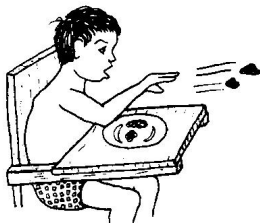
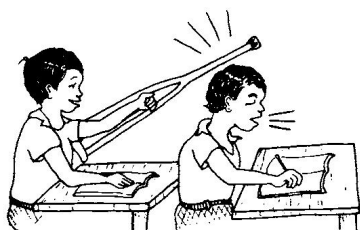


## Кантип баланын жүрүм-турумун оңдоп, үйрөнүүсүн жакшыртса болот



“Раулду эмдигиче өзүм кашыктан тамактандырууга аргасызмын. Анткени ал өз алдынча тамактанганда, тамагын чачып салмайы бар. Аны канчалык көп жазаласам, анын жүрүм-туруму ошончолук бузулат.”

“Эриканы атүгүл бир эле мүнөткө колуман түшүрсөм, ал өкүрүп-бакырып ыйлап баштайт. Эгер аны чоочун адамдар бар бир жерге алып барсам, күнүмдү ого бетер түгөтөт. Мисалы, кызымды сайдын жээгине ала барганда, анын өкүрүп-бакырмайы башталып, мага кир жууганга такыр мүмкүнчүлүк бербейт.”



Жорж үйдөн же мектептен башка балдарга тийишип, дайыма урушту баштайт же башка ээнбаштыкка жол берет. Четтен караганда, Жорж башкалардын ачуусун келтирүүдөн кадимкидей ырахат алгандай сезилет.”

Дени соо балдардын да, ден соолугу бузук балдардын да **жүрүм-туруму** бузулушу мүмкүн. Бирок өзгөчө муктаждыктары бар балдардын кээ бирлери өзүн туура алып жүрүү эрежелерин үйрөнө албай көбүрөөк кыйналышат. **Акыл-эси өрчүүсү артта калган** баланын жүрүм-турумунун начардыгы ата-энесинин жана айланасындагылардын талаптары ага так эмес жеткирилишинен же бир бирине каршы келүүсүнөн улам болушу мүмкүн. **Физикалык бузулуулары** бар балдар кээде чыргоолоно беришет же аларга бөтөнчө көңүл бурууну талап кылышат, анткени алар башкалардын жардамынан көз каранды. Алардын өзүнө ишеними жетишсиз болуп, башкалар аларды унутуп коёт деп коркушат. Бир четинен, өзүн тынч жана жакшы алып жүргөндө, аларга эч ким көңүл бурбайт экен деп түшүнгөн балдар, башкаларды аларга көңүл бурдуруу үчүн, атайылап ээнбаштык кыла башташы мүмкүн.

Негизи, эгер балдар улам-улам ээнбаштык кыла беришсе, демек алар мындай жүрүм-турумунан өзүнө кандайдыр бир пайда көрүшөт болуш керек. Андыктан, аларга өздөрүн туура алып жүрүүнү “НАЧАР” ЖҮРҮМ-ТУРУМГА САЛЫШТЫРМАЛУУ “ЖАКШЫ” ЖҮРҮМ-ТУРУМ КӨБҮРӨӨК КУБАНЫЧ ЖАНА ПАЙДА АЛЫП КЕЛЕРИН ДААНА КӨРСӨТҮП ЖЕТКИРҮҮ аркылуу гана үйрөтүүгө болот.

Биз бул бөлүмдө “бихевиористтик ыкманын” негизинде бул максатка жетүүнүн педагогикалык ыкмаларын карайбыз. Бул ыкмаларды 5 баскычка бөлсө болот:

1. Кандай шарттарда баланын жүрүм-туруму бузуларына ыклас коюп көңүл буруңуз.
2. Мындай жүрүм-турумунун себебин түшүнүүгө аракет кылыңыз.
3. Баланын муктаждыктарына жана анын өрчүп өнүгүүсүнүн деңгээлине туура келген педагогикалык максат коюңуз.
4. Бул максатка бара-бара (кичине кадамдар менен) жетүүнүн системин ойлонуштуруңуз. Мындай систем боюнча, бала «жакшы» жүрүм-туруму үчүн сыйланып кызыктырылып турушу керек, ал эми “начар” жүрүм-турумунан эч кандай пайда (ырахат, башкалар ага көңүл буруусун жана сыйлануу) көрбөөгө тийиш.
5. Баланын жүрүм-туруму жакшырганда, аны менен демейкидей эле (анчалык пландаштырылбаган) катнашууга бара-бара өтүңүз.

## ҮЙРӨТҮҮНҮН ЖАНА ЖҮРҮМ-ТУРУМДУ ОҢДООНУН БИХЕВИОРИСТТИК ЫКМАСЫ

### 1-баскыч. Баланы начар жүрүм-турумга түрткөн шарттарга байкоо жүргүзүңүз.

Балага өзүн туура алып жүрүүнү үйрөтүү үчүн, адегенде, жүрүм-туруму бузула баштаганда аны менен жана анын айланасында эмне болоруна ыклас коюп байкоо жүргүзүңүз. Мындай дыкат байкоо жүргүзүүнү бир же эки жума бою улантыңыз. Мүнөздүү жүрүм-турум моделдерин тагыраак аныктоо үчүн, маалыматтарды күндөлүккө так, конкреттүү жана жөнөкөй формада жазып каттап туруу сунуш кылынат. Баланын жүрүм-туруму кичине болсо да бузулуусуна алып келген нерселердин баарын жана ал мындай жүрүм-турумунан кандай пайда аларын байкап каттап туруңуз. Мисалы, Раулдун апасы күндөлүккө төмөнкүдөй жазууларды киргизген:



“Мен аны отургучуна отургузуп, тамагын табагына салып бердим”.



“Андан соң мен назарымды башка балдарыма бурдум, анткени аларды мектепке жөнөтүү зарыл эле”.



“Ал мени улам чакырып жатты, бирок мен ага бош эмес экенимди айтып, тынчтанууну буйрудум”.



“Рауль тамагын чачып жатат!”

“Бетинен чаап жибердим”.



“Ал ыйлап баштады. Аны сооротуу үчүн, ага тамагын кашык менен бердим”.



“Андан кийин аны жерге түшүрдүм. Ал оюнчуктары менен ойной баштады”.

### 2-баскыч. Байкоолоруңузга таянып, анын мындай жүрүм-турумунун себебин түшүнүүгө аракет кылыңыз.

Төмөнкү суроолорго жооп издеңиз:

- Баланын жүрүм-турумунун бузулуусуна эмнелер алып келет же түрткү (триггер) болот?
- Баланын мындай жүрүм-туруму сиз же анын айланасындагылар балага карата талаптарды так койгондун же алар бир бирине карама-каршы келүүсүнүн натыйжасы эмеспи?
- Бала мындай жүрүм-турумунан эмне пайда табат? Анткени тапкан пайдасы аны өзүн улам так ушундай алып жүрүүгө түртөт.
- Баланын мындай жүрүм-туруму, бир четинен, коркуу сезиминен же өз күчүнө ишенбөөдөн улам болуп жаткан жокпу?

Рауль кандай жагдайда тамагын чачып баштарына көп жолу байкоо жүргүзгөндөн кийин анын апасы төмөнкүлөрдү түшүндү:

- “Рауль жалгыз калганда, айрыкча мен башка балдарым менен алектенгенимде, ал тамагын көбүрөөк чача баштайт”.
- “Менин Раулга карата койгон талаптарым ыраатсыз жана бир бирине карама-каршы келет. Мен бир туруп уулумду урушуп калам, анан кайра эле аны сооротуп, ага бөтөнчө көңүл бура баштайм, мисалы, ага тамагын ымыркайга бергенсип кашыктап беремин”.
- “Рауль тамагын чачуу жолу менен моокумун болушунча кандырат”.

