



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

ГБУ РС(Я) «Республиканский центр содействия семейному воспитанию»
Международный детский фонд «Дети Саха-Азия»

Настольная книга мамы и папы

«Биир субэһэн»



Якутск
2020

УДК
ББК

Данная настольная книга мамы и папы издана с использованием гранта Президента Российской Федерации, предоставленного Фондом президентских грантов на проект «Иллээхтик бииргэ» («Будем вместе»), и распространяется Международным детским фондом «Дети Саха-Азия» бесплатно всем приемным семьям Республики Саха (Якутия)

Составители

**З.С. Шахурдина, О.П. Петухова, А.Н. Жапарова, Н.Ф. Тарабукина,
А.А. Жиркова, И.М. Оконосова**

Рецензенты

**Э.В. Кондратьев, директор ГБУ РС(Я) «Республиканский центр
содействия семейному воспитанию»**

**О.М. Андросова, исполнительный директор Международного
детского фонда «Дети Саха-Азия»**

**А.В. Аммосова, заместитель директора ГБУ РС(Я)
«Республиканский центр содействия семейному воспитанию»**

Использованы рисунки

**Ю. Неустроевой, А. Нехоруковой, А. Дмитриевой, О. Слепцовой,
В. Филипповой, Ю. Моксиной, А. Киселевой, С. Харитоновой,
Ю. Леви, К. Лукошенко, Д. Гольцевой, Г. Закуткина, А. Кузьмицкой,
А. Петровой, А. Толман, А. Будищевой, Ю. Картавых, Д. Абрюшевой,
А. Пимоновой, А. Созиновой. Е. Муравьевой, Ю. Кондерской,
А. Иволга, А. Буймовой, Л. Свешниковой, С. Мордвиной**

**Настольная книга мамы и папы «Биир сүбэнэн» / [сост. :
Шахурдина З.С., Петухова О.П., Жапарова А.Н., Тарабукина Н.Ф.,
Жиркова А.А., Оконосова И.М.]. — Якутск: Алаас, 2020. — 320 с.**

Агентство СІР НБР Саха

Книга содержит материалы, позволяющие родителям находить ответы на сложные, интересные их вопросы и проблемы, касающиеся взаимоотношений с детьми и их воспитания.

УДК
ББК

© З.С. Шахурдина, О.П. Петухова, А.Н. Жапарова, Н.Ф. Тарабукина,
А.А. Жиркова, И.М. Оконосова, составление, 2020
© Оформление. ИИТЦ «Алаас», 2020



ВАМ, РОДИТЕЛИ!

Эта книга написана специально для вас. Принятие в свою семью ребенка — важное решение, ведь вы берете маленького человека, со своей жизнью, историей, радостями и проблемами.

Не секрет, что воспитание детей — это целая наука, каждодневный труд и обязанность законного представителя (опекуна, приемного родителя). Во всем мире без исключений довольно много людей воспитывают детей в приемной семье. У каждого, кто решился взять ребенка на воспитание, своя история жизни. Если вы решили бороться за счастье ребенка и принять его в свою семью, будьте готовы к тому, что могут возникнуть некоторые трудности в воспитании ребенка, ведь у него могут быть психологические травмы, которые вы сможете излечить, только щедро отдавая свои силы, тепло и заботу. Часто, столкнувшись с какой-либо проблемой, родитель испытывает определенные сложности и тревогу: как вести себя в той или иной ситуации, к кому обратиться за помощью? Не забывайте, что перед вами личность, у которой, как и у вас, свои переживания, эмоции, воспоминания, потребности, хобби, и от ваших решений зависит дальнейшая жизнь ребенка, его будущее, каким он вырастет человеком. Любой ребенок нуждается в любви родителей, какого бы возраста он ни был.

С первой минуты появления ребенка в доме родители несут ответственность за то, как сложится жизнь ребенка, каким он вырастет, каким будет его будущее. Все что необходимо родителям — это любовь, чуткость и понимание. Ребенка невозможно заставить быть добрым, честным и справедливым только потому, что на этом настаивают родители, точно так же, как он не может вырасти исключительно злым, лживым и завистливым. Чтобы сформировать личность и выпестовать определенные черты характера, нужно будет приложить целенаправленные усилия.

Проблемы в детско-родительских отношениях возникают как следствие допущенных ошибок ранее. Поэтому:

- *учитесь смотреть на мир глазами ребенка;*
- *не забывайте о том, что когда-то и вы были детьми;*
- *действуйте не против ребенка, а заодно с ним;*
- *доверяйте ребёнку;*
- *боритесь не с ребенком, а с проблемой.*

Отдавайте как можно больше — больше и получите. Помните, неразрешимых проблем не бывает, и никогда не сомневайтесь, что легче предупредить, чем исправить. Приняв ребенка к себе, вы несете за него ответственность. Так пусть у вас будут силы для преодоления трудностей и возможности, чтобы их преодолевать, а эта книга поможет разобраться в некоторых волнующих вас вопросах.

Наша книга отражает далеко не все грани взаимоотношений между родителями и детьми, освещает не все, а лишь наиболее общие и часто встречающиеся проблемы. Надеемся, что наши рекомендации помогут вам лучше понять детей, осознать свою роль в их жизни.

I Глава.

В начале пути



Большое внимание нужно уделить вопросу мотивации родителей в принятии ребенка в семью: почему семья принимает на себя заботы о чужом ребенке, не являются ли эти мотивы деструктивными, что может в конечном итоге привести к возврату?

Желание принять ребенка в свою семью весьма разнообразно, возникает оно у всех по-разному и в разных обстоятельствах.

В.Н. Ослон
выделила целый комплекс мотивов принятия в семью детей-сирот, это:

- отсутствие детей;
- заполнение пустоты после потери собственного ребенка;
- желание помочь хотя бы одному ребенку;
- решение материальных проблем за счет приемных детей;
- стремление исправить собственный неудачный родительский опыт и др.;
- надежда на помощь в старости.

Причин много, но специалисты считают, что далеко не каждая из них — правильная мотивация для принятия ребенка в свою семью. Попробуем разобраться в том, какие мотивы выступают дополнительными ресурсами для семьи, а какие приводят к выгоранию.

Конструктивные мотивы (мотивы положительные, которые являются большим ресурсом для воспитания ребенка)

Продолжение рода. Несомненно, как и при появлении кровного ребенка, считается самым положительным мотивом. Здесь важным моментом является желание обоих супругов принять ребенка в свою семью. Если будущие родители готовы и хотят воспитывать ребёнка (и неважно, кровного или приёмного), готовы подарить ему любовь и заботу, воспринимать его как отдельную личность, то замещающая семья станет для ребёнка родной.

Реализовать себя в качестве родителя. Это естественное желание каждого родителя, и оно реализуется, если при воспитании ребенка учитываются его личностные особенности и признается его индивидуальность.

Не ожидайте от ребенка большего, чем он может дать: если ваши желания не оправдаются, то будете страдать и вы, и ребенок.

Воспринимайте его таким, какой он есть. Не сравнивайте его ни с кем, и у вас будет много ресурсов справляться с трудностями.

