөйлесіңіз.

Медитацияның жеңіл түрлері өте пайдалы. Көптеген адамдар медитация жасау үшін йог болу керек немесе Гималайда өмір сүру керек деп санайды. Бірақ олай емес. Шаршауды, тітіркенуді тыныштықта 10 минут отыру және тыныс алуды бақылау арқылы жеңілдетуге болады. Йогтарда пранаяма жүйесі бар, онда адам белгілі бір жолмен тыныс алады және барлық жағымсыз нәрселер кетеді. Айтпақшы, өзіңізге: «Мен барлығына қуаныш, сүйіспеншілік пен бақыт тілеймін» деп айту және оң энергияның сіздің әрбір торыңызды қалай сіңіретінін және сізден басқа адамдарға қалай баратынын елестету өте маңызды. Бұл сананы тазартады.

Бір күнде болған жағымды оқиғаларды жазып алыңыз. Олардың қаншалықты маңызды екендігі және өмірдің қай саласында болғаны маңызды емес. Неғұрлым көп болса, соғұрлым жақсы, бірақ кем дегенде 3–5 бастау керек. Содан кейін осы оқиғаларға қандай әрекеттер әкелгенін көрсетіңіз. Мысалы, пайдалы іскер серіктеспен танысу Достардың олармен бірге табиғатқа шығуға шақыруының арқасында өтті.

Жиі күліңіз. Тіпті созылған күлімсіреу біраз уақыттан кейін шынайы болып, көңіл-күйді жақсартады. Бұл тұжырымға дене тілінің позитивті ойлау мен жеке қасиеттерді қалыптастыруға әсері туралы кітаптардың авторы американдық әлеуметтік психолог Эми Кадди келді.

Өткенді жіберіңіз. Біздің көпшілігімізде өткен жылдардағы жағымсыз жағдайлар болады, біз оларды басымызда айналдырып, эмоционалды түрде қайта-қайта бастан өткереміз. Бұл артық: өткенді өзгертпеңіз және мұн-

Помните, что все люди на Земле получают блага из одного источника, конкуренции и нехватки просто не существует: ваше место никто отнять и занять не может.

Жить с мыслью о том, что вам не от кого защищаться: нападают только на того, кто верит во внешние причины и ждет нападения. Будьте открытыми и доброжелательными – в открытую дверь не ломаются. Сильный не может быть агрессивным. Агрессия – признак слабости!

Решая материальные проблемы, оперируйте большими числами. Замечайте изобилие во всем, что видите.

Общайтесь с интересными, мудрыми людьми, которые могут вас чему-то научить.

Очень полезны легкие формы медитации. Многие считают, для того чтобы медитировать, нужно быть йогом или жить в Гималаях. Но это не так. Снять усталость, раздражение можно, посидев 10 минут в тишине и следя за дыханием. У йогов есть система пранаяма, когда человек дышит определенным образом, и все негативное уходит. При этом очень важно говорить про себя: «Я желаю всем радости, любви и счастья» и представлять, как позитивная энергия пропитывает каждую вашу клетку и от вас идет к другим людям. Это очищает сознание.

Записывайте случившиеся за день позитивные события. Неважно, насколько они значительны и в какой сфере жизни произошли. Чем их больше, тем лучше, но начать стоит хотя бы с 3–5. Затем укажите, какие действия привели к этим событиям. К примеру, знакомство с полезным деловым партнером состоялось благодаря принятому приглашению друзей выехать с ними на природу.

Чаще улыбайтесь. Даже натянутая улыбка через какое-то время становится реальной и улучшает настроение. К такому выводу пришла американский социальный психолог Эми Кадди, автор книг о влиянии языка тела на формирование позитивного мышления и личностных качеств.

Отпускайте прошлое. У большинства из нас найдутся неприятные ситуации прошлых лет, которые мы прокручиваем в голове и эмоционально переживаем вновь и вновь. Это лишнее: прошлого не изменить, и тащить такой



дай жүкті артыңызға сүйреудің қажеті жоқ. Өткендегі мәселе өртте жанып, мұхитқа батып кетеді немесе соққыдан құлап кетеді деп елестетіп көріңіз. Қағазда болған оқиғаны сипаттаңыз және оны өртеңіз немесе суға батырыңыз. Қиянат жасаушыны немесе өзіңізді ойша, дауыстап немесе жазбаша түрде кешіріңіз.

Басқа адамдар үшін бірдеңе жасаңыз. Бұл қайырымдылық, жағымды сөздер немесе жақындарыңызға, достарыңызға, әріптестеріңізге көмектесу болуы мүмкін. Қанағаттану, адамдарға ризашылық білдіру және басқалардың проблемалары мен қиындықтары әлдеқайда ауыр болуы мүмкін екенін түсіну үлкен позитивтілік әкеледі.

Аффирмациялармен айналысыңыз. Растау – бұл жағымды сөз тіркестерінің қайталануы. Мысалы: «Мен бизнесте сәттілікке жетемін. Мен жұмыс міндеттерін сәтті шешемін» және басқа да растауды тек жаһандық нәрсеге ғана емес, сонымен қатар өмірдің нақты оқиғаларына да қолдануға болады: «Мен акционерлер жиналысында сәтті сөйлеймін», «Бұл іскерлік кездесу өте нәтижелі өтуде» және т. б.