**РАУЛЬ ТАМАГЫН ЭМНЕ СЕБЕПТЕН ЧАЧЫП ЖАТКАНДЫГЫНЫН МҮМКҮНДҮҮ ТҮШҮНДҮРМӨСҮ**

| ТРИГГЕРЛЕР   | ТАМАГЫН ЧАЧКАНДА, АЛ ЭМНЕДЕН АЙРЫЛАТ?   | АЛ ЭМНЕ ПАЙДА ТАБАТ?   |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Раулга көңүл бурулбайт. Апасы башка балдары менен алектенгенде, Рауль башка бирөө менен катнашуудан четтетилип калат.</li> <li>• Жалгыз отуруп тамактанса, ага дагы далай убакыт эч ким көңүлүн бурбай коёт деп ал чочулашы мүмкүн. Рауль апасынын ага көргөн камынан жана ага көңүл буруусунан абдан көз каранды.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Апасы ага ачуулана баштайт, аны урушат, чаап да жиберет.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ага жакындарынын бардыгы көңүлүн бурат.</li> <li>• Апасы башка балдары менен алектенүүсүн дароо токтотуп, көңүлүн ага бурат.</li> <li>• Апасы аны урушканда же чаап жибергенде, эгер ал ыйлай баштаса, апасы аны аяп, дароо сооротуп кирет.</li> <li>• Андан кийин ага оюнчуктарын беришет, ошентип ал оюнчуктары менен ойноого мүмкүнчүлүк алат.</li> <li>• Аны кашыктан тамактандыруу чоңоюп апасынын камкордугунан жана ага көңүл буруусунан айрылып калуудан коркуу сезимин басат.</li> </ul> |

**3-баскыч. Баланын жүрүм-турумун оңдоо үчүн максат коюңуз.**

Эгер баланын жүрүм-турумунда дароо бир нече көйгөй бар болсо, аларды бир бирден өзүнчө чечкен оң. Позитивдүү болуңуз. Жөн гана “жаман жүрүм-турумду токтотуу” деп эмес, **сиз умтулган жакшы жүрүм-турумдун аныктамасын так берүүгө** аракеттениңиз. Раулга карата мындай максатты так коюу оңой: “аны өз алдынча жана тынч отуруп тамактануусуна үйрөтүү” (“тамагын чачуу адатын таштатуу” эле эмес).

**Алдыга коюлган максат баланын алына ылайык болууга жана өнүгүүсүнүн деңгээлине дал келүүгө тийиш** (354-бетти караңыз).

**4-баскыч. Өзүн жакшы алып жүрүүсүнө балага түрткү берип турган систем иштеп чыгыңыз.**

“Өзүн жакшы алып жүргөнү” үчүн баланы сөзсүз сыйлап кызыктырыңыз. Бала өзүн сиз каалагандай алып жүргөнү үчүн **аны дайыма мактап туруңуз**. Баланы сөз, кучактоо же ага ырахат берүүчү кандайдыр бир нерсе (мисалы, сүйүктүү оюнчугу менен ойноосуна уруксат берүү) аркылуу сыйлоого болот. Же болбосо, балага даамдуу бир нерсе берсе болот. Бирок даамдуу азыктарды абдан арык балдарга же эгер башка эч нерсе иштебегенде гана берип сыйлаган оң. **Даамдуу азыктар менен кошумча салмагы бар балдарды сыйлап кызыктыруудан оолак болуңуз** (340-бетти караңыз).

Мүмкүн болушунча, “начар” жүрүм-туруму үчүн баланы жазалабай эле, ага көңүл бурбай эле койгон оң. Баланы “начар” жүрүм-туруму үчүн жазалоонун ордуна “жакшы” жүрүм-туруму үчүн сыйлоо аркылуу ата-эне өзүнө да, балага да психикалык травма келтирүүсүз далай ийгиликтерге жетише алат.

“Жакшы” жүрүм-туруму үчүн баланы дайыма сыйлап кызыктырыңыз, ал эми “начар” жүрүм-туруму үчүн эч качан сыйлабаңыз. Бул – бихевиористтик ыкманын негизи.

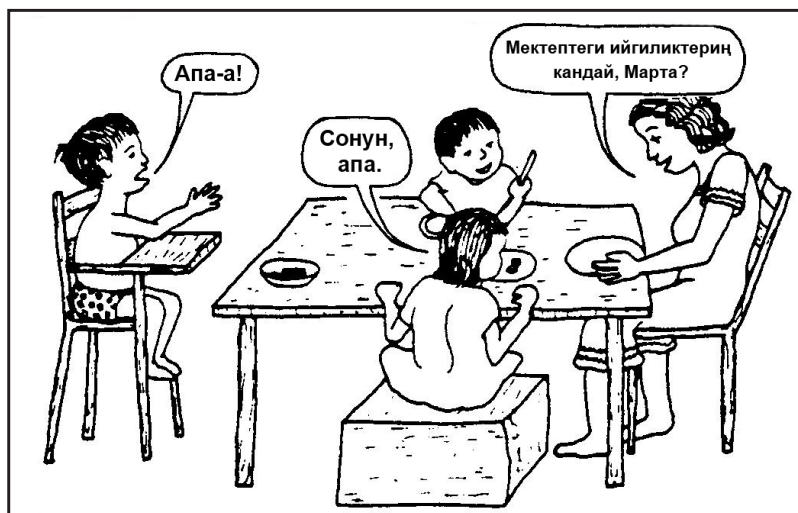
Мисалы, ар бир жолу Рауль тамагын чачпай, өз алдынча тамактанганда, үй-бүлөсүнүн бардык мүчөлөрү аны мактап, ага кол чабышса болот.

Рауль өзүн туура алып жүргөндө айланасындагылардын баары ага көңүл бурганын жана аны мактаганын байкайт.



Бирок Рауль тамагын чача баштаганда, айланасындагылар дайыма балага көңүл бурбай коюшу керек, жөн гана “Муну кылганын өкүнүчтүү, Рауль.” же “Дагы бир жолу чачсаң, табагыңды алып салууга аргасыз болом, анткени артыңан баарын тазалап туруудан чарчадым.” деп ага айтсаңыз болот. (Бала сиздин мындай жообуңузду жазалоо катары эмес, жүрүм-турумунун натыйжасы катары кабыл алышы зарыл.) **Балага алдын ала эскерткендериңизди дайыма аткарыңыз.**

Эми Рауль тамагын чачуудан эч пайда таппоосун дароо түшүнөт.



## КОШУМЧА ЭРЕЖЕЛЕР:

- Баланын жүрүм-турумуна карата сиздин жооп аракеттериңиз **бир бирине карама-каршы келбей, ырааттуу болушу керек.** Эгер жакшы жүрүм-туруму үчүн бирде баланы сыйласаңыз, ал эми башка учурларда буга көңүл бурбай койсоңуз, же болбосо, кээде начар жүрүм-турумуна көңүл бурбасаңыз, ал эми башка учурларда муну үчүн баланы урушсаңыз же, тескерисинче, талап кылганын ага берсеңиз, муну менен баланын башын маң кыласыз. Мындай жол менен баланын жүрүм-туруму оңолбойт.
- **ЭТИЯТ БОЛУҢУЗ!** Мындай ыкма колдонулганда, **баланын жүрүм-туруму адегенде начарлашы мүмкүн.** Тамагын чачуу жолу менен апасынын көңүлүнө ээ болбогондон кийин Рауль табагын да ыргытып жиберши ыктымал. Апасы баланын талаптарына алдырбай, тандалган ыкманы ырааттуу колдонуусу өтө маанилүү. Рауль ошондо гана начар жүрүм-туруму аркылуу эмес, жакшы жүрүм-туруму аркылуу далай нерселерге жетерин түшүнөт.
- **Алдыга коюлган максатка кичине кадамдар менен, бара-бара жылыңыз.** Эгер тарбиялоочу алдыга жай ылдамдык менен туура багытта жылса, тарбиялануучу жакшы жүрүм-турумдун эрежелерин тезирээк өздөштүрөт жана демейде башында орун алуучу, жүрүм-турум начарлоого жеткирбөөгө болот.

Мисалы, апасы башка балдары менен алектенгенде, Рауль ээнбаштанбай өз алдынча тамактанганды дароо үйрөнүп кетүүсү мүмкүн эмес. Апасы уулуна алдыга коюлган максатка кичине кадамдар менен бара-бара жетүүсүнө жардам бериши керек.

Раулдун апасы уулуна тамагын башка балдары мектепке кеткенден кийин берип баштаса болот. Ошондо, уулу тамактанып жатканда, ал башка эч нерсеге алаксыбай, уулунун жанында боло алат.

Кийинки кадам: Рауль тамактанып жатканда, апасы үй тиричилик иштери менен алек болуп жатып, ошол эле учурда уулу менен сүйлөшүп турсун, жана эгер уулу баарын туура аткарса, аны мактасын.



Ушул ыкманын жардамы менен, ал өз алдынча тамактанганда, аны эч ким жалгыз калтырбарын, тескери-синче, тамагын чачкандагыга салыштырмалуу ага көбүрөөк көңүл буруларын Рауль түшүнөт.

**5-баскыч. Мындай үлгүлүү жүрүм-турум адатка айланганда, экөөңөрдүн мамилелериңизди бара-бара демейкидей тартипке өткөрүңүз.**

Баланын жүрүм-турумун оңдоо үчүн, сүрөттөлгөн “бихевиористтик ыкма” көпчүлүк учурда жакшы жардам берет. Баланын аракеттерине сиздин жооп аракеттериңиз кылдаттык менен пландалган жана ырааттуу болот. Бирок эки адамдын ортосундагы мамилелердин ушинтип алдын ала пландалуусу табигый нерсе эмес. Бардык адамдардай эле ата-энелер жана балдар бир бири менен план боюнча жана сыйлык алуу максаты менен эмес, бир бирин кубандыруу максаты менен катнашканды үйрөнүшү керек.



