



«Նոր ժամանակի կրթություն» ՀԿ

**ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ**

**ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ
ԱՇԽԱՏԱՆՔ**

*Հետազոտության թեման՝ Ընտանիքի հոգեբանություն,
կոնֆլիկտներ*

Առարկան՝ Հայոց լեզու և Գրականություն

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Ն. Գրիգորյան

*Ուսումնական հաստատություն՝ «Թեղենիքի Վ. Ջինիշյանի
անվան միջնակարգ դպրոց» ՊՈԱԿ*

Երևան 2022

Բովանդակություն

- 1.Ներածություն / Էջ 3-4 /
- 2.Գրական ակնարկ / Էջ 4-6 /
- 3.Գործնական համատեքստ / Էջ 8-14 /
- 4.Եզրակացություն / Էջ 15-17 /
- 5.Գրականության ցանկ / Էջ 17 /

Երեխաները սուրբ են և մաքուր: Չի կարելի դարձնել նրանց մեր տրամադրության խաղալիքը (Ա. Չեխով):

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Ընտանիքը պետության հոգատարությամբ շրջապատված հասարակական մի բջիջ է, որը զուգակցում է մարդկանց անձնական շահերը և նպաստում հասարակարգի և պետության կայունությանը: Ներկա ժամանակաշրջանում պետությունը շահագրգռված է ստեղծել ամուր, համերաշխ ընտանիք, քանի որ ընտանիքի կայունությունը նպաստում է հասարակարգի և պետության կայունացմանը: Ընտանիքը միայն ամուսնական, ազգակցական կապերով, ընդհանուր հոգևոր և նյութական շահերով կապված անձանց միությունն է: Ընտանիքը հասարակության մի մասնիկն է: Ընտանիք տերմինը ներառում է նաև մի խումբ մարդկանց, որոնք բաղկացած են որդիական կապերով միավորված մարդկանցից, այսինքն՝ **ծնողներ, երեխաներ և քույրեր և եղբայրներ կամ հարաբերությունների համաձայն**, այս համակարգը հասկացվում է որպես բաց ամբողջություն, որում բոլոր բաղադրիչները սերտորեն կապված են միմյանց հետ: Այս սերտ ու ինտիմ հարաբերությունների շնորհիվ նրանցից յուրաքանչյուրի պահվածքը կարող է ազդել ընտանիքի դինամիկայի վրա: Ինչպես բնական է, **ընտանեկան վեճերն ու հակամարտությունները այդ դինամիկայի մի մասն են**, Այնուամենայնիվ, կան ընտանեկան կոնֆլիկտի տարբեր տեսակներ. ըստ մարդկանց միջև կապի տեսակի կամ ըստ այդմ ծագող պատճառի: Հակամարտությունները կամ վեճերը կազմում են **հասարակության մեջ կյանքի անբաժանելի տարր**: Այնուհայտ է, որ ընտանեկան կոնֆլիկտը բնական բան է, քանի որ ընտանիքի միավորի անդամների համակեցության պայմաններում՝ տարբեր տարիքի, մտքի և կյանքի տեսնելու ձևերի հետ, բախումն անխուսափելի է: Որքան էլ, որ դժվար է, ըմբռնումով պետք է մոտենալ դեռահասների՝ սեփական կյանքը տնօրինելու նրանց ձգտմանը, այլ ոչ թե փորձել հակառակվել կամ ճնշել այն:

Իմ կողմից ուսումնասիրվող հիմնախնդրի շրջանակներում իրականացրել եմ փոքրիկ հետազոտություն. անցկացրել եմ զրույց դեռահասների, նրանց ծնողների և դասընկերների հետ՝ բացահայտելու ծնող-դեռահաս-դպրոց փոխհարաբերությունները:

Հարց - Արդյո՞ք ընտանեկան կոնֆլիկտները ծանր ազդեցություն չեն թողնում դեռահասի վրա և խթան չե՞ն հանդիսանում նրա՝ ներքին օտարմանը դպրոցից, ընտանիքից, ինչը ազդում է վարքագծի և ուսման առաջադիմության վրա:

Նպատակը - Դպրոց – ընտանիք-դեռահաս –համագործակցությամբ՝ նպաստել ուսուցման և դաստիարակչական միասնական տարածքի ստեղծմանը, ինչը կօգնի դեռահասին դուրս գալ դժվար իրավիճակից:

Խնդիրները.

- 1. ՈՒսումնասիրել թեմային առնչվող գրականորթյուն**
- 2. Հասկանալ՝ վարքագծի ի՞նչ փոփոխություններ են նկատվում:**
- 3. Պարզել հիմնախնդիրները, ուսուցման դժվարությունները**
- 4. Ի՞նչն է կարևոր դեռահասի համար:**
- 5. Գտնել լուծումներ:**