Күн сайын өзіңізге шағын демалыс беріңіз. Қуаныш сыйлайтын нәрсеге күн сайын жарты сағат бөліңіз. Серуендеу, достарыңызбен кездесу, Оқу, футбол ойнау, үлпілдек көбік ваннасы, хош иісті торт шайы «демалыс» кезінде өзекті мәселелер мен мәселелер туралы ойламауға тырысыңыз, әр минуттан ләззат алыңыз.

Талдау. Өмірдегі жағымсыз оқиғаларға ұтымды көзқараспен қараңыз. Егер қиындық туындаса, сұрақтарға егжей-тегжейлі жауап беруге тырысыңыз.

- Неліктен бұлай болды?
- Бұған қандай сыртқы факторлар немесе менің жеке әрекеттерім әкелді?
- Мәселені шешу үшін не істеуге болады?
- Жақын болашақта қандай нақты қарарлар жасау керек?

груз за собой незачем. Представьте, что проблема из прошлого сгорает в огне, тонет в океане или рассыпается от удара. Опишите случившееся на бумаге и сожгите либо утопите ее на самом деле. Мысленно, вслух или письменно простите обидчика или самого себя.

Делайте что-то для других людей. Это могут быть благотворительность, приятные слова или помощь близким, друзьям, коллегам. Удовлетворение от сделанного, признательность людей и осознание, что у других проблемы и сложности могут быть куда серьезнее, принесут огромный заряд позитива.

Практикуйте аффирмации. *Аффирмации* – это повторение позитивных фраз. Например: «Мне везет в делах. Я успешно решаю рабочие задачи» и др. Аффирмации можно применять не только к чему-то глобальному, но и к конкретным событиям жизни: «Я успешно выступаю на собрании акционеров», «Эта деловая встреча проходит очень продуктивно» и т. п.

Устраивайте себе каждый день мини-отпуск. Выделяйте ежедневно полчаса-час на то, что доставляет радость. Прогулка, встреча с друзьями, чтение, игра в футбол, ванна с пушистой пеной, ароматный чай с пирожным... В течение «отпуска» постарайтесь не думать о насущных делах и проблемах, наслаждайтесь каждой минутой.

Анализируйте. Подходите к негативным событиям в жизни с рациональной стороны. Если случилась неприятность, постарайтесь детально ответить себе на вопросы.

- Почему так произошло?
- Какие посторонние факторы или мои собственные действия к этому привели?
- Что можно сделать для разрешения проблемы?
- Какие конкретные шаги следует предпринять в самом ближайшем будущем?



ДОСТЫҚ ҚАТЫНАСТЫ ҚАЛАЙ БІЛДІРУ КЕРЕК?

Достық қатынас – бұл басқа адамдармен жақсы қарым-қатынас орнатуға және сақтауға көмектесетін қасиет. Бұл ашықтықта, шынайылықта, басқаларға көмектесуге және қолдауға дайын болуда көрініс табады.



Достық қатынас басқалармен берік байланыс орнатуға көмектеседі, бұл өз кезегінде үйлесімді және бақытты өмірге әкеледі. Біз достық қарым-қатынаста болған кезде адамдармен оңай тіл таба аламыз, жаңа адамдармен танысып, қарым-қатынасты дамыта аламыз. Сонымен қатар, достық көңіл-күй мен жалпы әл-ауқаттың жақсаруына ықпал етеді, өйткені бұл бақыт пен өмірге қанағаттану сезімімен байланысты.

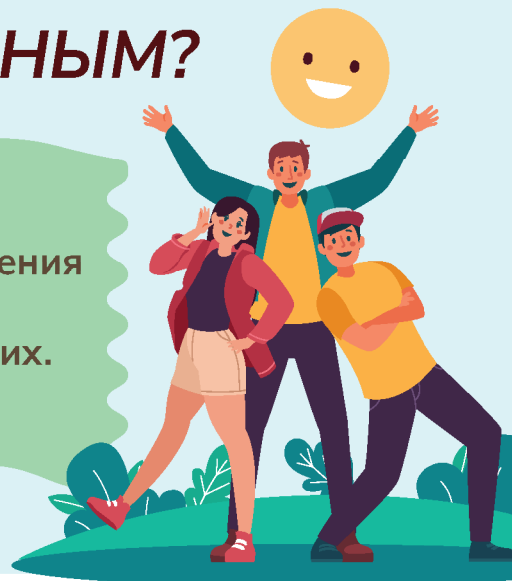
Достық қатынаста болуға көмектесетін бірнеше кеңес:

- Достарыңды күлімсіреп, құрметпен қарсы алыңыз.
- Барлығын атымен атаңыз.
- Достардың пікірін құрметтеп, ұсақ-түйекке қатысты дауласпауға тырысыңыз.
- Жақындарыңа сүйіспеншілік танытыңыз.
- Сіздің өміріңізде болып жатқан жаңалықтар мен қызықты оқиғалармен бөлісіңіз.
- Қарым-қатынаста ашық және шынайы болыңыз, достардың жетістіктерін атап өтіңіз.
- Достардың өміріне қызығушылық танытыңыз, олардың күні қалай өткенін сұраңыз.
- Өз пікіріңізді мойындатуға тырыспаңыз.
- Бір-біріңді сынамаңыз, өсек айтпаңыз және қауесет таратпаңыз.
- Мектептегі іс-шараларға қатысыңыз.
- Барлығына көңілді және қызықты болуын қадағалаңыз.
- Достарыңызбен араласуға қызығушылық танытыңыз.
- Қарым-қатынастың барлық қатысушылары өздерін жайлы және сенімді сезінуі үшін үлес қосыңыз.
- Қиын жағдайларда жақындарыңызға көмектесуге дайын болыңыз.
- Бірге уақыт өткізіңіз, іс-шаралар мен ойындар ұйымдастырыңыз.