Андыктан, баланын жаңы жүрүм-туруму адатка айлангандай кийин бул ыкманын акыркы баскычы аткарылышы зарыл: **жакшы жүрүм-турум үчүн дароо берилген сыйлыктардын санын бара-бара азайтуу жана, ошол эле учурда, үй-бүлөдө жакшырган мамилелерден болгон кубанычты бир бирине көрсөтүү.**

## Баланын өнүгүү деңгээлин эске алуу менен алдыга жүйөлүү максаттарды коюу

Баланын жүрүм-турумун оңдоо же ага жаңы ык-жөндөмдү үйрөтүү максатын коюп жатып, анын реалдуу мүмкүнчүлүктөрүн эске алыңыз. Адегенде баланын өнүгүүсүнүн деңгээлин аныктоого аракет кылып, андан кийин гана ага жараша максат коюңуз. (Баланын өнүгүүсүнүн деңгээлин кантип аныктоо керектигин “Баланын өнүгүүсү жана өнүгүүсү артта калуу” деп аталган 34-бөлүмдөн караңыз.)

Колдон жерге түшүргөндө, дайыма **истерика** (чаңырып ыйлоо) менен жооп берген кыз – Эриканын (ал жөнүндө 349-бетте айтылган) мисалын карап көрөлү. Эриканын акыл-эси өнүгүүсү артта калган. Бул Эрика өнүгүүсү боюнча теңтуштарынан артта калганын билдирет. Эриканы истерикаларынан арылтуу үчүн, апасы төмөндө сүрөттөлүп келтирилген кадамдарды кызынын өрчүп өнүгүүсүнүн деңгээлине жараша (жашына жараша эмес) пландап түзүп алса болот:

**Эриканын өрчүп өнүгүүсүнүн деңгээли абдан жаш баланыкындай** дейли. Ал эмдигиче колдорун жакшы башкара албайт, өз алдынча ойногонду же башкалардын кыймылдарын туураганды билбейт. Эрикага баарын жөнөкөй жана түшүнүктүү сөздөр менен түшүндүрүү жолу аркылуу эң негизги ык-жөндөмдөрдү үйрөтүүгө туура келет. Адегенде апасы кызын узак эмес убакытка өзүнчө отургузуп, анын истерикасы баштала элегинде кызын мактап, аны менен сүйлөшүп же ага ырдап берсе болот. Кызы баары бир чаңырып ыйлап баштаганда, апасы ага мүмкүн болушунча азыраак көңүл буруп, анын талаптарына эч албоого аракет кылышы керек. Бала чарчап, чаңыруусун токтоткон кыска учурларда гана ага көңүл буруп, ага бир нерсе берсе болот. Ошондо Эрика көп нерсеге чаңыруу аркылуу эмес, жакшы жүрүм-турум аркылуу жетүүгө мүмкүн экенин түшүнөт.



**Эми, Эриканын өрчүп өнүгүүсүнүн деңгээли бир канча жогору** дейли. Ага колдору менен ар кандай нерселерди аткаруу жана апасынын кыймылдарын тууроо жагат. Кызын жүрүм-турумун ушул деңгээлинен тартып оңдоп баштоого, мисалы, аны өзөнгө ала барып, жээгине отургузуп, ага кичинекей кир кийим жуудурса болот. Апасына ушинтип жардам берүүсү аркылуу Эрика апасына жакыныраак болуп, жалгыз калып калам деп азыраак чочулайт. Ошол эле учурда апасы кызы менен сүйлөшүп, аны улам мактап турушу керек.



**Эскертме.** Өрчүп өнүгүүсүнүн бул деңгээлинде Эрика бир нерсени узак убакыт бою аткарууга даяр эмес. Истерикасы кайра башталбашы үчүн, апасы тапшырмаларды улам өзгөртүп жана кызы менен сүйлөшүп туруу жолу аркылуу андагы кызыгууну жогорку деңгээлде сактоого тийиш. Ушундай жагдайда башка балдар чоң жардам бере алышат.

## Айлана-чөйрөсүн таануусуна балага кантип жардам берсе болот

Балага ар кайсы нерселерди үйрөтүүдө жана дегеле аны жалпы өнүктүрүүдө колдонулуучу, жогоруда сүрөттөлгөн “бихевиористтик ыкма” “бихевиористтик терапия” же “бихевиористтик модификация” эле сыяктуу. Бирок балага айлана-чөйрөсүн таануусуна жардам берүү үчүн, биз баланын башкалар менен катнашуу ык-жөндөмүн жакшыртууга басым жасоону маанилүүрөөк деп эсептейбиз. “Баланын жүрүм-турумун өзгөртүүнүн” ордуна, биз анын айланасында болуп жаткан нерселерди түшүнүүсүнө балага жардам берүүнү каалайбыз. Ошондо ал адамдар арасында өзүн алып жүрүүнүн кабыл алгылыктуу мүнөзүн өзү тандап алууга жарай алат.\* Ал үчүн ата-энелер балдарына карата болгон өздөрүнүн жүрүм-турумуна баа бергенди үйрөнүп, зарыл болсо, аны өзгөртүүгө даяр болушу керек. Алар ырааттуулугу, колдоо көрсөтүүсү жана жакшы жүрүм-турумга кызыктыруусу менен башкаларынан айырмаланып турган, баласы менен катнашуунун жолун издөөгө тийиш.

Далай учурларда, бихевиористтик ыкманы колдонуу аркылуу, акыл-эси өнүгүүсү же жалпы өнүгүүсү артта калган балдарга – Рауль жана Эрика сыяктуу – айланасындагылары менен өз ара аракеттешүүнү үйрөнүүсүнө жана негизги ык-жөндөмдөрдү тезирээк өздөштүрүп алуусуна жардам берсе болот.



Балага жаңы ык-жөндөмдөрдү үйрөнүүсүнө жардам берүүнүн эң майнаптуу жолдорунун бири – ага көбүрөөк көңүл буруу, ага дем берип, аракет кылса, аны мактап туруу. *Special Education for Mentally Handicapped Pupils* (Акыл-эси өрчүүсү бузулган окуучулар үчүн атайын окуу программасы, 64-бетти караңыз) аттуу китептен алынган, Сониа Исков тартып алган сүрөт.

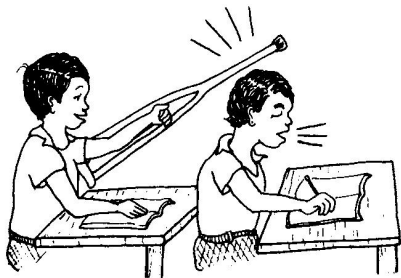
Бул ыкма дегеле бардык курактардагы балдарга карата жарайт берет. Негизи, кичүү курактардагы (1 жаштан 4 жашка чейинки) балдар менен иштөө жеңилерээк. Мындай учурда баланын жүрүм-турумундагы майда көйгөйлөрдүн келечекте олуттуу көйгөйлөргө айланып өтүп кетүүсүнө жол бербөөгө болот. Абдан жаш же акыл-эси өрчүүсү кыйла артта калган балдар менен иштөөдө, алдыга коюлган максаттар жөнөкөй болууга жана аларды көздөй жылуу кичинекей кадамдар аркылуу аткарылууга тийиш. Ар бир баскычты ийгиликтүү өздөштүрүү үчүн, көп жолу кайталоо талап кылынышы мүмкүн жана ар бир ийгиликти – атүгүл кичинекейин да – сөзсүз баланы мактоо жана ага сыйлык берүү менен коштоо керек.

Интеллекти сакталуу, бирок физикалык бузулуулары бар балдар деле кээде өздөрүн туура эмес алып жүрүшөт. Бихевиористтик ыкманын жардамы менен буларга да жардам берсе болот. Кийинки бетте Жорждун окуясы келтирилген. Анда Жорждун жүрүм-туруму ушул ыкманын жардамы менен оңолгону тууралуу айтылат.

\* Бул көз карашты Ньюсон жана Хипгрейв өздөрүнүн *Getting Through to Your Handicapped Child* (Өзгөчө муктаждыктары бар балаңыздын көңүлүн өзүңүзгө буруу, 641-бетти караңыз) аттуу китебинде чагылдырышкан. Ошол китептен көп идеялар алынып, ушул бөлүмгө кошулган.