Желание иметь большую и дружную семью. Если у приёмных родителей есть силы, желание и возможности воспитывать более двух детей, то, безусловно, эта мотивация носит позитивный характер. Мудрость, опыт воспитания собственных детей, личностная зрелость, взвешенность при принятии решений, позволяющих избежать неоправданно высоких ожиданий от приёмных детей, — все это в большинстве случаев приводит к хорошим результатам.

Но желание иметь большую семью может носить, как позитивный, так и негативный характер. Если это желание вызвано какими-то корыстными целями (например, для использования детей в качестве рабочей силы или для получения льгот), то это деструктивный мотив, руководствуясь которым, создавать семью не стоит.

Дети нуждаются в безусловной любви и поддержке. Деструктивные мотивы (мотивы отрицательные, которые могут привести к возврату ребенка)

Жалость. Бывает, увидев в телепередачах и СМИ о детях-сиротах в детских домах, взрослые испытывают желание спасти хотя бы одного ребёнка. Однако жалость не может заменить любовь и родительские чувства, зато имеет тенденцию быстро перерасти в неприязнь, потому что жалеть всю жизнь невозможно.

Многие приёмные родители рассказывали, что в после того, как ребенка взяли в семью, чувство жалости к нему прошло, а привязанность и нежные чувства могут не появиться. Нужно учитывать и ресурсы семьи: собственное здоровье, финансовые возможности и жилищные условия.

Распадающийся брак. Бытует мнение, что ребёнок может спасти брак. Это ошибочное представление. Родители думают, что ребёнок станет своеобразным цементом для скрепления брака родителей. Однако, появление ребёнка в семье, где нет взаимопонимания,

не способно спасти брачный союз от имеющихся проблем. Ребёнок окажется в центре скандалов. Он может быть их поводом, причиной или просто свидетелем. Все это может негативно сказаться на физическом и психологическом здоровье ребёнка.

Ребёнка хочет только один из супругов.

Если один родитель хочет усыновить, а второй идет у него на поводу, то это не принесет радости ни супругам, ни ребёнку. Если один из супругов не сможет полюбить ребёнка и привязаться к нему, то рано или поздно он начнёт предъявлять претензии или уклоняться от воспитания ребёнка: «Ты выбрала, ты и занимайся». Увы, часто такие семьи распадаются.

Деструктивные мотивы относят к негативным мотивам, они показывают, что родители еще не готовы к приемному ребёнку. Можно выделить несколько распространённых мотивов принятия ребёнка, которые негативно сказываются на развитии отношений в приёмной семье.

«Заменить» приёмным недавно умершего ребёнка. Считается, что осознанно или нет, но родители переносят свои ожидания с родного ребёнка на приёмного, и от этого страдают и малыш, и мама с папой.

Попытки максимально приблизить усыновленного ребёнка к умершему, постоянные сравнения и неудачи ребёнка преуспеть в том же, что и погибший, крайне губительны для отношений. В таких случаях необходимо сначала отгоревать по ушедшему кровному ребёнку, пройти личную терапию с психологом и только потом принимать в свою семью ребёнка, желательно другого пола и внешнего типажа.

Страх одиночества. Причиной здесь может быть то, что дети подросли и покинули отчий дом («синдром опустевшего гнезда»), или же у человека рядом нет близких людей. Эти мотивы чаще посещают одиноких женщин в возрасте, у которых назревает перспектива остаться в старости одной. В данном случае принятие ребёнка младше 12-14 лет может стать проблемой из-за большой разницы в возрасте.

«Обретение смысла жизни». Мотив подразумевает, что в данный период жизни человека смысл жизни потерян. Причиной тому может быть острое горе, ситуативный стресс, нарушенные отношения в семье или одиночество, за которыми иногда стоят психические заболевания (например, депрессия). Создание приёмной

семьи в данном случае проблему не решает, хотя и может вызвать чувство облегчения. 56 но он не может наступить по причине отсутствия детей. В этой ситуации, когда у родителей присутствуют способность и желание любить ребенка, создание приемной семьи может помочь стать им более зрелыми, наполнить и изменить их жизнь.

Материальные выгоды. Для некоторых семей финансовая сторона выступает достаточно сильным стимулом. Семьи, принявшие на воспитание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, имеют ряд социальных гарантий и льгот. Но если думать только о материальных выгодах, легко забыть о ребёнке, о его чувствах и ощущениях, а таким образом семью не построишь. Абсолютное большинство состоявшихся приёмных родителей говорит о том, что выплаты от государства не покрывают актуальных потребностей детей.



Жиркова Тамара, 15 лет, Амгинский район, РС(Я)

Любой мотив может быть двойственен

Желание родителей принять ребенка играет ключевую роль в создании замещающей семьи. Но на самом деле, как говорят психологи, невозможно предугадать, какая семья окажется настоящей для ребенка — та, что была с «правильной» мотивацией, или та, от которой даже специалисты не могли ожидать такой мудрости и самоотверженности, такого принятия и теплоты, которая дала им возможность стать настоящими родителями для приемного ребенка.

Безусловно, детям нужна семья, которая бы их любила. Замещающая семья лучше детского дома только тогда, когда ребёнок желанный, а принятие ребёнка происходит в результате позитивной мотивации приёмных родителей.

Ребенок — это не средство достижения желаний

Важно, чтобы в семье царили безусловная любовь и понимание. Принятие ребенка в семью всегда должно быть взаимовыгодным, то есть не только ребенок должен отвечать желаниям и мотивам родителей, но и родители — потребностям ребенка (потребности в безопасности, здоровье, любви и привязанности, идентичности и социальной адаптации).

II Глава.

*С чего начать родителям,
которые хотят принять
ребенка в семью?*

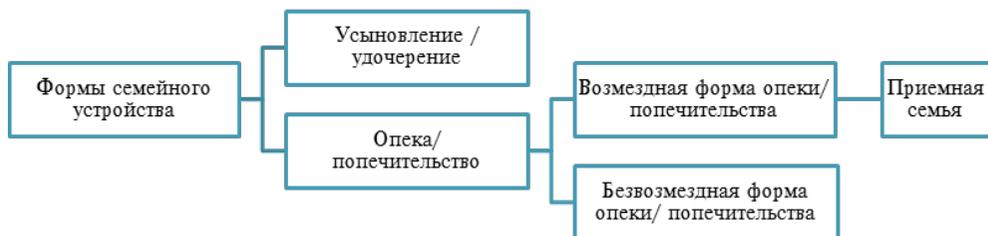


На первый взгляд кажется, что самое главное в процессе семейного устройства детей, – это найти семью, которая захотела бы принять к себе конкретного ребенка. Счастливая встреча – это только начало. Ни одна приемная семья не берет к себе ребенка для того, чтобы его вернуть. Тем не менее возвраты случаются нередко. Чтобы избежать таких случаев, необходимо обратить внимание не только на юридические вопросы устройства детей в семью, но и на психологическую подготовку будущих приемных родителей.

Что нужно для приема ребенка в семью:



Определитесь, какая форма устройства детей, оставшихся без попечения родителей, вам подходит



Обсудите свое решение с близкими людьми

Постарайтесь, чтобы ваши супруги, родители и дети максимально участвовали в процессе принятия решения на всех этапах создания приемной семьи. Ревность и непонимание могут быть характерны не только для детей, но и для взрослых членов семьи. Опыт многих приемных родителей показывает, что родные дети намного менее болезненно реагируют на приход в дом нового члена семьи, если решение об этом принималось вместе с ними. Тогда они в большей степени чувствуют свою ответственность, меньше переживают. Реакция ваших родственников и друзей может быть неоднозначной.