1. Գրական ակնարկ

Ընտանիքը հասարակության հիմքն է, նրա սկզբնական օղակը; Ընտանիքի միջոցով է հասարակությունն իրականացնում իր համար կենսական նշանակություն ունեցող ինքնավերարտադրման գործընթացը: Ընդ որում, այդ ինքնավերարտադրումը տեղի է ունենում ոչ միայն կենսաբանական, այլև հոգեբանական, լեզվական, մշակութային և այլ առումներով: Այսինքն՝ մարդը ոչ միայն ծնվում ու ֆիզիկապես հասունանում է որևէ ընտանիքում, այլ ձևավորվում է որպես անձ, անհատականություն, որպես այս կամ այն ազգության, լեզվի, դավանանքի և այլ հատկանիշների կրող: Անգամ եթե դա տեղի է ունենում ընտանիքից դուրս, ասենք մանկատանը կամ խնամակալական որևէ այլհաստատությունում, միևնույն է՝ երեխայի կրթության, դաստիարակության հիմքում դրվում են ընտանիքում կիրառվող, ընտանիքի համար ընդունելի, երաշխավորելի սկզբունքներ:

Ընտանիքի հոգեբանություն

Ընտանիքի հոգեբանություն, հոգեբանության բաժին է, որն ուսումնասիրելով Էվոյուոցիան ու բնույթը ամուսնության և ընտանեկան հարաբերությունների, նրանց առաջացման յուրահատկությունները, ձևավորումը, կայունացումն ու քայքայումը, նկարագրելով ընտանեկան և ամուսնական հատկանիշների, ընտանիքի անդամների սոցիալ-հոգեբանական և ֆունկցիոնալ առանձնահատկությունները միմյանց հետ՝:

Ընտանեկան վեճերն իրենց բնույթով կարող են լինել պերմանենտ (անընդհատ): Նման ընտանիքները հիմնականում լինում են քրեածին, կոնֆլիկտածին, ամբարենպաստ

ընտանքիներ:

Հոգեբանության ճյուղերից մեկը տարիքային հոգեբանությունն է, որի ուսումնասիրության առարկան դեռահասն է: Այն ուսումնասիրում է դեռահասի հոգեբանությունը՝ առանձնացնելով դա՝ որպես տարիքային փուլերից ամենաճգնաժամայինը: Առհասարակ դեռահասության տարիքը ընդունված է համարել դժվարշրջան, քանի որ այս տարիքում են ձևավորվում մարդու աշխարհընկալման, աշխարհայացքի և առհասարակ առաջնային արժեքների համակարգը, նախնական բլուկը: Ապացուցված է նաև, որ դեռահասի վարքը հաճախ անկառավարելի է դառնում այն պատճառով, որ տարիքային առանձնահատկության հետ կապված նրանց վարքագծում գերակշռում է հուզական ֆոնը: Դեռահասի տարիքային սահմանների շուրջ մասնագիտական բուռն բանավեճեր են ծավալվել, սակայն այսօր մասնագետների մեծ մասը հակված է այս շրջանը վերագրել 12-16 տարեկան: Դեռահասի պարագայում անհրաժեշտ է հիշել, որ ֆիզիկական տվյալներով չափահասից չտարբերվող, սակայն հոգեբանորեն ավելի ցածր զարգացման մակարդակի վրա գտնվող անձի մասին է խոսքը: Սա պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ սեռական հասունության էտապում մարդու ֆիզիկական զարգացումը աննախընթաց արագ աճ է արձանագրում, իսկ հոգեբանական առումով նրա զարգացումը պահանջում է ավելի շատ ժամանակ:

Այս շրջանում անչափահաս սկսում է ակտիվորեն վերախմաստավորել իր նախկին մոտեցումները, փորձում է դուրս գալ ավագ հարազատների ազդեցության ոլորտից, սկսում է հաճախ նրանց հակառակվել, նկատել նրանց մեջ բացասական գծեր, որոնք մինչ այդ չէր նկատում, ձգտում է անկախության, ինքնուրույնության և ինքնահաստատման, մյուս կողմից նրա համար շատ ավելի արժեքավոր է դառնում իր տարեկիցների կարծիքը, փորձում է հարմարվել նրանց կողմից ընդունված նորմերին և հաստատվել իր տարեկիցների միջավայրում: Դեռահասը հաճախ չի կարողանում զսպել իր հույզերը, որից հետո էլ կարող է զղջալ դրա համար: Դեռահասների հուզական դրսևորումները մեծահասակների կողմից հաճախ բնութագրվում է որպես ոչ ադեկվատ, երբ արտահայտված հույզը չի համապատասխանում իրավիճակին: Օրինակ՝ նա կարող է անտարբեր լինել դպրոցական անհաջողությունների նկատմամբ, բայց բուռն ռեակցիա արտահայտել չնչին երևույթներից (տանից փախչել, ինքն իրեն վնասել տանը կամ դպրոցում առաջացած կոնֆլիկտի պատճառով): Այսպիսի վարքի հիմքում ընկած է ինքնազնահատակակալի անհամապատասխանությունը, որը որպես կանոն ցածր է: Այսպիսի անհամապատասխանության արդյունքում դեռահասին թվում է, թե ծնողները կամ ուսուցիչները 'իրեն չեն հասկանում', վատ կարծիք ունեն իրենց մասին': Հասակակիցների հետշփումը դառնում է սուր պահանջմունք, ընկերական հարաբերությունների պահանջը