## ЖОРЖДУН ОКУЯСЫ

Жорж – полиомиелиттен буттары шал болуп калган, 10 жаштагы акылдуу эркек бала. Ал чоң апасы менен чогуу жашайт. Жорж – чуулгандуу, оройураак, күйкөлөктөмө бала. Ал башка балдар менен ойносо, оюн дайыма уруш менен аяктайт. Сабак учурунда Жорж өзүн начар алып отурат. Жакында мугалими “эгер небереңиз жүрүм-турумун оңдобосо, ал мектептен чыгарылат” деп чоң апасын эскертти. Чоң апасы жана мугалим экөө балага таасир кылуунун кандай гана амалдарын колдонуп көрүшкөн жок: урушуп да, чаап да көрүштү, бирок алардан кийин баланын жүрүм-туруму ого бетер начарлады. Чоң апасынын айтуусу боюнча, Жорж айланасындагылардын ачуусуна тийгенди жакшы көрөт.



Жакында чоң апасы кеңешүү максаты менен небересин айылдагы реабилитациялоо борборуна алып барды. Борбордогу кызматкер Жоржду мындай жүрүм-турумунун себептерин мыктыраак түшүнүү максатында анын ошол жүрүм-турумуна жана буга чоң апасы кандай жооп кайтарарына кылдаттыраак байкоо жүргүзүүсүнө чоң апасына жардам берди. Чоң апасы төмөнкүлөрдү түшүндү:

- Жорж өзүн тынч алып отуруп, жүрүм-туруму жакшы болгондо (мындай жагдай сейрек), айланасындагылар аны унутуп калгансып, ага эч көңүл бурушпайт экен.
- Натыйжада ал өзүн эч кимге кереги жоктой, аны эч ким жакшы көрбөгөндөй жана эч нерсеге жарабагандай сезет. Ал эмоционалдык адамдык катнашууга куса болуп, айланасындагылардын ачуусуна атайылап тийүү жолу менен зар болгонун алат.
- Так ушинтип, Жоржду начар жүрүм-туруму аны, терс мааниде болсо да, далай адамдык катнашуу менен камсыз кылат. Ал эми өзүн туура алып жүрүүгө аракет кылган сейрек учурларында Жорж өзүн эч кимге кереги жоктой сезет.

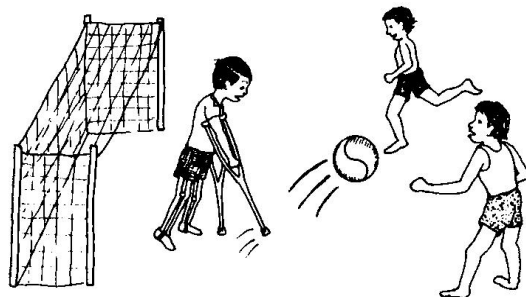
“Мен чынында эле неберемди катуу сүйөм, бирок, балким, ага муну жетиштүү көлөмдө көрсөтпөй жаткандырмын, – деп ал корутундулады. – Бирок Жорж күнүмдү түгөтүп, мага көп түйшүк тарттырат”.

Жорж оройлукка жана кастыкка караганда достук мамиле жана жумшактык менен коштолгон жүрүм-туруму аны айланасындагыларга көбүрөөк жакындатарын көрүп, жүрүм-турумун оңдоосу мүмкүн. Андыктан борбордун кызматкери – чоң апасы, мугалими, Жоржду классташтары, реабилитациялык иш топ менен чогуу жана баланын өзү жигердүү катышуусунда – “начар” жүрүм-турумга салыштырмалуу “жакшы” жүрүм-турум мыктыраак экенин Жоржко көрсөтүү жолун ойлоп тапты.

**Үйдөн** чоң апасы Жоржко үй тиричилиги боюнча түрдүү тапшырмаларды ойлоп таап жардам бергени үчүн, ага ыраазы экенин дайыма көрсөтүп турду. Ал небересине капталдары ачык, жонго коюп көтөрүлгөн кап жасап берди. Жорж үчүн ага отун чогултуп алып келүү ыңгайлуу эле. Мындан тышкары, чоң апасы начар жүрүм-туруму үчүн Жоржко таптакыр көңүл бурбай коюуну, ал эми тынч отуруп сабактарын аткарганда же жүгөрү тазалаганда, буга чын жүрөктөн кубанганын көрсөтүүнү үйрөндү.



**Мектепте** мугалими окуучулар менен Жоржду оюндарга кошуунун жолдорун талкуулады. Алар футбол ойногондо, Жоржду дарбазага тургузууну чечишти. Баарын таң калтырган нерсе – Жорж абдан мыкты дарбазачы болуп чыкты. Ал балдактары менен алыскы топко жетип, демейки дарбазачыга салыштырмалуу аны алысыраак чапканга жарактуу болду. Көп өтпөй балдар Жоржду катарына кошулуп ойноого чакыра башташты. Башында Жорж бир нече урушту баштаган. Ошондо балдар аны оюндан тынч чыгып кетүүсүн талап кылышты. Көп өтпөй Жорж, оюндан чыгып калбоо үчүн, балдарды балдагы менен ура салуу адатын таштады.



**Айылдагы реабилитациялоо борборунда** эмгек кылган кызматкер Жоржду өзүнө жардамчы болуп, ден соолук бузулуулары бар жаш балдар үчүн өнүктүрүүчү оюнчуктарды чогуу жасоого чакырды. Кызматкер Жоржко эмне жана аны кантип жасоо керектигин көрсөтүп, ар бир жасаган оюнчугу үчүн аны сөзсүз мактап турду. Көп өтпөй Жорж оюнчуктарды толугу менен өз алдынча жасаганды үйрөндү. Ал өзүнүн эмгеги менен абдан сыймыктанды. Ден соолугунун мүмкүнчүлүктөрү чектелүү балдар анын оюнчуктары менен ойногонун жана алардан үйрөнгөнүн көргөн Жорж абдан кубанды. Ал чоңойгондо реабилитациялоо борборунда эмгектенүүнү чечти.





## Жазалоонун ордуна, башкалар менен катнашуудан же сыйлыктан айруу – “таймаут”

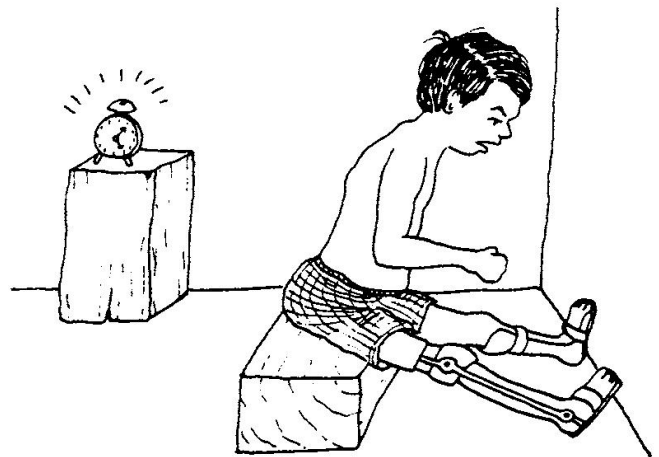
Туугандары жана достору бихевиористтик ыкманын жардамы менен Жоржко жардам бергени тууралуу окуяда баары оңой болгондой жана жөнөкөйдөй сезилет. Бирок турмушта мындай сейрек учурайт. Кээде “начар” жүрүм-турум ушунча начар болгондуктан ага көңүл бурбай коюуга мүмкүн эмес болот.

Негизи, балага анын “начар” жүрүм-турумун кызыксыз жана “пайдасыз” кылуу үчүн, ага көңүл бурбай коюудан артык нерсе жок. Ошону менен бирге, баланы “жакшы” жүрүм-турумга сөзсүз кызыктырып туруу керек. Башкача айтканда, эгер баланын жүрүм-туруму бузулса, ага ырахат берген нерселеринин баарынан аны айрылтуу керек (ал демейдегидей эле мындан ырахат ала бербөөсү зарыл).

Мисалы, Рауль тамагын чачып баштаганда, апасы аны адегенде урушуп, анан кайра эле ага кашыктап тамак берип баланы соороткондун (бала мындан ырахат гана алат) ордуна, тамагы салынган табагын кошо алып, баласы зеригип баштоосу үчүн, 3 же 4 мүнөткө тышка чыгып кетсе туура болмок.

Баладан тамагын алып салуу жазалоодой сезилиши мүмкүн. Бирок баланы ал үчүн жагымсыз жагдайга эмес, **кызыксыз жагдайга кептелтүүгө** аракеттенүүдөн артык нерсе жок. Кээде баланы көнгөн жагдайынан кыска убакытка алып салуу аркылуу аны зериктирүүгө болот. Бул ыкма “**таймаут**” деп аталат.