КАК БЫТЬ ДРУЖЕЛЮБНЫМ?

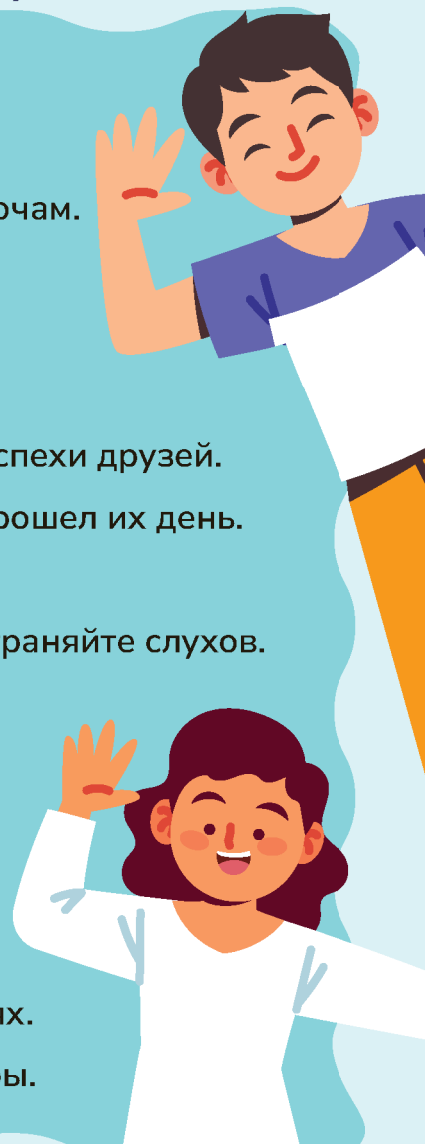
Дружелюбие – это качество, которое помогает нам устанавливать и поддерживать хорошие отношения с другими людьми. Проявляется в открытости, искренности, готовности помочь и поддержать других.



Дружелюбие помогает создавать крепкие связи с окружающими, что в свою очередь приводит к более гармоничной и счастливой жизни. Когда мы дружелюбны, мы можем легче находить общий язык с людьми, устанавливать новые знакомства и развивать отношения. Дружелюбие способствует улучшению настроения и общего самочувствия, так как оно связано с ощущением счастья и удовлетворенности жизнью.

Вот несколько советов, которые помогут вам быть дружелюбными:

- Приветствуйте друзей с улыбкой и уважением.
- Обращайтесь ко всем по имени.
- Уважайте мнение друзей и старайтесь не спорить по мелочам.
- Проявляйте любовь к своим близким.
- Делитесь новостями и интересными событиями, которые происходят в вашей жизни.
- Будьте открытыми и искренними в общении, отмечайте успехи друзей.
- Проявляйте интерес к жизни друзей, спрашивайте, как прошел их день.
- Не навязывайте свое мнение.
- Не критикуйте друг друга, не сплетничайте и не распространяйте слухов.
- Участвуйте в школьных мероприятиях.
- Стремитесь к тому, чтобы всем было весело и интересно.
- Проявляйте интерес к общению с друзьями.
- Стремитесь к тому, чтобы все участники общения чувствовали себя комфортно и уверенно.
- Будьте готовы помочь своим близким в трудных ситуациях.
- Проводите время вместе, организуйте мероприятия и игры.



БАЛАЛАРҒА АРНАЛҒАН КЕҢЕСТЕР ӨМІРШЕҢДІККЕ ҚАЛАЙ ҚОЛ ЖЕТКІЗУГЕ БОЛАДЫ?



Жанжалдарға, ашуланшақтық пен күйгелектікке, психологиялық жарақаттарға және басқа да өмірлік мәселелерге қарсы тұруды қалай үйренуге болады?

Барлық адам үнемі қандай да бір жолмен жарақаттайтын, қиын жағдайларға тап болады: жұмыстағы немесе оқудағы сәтсіздіктер, жақын адамдары және достарымен қарым-қатынас, аурулар, туыстарының қайтыс болуы, жақын адамдардан айырылуы және т.б. Өкінішке орай, бұл тізім өте ұзақ уақытқа созылуы мүмкін...



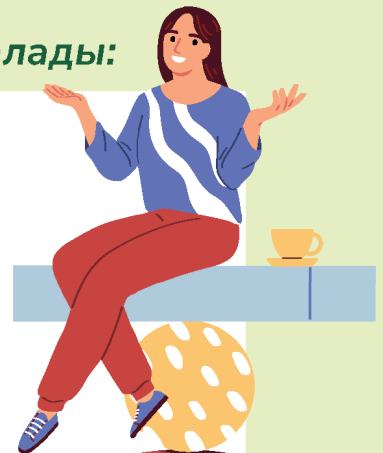
Тағдырдың соққыларын, жағымсыз жағдайларды еңсеруге, күйгелектікті жеңуге көмектесетін маңызды қасиет – өміршеңдік.