Пройдите обучение в школе приемных родителей (ШПР)

ШПР является одним из важнейших аспектов подготовки.

Что дают тренинги и занятия в ШПР? Ниже перечислены самые значимые результаты.

► Позволяют приобрести практический опыт решения проблем, пусть даже и в игровой форме; оценить свои силы и сформировать новые родительские навыки. Потому что приемных детей можно любить и принимать сердцем как родного, но у них есть специфический жизненный опыт, который выходит за рамки жизненного опыта замещающих родителей. Этот опыт важно учитывать в процессе воспитания ребенка.

► Позволяют понять свои сильные и слабые стороны как воспитателей, отдавать себе отчет в своих личных проблемах и психологических потребностях. Обычно в процессе подготовки опытные тренеры помогают осознать свои желания и ожидания, адресованные ребенку.

► Позволяют принять мысль о том, что возможные сложности в отношениях с ребенком — не показатель вашего «родительского несовершенства», а естественная часть жизненного процесса.

► Позволяют формировать конструктивные отношения к возможным трудностям. Тренинги и индивидуальная работа со специалистом помогают осознать свои потребности. Не менее важно для потенциальных приемных родителей понимать свои страхи и опасения.

► Появляется возможность озвучить и проработать свои опасения, найти новые поведенческие стратегии для решения проблем. В ходе тренинга возникает общение приемных родителей между собой – будущие родители знакомятся друг с другом и нередко продолжают поддерживать отношения после окончания обучения. Важно, чтобы школу прошли оба родителя.

Поиск и получение информации о ребенке

Подумайте о том, с каким ребенком вам было бы легче поладить. Лучше, если он окажется близким вам по темпераменту: если вы спокойны и рассудительны, привыкли никуда не спешить и все делать обстоятельно, вам тяжело придется с активным, живым ребенком, который ни минуты не сидит на месте; если же вы, наоборот, достаточно импульсивны, то ребенок с противоположным вам характером будет постоянно раздражать вас своей нетеропливостью.

Не спешите сразу знакомиться с ребенком, перед этим необходимо поговорить со специалистом. Внимательно отнеситесь к той информации, которую вам предоставляют о нем.

Обязательно посмотрите фотографии ребенка, поговорите с воспитателем, психологом, врачом, социальным работником. Не стесняйтесь задавать любые интересующие вас вопросы, на этом этапе вам важно узнать как можно больше о ребенке. Спрашивайте о болезнях, которые он перенес, о его любимых книжках и игрушках, о том, с кем он дружит, любит ли играть в подвижные игры, какие блюда предпочитает, боится ли он прививок.

Знакомство с ребенком

Если вы нашли ребенка, и сердце подсказывает, что это тот самый, то приходит время знакомства. Выбор делаете не только вы, но и ребенок.

Все встречи происходят в присутствии социального работника и воспитателей, поэтому если у вас возникнут вопросы или непредвиденные ситуации, вы всегда можете обратиться к ним за помощью. Будьте честны с ребенком. Вы можете встретиться несколько раз.

ПРИ ЗНАКОМСТВЕ С РЕБЕНКОМ ВАМ ПОМОЖЕТ:

- если при разговоре вы повернетесь к нему лицом;
- если вы будете сохранять контакт глазами;
- если вы сядете на стул рядом (или даже присядете на корточки) в случае, когда ребенок маленький, и ему неудобно смотреть на вас снизу вверх;
- если вы определите психологическую дистанцию, предпочитаемую ребенком;
- если вы будете внимательно слушать ребенка;
- если вы будете избегать большого количества вопросов к ребенку, и, наоборот, расскажете ему что-нибудь о себе или своей семье;
- если вы будете эмоционально сдержанны.

Приглашение в гости

Итак, вы с ребенком понравились друг другу. Вы уже несколько раз навещали его. Теперь вас ждет следующий шаг – приглашение ребенка в гости. Лучше, если время первого визита не превышает час-два, постепенно время можно увеличивать, и, наконец, пригласить ребенка с ночевкой, например на выходные. Покажите ребенку квартиру, домашних животных, о которых он уже, конечно, столько слышал от вас. Будьте с ним рядом и не оставляйте одного. Не стоит сильно загружать ребенка в первый визит. Здесь важно подчеркнуть, что на этом этапе родитель ни в коем случае не должен давать каких-либо обещаний ребенку относительно будущего. Ребенок должен понимать, что он пока только в гостях, и что будет дальше, еще не известно.

Далее идет процесс оформления документов.

Из истории одной приемной семьи

«Девочка 8 лет. Была изъята из семьи, ее оставили у малознакомых людей. Затем — история с полицией, больница, детский дом, потом другой детский дом, суд, лишение родительских прав. Все это наложило на психику ребенка очень глубокий отпечаток. У девочки сильнейшее нарушение привязанности, огромное количество поведенческих проблем: исключительно потребительское отношение ко взрослым, вранье, воровство, пищевые расстройства, отсутствие эмоций и чувств и еще очень и очень много всего. И некоторые из этих моментов даются приемным родителям очень тяжело. Прогресс идет медленно, но он идет. Девочка перенимает у других детей из семьи многое: поведение, умение играть вместе с другими и вести разговор, манеру общения друг с другом. Словарный запас пополняется. О своей прошлой жизни говорить категорически не хочет. Сейчас с ней работает психолог, а приемные родители терпеливо ждут и надеются, что она примет свою историю и примет себя».

С сайта Усыновите.ру

Первые дни в семье

В первые несколько дней ребенок обживает пространство. В этот период родителям нужно показать ребенку жилье и сказать ему, какие вещи в доме являются его личными. Объяснить порядки, существующие в доме. Основные требования должны быть понятны, их не должно быть слишком много. Необходимо четко разъяснить те правила, которых раньше в жизни ребенка не было,

о которых он не знает. Сама по себе идея, что правила существуют везде, что они организуют жизнь и создают равные условия для всех участников ситуации, важна для ребенка, чья жизнь была хаотична и непредсказуема.

Как называть друг друга? Ребенок может начать называть потенциальных родителей «мама» и «папа» с первой встречи. А некоторые дети, даже прожив в семье долгие годы, избегают использования этих слов. Все зависит от того, какой личный опыт связан для ребенка с этими словами. Если даже ребенок помнит своих кровных родителей и даже испытывает к ним гнев, он все равно может чувствовать себя предателем, называя «родителями» других людей. Когда ребенок маленький или «отказной», он обычно с легкостью начинает употреблять эти слова в отношении любых заботящихся о нем взрослых, а не только приемных родителей. Проще всего решить вопрос, напрямую задав его ребенку: «Как бы ты хотел, чтобы мы называли тебя? Как бы ты хотел называть нас?» Естественно, взрослые тоже могут высказывать свои пожелания. Взрослым важно понимать, что в любом случае ребенок почувствует их своими родителями позже, чем появился в их семье.