Мисал: чоң апасы Жоржко карата бихевиористтик ыкманы колдоно баштаганда, небереси жооп иретинде чоң апасын ачуулантууга аракет кылды: катуу кыйкырып, жөжөлөрдү балдактары менен чапты. Бирок бул жолу чоң апасы Жоржду демейдегидей урушкан жок, жөн гана “эгер тынчыбасаң, бөлмөнүн бурчуна “таймаутка” сени жөнөтүүгө аргасыз болом” деп эскертти. Андан кийин, бала ээнбаштануусун улантканда, чоң апасы аны бурчка тургузуп, тынчыган убактысынан баштап 5 мүнөт бою ошол жерде турууга аргасыз экенин түшүндүрдү. Чоң апасы коңгуроолуу саатты 5 мүнөткө койду. Башында Жорж бурчта турган жеринен кыйкырып жатты. Бирок анда чоң апасы сааттын коңгуроосун дагы 5 мүнөткө узартып коюп жатты. Ошол эле учурда ал небересине эч көңүл бурбай, үй иштери менен алек болуусун улантты.



Ушинтип, бурчта турууга “тойгондон” кийин Жорж мындай зеригүүдөн бошонуунун жалгыз жолу – ээнбаштануусун токтотуу экенин түшүндү. Ал зейрек бала эле: муну тез түшүндү. (Анчалык зейрек эмес балдар үчүн көбүрөөк убакыт талап кылынат.)

“Таймаут” ыкмасын жазалоо катары эмес, балага жүрүм-турумун жактырбоону көрсөтүү каражаты катары колдонуу зарыл. Бирок бул ыкма колдонулганда, бала тарбиялоочунун эркинен тышкары мажбурланууга дуушар болот. Андыктан мындай аракет жазалоону элестетет. Бул ыкманы башка, мажбурлоосу азыраак ыкмалар жардам бербегенде гана колдонууга аракет кылыңыз. 5 мүнөттүк (мындан узак эмес; абдан жаш балдарга мындан да кыска) “таймауттан” баштагандан артык нерсе жок. Эгер 5 мүнөттөн кийин баланын жүрүм-туруму оңолбосо, дагы 5 мүнөт кошууга аргасыз экениңизди балага түшүндүрүңүз. «**Таймауттун» мөөнөтү эч бир жагдайда, атүгүл бала тынчыбаса деле, жарым сааттан ашпашы керек.**

**ЭСКЕРТҮҮ! 5 жашка чейинки же акыл-эси өрчүүсү артта калганы даана байкалган бала үчүн “таймауттун” узактыгы 15 мүнөттөн ашпашы керек. Ошол эле учурда, баланын оңолууга даярдыгына баа берүү максатында анын ахывалын улам текшерип туруу зарыл.**

## БАЛАНЫ ӨНҮКТҮРҮҮДӨ ЖАНА АГА ЖАҢЫ ЫК-ЖӨНДӨМДӨРДҮ ҮЙРӨТҮҮДӨ БИХЕВИОРИСТТИК ЫКМАНЫ КОЛДОНУУ

Ушуга чейин, негизинен, биз “начар” жүрүм-турумду оңдоо тууралуу сөз кылдык. Бирок бихевиористтик ыкманы, балдар андан ары өрчүүсү үчүн, негизги ык-жөндөмдөрдү өздөштүрүүсүнө аларга жардам берүүдө да пайдаланса болот. Көп учурда бул ыкма акыл-эси өрчүүсүндө да, физикалык өрчүүсүндө да артта калган балдар менен иштөөдө пайдалуу.

Баланын өнүгүүсү маселелерине арналган 34-бөлүмдө бихевиористтик ыкманын негизги принциптери келтирилген: 1) талаптарды так коюу; 2) өздөштүргөн ык-жөндөмдөрү үчүн ырааттуулукту сактоо жолун карманып, сыйлык берип туруу; жана 3) жаңы ык-жөндөмдөрдү өздөштүрүүгө бара-бара өтүү. Бихевиористтик ыкманы колдонуунун мисалдарын тамактанууга, кийинүүгө жана даараткананы пайдаланганды үйрөтүүгө арналган бөлүмдөрдөн да тапса болот. Төмөндө биз балада негизги ык-жөндөмдөрдү өнүктүрүүдө жана ага жаңы нерселерди үйрөтүүдө бихевиористтик ыкманы колдонуу жолдору тууралуу кыскача маалымат келтирдик.

### Кийинки кадамдарды аныктоо үчүн, баланын өнүгүү баскычына баа берүү

Баланын өнүгүүсүнө кантип жардам берүү керектигин аныктоо үчүн, адегенде ал эмне кыла аларын жана эмне кыла албарын тактаңыз. Жүрүм-турумга көз караш боюнча, байкоолорубуздун жыйынтыктарын 4 топко бөлсө болот:



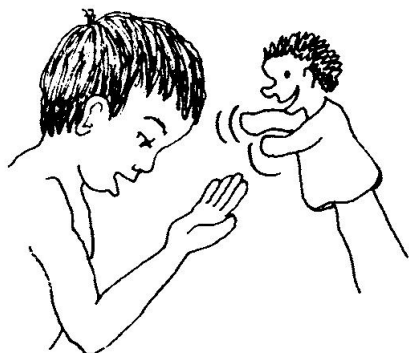
- **Оң жүрүм-турум:** Балада учурда бар ык-жөндөмдөр жана сапаттар – айрыкча ага жаңы нерселерди өздөштүрүүсүнө жардам бергендери. (Мисалы, балага аны башкалар мактап турганы жагат.)



- **Терс жүрүм-турум:** Кооптуу, ата-энесинин тынчын алуучу же анын өрчүп өнүгүүсүн токтоткон кылык-жоруктары. (Мисалы, бала капыстан башка бирөөнү уруп жиберет; буюмдарды бүлдүрөт; киринткенде чаңырат; оюнчуктар менен ойногондун ордуна аларды ыргыта берет.)



- **Ортоңку жүрүм-турум:** Оңураагына айлантуу үчүн аракет кылууну талап кылган, бир эле убакта оң деп да, терс деп да атоого мүмкүн болгон кылыктары. (Мисалы, кыз өз алдынча тамактана баштады, бирок тамагын бетине шыбап да салат. Мында биз анын өз алдынчалыкка умтулуусун колдоп, бирок тамакты бетине шыбоосун таштоосуна аракет кылабыз. Эгер баланын башкалар менен катнашууда чоң кыйынчылыктары бар болсо, атүгүл анын чаңыруусун же ыйлоосун ал каалап турганын билдирүүнүн каражаты катары карап, аны оң нерсе деп эсептөөгө болот. Башкалар менен катнашуунун туурараак формасын табуусуна балага жардам беришибиз керек.)



- **Башкы муктаждыктары:** Баланы жаңы нерселерге үйрөтүүдө ийгиликтерге жетүү үчүн, чечүүнү талап кылган, анын жүрүм-турумундагы көйгөйлөрү. Булар өнүгүү баскычына жараша бир биринен айырмаланат. (Мисалы, бала апасынан жаңы нерселерге үйрөнүүгө жарактуу болушу үчүн, ал атын укканда жооп кайтарууну, апасы ага сүйлөгөндө аны кароону жана көңүлүн жок дегенде бир нече секундка бир нерсеге байлоону билиши керек. Сүйлөгөндү, оюндарды же жаңы ык-жөндөмдөрдү үйрөнүүдөгү биринчи кадамдар ушул “башкы муктаждыктардан” көз каранды.

Баланын түрдүү жүрүм-турумун тизмек түрүндө сүрөттөө жардам берет. Төмөндө ошондой тизмек келтирилген. Аны бир кичинекей кыздын апасы жана ушул китеп менен тааныш, коомчодогу медициналык-санитардык кызматчы чогуу түзүшкөн.

Кыздын аты: Селия.  
Курагы: 4 жаш.



**ОҢ ЖҮРҮМ-ТУРУМ**  
(кыздын мындан аркы өнүгүүсү буга негизделет)

- мактаганда, жылмаят;
- кол манжаларын башкара алгандыктан, өз алдынча тамактана алат;
- пирамиданын түркүгүнө үч тегерекче кийгизе алат;
- өз алдынча чечинет;
- активдүү оюндарды жакшы көрөт;
- бирөө аны киринткенди жакшы көрөт;
- 6 сөз (“апа”, “ата”, “үпчү”, “момпосуй”, “сийем” жана “ЖОК!”) айта алат.