Өміршеңдік – бұл адамның энергияны, өнімділік пен ішкі тепе-теңдікті сақтай отырып, қиын жағдайларды бастан кешіре білу қабілеті.

Дәстүр бойынша өміршеңдіктің үш компоненті айқындалады:

- ◆ өз өміріне қанағаттану, өз бетінше шешім қабылдау қабілеті;
- ◆ бақылау – дәрменсіздікті болдырмау, оқиғалар арасындағы себеп-салдар байланысын түсіну;
- ◆ тәуекелге бару.



Өміршеңдік неге байланысты?

Қысқа мерзімді күрделі мәселелерді және онша ауыр емес, бірақ ұзақ мерзімді дағдарыстарды біз бірдей еңсереміз. Адамдардың жарақаттайтын тәжірибемен қалай күресетініндегі айырмашылықтар психологиялық тұрақтылыққа байланысты. Өмірлік мәселелерді лайықты қабылдап, шешу қабілетін өз бетінше дамытуға болады.



СОВЕТЫ ДЕТЯМ КАК СТАТЬ ЖИЗНЕСТОЙКИМ?



Как научиться противостоять конфликтам, вспышкам раздражительности и гнева, психологическим травмам и другим жизненным проблемам?

Все люди так или иначе постоянно сталкиваются с травмирующими обстоятельствами, сложными ситуациями: неудачами в работе или учебе, отношениями с близкими людьми и друзьями, болезнями, смертью родственников, потерями дорогих сердцу вещей и многим другим. К сожалению, этот список можно продолжать очень долго...



Пережить удары судьбы, неприятности, трудности, преодолеть стресс помогает важное качество – **жизнестойкость**.



Жизнестойкость – это способность человека переживать сложные ситуации, сохраняя энергию, работоспособность и внутреннее равновесие.

Традиционно выделяют три компонента жизнестойкости:

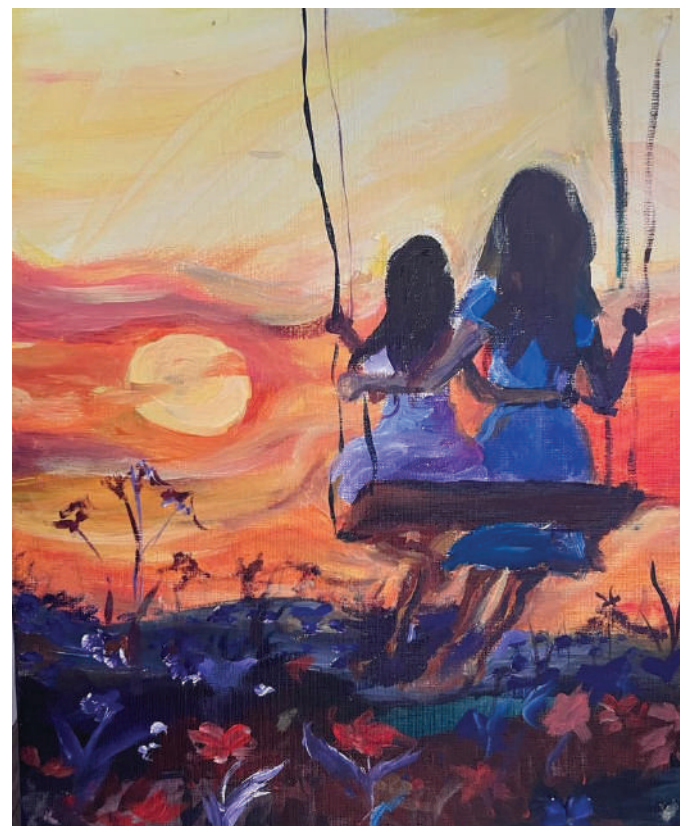
- ◆ удовлетворенность своей жизнью, способность принимать решения самостоятельно;
- ◆ контроль – умение избегать беспомощности, понимание причинно-следственных связей между событиями;
- ◆ принятие риска.



От чего зависит жизнестойкость?

Серьезные краткосрочные проблемы и менее тяжелые, но длительные кризисы мы переносим одинаково. Различия в том, как люди справляются с **травмирующим** опытом, зависят от психологической устойчивости. Способность достойно принимать и решать жизненные проблемы можно развить в себе самостоятельно.





БІЗ АНАММЕН БІРГЕ СУРЕТ САЛАМЫЗ

Халықаралық әйелдер күні қарсаңында қазақстандық оқушылар «Өркен» балалардың әл-ауқатының ұлттық ғылыми-практикалық институты ұйымдастырған **«Анаммен бірге сурет саламыз» республикалық сурет байқауына** қатысты.

Байқаудың мақсаты – ата-аналар мен балалар арасындағы шығармашылық өзара іс-қимылды ынталандыру, отбасы институтын нығайтуға және балалар мен ата-аналар қарым-қатынасын дамытуға жәрдемдесу.