Если ребенок просится обратно в детский дом. Довольно часто в первые дни после устройства в семью дети требуют, чтобы их отвезли обратно в детский дом. Это и боязнь полной зависимости от малознакомых людей, и стремление сохранить контроль над ситуацией, и проверка отношений. Также ребенок может просто соскучиться по людям, которые заботились о нем. Важно не прерывать связь с детским домом. Спросите, не хочет ли ребенок съездить в гости? Ребенку младшего возраста можно предложить позвонить воспитателям и друзьям или нарисовать рисунок, который он сможет передать им.

Обычно, когда ребенок говорит: «Я хочу в детский дом», — это не означает подлинного желания вернуться в учреждение и не жить в семье, а может быть обусловлено какими-то ситуативными проблемами. Взрослые люди, разобравшись, могут предложить ребенку другие варианты решений вместо расставания. Родитель должен объяснить ребенку, что обычно требуется время, чтобы привыкнуть, когда оказываешься в новом месте. Если ребенок называет конкретные вещи, которые ему не нравятся и смущают его, нужно поискать компромиссное решение, и это будет знаком

построения новых отношений, в которых мнение ребенка принимается в расчет.

Разногласия в семье. Приход нового члена семьи сложен для всех. Во время взаимной адаптации уровень эмоционального напряжения в семье повышается, реакции людей на происходящее становятся более острыми. В такой ситуации нормальные для обычной жизни расхождения во мнениях между родителями могут стать источником конфликта. Детям изначально проще ориентироваться на требования какого-то одного человека, выстраивать отношения привязанности с кем-то одним. Начав с одних отношений, ребенок последовательно выстроит отношения со всеми остальными членами семьи.

Взрослым важно не впасть в соперничество друг с другом и не конфликтовать в присутствии детей по поводу их воспитания. Нужно «выступать единым фронтом», оговорив с детьми основные семейные правила и последствия их нарушения. Не обсуждать других взрослых при ребенке и не отменять в одностороннем порядке взаимных решений. Для ребенка это пример того, что взрослые справедливы, умеют договариваться между собой, и им можно доверять. Важно отстаивать не свой личный авторитет, а авторитет взрослых в целом. У ребенка должно быть ощущение, что взрослые с уважением относятся друг к другу, объективны, действуют разумно, последовательно и стараются рассмотреть со всех точек зрения то, что происходит.

III Глава.

Меры поддержки приемных семей



Создание приемной семьи

Согласно статье 123 СК РФ приемная семья – это одна из форм семейного устройства детей, оставшихся без попечения родителей, при которой ребенок передается в семью на основании договора о возмездном осуществлении опеки или попечительства.

К отношениям, возникающим из договора о приемной семье, применяются правила гражданского законодательства о возмездном оказании услуг. В данном случае не может быть заключен трудовой договор.

Примерная форма договора о приемной семье приведена в *Приложении 1*.

Постановлением Правительства Российской Федерации №423 утверждены Правила создания приемной семьи и осуществления контроля за условиями жизни и воспитания ребенка (детей) в приемной семье. Право заключить договор о приемной семье распространяется на всех граждан, в том числе на лиц, являющихся родственниками ребенка, оставшегося без попечения родителей.

Приложение 1

№	Меры поддержки	Приемная, опекунская, патронатная семья
1.	Ежемесячные выплаты	
	Вознаграждение приемному родителю, патронатному воспитателю	18 044 руб. (средний размер) Закон Республики Саха (Якутия) от 13 июля 2006 года №369-3 №753-Ш «О размере и порядке выплаты денежных средств на детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей и находящихся под опекой (попечительством) и в приёмных семьях, и о наделении органов местного самоуправления отдельными государственными полномочиями по осуществлению выплаты денежных средств».

	На содержание ребенка	14 455 руб. (<i>средний размер</i>) Закон Республики Саха (Якутия) от 13 июля 2006 года №369-3 №753-Ш «О размере и порядке выплаты денежных средств на детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей и находящихся под опекой (попечительством) и в приёмных семьях, и о наделении органов местного самоуправления отдельными государственными полномочиями по осуществлению выплаты денежных средств».
	Отдельные расходы семьи, преобразованной из семейного детского дома (коммунальные услуги, приобретение предметов хозяйственного обихода, книг и игрушек)	1 444 руб. Постановление Правительства Республики Саха (Якутия) от 25 июня 2009 г. №270 «О порядке финансового и материального обеспечения преобразованных семейных детских домов Республики Саха (Якутия)».
2.	Ежегодные выплаты	
	Отдельные расходы семьи, преобразованной из семейного детского дома (приобретение мебели)	11 325 руб. Постановление Правительства Республики Саха (Якутия) от 25 июня 2009 г. №270 «О порядке финансового и материального обеспечения преобразованных семейных детских домов Республики Саха (Якутия)».
3.	Единовременные выплаты	
	Выплата при всех формах устройства детей, лишенных родительского попечения, в семью	22 089 руб. (<i>из федерального бюджета</i>) 22 472 руб. (<i>из республиканского бюджета</i>)

		<p>Федеральный закон от 19.05.1995 г. №81-ФЗ «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей».</p> <p>Закон Республики Саха (Якутия) от 13 июля 2006 года №369-3 №753-III «О размере и порядке выплаты денежных средств на детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей и находящихся под опекой (попечительством) и в приёмных семьях, и о наделении органов местного самоуправления отдельными государственными полномочиями по осуществлению выплаты денежных средств».</p>
	<p>Единовременная социальная помощь многодетным и приемным семьям, воспитывающим 10 и более несовершеннолетних детей, включая совершеннолетних детей в возрасте до 23 лет, обучающихся в образовательных организациях по очной форме обучения, для приобретения транспортного средства на основе социального контракта</p>	<p>602 743 руб.</p> <p>Постановление Правительства Республики Саха (Якутия) от 22 октября 2012 г. № 461 «Об утверждении порядка оказания государственной социальной помощи многодетным и приемным семьям, имеющим 10 и более несовершеннолетних детей, включая совершеннолетних детей в возрасте до 23 лет, обучающихся в образовательных организациях по очной форме обучения, для приобретения транспортного средства на основе социального контракта».</p>
4.	Льготы	
	<p>Предоставление земельных участков</p>	<p>Земельные участки предоставляются бесплатно приемным родителям, имеющим трех и более детей</p>

		<p>в аренду на период действия договора о приемной семье для ведения личного подсобного хозяйства и садоводства, огородничества, дачного строительства, индивидуального жилищного строительства.</p> <p>В случае прекращения договора о приемной семье до заключения договора аренды земельного участка договор аренды земельного участка заключается на срок до трех лет.</p> <p>Земельный кодекс Республики Саха (Якутия) 15 декабря 2010 года 888-3 №673-IV.</p>
--	--	---

Дополнительные гарантии для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

При обучении в учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования:

