

Psixoloq deyir ki...

Məktəbi uşağa necə sevdirməli?

Yeni həyatın astanasında

Yeni tədris ilinin başlanmasına sayılı günlər qalıb. Sentyabr ayı təkcə payızın yox, həm də məktəb həyatının yeni-dən canlandığı bir dövrdür. Bu il də minlərlə 6 yaşlı uşağın məktəb həyatı ilə ilk tanışlığı baş tutacaq. Onlar üçün bu, sadəcə məktəb formasını geyinib, parta arxasına keçmək deyil, yeni bir həyat mərhələsinə qədəm qoymaq deməkdir.

Artıq o uşaq bağçasındakı körpə deyil. Evin balacası, nənə-babaların əzizlədiyi uşaq indi daha geniş bir sosial mühitə – məktəbə daxil olur. Sevimli oyuncaqları, laylalar və tanış ev mühiti geridə qalır. Qaydalar, məsuliyyət, paylaşmaq və səbir kimi anlayışlar onun yeni gündəminə çevrilir. Bu dəyişiklik böyük görünməyə bilər, lakin bir uşaq

üçün bu, əslində, onun daxili dünyasında ciddi bir çevrilişdir.

Bu, həm də valideyndən ayrılmaq, yeni insanlarla münasibət qurmaq və ən əsası öz ayaqları üstündə durmaq deməkdir. Ən çox sevdiyi oyuncağını belə paylaşmaq istəməyən, “mən tək yatmıram” deyən uşaq, həmin gündən etibarən şagird olaraq müstəqil şəkildə partada oturacaq, müəllim və digər parta yoldaşları ilə ünsiyyət quracaq.

Bəs necə edək ki, ilk dəfə məktəbə qədəm qoyacaq uşağın adaptasiya dövrü rahat keçsin? Valideyn və müəllimlər bununla bağlı nələrə diqqət etməlidirlər? Bu və digər suallarla psixoloq Aynur Bünyatovaya müraciət etdik.

Uşağın məktəbə necə alışıacağı onun gələcək təhsil uğurlarına birbaşa təsir göstərir

Psixoloq qeyd edir ki, birinci sinif uşağın həyatında sadəcə yeni bir mərhələ deyil, bu, onun ilk ictimai təcrübəsidir. Bu dövrdə uşaq artıq bağcanın oyun dolu, sərbəst mühitindən nizam-intizam tələb edən məktəb sisteminə keçir. Hər bir ailə üçün həmin keçid həm sevinc, həm də narahatlıqla müşayiət olunur. Çünki uşağın məktəbə necə alışacağı onun gələcək təhsil uğurlarına, emosional sabilliyinə və sosial bacarıqlarına birbaşa təsir göstərir: “Uşağın məktəbə ilk addımı – onun üçün təkcə bir partanın arxasında oturmaq deyil, həm də özünü tanımaq, ictimai münasibətləri öyrənmək və müstəqil bir fərd olmağa doğru ilk böyük addımı atmaqdır. Bu mərhələ həm uşaq, həm valideyn, həm də müəllim üçün mühüm və həssas bir keçid dövrüdür. Bu keçidin uğurlu olması üçün ən vacib amil təhlükəsizlik, anlayış və sevgi ilə əhatə olunmuş bir mühitin yaradılmasıdır. Uşaq özünü dəyərli hiss etdiyi bir mühitdə böyüdükcə, yalnız dərs deyil, həyatın özü haqqında da çox şeyi öyrənəcək.

Məktəbə adaptasiya dedikdə, uşağın yeni mühitə psixoloji və sosial baxımdan uyğunlaşması nəzərdə tutulur. O, özünü təhlükəsiz hiss etməli, müəllim və sinif yoldaşları ilə münasibət qura bilməli, qaydalara

əməl etməyi öyrənməli və oxumağa maraq göstərməlidir. Bu proses bir neçə mərhələdən keçir: əvvəlcə həyəcan və maraq qarışığı hisslər üstünlük təşkil edir, daha sonra yeni rejimə alışmağa cəhd edilir, bəzən aqressivlik və ya qapalıqlıq müşahidə olunur. Təxminən iki-üç ay ərzində isə uşaq məktəbi artıq təhlükəsiz mühit kimi qəbul edir, müəllim və yoldaşları ilə münasibətləri möhkəmlənir və dərslərə daha fəal qoşulur”.

A.Bünyatovanın sözlərinə görə, adaptasiya prosesi həmişə hamar getmir. Belə ki, davamlı emosional qeyri-sabitlik, təlimə maraqsızlıq və məktəbdən imtina halları müşahidə olunarsa, bu, daha dərindən dəstək tələb edir. Bu dövrdə uşağın yaşı mühüm rol oynayır.

Sentyabrdan əvvəl altı yaşlı tamamlanan uşaqlar məktəbə daha tez uyğunlaşırlar

Həmsöhbətimiz maraqlı bir faktı diqqətə çatdıraraq söyləyir ki, sentyabrdan əvvəl altı yaşlı tamamlanan uşaqlar məktəbə daha tez uyğunlaşırlar, çünki onların psixoloji və fiziki inkişafı məktəb mühitinə daha uyğundur. Sentyabrdan sonra altı yaşını tamam edənlər isə hələ bağça psixologiyasına yaxın olur və yeni mühitə alışmaları bir qədər uzun çəke bilər. Ona görə də müəllimlər və valideynlər belə uşaqlara xüsusi diqqət göstərməlidirlər.