շատ բարձր է: Դեռահասը հույսը դնում է նվիրվածության, գաղտնիքները պահելու, իրեն հասկնալու վրա: Ինչքան քիչ է դեռահասը այդ հույզերը ստանում ծնողներից, այնքան շատ է այն փնտրում իր հասակակիցների մոտ և շատ է տառապում, երբ իր սպասելիքները չեն արդարանում: Դեռահասների հուզական ոլորտին բնութագրական են. շատ մեծ հուզական գրգռվողականություն, դրա համար էլ դեռահասները առանձնանում են բռնկվողականությամբ, իրենց էմոցիաների կրքոտ արտահայտումներով: Նրանք մեծ հաճույքով են սկսում հետաքրքիր գործը, պաշտպանում են իրենց հայացքները, կարող են բռնկվել իրենց և ընկերների նկատմամբ ցուցաբերած անգամ շատ փոքր անարդարությունից:

Ընտանեկան կոնֆլիկտները

Ընտանեկան կյանքը մշտապես հարթ ու սահուն չի: Ամուսինների միջև հնարավոր են նաև վեճեր, որոնք կարող են ընդգրկել ընտանեկան կյանքի ամենատարբեր ոլորտները՝ հաղորդակցում, նյութական բարեկեցություն, երեխաների դաստիարակություն, ազատ ժամանակի կազմակերպում, հետաքրքրություններ և այլն: Շատ հոգեբանների կարծիքով՝ ամուսինների միջև վեճերն ու անհամաձայնությունները ծագում են նրանցից որևէ մեկի որոշակի պահանջների անբավարարվածության հետևանքով: Ընտանեկան անհամաձայնության պատճառ կարող է դառնալ նաև պայքարն ընտանիքում իշխանության համար: Այս դեպքում ամուսիններից յուրաքանչյուրը ձգտում է հասնել առավելության և հեղինակության, փորձում է ճնշել դիմացինին, որոշումների կայացման հարցում իր կամքը թելադրել: Ընտանեկան կոնֆլիկտների հիմքում ընկած է ամուսինների նպատակների և հետաքրքրությունների օբյեկտիվ տարբերությունները, որը հարերություններում ընդունվում է որպես հակադրություն: Դրամատիկ իրավիճակ է նկատվում ծնողների ամուսնալուծության պատճառով քայքայված ընտանիքում: Շատ գիտնականներ ու բազմաթիվ հոգեբանական հետազոտություններ վկայում են, թե ամուսնալուծությունը ինչ ազդեցություն է թողնում երեխայի վրա /Ս.Տկաչենկո/: Հոգեբան-պրակտիկանտների մեծ մասը ծնողների ամուսնալուծությունը դիտարկում է որպես երեխայի և նրա կյանքի վրա գլխավոր բացասական ազդեցություն, անվստահության, ցավալի փորձառությունների աղբյուր: Որոշ մասնագետներ պնդում են, որ շատ դեպքերում հոգեկան վերքերը, որոնք երեխաները ստանում են ծնողների ամուսնալուծության արդյունքում, ինչ-որ ժամանակ բուժվում են, իսկ մյուսները պնդում են, որ ապրած ցնցումը երկարատև ազդեցություն է ունենում և խանգարում է երեխայի անձի հետագա լիարժեք հուզական և սոցիալական զարգացմանը:

2. Դեռ բավական չէ ,որ դեռահասությունը տարիքային փուլերից ամենաճգնաժամայինն է, իրենց բացասական ազդեցությունը նրանց վրա թողնում են ընտանեկան կոնֆլիկտները. դեռահասների համար ընտանեկան դրաման առավել կործանարար գործընթաց է, ինչի պատճառով վարքագծի փոփոխություններն ավելի են ընդգծվում, դրսևորվում է հուզական վիճակ, որը ոչ միայն կախված է ընթացիկ հոգեկան գործունեության բնույթից ,այլ մեծ ազդեցություն ունի դրա վրա.

Ընտանիքում`

1. տրամադրության անկում, դեպրեսիվ վիճակների հակում
2. կոնֆլիկտի ժամանակ ընկերների հետ հարաբերությունների խզում
3. օրենքին հակառակ գործողությունների կատարում
4. քնի խանգարում
5. թերաթեքության բարդույթ
6. Չի ուզում ապրել

Դպրոցում`

1. ընկերները կարող են ծիծաղել անփույթ վարքի վրա
2. տուժողը կարող է ներփակվել ինքն իր մեջ
3. լացել վիրավորանքից
4. խմբից մեկուսանալ
5. վախի զգացում ապրել
6. խուսափում են դժվարություններից և նորությունից

Չասարակության մեջ նույնպես ` նկատելի են նույն դրսևորումները

Հիմնախնդիրները, ուսուցման դժվարությունները

ա/ Ծնողները բողոքում են, որ իրենց երեխան չի օգնում իրենց տնային գործերում, բայց երբ ընկերներին է պետք, կարող է կատարել ցանակացած աշխատանք: Երեխան չի վստահում իրենց:

բ/ Դեռահասի կողմից սեփական «ես»-ին կենտրոնացվածություն, որի ժամանակ դեռահասները ամբողջությամբ ներթափանցված են այն մտքերի շուրջ, թե ինչ են իրենց մասին մտածում շրջապատողները:

գ/ Ծնողական զգացմունքների պակասը և կոնֆլիկտները

դ/ Ուսուցիչները դժգոհում են ուսման առաջադիմությունից, վարքագծի դրսևորումներից , ինչն էլ դժվարեցնում է ուսուցման գործընթացը. ուսուցիչները պետք է աշխատեն և՛ ծնողների , և՛ երեխաների հետ:

Գործնական համատեքստ

Իմ կողմից ուսումնասիրվող հիմնախնդիրների շրջանակներում իրականացրել եմ հետազոտություն, անցկացրել եմ գրույց ուսուցիչների երեխաների և նրանց ծնողների , սովորողների , դասընկերների հետ՝ բացահայտելու դպրոց –ծնող –երեխա կապը:

Պարզվեց ,թե

4. Ի՞նչն է կարևոր դեռահասի համար ընտանիքում և դպրոցում.