Байқауға қатысу – бұл ана мен баланың өз сезімдерін білдіру және бірегей естеліктер жасау арқылы шығар-





РИСУЕМ ВМЕСТЕ С МАМОЙ

В преддверии Международного женского дня казахстанские школьники приняли участие в **Республиканском конкурсе рисунков «Рисуем вместе с мамой»**, организованном Национальным научно-практическим институтом благополучия детей «Өркен».

Цель конкурса – поощрение творческого взаимодействия между родителями и детьми, содействие укреплению института семьи и развитию детско-родительских отношений.



машылық процеске ену мүмкіндігі. Бірлескен шығармашылықтың әр сәті ерекше және есте қаларлық болды, ал қарым-қатынастан алынған ләззат отбасылық қарым-қатынастың маңыздылығын көрсетті.

Байқау барысында жарқын шығармашылық жұмыстар жасалды, олардың әрқайсысы аналар мен балалар арасындағы терең рухани байланысты көрсетті. Балалардың ерекше қиялы, түстер мен пішіндердің үйлесімі әр суретті ерекше етті.

Мұндай іс-шаралар балалардың көркемдік дағдыларын дамытуға ғана емес, сонымен қатар отбасылық байланыстарды нығайтуға, ата-аналар мен балалар арасындағы қарым-қатынас пен түсіністікті жақсартуға ықпал етеді және оларға қатысу отбасының құндылығын және өмірдегі ең маңызды және қымбат нәрсе әрқашан біздің қасымызда екенін еске салады.

Анаммен бірге жасалған әрбір сурет – отбасылық әл-ауқат сақталатын сүйіспеншіліктің, сенімнің, қамқорлық пен қолдаудың символы.

«Анаммен бірге сурет саламыз» байқауына қатысу мектеп оқушылары мен олардың аналарына өздерінің шығармашылық әлеуетін ашуға, бір-біріне жақын бола түсуге, өзара қарым-қатынастарын нығайтуға және отбасылық жәдігерлер жасауға мүмкіндік берді.

Ол құндылықтар қатысушыларға олар тек отбасында шынайы жақсы көре алатындарын және оларды жақсы көретінін әрдайым еске салып тұратын болады.

Участие в конкурсе – это возможность для мамы и ребенка погрузиться в творческий процесс, выражая свои чувства и создавая уникальные воспоминания. Каждый момент совместного творчества становился особенным и запоминающимся, а полученное удовольствие от общения подчеркивало важность семейных отношений.

В ходе конкурса были созданы яркие творческие работы, каждая из которых отражала глубокую духовную связь между мамами и детьми. Неповторимая детская фантазия, сочетание цветов и форм сделали каждый рисунок уникальным.

Подобные мероприятия способствуют не только развитию художественных навыков детей, но и укреплению семейных уз, улучшению коммуникации и понимания между родителями и детьми, а участие в них напоминает о ценности семьи и о том, что самое важное и дорогое в жизни – всегда рядом с нами.

Каждый созданный вместе с мамой рисунок – символ любви, доверия, заботы и поддержки, на которых держится семейное благополучие.

Участие в Конкурсе «Рисуем вместе с мамой» позволило школьникам и их мамам раскрыть свой творческий потенциал, стать ближе друг к другу, укрепить свои отношения и создать настоящие семейные реликвии, которые будут напоминать о том, что только в семье мы любим и любимы...





Руслан Болатұлы Шынбаев – еңбек сіңірген спортшы, Петропавлдық талантты жазушы. Оның өмірі спорттық жетістіктер мен әдеби жетістіктерге толы, бұл оның жеке тұлғасын жарқын және есте қаларлық етеді.

Бала кезінен бастап Руслан Болатұлы бокс пен кикбоксингке әуестеніп, мектеп жарыстарында ерекше спорттық қабілеттерін көрсетті. Көптеген жылдар бойы ол республикалық және халықаралық деңгейдегі жарыстарға қатысып, жеңімпаз атанып, спорттық қоғамдастықтың құрметіне ие болды.

Руслан Шынбаев спорттық мансабынан басқа ұлттық спорт түрлерін насихаттау және дамытумен белсенді айналысады. Ол Қажымұқан атындағы балалар мен жасөспірімдердің Петропавл облыстық ұлттық спорт түрлері спорт мектебін басқарып, өзінің білімі мен тәжірибесін жас спортшыларға беруде.

Алайда спорт Руслан Шынбаевтың талантын көрсететін жалғыз бағыт емес. Ол сондай-ақ 100-ден астам өлең мен төрт прозалық шығарманың авторы: **«Легенды степи. Пробуждение», «Легенды степи. Отомщение», «Тарлан» и «Меченный».**

«Легенды степи. Пробуждение» кітаптар сериясы қызды аңнан құтқарған батыр Арыстанның қызықты тарихын сипаттайтын екі томнан тұрады. Сюжет кейіпкерлердің өмірін байланыстыратын және оларды үлкен сынақтар мен ерлікке жетелейтін оқиғалар төңірегінде дамиды.

«Легенды степи. Отомщение» – қазақтардың жоңғарлармен азаттық күресі тарихындағы жаңа тарауды ашатын серияның соңғы бөлігі.

Қазіргі уақытта автор өзінің бесінші шығармасы – «Қызылжар» бойынша белсенді жұмыс істеуде.

Руслан Болатович Шынбаев – заслуженный спортсмен, талантливый писатель из Петропавловска. Его жизнь наполнена спортивными достижениями и литературными успехами, которые делают его личность яркой и запоминающейся.