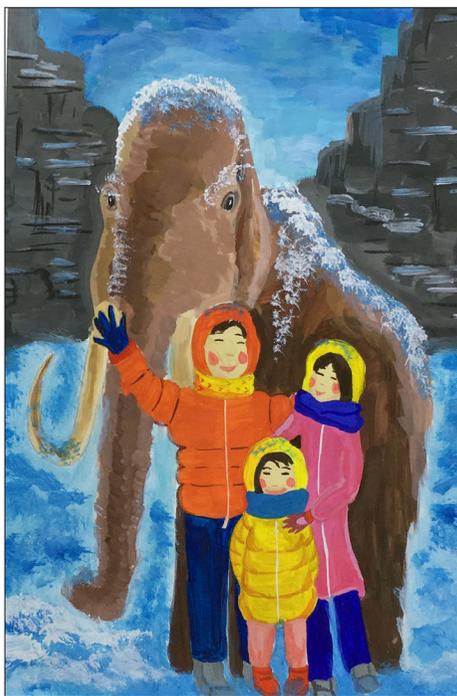
- ▶ имеют право на обучение на подготовительных отделениях образовательных организаций высшего образования за счет средств республиканского бюджета;
- ▶ имеют право на получение второго среднего профессионального образования по программе подготовки квалифицированных рабочих без взимания платы;
- ▶ обучающиеся по имеющим государственную аккредитацию образовательным программам среднего профессионального образования или высшего образования по очной форме обучения за счет средств бюджета Республики Саха (Якутия), а также обучающиеся, потерявшие в период обучения обоих родителей или единственного родителя, зачисляются на полное государственное обеспечение до завершения обучения;
- ▶ в период обучения по имеющим государственную аккредитацию образовательным программам среднего профессионального

образования или высшего образования по очной форме обучения за счет средств Республики Саха (Якутия) за обучающимися, потерявшими в этот период обоих или единственного родителя, в случае достижения ими возраста 23 лет сохраняется право на полное государственное обеспечение и дополнительные гарантии по социальной поддержке при получении среднего профессионального образования или высшего образования до окончания обучения по указанным образовательным программам;

▶ наряду с полным государственным обеспечением выплачиваются стипендия, ежегодное пособие на приобретение учебной литературы и письменных принадлежностей в размере трехмесячной стипендии, а также сто процентов заработной платы, начисленной в период производственного обучения и производственной практики;

▶ при предоставлении обучающимся академического отпуска по медицинским показаниям за ними сохраняется на весь период полное государственное обеспечение, им выплачивается стипендия; организация, осуществляющая образовательную деятельность, содействует организации их лечения;

▶ обучающиеся за счет средств федерального бюджета по имеющим государственную аккредитацию образовательным программам обеспечиваются бесплатным проездом на городском, пригородном, в сельской местности на внутрирайонном транспорте (кроме такси), а также бесплатным проездом один раз в год к месту жительства и обратно к месту учебы.



*Харитонова Сати,
12 лет, с.Хатассы, РС(Я)*

При трудоустройстве:

▶ пособие по безработице в размере 55 000 рублей в месяц для вставших на учет впервые;

▶ квотирование рабочих мест для выпускников предусмотрено Законом Республики Саха (Якутия) от 23 апреля 2009 года №690-З № 271-IV «О квотировании рабочих мест для несовершеннолетних граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации и испытывающих трудности в поиске работы, в Республике Саха (Якутия)».

Бесплатная медицинская помощь:

▶ предоставляется в медицинских организациях государственной системы здравоохранения и муниципальной системы здравоохранения, в том числе высокотехнологичная медицинская помощь, проведение диспансеризации, оздоровления, регулярных медицинских осмотров, и осуществляется их направление на лечение за пределы территории Российской Федерации за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

Путевки в оздоровительные лагеря и санатории:

▶ предоставляются путевки в оздоровительные лагеря, в санаторно-курортные организации при наличии медицинских показаний, а также оплачивается проезд к месту лечения и обратно.

Комплекс мер по обеспечению жилыми помещениями утверждён Указом Президента Республики Саха (Якутия) от 12 октября 2011 г. № 973"О государственной программе Республики Саха (Якутия) "Развитие образования Республики Саха (Якутия) на 2012-2019 годы и включает следующие мероприятия:

▶ сохранение жилой площади детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, являющихся нанимателями жилых помещений по договорам социального найма или членами семей нанимателей жилых помещений по договорам социального найма либо собственниками жилых помещений;

▶ обеспечение детей-сирот, не являющихся нанимателями жилых помещений по договорам социального найма или членами семей нанимателей жилых помещений по договорам социального

найма либо собственниками жилых помещений, жилыми помещениями специализированного жилищного фонда.

Осуществление капитального ремонта жилых помещений:

▶ обеспечение проведения капитального ремонта жилых помещений, находящихся на территории Республики Саха (Якутия) и принадлежащих на праве собственности детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, при достижении указанными лицами возраста 18 лет, а также в случае приобретения ими полной дееспособности до достижения совершеннолетия;

▶ капитальный ремонт проводится однократно по окончании указанными лицами срока пребывания в образовательных организациях, учреждениях социального обслуживания населения, медицинских организациях и иных учреждениях и организациях, создаваемых в установленном законом порядке для детей-сирот и детей, оставшихся без попечительства родителей, по завершении ими обучения в профессиональных образовательных организациях, либо окончании ими прохождения военной службы по призыву, либо окончании ими отбывания наказания в исправительных учреждениях.

Индексация выплат

На основании принятого Постановления Правительства Республики Саха (Якутия) от 25 декабря 2019 г. № 382 «Об утверждении на 2020 год коэффициента индексации и размеров отдельных видов социальных выплат, осуществляемых за счет средств государственного бюджета Республики Саха (Якутия)» все выплаты будут поэтапно индексироваться с 2020 г.

Алименты

Это фактические действия, которые в соответствии со статьей 36 Гражданского Кодекса Российской Федерации обязаны совершать опекуны и попечители несовершеннолетних. Юридические действия опекунов (попечителей) направлены на защиту прав и охраняемых законом интересов подопечных.

**Что грозит законному представителю ребенка,
оставшегося без попечения родителей,
если он отказывается взыскивать алименты на его содержание**

В соответствии с пунктом 4 статьи 9 Федерального закона от 24 июня 1999 года №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности правонарушений несовершеннолетних» законные представители детей несут ответственность за нарушение прав несовершеннолетних, а также за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по их воспитанию, обучению и (или) содержанию в порядке, установленном законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации.



Михайлова Софья, 12 лет, Кемеровская обл

В соответствии с пунктом 4 статьи 26 Федерального закона от 24 апреля 2008 года №48-ФЗ «Об опеке и попечительстве» опекуны и попечители несут уголовную и административную ответственность за свои действия или бездействия в порядке, установленном соответственно законодательством Российской Федерации, законодательством субъектов Российской Федерации.

В случае непринятия законными представителями мер по взысканию алиментов, орган опеки и попечительства вправе направить соответствующую информацию в территориальную комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав для рассмотрения вопроса о привлечении их к административной ответственности по части 1 статьи 5.35 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях.

Таким образом, опекун (попечитель) обязан своевременно принять необходимые меры:

- по взысканию алиментов на содержание подопечного;

- по получению исполнительного листа о взыскании с родителя алиментов на содержание ребенка, находящегося под опекой, в суде;

- по предъявлению в соответствующую службу судебных приставов нотариально заверенного соглашения об уплате алиментов или исполнительного листа по производству по взысканию с родителя алиментов на содержание ребенка, находящегося под опекой;

- по замене стороны взыскателя по исполнительному производству о взыскании с родителя алиментов на содержание ребенка, находящегося под опекой.