կոնֆլիկտների բացակայությունը	փոխադարձ հարգանքն ու վստահությունը	սերը	ՏՀՏ-ն	աջակցությունը	ընկերների վերաբերմունքը /չծաղրեն/	ներելու կարողությունը	իր կարծիքը հաշվի առնելը
------------------------------	------------------------------------	------	-------	---------------	--	-----------------------	-------------------------

Այսպիսի խնդրահարույց ընտանիքների երեխաներին օգնելը, ինչ խոսք ,ավելի դժվար է,քանի որ անհրաժեշտ է լինում օգնել նաև ծնողներին: Աշխատանքները կազմակերպելուն և իրականացնելուն մասնակից են դառնում դեռահասի հետ առնչվող բոլոր աշխատակիցները /նաև՝ բազմամասնագիտական թիմը/, որոնք համագործակցության արդյունքում կազմակերպելու են խմբային /դասարանական , ընդհանուր ժողովներ/ և անհատական աշխատանք ` կարևորելով ուսուցիչների շփման ոճը: Երեխայի հետազոտման, նրա լավագույն որակների և հատկությունների բացահայտման ու զարգացման հարցերում դպրոցի և ընտանիքի փոխներգործության շարժառիթն այդ կառույցների ընդհանուր հետաքրքրություններն են: Այդպիսի փոխհարաբերությունների հիմքում միմյանց նկատմամբ վստահության, փոխադարձ հարգանքի, փոխօգնության և օժանդակության, համբերատարության սկզբունքներն են: Դրանք օգնում են ուսուցիչներին և ծնողներին՝ համատեղ ջանքերով երեխայի ինքնորոշման, ինքնակառավարման, խոչընդոտների ու դժվարությունների հաղթահարման համար անհրաժեշտ որակների ու հատկությունների ձևավորման պայմաններ ստեղծել: Երեխաներին, ծնողներին և ուսուցիչներին միավորում են ընդհանուր մտահոգություններն ու խնդիրները, որոնց լուծումներն էապես պայմանավորված են դրանց փոխներգործության և համագործակցության բնույթով: Դպրոցի և ընտանիքի համագործակցությունը նպատակասլաց և երկարատև աշխատանք է, որն ամենից առաջ ենթադրում է ընտանիքի , երեխայի ընտանեկան դաստիարակության պայմանների ու յուրահատկությունների բազմակողմանի և համակարգված ուսումնասիրություն: Այդ երկու ինստիտուտների համագործակցությունը և փոխներգործությունը մանկավարժական գործընթացի բոլոր փուլերում պետք է կազմակերպվեն պլանավորված ու համակարգված ձևով: Ծնողները և ուսուցիչները նույն երեխաների դաստիարակներն են: Հետևաբար դաստիարակությունն արդյունավետ կլինի միայն նրանց համագործակցության պայմաններում, երբ ձևավորվեն դաստիարակության գործընթացի միասնական նպատակներ, ձգտումներ ու հայացքներ, համատեղ ուժերով մշակվեն դաստիարակչական խնդիրներն ու դրանց լուծման ուղիները: Դպրոցի և ընտանիքի համագործակցության և փոխներգործության ամենաարդիական և պահանջված ուղղություններից մեկն այսօր, թերևս երեխաների ծնողների համար խորհրդատվությունների կազմակերպումն է: Մանկավարժական խորհրդատվությունները հիմնականում կրում են անհատական բնույթ: Դրա անհրաժեշտությունը ծագում է այն ժամանակ, երբ իրավիճակը դառնում է ծայրահեղ, ու պահանջվում է արտակարգ օգնություն: Այս փուլում գլխավոր խնդիրը ոչ միայն մանկավարժական տեղեկատվությամբ ընտանիքն ապահովելն է, այլև ծնողներին հուզական աջակցություն ցույց տալը: Այսպիսով մանկավարժները և ծնողները ունեն ընդհանուր նպատակներ և առանց նրանց համագործակցության՝ երեխայի կյանքը լիարժեք չէ: Դպրոցը երեխային տալիս է գիտական

գիտելիքներ և իրականության նկատմամբ դաստիարակում գիտակցական վերաբերմունք: Ընտանիքն էլ իր հերթին ապահովում է կյանքի պրակտիկ փորձը: Ընտանիքում ձևավորվում և մշակվում են մարդկանց կարեկցելու կարողությունը: Անձի ներդաշնակ զարգացման համար այդ երկու որակներն էլ խիստ անհրաժեշտ են:

Գտնել լուծումներ

Դպրոց-ընտանիք համագործակցության խթանում

Դիտարկում	Արդյունք
<p>1.Եթե ընտանիքում խնդիրներ են ծագում և նպաստավոր պայմաններ ստեղծվում վեճերի համար, որո՞նք պետք է լինեն ծնողների գործողությունները: Ինչպե՞ս կարելի է թեթևացնել կոնֆլիկտային իրավիճակը, որպեսզի դրանից չտուժեն երեխաները:</p> <p>2.Իսկ պե՞տք է երեխաներից թաքցնել նմանատիպ բացասական իրավիճակները, թե՛ ճիշտ կլինի խոսել նրանց հետ և բացատրել՝ յուրաքանչյուր խնդիր հնարավոր է լուծել, եթե կա ցանկություն, դիմացինը հարգում է կարծիքդ ու պատրաստ է</p>	<p>1.Ամենա նպաստավոր լուծումն այն է, որ մեծահասակները կոնֆլիկտի բուն պատճառը լուծելուն ուղղված քննարկում իրականացնեն և չանցնեն անձնային դաշտ, վիրավորանքների: Անհնարին լինելու դեպքում մեծահասակներից գոնե մեկը պետք է իրադրության կառավարումն իր ձեռքն առնի և ժամանակավորապես դադարեցն այն՝ մինչ հույզերը հանդարտվեն և հնարավոր լինի քննարկում իրականացնել:</p> <p>2.Դա հենց լավագույն տարբերակն է, որը սովորեցնում է հարգել միմյանց, լսել կարծիքներ և գտնել խնդրի լուծման լավագույն տարբերակը: Այս դեպքում երեխան հմտանում է կոնֆլիկտը լուծելու մեջ:</p>

ընդունել:	
3.Երբ ծնողները չեն գիտակցում իրենց վեճերի արդյունքում երեխային հասցվող մեծագույն վնասը, ինչպե՞ս կարելի է օգնել դեռահասին հաղթահարել այդ ծանր շրջանը:	3.Հոգեբանի հետ աշխատանքը կօգնի գտնել լայլ տարբերակներ:

Խորհրդատվություն ծնողներին

.Քաջալերեք, որ ձեզ հետ կիսեն իրենց զգացումները

1. Անկախ նրանից՝ լեզու գտնում եք ձեր դեռահասի հետ, թե դժվարությունների եք հանդիպում, կարևոր է ցույց տալ, որ սիրում և աջակցում եք նրան, պատրաստեք օգնել դժվար իրավիճակում և նրա կողքին եք՝ ցանկացած պահի:
2. Ինքներդ ճանապարհ փնտրեք՝ դեռահասի հետ լեզու գտնելու: Հարցրեք, թե ինչպես է անցել օրը, ինչով է զբաղվել: Նրան ներգրավեք որոշ տնային գործերում, օրինակ՝ կարող եք միասին ընթրիք պատրաստել, որի ընթացքում հնարավորություն կունենաք քննարկել օրվա ընթացքում նրա հետ տեղի ունեցածը:
3. Խրախուսանքի մի քանի պարզ խոսքը կարող է օգնել, որ նա ցանկանա ձեզ հետ կիսել իր զգացումները.
4. Կարևոր է ընդունել և հասկանալ նրա հնարավոր հույզերը, եթե անգամ դա անհարմարություն է պատճառում: Սակայն, փորձեք նաև նկատել ու գնահատել այն, ինչը նա լավ է անում:

Ժամանակ անցկացրեք նրանց հետ, աջակցեք նրանց.