С детства Руслан Болатович увлекался боксом и кикбоксингом и уже на школьных соревнованиях проявлял незаурядные спортивные способности. В течение многих лет он участвовал в соревнованиях республиканского и международного уровня, становясь победителем и заслуженно получая признание спортивного сообщества.

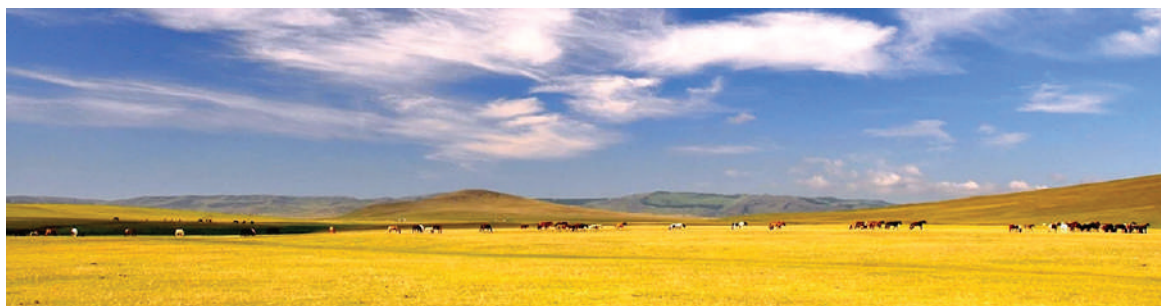
Помимо спортивной карьеры, Руслан Шынбаев активно занимается популяризацией и развитием национальных видов спорта. Он руководит Петропавловской областной детско-юношеской спортивной школой национальных видов спорта им. Кажымукана, где передает свои знания и опыт молодым спортсменам.

Однако спорт не единственное направление, в котором проявляется талант Руслана Шынбаева. Он также является автором более 100 стихотворений и четырех прозаических произведений: **«Легенды степи. Пробуждение», «Легенды степи. Отомщение», «Тарлан» и «Меченный».**

Серия книг «Легенды степи» состоит из двух томов, описывающих захватывающую историю батыра Арыстана, спасшего девушку от зверя. Сюжет развивается вокруг событий, переплетающих жизни героев и ведущих их к великим испытаниям и подвигам.

«Легенды степи. Отомщение» – завершающая часть серии, открывающая новую главу в истории освободительной борьбы казахов с джунгарами.

В настоящее время автор активно работает над своим пятым произведением – «Қызылжар».



Қазақстандық
жазушы **Нұрайна
Сәтбаеваның**

шығармашылығы әртүрлі әдеби жанрлармен ерекшеленеді. Ол «Серебряная тамга Альки», атты балаларға арналған кітаптың авторы, онда автор Қазақстандағы Маңғыстау түбегінің аумағында тұратын сирек кездесетін жануарлар әлемін зерттейді.

Кітаптың басты кейіпкері – Алька есімді бала. Ол атасынан сыйлық ретінде алған сиқырлы күміс тамғаның арқасында жануарлардың тілін түсінудің ерекше қабілетіне ие. Осы сәттен бастап жануарлармен, соның ішінде итбалық, бүркіт, ақбөкен және басқалармен достық пен түсіністіктің керемет әлемін ашады.

Нұрайна Сәтбаева Ақтау қаласындағы өзінің балалық шағы, Бүркіт жартастарына немесе Қаракөл көліне әрбір сапар керемет шытырман оқиғаға айналғаны, табиғат пен жануарларды бақылау оның қызығушылығы мен қоршаған әлемді тануға деген ұмтылысын оятқан кез туралы айтады.

«Серебряная тамга Альки» кітабында ертегі сюжеттері Қазақстанның Қызыл кітабындағы жануарлар туралы ғылыми ақпаратпен үйлеседі, бұл оқырмандарға кейіпкердің қызықты оқиғаларынан ләззат алып қана қоймай, өз елінің табиғаты туралы жаңа және қызықты нәрсені білуге мүмкіндік береді.

Шығарма мемлекеттік және орыс тілдерінде жарық көрді, бұл кітапты оқырмандардың барлық санаттары үшін қолжетімді етеді.

«Серебряная тамга Альки» – бұл жай ғана әңгімелер жинағы емес, ол табиғат әлеміне саяхат, ондағы басты құндылықтар жануарларға деген құрмет пен сүйіспеншілік, оларға қамқорлық жасау және қиындыққа тап болғандарға көмектесуге ұмтылу болып табылады.

Мейірімділікке, дана өмір сабақтарына толы кітап оқырмандарды таңғайып жануарлар әлеміне қызықты саяхатқа шақырады.



Творчество казахстанской
писательницы **Нурайны
Сатпаевой**

отличается разнообразием литературных жанров. Она автор книги для детей под названием «Серебряная тамга Альки», в которой автор исследует мир редких животных, обитающих на территории казахстанского полуострова Мангыстау.

Главный герой книги – мальчик по имени Алька. Он обладает уникальной способностью понимать язык животных благодаря волшебной серебряной

тамге, которую получил в подарок от бабушки. С этого момента для него открывается прекрасный мир дружбы и взаимопонимания с животными, среди которых тюлененок, беркут, сайгаченок и многие другие.