şı inkişaf etmiş motor bacarıqları – yazmaq, dəftərlə işləmək, xətt çəkmək uşağa dərs prosesinə daha rahat qoşulmağa imkan verir. İdmanla məşğul olan uşaqlar daha dözümlü olur, uzun dərs gününə psixoloji cəhətdən asan uyğunlaşırlar. Əks halda fiziki zəiflik tez yorulmaya, diqqətin dağılmasına və emosional gərginliyə səbəb ola bilər.

Müəllim anlayışlı, qayğıkeş və istiqamətləndirici olmalıdır

Həmsöhbətimiz deyir ki, xüsusilə müəllimlər bu dövrdə yüksək həssaslıq, səbir və anlayış nümayiş etdirməlidirlər. Onların yaratdığı təhlükəsiz və dəstəkləyici mühit uşaqların özlərini ifadə etmələrini asanlaşdırır. Uşaq qaydalara öyrəşməkdə çətinlik çəkə bilər. Amma bu qaydalar izah edilərək,

Nə valideyn müəllimi, nə də müəllim valideyni tənqid etməməlidir

Psixoloq adaptasiya prosesində valideynlərin rolunu da önə çəkir. Bildirir ki, balacaların məktəbə qısa zamanda öyrəşməsində, təhsil həyatına uyğunlaşmasında müəllim-valideyn əməkdaşlığı mütləqdir. Məktəbə başlama dövründə müəllim və valideynlər arasında güclü əməkdaşlıq vacibdir. Bu əməkdaşlıq uşaq üçün ortaq və sabit bir mesaj mənbəyi yaradır: “Necə bir əməkdaşlıq qurulmalıdır? – sualına cavab olaraq bildirim ki, müəllimlər uşağın gündəlik durumu, emosional halları, davranış dəyişiklikləri ilə bağlı valideynlərlə tez-tez əlaqə saxlamalıdır. Valideyn də evdə müşahidə etdiklərini müəllimlə bölüşməlidir. Bu, uşağın bütöv psixoloji portretinin formalaşmasına yardım edir. Valideynlərlə açıq ünsiyyət və mütəmadi geri bildirim isə uşağın inkişafını izləmək və çətinlikləri vaxtında görmək baxımından vacibdir. Ən vacib prinsip isə qarşılıqlı ittihamlardan uzaq durmaqdır. Əgər uşaqda çətinliklər yasanırsa, nə valideyn müəllimi, nə də müəllim valideyni tənqid etməməlidir. Məsələyə “biz bu problemi bir yerdə necə həll edə bilərik?” düşüncəsi ilə yanaşılmalıdır.

A.Bünyatova qeyd edir ki, valideynlər uşağın hisslərini inkar etməməli, anlayışla yanaşmalıdır. Məsələn: “Mən bilirəm ki, həyəcanlısan, bu normaldır” kimi ifadələr uşağın özünü güvənli hiss etməsinə səbəb olur. Gündəlik sabit rejim, vaxtında yatmaq və səhər yeməyi isə uşağın təhlükəsizlik duyğusunu gücləndirir. Valideynlər övladlarını başqaları ilə deyil, yalnız öz dünənki nəticələri ilə müqayisə etməli, tənqiddən çox təşviq etməlidirlər.

Psixoloqun fikrincə, nəticə olaraq, birinci sinif uşağın yalnız məktəbə deyil, bütövlükdə cəmiyyətə inteqrasiyasının başlanğıcıdır. Onun yaşı, cinsi və fiziki inkişafı adaptasiya prosesi-nə təsir etsə də, həlledici rol valideynlərin və müəllimlərin göstərdiyi diqqət və dəstəyə məxsusdur. Anlayış və qayğı ilə müşayiət olunan bu mərhələ uşağın gələcəkdə özünəinamı, təşəbbüskar və sosial baxımdan uğurlu şəxsiyyət kimi formalaşmasına möhkəm zəmin yaradır.

Samirə KƏRİMOVA



Qızlar qaydalara riayət etməyə, oğlanlar isə sərbəstliyə meyillidirlər

Psixoloq söyləyir ki, adaptasiyaya təsir edən başqa bir faktor da cins fərqləridir. Qız uşaqları qaydalara riayət etməyə, ünsiyyət qurmağa və müəllimlə əməkdaşlığa oğlanlardan daha çox meyillidirlər. Oğlanlarda isə enerjinin çoxluğu, diqqətin tez yayınması və intizam problemləri daha qabarıq görünür. Bu səbəbdən fərdi yanaşma çox önəmlidir. Fiziki inkişaf da unudulmamalıdır. Yax-

təzyiqsiz və ardıcıl şəkildə öyrədilməlidir. Cəza deyil, yönləndirmə əsas prinsip olmalıdır. Uşaq narahatlıq keçirdikdə, ağılıqda və ya küncə çəkildikdə onu danlamaq yox, anlayış göstərmək vacibdir. “Sən qorxmusan, bu normaldır. Amma burada mən varam, sən tək deyilsən” kimi cümlələr uşağın özünü güvənli hiss etməsinə kömək edir: “Hər bir şagirdin fərqli ritmlə öyrəndiyini qəbul etmək, dərsləri oyun elementləri ilə zənginləşdirmək motivasiyanı artırır”.