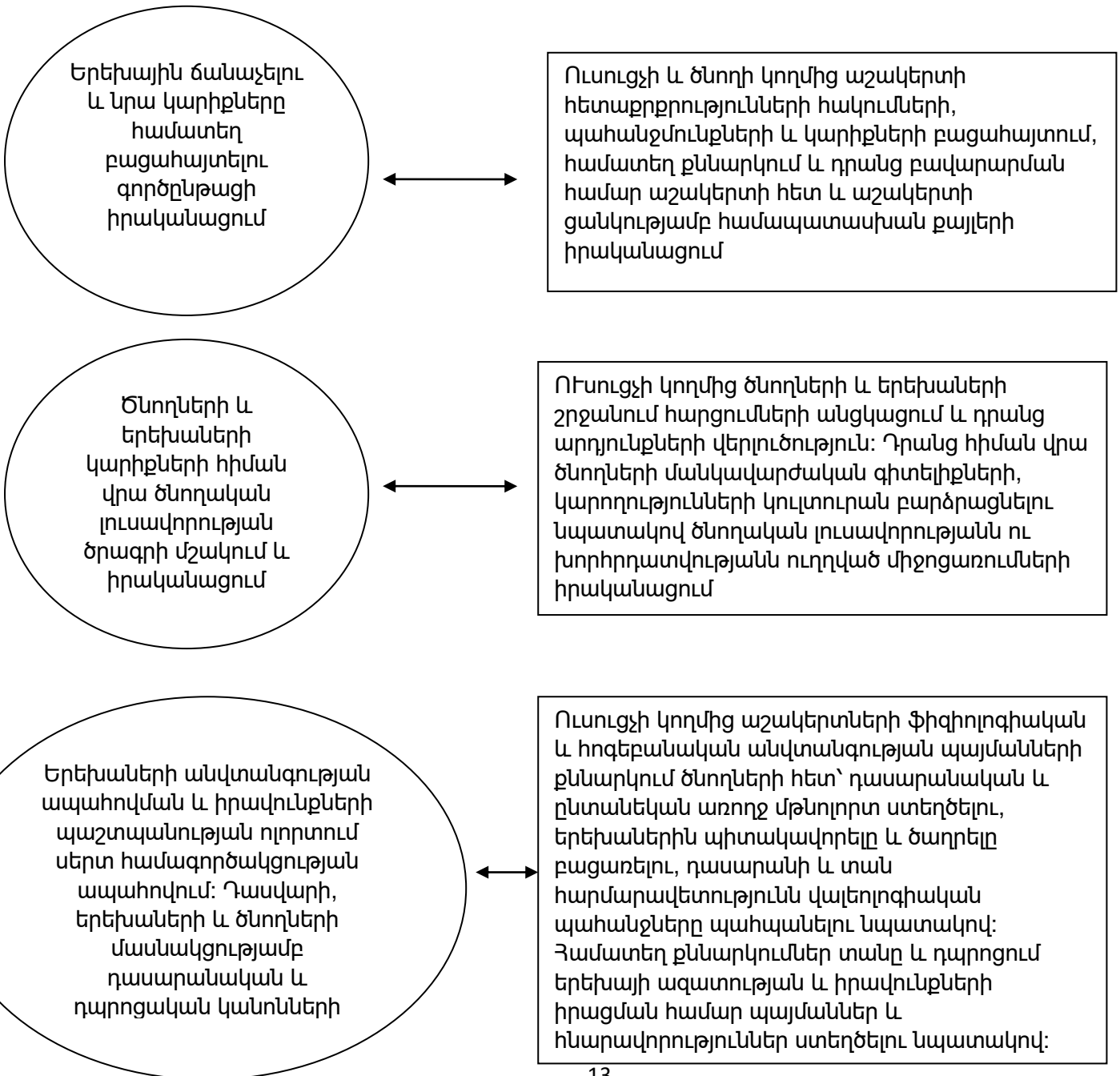
- Միասին նորովի կազմակերպեք առօրյան և սահմանեք իրագործելի առօրյա նպատակներ:
- Դեռահասություն՝ նշանակում է՝ ինքնուրույնություն: Փորձեք ձեր դեռահասին տրամադրել բավականաչափ ժամանակ և տարածություն՝ մենակ մնալու համար:
- Հակասությունները հաղթահարեք միասին.
- Լսեք ձեր դեռահասի տեսակետները և փորձեք հակասությունները հաղթահարել անվրդով: Հիշեք՝ սթրեսի կարող են ենթարկվել բոլորը:
- Եղեք ազնիվ ու անկեղծ. Կարող եք խոստովանել նրան, որ ինքներդ էլ լրացուցիչ սթրես եք տանում: Եթե պատմեք, թե ինքներդ ինչպես եք հաղթահարում դժվարին զգացողությունները, ապա դրանով կօգնեք նրան հասկանալ, որ իր զգացողությունները նորմալ են:
- Անհրաժեշտ է ապրել ընդհանուր հոգսերով, հաջողություններով:

ՈՒՏՈՒՆԳԻՆԵՐԻ համար դժվար իրավիճակում հայտնված դեռահասի հետ շփվելու կանոններ.

1. Բոլորի հայացքները չբեկեռել երեխայի ոչ ցանկալի վարքի վրա և չընկնել ագրեսիվ հոգեվիճակի մեջ
2. Դրսևորել համարժեք քննադատական վերաբերմունք երեխայի ագրեսիվ վարքի նկատմամբ,բայց չի կարելի կիրառելկոպիտպատիժներ
3. Նախ և առաջ բացահայտել ագրեսիվության և հանգիստ վիճակի պատճառը, նրբորեն կանխել այն
4. Հնարավորություն ընձեռել երեխային՝ հանել ագրեսիան խաղերի և թուլացնող /ռելաքսացիոն/ թրեյնինգների միջոցով
5. Աշխատել ցույց տալ,որ ինքը կարևոր է, և իրեն նուսյնպես սիրում են
6. Ուշադիր հետևել և արձագանքել երեխայի դրական վերաբերմունքին, նույնիսկ եթե դրանք աննշան են
7. Ձևավորել ապահով մթնոլորտ դեռահասի ինքնարտահայտման համար
8. Տալ ընտրելու հնարավորություն՝խթանելով դեռահասի ինքնուրույնությունը

Կենտրոնում աշակերտն է՝ իրեն վերաբերող հիմնախնդիրներով , որոնց լուծմանն ուղղված յուրաքանչյուր բաղադրիչի իրագործմանը ուսուցչի և ծնողի հետ միասին հնարավորություն ունի մասնակցելու նաև աշակերտը /նա իրավունք ունի մասնակցելու իր կյանքին վերաբերող հարցերի քննարկմանը և դրանց վերաբերյալ որոշումներ ընդունելուն/:

Ընտանիք – դպրոց համագործակցության մոդելի բացատրագիր

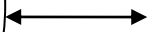


Երեխաների ուսումնաճանաչողական ձեռքբերումների համատեղ քննարկում, խոչընդոտների բացահայտում և նրա հետ անհատական զրգացման աջակցման ծրագրի մշակում