Нурайна Сатпаева рассказывает о своем детстве в городе Ақтау, когда каждая поездка на Орлиные скалы или к озеру Караколь становилась невероятным приключением, а наблюдения за природой и животными пробуждали в ней любознательность и стремление к познанию окружающего мира.

В книге «Серебряная тамга Альки» удивительным образом сочетаются сказочные сюжеты с научной информацией о животных из Красной книги Казахстана, позволяя читателям не только насладиться увлекательными приключениями героя, но и узнать что-то новое и интересное о природе своей страны.

Произведение издано на государственном и русском языках, что делает книгу более доступной для всех категорий читателей.

«Серебряная тамга Альки» – это не просто сборник рассказов, а путешествие в мир природы, в котором главными ценностями являются уважение и любовь к животным, забота о них и стремление помогать тем, кто попал в беду.

Книга, наполненная добротой, мудрыми уроками жизни, приглашает читателей в захватывающее путешествие по удивительному миру животных.

Жас талантты
комикс
авторы, кино,
телехикаялар,
музыкалық
бейнелер мен
жарнамалардың
сценарисі

Әлібек Қожағелдиев

бала кезінен шығармашылық қабілеттерін көрсетті. Оның алғашқы аяқталған «*Мы не супергерои*» әңгімесі екі баланың кездейсоқ супер күшке ие болып, қиындықтарға тап болған оқиғаларын баяндайды. Әзіл-оспақ, сүйкімді сурет және баяндаудың қарапайымдылығы бұл комиксті барлық жастағы адамдар үшін тартымды етеді.

«*Мы не супергерои*» комиксінің ерекшелігі – кейіпкерлер мен оқиғалар туралы әңгіме әртүрлі тұрғыдан ұсынылған: алдымен Жасик есімді ұл, содан кейін Сания деген қыз айтады. Бұл сторителлинг фишкасы оқиғаны оқырмандар үшін қызықты әрі танымдық етеді.

Әлібек Қожағелдиевтің жаңа комиксі – «*Өзгеше Мақта қыз*», «*Мақта қыз бен мысық*» атты қазақ халық ертегісінің сюжетіне негізделген. Бұл әңгімеде Мақта қыз қарапайым қыздан балалар қорқатын сиқыршыға айналады. Комикстің басты кейіпкерлері – Кахар атты ұл мен оның әпкесі Ерке, олар Кахар мақтаның үйінде кездейсоқ хрусталь вазаны сындырып алғаннан кейін күлкілі және күтпеген жағдайларға тап болады.

Әлібек Қожағелдиев оқырмандарды баурап алатын және оларды күлдіретін қызықты және күлкілі оқиғаларды баяндайды. Ол өзінің шығармашылығының жанкүйерлеріне ұмытылмас шытырман, қызықты оқиғаларды сыйлай отырып, таңдандырып, қуантады және оның әңгемелерінен әркім қызықты нәрсе таба алады.



Молодой талантливый автор комиксов, раскадровщик кино, сериалов, музыкальных клипов и рекламы **Алибек Кожажелдиев**

проявил творческие способности еще в детстве. Его первая законченная история «*Мы не супергерои*» рассказывает о приключениях двоих детей, которые случайно обрели суперспособности, в результате чего столкнулись с неприятностями. Сочетание юмора, милой рисовки и легкости

повествования делают этот комикс привлекательным для всех возрастов.

Особенностью комикса «*Мы не супергерои*» является то, что рассказ о персонажах и событиях представлен с разных точек зрения: сначала говорит мальчик Жасик, затем девочка Сания. Эта сторителлинговая фишка делает историю более интересной и увлекательной для читателей.

Новый комикс Алибека Кожажелдиева – «*Өзгеше Мақта қыз*», основанный на сюжете казахской народной сказки «*Мақта қыз бен мысық*». В этой истории Мақта қыз преобразуется из обычной девочки в волшебницу, которую боятся дети. Главные герои комикса – мальчик Кахар и его сестра Ерке, которые попадают в забавные и нелепые ситуации после того, как Кахар случайно разбивает хрустальную вазу в доме Мақта қыз.

Алибек Кожажелдиев рассказывает увлекательные и смешные истории, которые увлекают читателей и заставляют их улыбаться. Он не перестает удивлять и радовать, даря поклонникам своего творчества незабываемые приключения и захватывающие истории, где каждый найдет что-то интересное и увлекательное.



ИНТЕРНЕТТЕГІ ҚАУІПСІЗДІК



◆ СЕҢІҢ ЭЛЕКТРОНДЫҚ ПОШТАҒА КЕЛГЕН ХАТТА СІЛТЕМЕ НЕМЕСЕ ФАЙЛ БАР. ОНЫМЕН НЕ ІСТЕЙСІҢ?

Күдікті мекенжайлардағы хаттарды, ең алдымен спамды, оқымай-ақ дереу жою керек. Егер хаттың иесі таныс болса, сілтемеге өтпес бұрын, ол ұсынған сайттың атын оқып, файлды антивируспен тексеру керек. Өкінішке орай, тіпті таныс адамның компьютері зиянды бағдарлама жұқтырған болуы және қауіп төндіруі мүмкін.