IV Глава.

*Утрача семьи:
что теряют дети?*



Интеллектуальные, эмоциональные и социальные нарушения, свойственные детям, воспитывающимся в учреждениях, объясняются не только плохим обращением в кровной семье, но также и фактом разрыва с этой семьей. Таким образом, мы говорим о двойной пролонгированной травме, поскольку на протяжении всего пребывания ребенка в учреждении сохраняется травматическая ситуация отсутствия нормальной родительской заботы и любви.

Отношения с близкими людьми, привязанность. Даже в тех случаях, когда отношения с родителями складываются плохо, все равно для ребенка это та семья, которую он знает, его самые близкие люди на свете.

И ребенок не утрачивает надежды на изменения к лучшему. С одной стороны привычные отношения дают ощущение стабильности и безопасности, с другой – эмоциональные связи реальны, и утрата привязанности приносит боль, которая может переживаться не только душевно, но и на физическом уровне.



Попадая в учреждение, дети теряют:

Микросоциум и доступ к информации о семье. Для ребенка семья – это мир, в котором он живет, на котором основываются его знания о своем происхождении, представления о своей личности. С утратой семьи ребенок утрачивает принадлежность к конкретным взрослым и оказывается в ситуации слишком ранней социальной эмансипации, которая в норме должна происходить уже после подросткового возраста. Неудивительно, что дети чувствуют себя потерявшимися и дезориентированными.

Широкое социальное окружение, дружеские связи – макросоциум. Дружеские связи и широкое социальное окружение отчасти компенсируют недостаток тепла и заботы, которые дети ощущают в своих кровных семьях. Для любого человека дружеские связи очень важны, но для детей из неблагополучных семей они важны особенно. Мир за пределами квартиры (дома) – территория, которую ребенок активно осваивает с трехлетнего возраста. Познавательная активность детей, самостоятельность, первые социальные контакты – все это оказывается под ударом в результате отрыва ребенка от семьи и попадания в учреждение.

Попадая в учреждение, дети теряют:

Свой дом и имущество, личные вещи. Материальная среда является продолжением личного пространства для человека. Все то, что мы называем «своим», имеет особую значимость для людей. Теряя «свое», любой человек всегда испытывает беспокойство, переживает. Утрата дома — одно из самых больших несчастий в жизни (достаточно вспомнить о беженцах, переселенцах). Попадая в учреждение, дети теряют свой дом и все то, что считают своим, вплоть до одежды. Еда, игрушки, предметы обихода — все это по сути «общее», то есть ребенку не принадлежит, и сам он не имеет «своего места в жизни».

Контроль над собственной жизнью, ощущение безопасности. Человеческая жизнь регулируется социальными правилами и законами, но внутри этих правил люди обладают определенной свободой выбора: у них есть свои желания, предпочтения и возможности хотя бы частичной их реализации. Дети не выбирают для себя «возможность» оказаться в детском доме, и внутри детского дома они тоже ничего для себя не выбирают. Их жизнь полностью контролируется извне, они становятся «пассивными объектами». Подобная утрата контроля над своей жизнью приводит к потере чувства психологической безопасности. Дом и семья — первооснова жизни ребенка, и их утрата означает для него, что все остальное тоже может исчезнуть, что ничего надежного и стабильного на свете нет. Кроме того, опыт пассивного существования усваивается детьми и через некоторое время становится жизненным принципом: они не умеют и не хотят предпринимать самостоятельных усилий в устройстве своей жизни. Пресловутые «иждивенчество» и «потребительство» детей из учреждений — проблема, созданная существующей системой.

Социальный статус. Дети, переживающие травму изъятия из семьи, испытывают душевную боль, а боль люди часто воспринимают как «наказание» за что-то, за какую-то свою вину. Кроме того, дети лишаются всего, что есть у других людей, и это также заставляет их чувствовать себя «хуже других», «наказанными». Также для детей расставание с семьей означает, что их родители позволили этому произойти, то есть фактически

«отказались от них». Это ощущение отверженности усиливается социальным реагированием. Для многих людей дети из детских домов – «неблагополучные», «умственно отсталые», «малолетние преступники» и т. д. Социальный статус этих детей объективно ниже, чем статус детей из обычных семей, даже неблагополучных.

Когда в семье родители – алкоголики

Вот так выглядит семья, где родители постоянно пьют алкоголь:

1) вся жизнь семьи неупорядочена, дети часто не знают, какие их чувства нормальны, а какие – ненормальны, теряют уверенность;

2) жизнь семьи построена на лжи, отрицание происходящего в семье носит почти навязчивый характер, это мешает ребенку распознать правду, разобраться, что происходит на самом деле;

3) потребности ребенка удовлетворяются от случая к случаю, не в полном объеме, ребенок испытывает дефицит внимания к себе со стороны взрослых, у него появляется закономерное желание, чтобы им занимались, поэтому привлекает к себе внимание любыми способами, включая формы отклоняющегося поведения;

4) система воспитания в алкогольной семье заставляет ребенка поверить в то, что он в какой-то степени виноват в происходящем, – все произошло, потому что он недостаточно хорош, совершает много ошибок и заслуживает все то плохое, что с ним приключается; постепенно ребенок утрачивает самоуважение, у него развивается низкая самооценка.

Как взрослеют дети в такой семье?

Ребенок вырастает с убеждением, что мир – это небезопасное место, и доверять людям нельзя; он вынужден скрывать свои истинные чувства и переживания, чтобы быть принятым взрослыми.

Ребенок, особенно старший в семье, вынужденно берет на себя ответственность за поведение своих родителей.

Родители не разделяют чувств и действий ребенка, поэтому он чувствует себя забытым, брошенным, никому не нужным.

Родители не воспринимают ребенка как личность, считают, что он должен выглядеть, как они, чувствовать и делать то же, что и они.

Ощущения, которые возникли у ребенка в ответ на ситуацию в семье (вина, страх, обида, злость), становятся движущей силой его дальнейшей жизни.

Четыре основные роли детей алкогольных семей

Герой семьи – ответственный ребенок, старается сделать все лучшим образом и заслужить одобрение, понравиться; на первое место ставит интересы других, вынужден рано повзрослеть. Став взрослым, не сможет принимать свои ошибки и поражения, будет считать себя ответственным за происходящее вокруг и отдавать все время работе.

«**Козел отпущения**» – проблемный ребенок, бунтовщик, привлекает к себе внимание негативным поведением, что является



Карпова Николь, 10 лет, г. Лесосибирск Красноярского края

результатом ощущения эмоционального отвержения и вызовом в семье; легко попадает в группы сверстников, употребляющих алкоголь и наркотики. В школе может стать нарушителем дисциплины. Во взрослой жизни, привыкнув бросать вызов окружающим, будет испытывать сложности в семье и на работе.

Потерянный ребенок – живет в мире фантазий, изолирован и одинок в семье, уступчив, застенчив и замкнут. Любит помогать тем, кто оказался в беде. Считает трудности других более важными, чем свои собственные. У него высок риск приобщения к наркотикам с целью достижения психологического комфорта. По мере взросления его изоляция усугубляется.