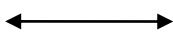
- Ուսուցիչ-ծնող փոխադարձ տեղեկատվության փոխանցում և քննարկում՝ աշակերտի ուսումնադաստիարակչական նվաճումների, տնային և ինքնուրույն առաջադրանքների կատարման ընթացքում ծագած դժվարությունների և խոչընդոտների ու դրանց հաղթահարման վերաբերյալ:
- Աշակերտի համաձայնությամբ և ծնողի իմացությամբ աշակերտի անհատական զարգացման ծրագրի համատեղ մշակում՝ մանկավարժական աջակցության նպատակով:
- Ծնողական ժողովներին աշակերտների մասնակցության ապահովում:

Արտադասարանական և արտադպրոցական մասնագիտական կողմնորոշման ուղղությամբ դասվարի, աշակերտների և դասարանական ծնողական կոմիտեի համատեղ գործունեության պլանավորում և իրականացում



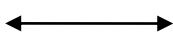
- Ուսուցչի նախաձեռնությամբ քննարկումների կազմակերպում՝ կամավորության սկզբունքով և ծնողների ընտրությամբ նրանց մասնակցությունը արտադասարանական և արտադպրոցական դաստիարակչական աշխատանքներին ապահովելու նպատակով:
- Ծնողների կողմից իրենց երեխաների օգնությամբ մասնագիտության օրերի դասարանական միջոցառումների շարքի կազմակերպում:

Դպրոցի զարգացման ծրագրերի մշակման և իրականացման գործում ծնողական համայնքի մասնակցության ապահովում



Ուսուցչի կողմից ծնողներին դպրոցի, դասարանի հոգսերին ծանոթացնելը՝ ըստ ցանկության նրանց մասնակցությունը դպրոցի զարգացման ծրագրերի մշակմանն ու իրականացմանը ապահովելու նպատակով:

Դաստիարակչական միասնական միջավայրի ստեղծում և ընտանեկան ու դպրոցական դաստիարակության ինտեգրում



Ծնողներին դաստիարակչական միասնական միջավայրի և ընտանեկան ու դպրոցական դաստիարակության ինտեգրման մասին գիտելիքների, գաղափարների և այլ տեղեկատվության փոխանցում, տանը և դպրոցում երեխայի նկատմամբ միասնական պահանջների, հնարավորությունների և պայմանների ներկայացում ու ստեղծում:

Կրթության հաջորդ աստիճանների հաջորդականության

- Ուսուցչի կողմից դպրոցի հաջորդ աստիճանի անցման խնդիրների բացահայտում և ծնողներին ու աշակերտներին խորհրդատվության մատուցում:
- Ծնողների հետ, երեխայի մասնակցությամբ,



Եզրակացություն

Ընտանիքները, ծնողները և խնամողները կարևոր դեր են խաղում երեխայի բարեկեցության և զարգացման գործում:

Դեռահասի մոտ ազդեցիկ վարքի կայացումը կամ ընկճախտը բարդ գործընթաց է՝ պայմանավորված մի շարք գործոններով: Այն կարող է ի հայտ գալ ընտանիքի, հասակակիցների, ուսումնական հաստատության, ինչպես նաև զանգվածային տեղեկատվության ազդեցությամբ: Նրանք ձգտում են նմանվել ուրիշներին. գրական կերպարները կարող են նրանց մոտ հետաքրքրություն առաջացնել: Շատ գիտնականներ պնդել են, որ դեռահասների հետ ազդեցիկության մակարդակի իջեցման նպատակով կարելի է անցկացնել արտթերապիայի և խաղաթերապիայի տեխնիկաներ / դեռահասների ծնողներին, ուսուցիչներին առաջարկվում է հոգեբանի հետ մշակել համապատասխան տեխնիկաներ /, որոնք նպաստում են ազդեցիկ վարքի կանխարգելմանը, քանի որ ավելի հեշտ է ազդեցիկ կանխելը, քան հետո շտկել այն:

Ստեղծված վիճակի ընկալման միջոցով սառեցնել ազդեցիկան. /հարցեր՝ ինչու՛, ի՞նչ է զգում, ինչն է կարևոր.../:

Կարևոր է ճիշտ ընտրել դասողեկական ժամերի թեմատիկան, կազմակերպել տարաբնույթ միջոցառումներ, երկխոսություններ ամենատարբեր թեմաներով, որոնք աշակերտին կօգնեն բացահայտել իրենց մտահոգությունները, թոթափել վախերն ու տազնապները: Ամեն դեպքում ցանկալի է ծնողների, մանկավարժների, դեռահասների հետ անցկացնել սեմինարներ, ինչպես նաև՝ հավասարը հավասարին զրույց՝ ստեղծելով փոխադարձ վստահության մթնոլորտ: Կարողանալ սովորողներին հասկացնել՝ ապրել իրականում, այլ ոչ թե՛ ինտերնետում, շփվել մարդկանց հետ, հետևել առողջ ապրելակերպին ինքնազարգանալ ստեղծագործության և սպորտի տարբեր ոլորտներում: Բանն այն է, որ դեռահասին հասցրած վիրավորանքը նրա հոգում անջնջելի հետք է թողնելու: Այսպիսով՝ այսօրվա մանկավարժը տվյալ հասկացության ստուգաբանության ամբողջական կրողն է: Նա պետք է լինի և հոգեբան, և լավ մասնագետ: Աշակերտին հարկավոր է հասկանալ յուրաքանչյուր տարիքում: Այս առումով հատկապես