**ОРТОҢКУ ЖҮРҮМ-ТУРУМ**  
(оң да, терс да жактары бар)

- оюнчуктар менен 1-2 мүнөттөй гана ойнойт, андан соң аларды ары-бери ыргытып салат;
- “сийем” деп айтат, бирок андан кийин шымына коё берип салат;
- бир мүнөт да тынч отура албайт – тамактануу учурун эсепке албаганда.



**ТЕРС ЖҮРҮМ-ТУРУМ**  
(өнүгүүсүн токтотуучу же үй-бүлөсүнүн тынчын алуучу)

- капа болгондо, айланасындагыларын тээп кирет;
- бөтөлкөсүн дайыма көтөрүп жүрөт; аны алып койсо, чаңыра баштайт;
- оозундагы тамагын айланасындагыларын көздөй түкүрө берет.



**БАШКЫ МУКТАЖДЫКТАРЫ** (жаңы ык-жөндөмдөрдү өнүктүрүү жана оң жүрүм-турум калыптандыруу үчүн)

- узагыраак убакыт тынч отуруп, көңүлүн бир нерсеге байлоо;
- колдорун башка нерселерге бошотуу үчүн, бөтөлкөсүн көтөрүп жүрө берүү адатын таштоо.

**Эмнеден баштоо керек?**

Мындай тизмек түзүлүп, Селиянын башкы муктаждыктары аныкталгандан кийин, коомчодогу медициналык-санитардык кызматчы кыздын апасына эмнеден баштоо керектигин аныктоосуна жардам берди. Ал кыздын апасына **бардыгын дароо өзгөртүү мүмкүн эмес** болгондуктан **биринчи кезектеги кадамдарды (приоритеттерди) аныктоо** зарыл экенин түшүндүрдү. Ошентип, биз балада кандай жүрүм-турумду иштеп чыгууну же өзгөртүүнү калгандарынан көбүрөөк кааласак, ошону тандайбыз.

- **Жаңы жүрүм-турум же ык-жөндөм иштеп чыгууга** аракет кылганда, максаттагы жүрүм-турумдун **курамдык бөлүктөрүн** аныкташыбыз керек. Андан кийин **кичирээк өзүнчө кадамдардан** турган иш аракет планын түзөбүз. Аткарыла турган кадамдардын ар биринен эмнени күтүп жатканыбызды балага так түшүндүрүү жана ийгиликтери үчүн аны дайыма **мактап жана сыйлап туруу** аркылуу анын бара-бара алдыга жылуусуна жардам беребиз.
- Балага **“ортоңку жүрүм-турумун” оңоосуна жардам берүү үчүн**, биз балада бар, баштапкы баскычындагы ык-жөндөмүнө таянсак болот. Адегенде бизди тынчсыздандырган анын **жүрүм-турумунун түрдүү курамдык бөлүктөрүн** кылдат талдоого алуу керек. Андан кийин **алардын кайсылары пайдалуу, кайсылары пайдасыз** экенин түшүнүү зарыл. Андан соң баланы **жакшы жүрүм-туруму үчүн сыйлап, начар жүрүм-туруму үчүн ага көңүл бурбай коёбуз**. Баланын жүрүм-туруму бара-бара оңолгон сайын, аны сыйлоодон мурун ага коюлган талаптарды бир аздан, жүрүм-туруму толугу менен оңолгуча жогорулатып турабыз.
- **Терс жүрүм-турумун басаңдатуу же токтотуу үчүн**, 2 нерсени кылуу зарыл. Биринчиден, мындай жүрүм-туруму качан жана кайда орун аларын, **ага чейин, ал учурунда жана андан кийин эмне болорун** айгинелөө керек. **Баланын аракеттерине да, сиздин буга жообуңузга да** дыкат көңүл буруңуз. Экинчиден, бала “начар” жүрүм-турумунан кандай “пайда” алып жатканын түшүнүүгө аракет кылуу зарыл. Андан кийин **бала үчүн “начар” жүрүм-турумуна салыштырмалуу “жакшы” жүрүм-турумун “пайдалуураак” кылгандай кылып бардыгын өзгөртүүгө** аракет кылуу керек. Ал үчүн биз баланы **“жакшы” жүрүм-туруму үчүн сыйлап, ал эми “начар” жүрүм-туруму үчүн ага көңүл бурбай коюп турабыз**.

Селиянын жүрүм-туруму жөнүндө ойлонуп жатып, апасы кызында **пайдалуу ык-жөндөмдөрдүн көбүнүн** башталыштары бар экенин түшүндү. Кызы колдорун жакшы башкара алат жана кичинеден өз алдынча **тамактанып** жана **кийинип** баштады. Мындан тышкары, ал **бир нече сөз сүйлөгөндү** билет. Бирок Селия “жок” деген сөздөн тышкары “ооба” деген сөздү да айтып турса, жакшыраак болмок.

**Аны жакындары мактаганда**, кучактаганда, киринткенде жана аны менен активдүү оюндарды ойногондо, Селия муну **жактырат**. Бул “тапшырманы аткаргандыгы үчүн сыйлык берүү” ыкмасын колдонуу жолу менен кызга жаңы нерселерди ийгиликтүү үйрөтүү мүмкүн экенин билдирет.



Бирок **кээ бир нерселер** Селиянын андан ары өнүгүүсүнө **тоскоол болуп жаткандай сезилет**. Бир жерде тынч отуруп, бүт көңүлүн бир нерсеге байлай албагандыктан, ал башкалардан жаңы нерселерди кыйынчылыктар менен өздөштүрөт жана атүгүл өзүнүн оюнчуктарынан ырахат алганды үйрөнө албайт (улам аларды ары-бери ыргытып салат). Мындан тышкары, **упчусу бар бөтөлкөсүн колунан түшүрбөөсү чоң көйгөйдү түзөт**. Бөтөлкөдөн тамактануу курагынан эбак эле чыккан, бирок апасы бөтөлкөсүн алып коюудан чочулайт, анткени Селия дароо чаңыра баштайт. Апасы бөтөлкөсүнө таттуу суусундуктарды куюп берип турат (булардан Селиянын тиштери бузула баштады). Бирок бөтөлкөнү колунан түшүрбөөнүн эң чоң зыяны – Селия колдору менен башка нерселерди кыла албайт, мисалы, оюнчуктары менен ойной албайт же заара кылуу карапасына отуруу үчүн шымын шыпыра албайт.



Андыктан, Селиянын апасы кызы башка багыттарда өнүгүүсү үчүн биринчи кезекте канааттандырууну талап кылган “башка муктаждыктарын” аныктады:

- Селияда бир жерде тынч отуруп, бүт көңүлүн бир нерсеге байлоо ык-жөндөмүн иштеп чыгуу;
- бөтөлкөсүн колунан түшүрбөө адатын таштатуу.

Коомчодогу медициналык-санитардык кызматчы Селиянын апасы менен анын кийинки иш аракеттерин талкуулады. Балада бир жерде тынч отуруп, бүт көңүлүн бир нерсеге байлоо ык-жөндөмүн иштеп чыгуу үчүн, Селия жетишерлик тынч отурган жагдайларды (тамактануу жана киринүү) пайдаланууну апасы туура көрдү. Мисалы:

Селия тамагын ичип бүткөндөн кийин, ага таттуу бир нерсе берүүдөн мурун апасы же Оскар (кыздын агасы) 5 мүнөттөй аны менен тынч оюн ойной башташты. Селия бүт көңүлүн бир нерсеге байлоого жетишкенде, алар кызды мактап турушту.

Мындан тышкары, апасы кызын киринтип жатканда, аны бүт көңүлүн оюнчуктарга байлоону жана сөздөр менен добуштарды тыңшоону үйрөтүп баштады.



Апасы Селиянын бөтөлкөсүн көтөрүп жүрө бөрүү адатын бара-бара таштатууну чечти. Адегенде апасы бөтөлкөсүнө суу гана куюп берип турду, ал эми бир нече күндөн кийин ага эч нерсе куйбай калды.

Башында Селия чаңырып, апасын тепкиледди. Бирок апасы кызына алынын болушунча көңүл бурбоого аракет кылды. Селия тынчыганда, апасы ага чыныга (бөтөлкөсүнө эмес) даамдуу бир нерсе куюп же башка “сыйлык” берип турду.

Кээде Селия ачуусу келгенинен бөтөлкөсүн ыргытып жиберип жатты. Бирок бир канча убакыттан кийин, оюнчуктарды же башка буюмдарды колуна алуу үчүн, ал бөтөлкөсүн колунан улам көбүрөөк таштай баштады. Акырында, апасы ташталган бөтөлкөсүн акырын көрүнбөгөн жерге алып койду.