Любимец, талисман семьи, клоун – привлекает к себе внимание шутками, дурачеством, клоунадой. Повышенно активен. Ему сложно справиться с возникающими проблемами, в учебе и межличностных отношениях обычно испытывает затруднения. У него легко возникает зависимость от алкоголя и наркотиков.



V Глава.

Место кровной семьи в жизни ребенка



Разлука с кровной семьей приводит не только к разрыву отношений привязанности у ребёнка, но и к изменению положения в обществе и внутреннего состояния. Для каждого ребенка важно знать и помнить свою историю, откуда он родом, кто его предки.

Знание о своих предках и своей семье - «чувство корней»

▶ Помогает человеку понять, каково его место в истории этой семьи и в жизни в целом;

▶ Способствует формированию восприятия себя, восстановлению жизненной истории ребенка, сохранению важных для него связей с другими людьми, а сбор сведений о его семье частично смягчает боль потери;

▶ Работу с жизненной историей и контакты с кровными родственниками стоит организовывать уже после того, как период адаптации будет пройден.

Достаточно болезненный вопрос для приемных родителей – повторение детьми поведенческих моделей, принятых в кровных семьях

▶ Работа с историей жизни и встречи с кровными родственниками позволяют сохранить связь с ними и помогают замещающим родителям преодолеть отрицательные привычки, трудности в поведении ребенка.

▶ Дети всегда стремятся найти тех, кто их родил, и не потому что они мало любят своих приемных родителей.

▶ Дети, разлученные с родителями, страдают не только от разрыва, но и от чувства вины, обиды, агрессии, тревоги.

▶ Именно желание получить ответы на свои вопросы движет детьми в их стремлении увидеться с представителями кровной семьи.

У детей, разлученных со своими семьями, могут наблюдаться две крайние позиции в отношении кровных родителей:

1) совершенная лояльность к своей кровной семье – дети идеализируют свою семью, защищают ее от любой критики, в том числе справедливой; так они чувствуют принадлежность к своей семье, в которой нуждаются и от отсутствия которой сильно страдают, то

есть дети не воспринимают как «плохое» то, что является для них частью родительского образа;

2) дети могут ругать свою семью, отрицать, что в их семье было что-то хорошее, — это означает, что в семье не было любви, было много ненависти, и такая ненависть делает детей несвободными, ограничивают их развитие и способность доверять и испытывать привязанность к другим людям, они могут быть обидчивы, категоричны и легко идут на разрыв отношений.

В обоих случаях работа с жизненной историей позволяет смягчить болезненные чувства и создать реалистичную картину произошедшего. Ребенок не может судить своих родителей, сохранение благодарности к ним за свою жизнь — естественное и необходимое чувство, отсутствие которого ведет к глубоким психологическим проблемам. Ребенку предстоит научиться справляться с трудностями и добиваться успеха, строить свою жизнь и отношения с людьми, то есть сделать то, что, наверное, хотели, но не смогли его кровные родители.

Контакты с кровными родственниками

Если ребенок не видит своих кровных родителей и ничего не знает о них, он начинает думать, что не имеет для них никакого значения, а это очень тяжело.

Недопустимо организовывать контакты с теми кровными родственниками, общение с которыми представляет непосредственную угрозу жизни и здоровью ребенка. Также необходимо защищать приватность жизни приемной семьи.

Контакты ребенка с его кровной семьей должны происходить на нейтральной территории, быть согласованы и подконтрольны органам опеки, происходить с добровольного согласия и с учетом пожеланий приемной семьи.

Приемным родителям нужно быть терпимее к кровным, иначе в случае конфликтов пострадавшим окажется ребенок, которому придется выбирать между двумя семьями, вместо того чтобы понимать свое место в каждой из семей, в одной из которых он родился, а в другой — живет.

<p>Если детям не нравится говорить о том, что они приемные</p>	<ul style="list-style-type: none"> · ребенок может всячески избегать разговоров на эту тему и просить приемных родителей говорить, что они родили его сами; · особенно часто это бывает с детьми 5-6 лет и с теми, которые находятся в семье в периоде адаптации, — это нормальная реакция для такого возраста и периода, так как ребенок только начинает осмысливать свою привязанность; · в это время нельзя психологически давить на ребенка, но необходимо объяснить, что когда он будет готов, вы сможете поговорить об этом, — это лучше, чем говорить неправду.
<p>Если ребенок каждый раз уходит от разговора о том, что он приемный</p>	<ul style="list-style-type: none"> · убедитесь, не влияет ли на ребенка ваша тревога, — это может быть связано с вашим страхом оказаться нерадивым родителем, который не сказал ребенку правду; · возможно, ребенок чувствует, что разговор неприятен вам, и чтобы не травмировать вас своим интересом, не решается заговорить на эту тему; · детям важно говорить с вами о своем детстве, истории рождения, взросления, даже когда они у вас дома совсем недавно; если ребенок вместе с родителем может погоревать о том, чего у него не было, то потом они вместе смогут наслаждаться тем, что есть.
<p>Если родители не могут говорить с ребенком о том, что он приемный и что у него есть или были кровные родители</p>	<ul style="list-style-type: none"> · когда у приемного родителя при разговоре на эту тему наворачиваются слезы на глаза, начинает подступать жалость к ребенку и нарастает чувство тревоги, то это может говорить о наличии у него собственных травм: травмы бездетности, чувства вины перед ребенком, что не пришли к нему на помощь раньше, и пр.; · со своей болью взрослый должен справиться сам или с помощью специалистов, и только после этого он сможет помочь преодолеть боль ребенку.

Ребенок – это не «чистый лист», у него есть своя история

► Многие будущие приемные родители хотели бы, чтобы у ребенка не было никаких кровных родственников, и ребенок принадлежал бы только им. Малыш из дома ребенка без родственных связей может быть привлекательней, чем ребенок постарше, который помнит и любит своих родных маму и папу, бабушку или брата. Будущих приемных родителей пугает, сможет ли ребенок полюбить их, если любит кровных? Ребенок, который вырос с чувством любви к родителям, – это прежде всего душевно здоровый ребенок. Если он умеет любить, то он сможет полюбить и новых людей в своей жизни.

► Если же у ребенка опыта привязанности не было совсем, он часто оказывается вовсе не «чистым листом», на котором новым родителям предстоит написать новую счастливую историю. Он не понимает, не знает, как любить: нет у него в душе места с названием «родители», он ни с кем не прошел по тропинке создания привязанности и самой ценности этих отношений не понимает. Чтобы у него «отросла» способность любить и доверять, приемным родителям порой требуется очень много времени и бездна терпения.

► Не бойтесь детей, которые любят и хранят верность кровным родственникам. Значит, они и вас смогут полюбить тоже, и вам будут верны от всего сердца, если, конечно, вы не будете повторять типичную ошибку, ставя ребенка перед выбором «мы или они». Не заставляйте ребенка выбирать. Если ребенку запретить любить, помнить, хранить верность его родным, он не сможет полно и глубоко полюбить и приемных родителей. Наоборот, получив от приемных родителей «разрешение» любить кровных, то есть поддержку в своем чувстве к родным, дети становились ближе, мягче, откровеннее.

Что делать, если...