պատասխանատու է մարդու ձևավորման կարևոր շրջաններից մեկը՝ դեռահասության տարիքը: Անհրաժեշտ է՝ առավելագույնս ուշադիր լինել աշակերտների վարքագծի շեշտակի փոփոխությունների նկատմամբ: Դպրոցի դերը հնարավորինս պետք է մեծացնել տարաբնույթ հարցերի շուրջ դաստիարակության վերաբերյալ դեռահասների շրջանում տեղեկատվության տարածման գործում: Այս իմաստով կարևոր է նաև հոգեբանի և սոցիալական աշխատողի ինստիտուտների ներդրումը, իսկ առկայության դեպքում դրանց ակտիվացումը/ ուժեղացումը/: Սոցիալական աշխատող ունեցող դպրոցներում կարևոր են մասնագետների վերապատրաստումները: Ուսուցչական կազմերի համար անհրաժեշտ են առանձին դասընթացներ և քննարկումներ: Նման հանդիպումների կարևորությունը դիտարկվում է հատկապես դրանց շղթայական ազդեցության հետևանքների տեսանկյունից. ուսուցիչները, ովքեր կանցնեն նմանատիպ վերապատրաստումներ, հնարավորություն կունենան զրուցելու այս թեմայի շուրջ իրենց դեռահաս երեխաների հետ, ինչն էլ ավելի կհեշտացնի այլ դպրոցներում դասավանդող ուսուցիչների աշխատանքը: Հատուկ ծնողների համար նախատեսված հանդիպումներ և քննարկումներ, որոնք կշեշտադրեն դեռահասի անկախության և ինքնուրույնության, ինչպես նաև նրա կողմից ինքնուրույն որոշումներ կայացնելու հմտություններ ունենալու կարևորությունը: Դպրոցական և արտադպրոցական մասնագիտական կողմնորոշման հանդիպումների կազմակերպում, անհրաժեշտության դեպքում արդեն կազմակերպվող հանդիպումների պլանների և բովանդակության վերանայում: Այսպիսով կարելի է խթանել նաև մենթորության ինստիտուտի զարգացումը հատկապես դեռահասների համար: Ի վերջո համագործակցությամբ կհաղթահարվեն վերը նշված բոլոր խնդիրները.:

Դեռահասները կարող են սթրեսը նվազեցնել հետևյալ կերպ

Նվազեցնել սեփական անձի մասին բացասաբար արտահայտվելը. բացասական մտքերը փոխարինել ավելի չեզոք կամ դրական մտքերով: Օրինակ՝ "Իմ կյանքը երբեք դեպի լավը չի գնա" արտահայտությունը փոխել "Միգուցե, ես հիմա անօգնական վիճակում եմ, բայց իմ կյանքը կբարելավվի, եթե ես ջանամ դրան հասնել և որոշ օգնություն ստանամ": սովորել լավ զգալ կատարվող աշխատանքից, քան սեփական անձից և ուրիշներից կատարելություն պահանջել. "շունչ քաշել" սթրեսային իրավիճակներից: Երաժշտություն լսելը, ընկերոջ հետ զրուցելը, նկարելը, գրելը կամ տնային կենդանու հետ ժամանակ անցկացնելը կարող է թուլացնել սթրեսը:

Ստեղծել ընկերների մի խումբ, որոնք դրականապես են ազդում սթրեսից դուրս գալու վրա.

Վերոհիշյալ կամ այլ միջոցներով դեռահասները կարող են սկսել հաղթահարել սթրեսը: Եթե դեռահասը նշաններ է ցույց տալիս կամ խոսում է այն մասին, որ գերլարված է, օգտակար կլինի խորհրդատվությունը մանկապատանեկան հոգեբույժի կամ հոգեկան առողջության ոլորտի այլ մասնագետի հետ:

Ընտանեկան ցանկացած ճգնաժամ պահանջում է բոլոր անդամների համագործակցությունը, ինչպես նաև վերափոխում և հարմարեցում նոր իրավիճակին:

Դիմե՛ք մասնագետի օգնությանը, եթե նկատում եք, որ դեռահասության ճգնաժամը չեք կարողանում հաղթահարել: Մասնագետը կօգնի հասկանալ ճգնաժամի խորքային պատճառներն ու ավելի ամուր ու մտերիմ հարաբերություններ ձևավորել դեռահասի հետ ոչ միայն այս փուլի, այլև՝ ամբողջ կյանքի համար:

Օգտագործված գրականություն՝

1. Մարդ և հասարակություն N6 2012թ. վերնագիր՝ <<Ընտանիք>>
2. <<Ընտանիք և դպրոց>> N4 2017թ. վերնագիր՝ <<Անհատականությունը ձևավորվում է ընտանիքում և դպրոցում>>. Հեղ. Վեներա Հովհաննիսյան <<Ընտանիք և դպրոց>> N4 2014թ. վերնագիր՝ <<Դեռահասության տարիքի ագրեսիայի բնորոշումը և դրա պարպման մեթոդական առաջարկներ>> Ա. Կիրակոսյան
3. <<Ընտանիքի հոգեբանություն>>. Հեղ. Պայծառ Հարությունյան, Մխիթար Սեբաստացի կրթահամալիր
4. Սեդրակյան Ս. Ա. ընտանիքի հոգեբանություն, Երևան Ուրարտու համալսարան