Бөтөлкөсүнөн бошонгондон кийин, Селия колдору менен айланасындагы буюмдарды улам көбүрөөк изилдей баштады. Эми, заара кылгысы келгенде, ал өзү шымын шыпыра баштады, ал эми бир нече жумадан кийин кыз өз алдынча даараткананы пайдаланганды үйрөндү. Мындан тышкары, эми Селия оюнчуктарын ыргытпай, алар менен узагыраак убакыт ойной баштады. Түрдүү буюмдарга көңүлүн байлоону үйрөнгөндөн кийин, алардын далай кызыктуу жактары бар экенине кыздын көзү ачылды. Жүрүм-турумунун терс жактары азайды: ал чаңырып жана бирөөнү тээп жибермейин токтотту, тамагын түкүрбөй калды. Апасы, атасы жана агасы аны менен узагыраак убакыт ойноп жана көбүрөөк сүйлөшүп башташты. Алар Селияны жакшы жүрүм-туруму үчүн мактап жатышты, ал эми жаман жүрүм-туруму үчүн кызына алынын болушунча көңүл бурбай коюуга аракет кылышты.

Апасы бихевиористтик ыкманы Селияда башка ык-жөндөмдөрдү да (кийинүү, тамактануу жана сүйлөө) иштеп чыгуу үчүн колдонду. Кыздын тилин чыгаруу үчүн, алар китептердеги сүрөттөрдү чогуу көрүп, ырларды чогуу угуп башташты.



Бүтүндөй үй-бүлөсү жумшаган аракеттердин натыйжасында, Селиянын өнүгүүсүнүн деңгээли кыйла жогорулап, ал эми кыз өзү көбүрөөк жадырап-жайнап, өз алдынчараак болуп калды. Өзгөрүүлөр жөнүндө ойлонуп жатып, апасы бир байкоосу менен бөлүштү: “Менимче, меним жүрүм-турумдун өзгөрүшү кызымдын жүрүм-турумунун өзгөрүшүнөн артта калган жок. Мурда мен кызыма ал ымыркай болгондой мамиле кылчумун – мисалы, анын бөтөлкөсү жана бул сыяктуу нерселер! Эми, Селиядан мен көбүрөөктү талап кылып жана аракеттерин жогору бааларымды ага көрсөтүп баштаганда, кызым мурдагыдан кыйла тезирээк өрчүп жатат жана азыр аны менен бир сөзгө келүү оңоюраак болуп калды. Экөөбүз тең чоң жолду басып өттүк!”

Бихевиористтик ыкманы балдарга негизги ык-жөндөмдөрү үйрөтүү үчүн колдонуунун мисалдары жана түрдүү жолдору башка бөлүмдөрдө (тамактануу тууралуу 36-бөлүм; кийинүү жөнүндө 37-бөлүм; даараткананы пайдалануу тууралуу 38-бөлүм) да келтирилген. Дагы бир ирет 34-бөлүмгө (баланы өнүктүрүү) кайрылып, бихевиористтик ыкманын жардамы менен, өнүгүүсүндө алдында турган көптөгөн кыйынчылыктардан сактануусуна балага жардам берүү жөнүндө ойлонууну сунуш кылабыз.

# ДЕН СОЛУГУНДА БУЗУЛУУЛАРЫ БАР БАЛДАРДЫН АЙРЫМДАРЫНДАГЫ НАЧАР ЖҮРҮМ-ТУРУМДУН МҮНӨЗДҮҮ ТҮРЛӨРҮ

## Истерика

“Истерика” – бул капыстан чаңырып ыйлап баштоо, ачуулуу же бүлдүргүч жүрүм-турум. Мындай абалда бала жанындагы бир нерсени сындырууга, ыргытып жиберүүгө же дагы башка жол менен бүлдүрүүгө, бирөөнү (кээде өзүн да) тээп, тиштеп жиберүүгө же дагы башкача ага зыян келтирүүгө аракет кылышы мүмкүн.

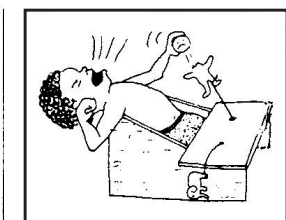
Баланын мындай туталануулары анын өзүн да, жакындарын да аябай коркутушу ыктымал. Бул абалдагы баланы тил алдыртуу жана тынчытуу кыйын, жазалоо көп учурда жагдайды ого бетер оорлотуп жиберет.

Балдар – алардын ичинде, акыл-эси өрчүүсү артта калган жана физикалык бузулуулары бар балдардын айрымдары да – мындай истерикаларын каалаганына жетүү үчүн колдонууну үйрөнүп алышы мүмкүн. Мындай мисалдардын бири – жогоруда айтылып өткөн (354-бет), Эриканын окуясы. Төмөндө башка мисалы келтирилген.

Квамени оюнчуктары менен ойноп турсун деп жалгыз калтырышты. Ал апасынын көңүлүн өзүнө бурууга аракет кылып жатат.



Кваменин истерикасы башталды.



Баласы бир жерин кокустатып алат деп чочулап, апасы аны сооротууга шашты.

Азыр Кваме апасынын көңүлүнүн борборунда.



**МЫНДА БАЛАСЫНА КӨҢҮЛ БУРУУДАН БАШ ТARTУУ АРКЫЛУУ**

**ЖАНА МЫНДА АГА КӨҢҮЛ БУРУУ АРКЫЛУУ,**

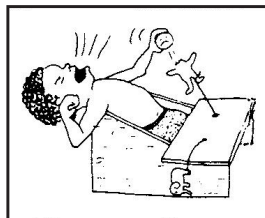
**АПАСЫ БАЛАСЫНЫН “НАЧАР” ЖҮРҮМ-ТУРУМУНА ТҮРТКҮ БЕРЕТ.**

Ушинтип, балдар истериканын жардамы менен каалаганына жетсе болорун түшүнүшөт. Баласында мындай истерикалар азыраак болушу үчүн, ата-эне баласына каалаганын жана чочулоолорун башкаларга жеткирүүнүн башка, алгылыктуу жолдорун табуусуна жардам берүүгө тийиш. Эң башкысы, ата-эне баласын **кандай гана формадагы болбосун алгылыктуу жүрүм-туруму үчүн сыйлап**, ал эми баланын истерикасы башталса, аны **сооротууга шашылуунун ордуна ага көңүл бурбай коюшу** керек. Келиңиз, Кваменин апасы муну кантип аткаргандыгына көңүл буралы:

Кваме өзүн үлгүлүү алып жүргөндө:



Эгер анын истерикасы башталса:



КЕЧИРИП КОЙ, КВАМЕ, БИРОК МЕН ЖАНЫҢА БАРБАЙМ. МАГА ЧАҢЫРГАНЫҢ ТАКЫР ЖАКПАЙТ!



**МЫНДА БАЛАСЫНА КӨҢҮЛ БУРУУ АРКЫЛУУ**

**ЖАНА МЫНДА АГА КӨҢҮЛ БУРБОО АРКЫЛУУ**

**АПАСЫ БАЛАСЫНЫН “ЖАКШЫ” ЖҮРҮМ-ТУРУМДУ КӨЗДӨЙ ЖЫЛУУСУН БЕКЕМДЕДИ.**

Ушинтип, жакшы жүрүм-туруму үчүн сыйлап, ал эми начар жүрүм-туруму үчүн ага көңүл бурбай коюу жолу аркылуу апасы баласына **каалаганына истериканын жардамы менен жете албашын** түшүнүүсүнө жардам берди. Башында Кваменин истерикалары атүгүл мурдагыдан да чуулгандуураак жана ачуулуураак болгон. Бирок атүгүл булардан да эч майнап чыкпаганда, бала анткорлонуп долулануусунан бара-бара баш тартты. Эгер каалаганын башкача билдирсе, мурдагыдан көбүрөөк нерселерге жете аларына анын көзү жетти.

## Бала демин кармоо

“Баланын истерикасына көңүл бурбоо” деген кулакка абдан сонун угулат. Бирок менин баламдын истерикасы башталганда, **ал дем алуусу токтоп, териси көгөрүп кеткиче каарданат!** Мындай жагдайда мен эч нерсе кылбай отура албайм!”

Бирок мындай жагдайда эч нерсе кылбоо – көп учурда, мындай истерикалардын санын чектөөнүн эң натыйжалуу жолу!

**Демин кармоо аркылуу бала өзүнө зыян келтире албайт.** Эң жаман болду дегенде, бала эсин жоготушу мүмкүн. Андан кийин кычкылтектин жетишсиздиги ага зыян келтирип коё элегинде эле бала кадимкидей дем ала баштайт.