◆ СЕҢІҢ БАЙЛАНЫС ПАРАҚШАҒА (SKYPE, ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІ, МЕССЕНДЖЕР ЖӘНЕ Т.Б.) СЕН ТАНЫМАЙТЫН АДАМ ДОС БОЛУДЫ ҰСЫНДЫ. СЕН НЕ ІСТЕЙСІҢ?

Бейтаныс адамдарды достарың мен байланыстарыңның тізіміне енгізуге болмайды. Егер қолайсыз есімді адам сенің танысың болса, ол өмірдегі нақты қарым-қатынас кезінде өз өтінішін айтып, оның ұсынысын неге қабылдамағаның туралы сұрайды, осылайша түсініксіз жағдай тез шешіледі.

◆ ФОРУМҒА ТІРКЕЛУ КЕЗІНДЕ ӨЗІҢДІ ҚАЛАЙ АТАЙСЫҢ?

Интернеттегі аккаунттарды құру кезінде мүмкіндігінше шын атыңды немесе оның бөліктерін, туған күніңді және басқа да жеке ақпаратты пайдаланудан аулақ болу керек. Жынысыңды, жасыңды анықтауға мүмкіндік бермейтін ник таңдаған дұрыс.



БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНТЕРНЕТЕ



◆ ПИСЬМО, КОТОРОЕ ПРИШЛО НА ТВОЙ ПОЧТОВЫЙ ЯЩИК, СОДЕРЖИТ ССЫЛКУ ИЛИ ФАЙЛ. КАК ТЫ С НИМ ПОСТУПИШЬ?

Письма с подозрительных адресов, в первую очередь спам, следует сразу удалять не читая. Если адресант известен, то перед переходом по ссылке нужно прочитать название сайта, на который она ведет, а файл проверить антивирусом. К сожалению, компьютер даже знакомого человека может быть заражен вредоносной программой и нести угрозу.

◆ К ТЕБЕ В КОНТАКТ-ЛИСТ (В SKYPE, СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ, МЕССЕНДЖЕРЕ И Т. П.) ПОПРОСИЛСЯ КТО-ТО, КОГО ТЫ НЕ ЗНАЕШЬ. ЧТО ТЫ СДЕЛАЕШЬ?

Нельзя заносить чужаков в списки друзей и контактов. Если под странным именем скрывается какой-то знакомый, он наверняка выразит при реальном общении свое намерение добавиться друг к другу или недоумение по поводу твоего молчания на его запрос, и ситуация быстро разрешится.

◆ КАК ТЫ НАЗОВЕШЬСЯ ПРИ РЕГИСТРАЦИИ НА ФОРУМЕ?

При создании аккаунтов в интернете по возможности следует избегать использования своего реального имени или его частей, даты рождения и другой личной информации. Лучше всего выбрать такой ник, который не позволит определить ни половую принадлежность, ни возраст.



**ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖУРНАЛ /
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
БАС РЕДАКТОР / ГЛАВНЫЙ
РЕДАКТОР** Е. Н. Имангалиев

**РЕДАКЦИЯЛЫҚ КЕҢЕС /
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ**

Е. Н. Сакенова
И. М. Самсаев
Р. Ф. Кудрякова
Г. К. Калиева
И. В. Калачева
М. К. Таипова
Г. У. Сагимбаева
А.М. Саликова
Г. Б. Омарова
Б. Ш. Алиев
В. В. Шахгулари

**ДИЗАЙН ЖӘНЕ БЕТТЕУ /
ДИЗАЙН И ВЕРСТКА**

А. М. Саликова
Т. В. Васько
Фото freepik.com

РЕДАКТОР-КОРРЕКТОР

Е. М. Песина

РЕДАКЦИЯ МЕКЕН-ЖАЙЫ:

Қазақстан Республикасы, Z05X4M9,
Астана қ., Есіл ауданы, Мәңгілік ел
даңғылы, 8/2 ғимарат
«ӨРКЕН» балалардың әл-ауқатын
арттыру ұлттық ғылыми-практикалық
институты» КеАҚ

АДРЕС РЕДАКЦИИ:

Республика Казахстан, Z05X4M9,
г. Астана, район Есиль, пр. Мәңгілік ел,
здание 8/2
НАО «Национальный научно-
практический институт благополучия
детей «ӨРКЕН»

ЖУРНАЛДЫҢ МЕНШІК ИЕСІ

«ӨРКЕН» балалардың әл-ауқатын
арттыру ұлттық ғылыми-практикалық
институты» КеАҚ

СОБСТВЕННИК ЖУРНАЛА

НАО «Национальный научно-
практический институт благополучия
детей «ӨРКЕН»

**ЖУРНАЛ ШЫҒАРЫЛЫМЫНЫҢ
ЖИЛІГІ**

Ай сайын

**ПЕРИОДИЧНОСТЬ ВЫПУСКА
ЖУРНАЛА**

Ежемесячный

Қазақстан Республикасы Мәдениет
және ақпарат министрлігі Ақпарат
комитетінің 2024 жылғы 15 наурызда
берген № KZ52VPY00089109 тіркеу
куәлігі

Регистрационное свидетельство
№ KZ52VPY00089109 от 15 марта
2024 года выдано Комитетом
информации Министерства культуры
и информации Республики Казахстан.

Деректердің дәлдігі мен ақпараттың
сенімділігі үшін материал авторлары
жауапты.

За точность фактов и достоверность
информации ответственность несут
авторы материалов.