Демин кармоосу ата-энесин абдан коркутканын байкаган бала аларга ачуусу келгенде (дени соо балдардын көбү муну кылышат) ушул ыкманы улам кайталай башташы толук мүмкүн. Бала демин кармап, анын териси көгөргөндө, биз тынчсыздануубузду жана чочулообузду балага **көрсөтпөөгө** аракет кылуубуз зарыл. Анын ордуна, бала бизди коркутуу аракеттерин токтотуп, кайрадан кадимкидей дем ала баштамайынча биз тынч күтүшүбүз керек. Ошондо гана – **бала демин кармаганда эмес!** – балага сүйүүбүздү тигил же бул формада көрсөтүүбүз үчүн убакыт келгени.

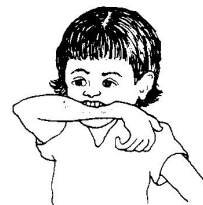
## Өзүнө зыян келтирүү

Ата-энесин коркутуп, аларды жазалайын деген максат менен демин кармаган бала ошол эле максат менен бир нерсени сүзүп жиберши, өзүн тиштеши же дагы башкача өзүнө залал келтириши мүмкүн.

Бирок кээде, мээсинде бузулуусу бар, эпилепсиялык талмасы кармаган же психикасында олуттуу бузулуулары бар балдарда өзүн тиштегилөө, башы менен бир нерсени сүзүү, чачын жулуу же өзүнө карата дагы башкача агрессивдүү жүрүм-турумга жол берүү адаты учурайт.

Мындай нерселердин себеби эмнеде гана болбосун, буларга көңүл бурбай коюуга болбойт. Ата-энелер баланы этияттык менен тынчытуунун жана өзүнө залал келтирип алуусунан сактоонун жөп-жөнөкөй жана ага зыян келтирбес ыкмасын табууга тийиш. Бала өзүн тиштегилебеши үчүн, мисалы, колдорун колдоруңуз менен “байлап” коюңуз.

Бихевиористтик ыкманын жардамы менен бул көйгөйлөр чечилген мисалдар аз эмес. Бала өзүнө залал келтирүүгө аракет кылып жатканда, **тынч болуңуз жана ага ашыкча көңүл буруудан өзүңүздү кармооңуз** өтө маанилүү. Ошону менен бирге, баланы өзүн жакшы алып жүрүүсүнө мүмкүндүү бардык жолдор менен кызыктырып туруу жана өзүнө ишенип башын бийик алып жүрүүсүнө, жаңы ык-жөндөмдөрдү өздөштүрүүсүнө, оюнчуктар жана башка балдар менен ойногонду, айланасындагыларга жакшы мамиле кылганды үйрөнүүсүнө ага жардам берүү керек. Албетте, интеллект бузулуулары бар балдардын айрымдары татаал ык-жөндөмдөрдү жана оюндарды жетиштүү көлөмдө өздөштүрө алышпайт. **Мындай балдар агрессивдүү маанайда болбогон учурларда** аларга өз сүйүүңүздү көрсөтүп (сөз менен, кучактоо аркылуу же башкача), алар менен сүйлөшүп, балдар ырларын чогуу үйрөнүп же алардын сүйүктүү иштерине катышып туруу аркылуу балдарды жаман кылык-жоруктарын таштатуу мүмкүн. **Өзүнө зыян келтирүү аракетин токтоткондугу үчүн баланы сыйлап туруу** жолу аркылуу анын мындай жүрүм-турумунун санын азайтууга болот. Бала өзүнө зыян келтирүүгө аракет кылуудан өзүн кармаганда, аны сөзсүз сыйлап жана ага күчөтүп көңүл буруп туруу мындан да маанилүү. Мүмкүн болушунча, кеңеш үчүн балдардын психологуна кайрылуу сунуш кылынат.



Өзүнө зыян келтирип жаткан баланы тынчытуу үчүн, ал сизди көрбөшү жана жүрүм-туруму менен сизди жооп берүүгө мүмкүн болушунча азыраак көкүтүшү үчүн, аны артынан колдоруңуз менен бекем, бирок абайлап “байлап” кармаңыз.

## ТАҢ КАЛАРЛЫК ЖҮРҮМ-ТУРУМ

Кээде түрдүү илдеттерден жапаа чеккен балдарда таң каларлык адаттар же жүрүм-турум түрлөрү байкалат. Айрыкча мындай жагдай акыл-эси өрчүүсү артта калган же мээсинде бузулуусу бар балдарга көбүрөөк тийешелүү: айланасындагыны туура түшүнүү булар үчүн оор болгондуктан мындай балдар оңой эле аптыгып калышат жана коркуу сезимине алдырышат.

Мындай балдарга жардам берүү үчүн, эң биринчиси, мындай жүрүм-турумдун “триггери” – түрткүсү же себеби эмнеде экенин түшүнүү зарыл. Мисалы:

### Термелүү



“Жоэл ары-бери көп термеле берет. Сыртынан караганда, ал өзүнүн бир дүйнөсүнө кирип кеткендей элес калтырат! Мындай учурларда ал айланасын таптакыр сезбегендей байкалат. Кээде Жоэл бир саатка чейин ушундай термелет”.

“Бул кандай жагдайда көбүрөөк байкалат?”

“Негизинен, ал башка балдар же коноктор менен чогуу болгондо. Бирок кээде Жоэл таптакыр жалгыз болсо деле ушинтип термеле берет”.

Кыязы, Жоэл ал үчүн өтө эле адаттан тыш, аны чочулаткан же атүгүл зериктирген жагдайга туш болгондо “термелүү дүйнөсүнө” чөмүлүп, өзүнө коргон тапкандай сезилет. Бала термелүү адатын ташташы үчүн, айланасындагы адамдар менен катнашуу, ойноо жана дегеле эмне менен гана алектенүү болбосун ал жагымдуу жана кызыктуу экенине көзү жетүүсүнө балага жардам берүү керек. Баланын башын маң кылып, аны капаланып албаш үчүн, аны жаңы адамдарга, оюнчуктарга жана иш аракеттерге таятпай жана кичинеден көндүрүү зарыл. Муну бала көнгөн жана ал ишенген адамдарына жүктөө керек. Эгер бала жылмайса же башка балдар же жаңы оюнчуктар менен ойногонду каалап турганын көрсөтсө, аны мактоо жана бир нерсе менен сыйлоо керек. Эгер бала термеле баштаса, ал жакшы көргөн нерсеси менен аны кызыктырууга аракет кылыңыз. **(Бала термелбегенде, анын сүйүктүү иш-аракеттерине көбүрөөк көңүл буруу андан да маанилүүрөөк. Антпесеңиз, сиздин көңүлүңүздү өзүнө буруу үчүн, термелүү адатын бала андан ары да колдоно берүүсүн сиз өзүңүз билбей эле сактай бересиз.)**

### Көз ныгыруу

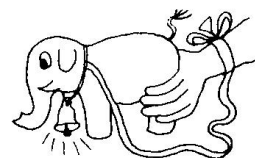


“Менин 5 жаштагы кызым, аты Жуди, – сокур. Мындан тышкары, анын акыл-эси өрчүүсү да бир аз артта калган. Көздөрүн катуу ныгыра берүү адаты бар. Мунун натыйжасында, көздөрү көп сезгенет”.

Түбөлүк караңгылыкка чөмүлгөн кыздын турмушу дайыма эле кызыктуу боло бербейт. Ал ойногон оюнчуктарын көрө албайт, айланасын изилдөөгө аракет кылганда, андагы буюмдарга уруна берет. Бир жолу, Жуди көздөрүн ныгырганда жарык дүрт эткенин байкаган. Ошондон бери ушуну көңүлүн ачуу аракети катары колдонуп жүрөт. Мындан тышкары, ал ушинткенде, апасы ишин таштап, ага шашып келерин байкаган. Бирок кээде апасы анысы үчүн кызын колдорунан чаап жиберет. Баары бир, жок эле дегенде, Жуди башкалардын көңүлүн өзүнө бурууга жетишти!

Жудини бул зыяндуу адатын таштатуу үчүн, ага башка кызыктуу нерселерди таап берүү керек:

- добуштарды чыгарып турган, шумдук формалары жана беттери бар оюнчуктарды сунуш кылуу;
- каалаган оюнчуктарына тез жетүүсү үчүн, үйүндө анын атайын “бурчун” уюштуруу (сокур балдардын көйгөйлөрү тууралуу 30-бөлүмдөн издеңиз);
- бул адатынан өзүн кармаганда, аны мактоо жана ага көбүрөөк көңүл буруу.



Эгер баланын жүрүм-турумунда таң каларлык нерселер байкала баштаса, төмөнкүлөрдү тактаңыз: **Бала алардан кандай пайда табат? Кандай альтернативалар бар, жана эмне себептен бала аларга кызыккан жок? Балага кандай жагымдуураак иш аракеттерди сунуш кыла алабыз?**