Если испытываете неуважение к кровным родителям ребенка

▶ Внутреннее противостояние с ними, выяснение, порой не вполне осознанное, «кто здесь настоящий», довольно распространено, а неуважение к кровному родителю всегда бьет по самому ребенку.

▶ Если вы неуважительно отзываясь о кровном родителе даже в отсутствии ребенка, он это будет чувствовать.

▶ Ребенок знает, у кого он родился, и если этого человека не воспринимают как полноценного, не уважают, то кто он сам, как ему к себе относиться? В этой ситуации страдает самооценка ребенка. И здесь речь идет не про уважение за заслуги и хорошие качества, не о том, чтобы их любить и с ними дружить, одобрять их и их поступки, это про признание их роли в судьбе ребенка — они дали ему жизнь, и, если они не пытались эту жизнь отнять, они навсегда его родня, а теперь и ваша тоже, так как у вас общий ребенок.

▶ Появление родственников, с которыми и встречаться лишний раз не хочется, не слишком приятно, однако их не вычеркнуть из родни, не перечеркнуть частицу души ребенка — достаточно помнить об этом.

Если кажется, что ребенку связь с кровной родней вовсе не нужна

▶ Он не говорит о них, не вспоминает, не хочет смотреть фотографии, звонить, поздравлять с праздниками, встречаться — это адекватная реакция ребенка в период адаптации, когда ребенок отвлечен новыми впечатлениями и новыми отношениями, знакомствами.

▶ Если ребенок не хочет сейчас, это не означает, что это ему не нужно вообще. Он может бояться обидеть и расстроить приемных родителей разговорами о кровных родственниках.

▶ Иногда дети боятся не справиться со своими чувствами, бояться, что, если они спросят про них, то услышат что-то страшное. Но наступит время, когда ребенок пожелает видиться и общаться со своими родственниками.

▶ Свою тоску по утраченной семье, по кровным родителям ребенок может прятать даже от самого себя, но важно, чтобы у него всегда была возможность заговорить об этом и не бояться, что вы рассердитесь или расстроитесь.

Если ребенок не знает, как себя вести, и что делать при встречах

▶ В первое время вы можете подсказывать ребенку элементарные вещи, ведь для него они могут быть непонятны, со временем же ребенок привыкнет, и ему будет гораздо легче контактировать с родственниками.

▶ В первое время ваше присутствие необходимо, и только тогда, когда вы хорошо узнаете кровных родственников и убедитесь в безопасности встреч для здоровья и жизни ребенка, сможете оставлять их наедине, отпускать на прогулку.

▶ Вы, и только вы остаетесь опекуном ребенка и отвечаете за его безопасность.

Если после встреч с родственниками поведение ребенка резко ухудшается

▶ Ребенок после встреч с родственниками может плохо спать и есть, молчать, стать агрессивным, может даже заболеть; возможно, это говорит о том, что общение плохо влияет на ребенка, но не стоит спешить.

▶ В первое время такое проявление может быть естественным, это проявление сложных взаимоотношений ребенка с кровными родственниками, которое должно выплеснуться наружу, но со временем все должно наладиться.

Если вы боитесь нежеланных контактов с кровными родственниками: они на него плохо повлияют, он выберет их образ жизни, а не наш, жизнь его будет трудной и невеселой, как у них и прочее

▶ Помните, что чем больше будет страх приемной семьи и самого ребенка по поводу наследственности, образа жизни семьи, тем больше тревожности ребенок будет ощущать по этому поводу, и тем выше шанс, что человек сорвется, потому что выдерживать такое напряжение всю жизнь очень трудно.

▶ Говоря о кровной семье ребенка, проговаривайте и хорошие моменты, тогда ребенок будет относиться к вам с благодарностью.

Из истории одной приемной семьи

Катя, 4 года. Ее родителей-наркоманов лишили родительских прав, а родственники детей к себе не взяли. Так Катя попала в детдом в возрасте 2 лет. Когда приемные родители впервые увиделись с ней, она не бросилась в их объятия и не хотела отходить от воспитателей. А когда приехали за ней, чтобы увезти домой, девочка не хотела уезжать. В машине Катя сидела напряженная, успокоилась только тогда, когда увидела дома кровных детей приемных родителей: мальчиков 7 и 4 лет. Возможно, дети напомнили ей группу детского дома. Мальчики были подготовлены к приезду Кати — за 4 месяца до ее прихода родители рассказали им ее историю, поговорили на тему сиротства и детских домов и о том, что случается, когда дети остаются без родителей. Через полгода все домочадцы и Катя привыкли друг к другу. Приемные родители нашли бабушку и сестру Кати с помощью главврача детского дома. Сейчас они поддерживают связь с ее родными и ждут их в гости. Бабушка оказалась хорошим, работающим человеком, и родители рады тому, что она у Кати есть. От бабушки они узнали историю Кати и ее кровной семьи, и это не мешает им быть девочке родителями, а Кате быть их дочерью и сестрой их сыновей.

VI Глава.

Адаптация ребенка в семье

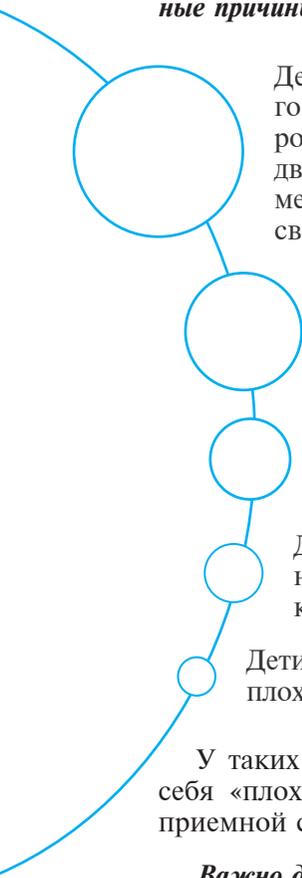


Адаптация – чрезвычайно трудное время и для приемного ребенка, и для родителей. У детей она проходит по-разному. Здесь многое зависит и от возраста ребенка, и от черт его характера. Большую роль играет опыт прошлой жизни. Ребенок, который свою небольшую жизнь прожил в доме ребенка, а затем в детском доме, иначе будет реагировать на новые условия, нежели ребенок, ранее живший в семье. Опыт показывает, что адаптация ребенка к новой семье условно делится на три стадии: «Идеализированные ожидания», «Вживание», «Равновесие».

«**Идеализированные ожидания**» – через эту стадию проходят и ребенок, и приемная семья. Каждая из сторон полна надежд и старается понравиться другой. Примерно через месяц трудности реальных отношений разрушают образ «сбывшейся мечты», наступает первый кризис: привязанность ребенка к старой семье еще сохраняется, а к новой пока не сформировалась, привыкание к смене требований и правил трудно для него и вызывает протест. В результате возникают «установочные конфликты», которые являются естественной частью приспособления семьи и ребенка друг друга.

«**Вживание**», или собственно адаптация. Характеризуется «установочными конфликтами», которые поначалу нарастают и учащаются, а после какого-то основательного кризиса и «разборок» случаются все реже, только по значительному поводу. Происходит проверка границ допустимого, привыкание к взаимным потребностям и особенностям, привычкам и правилам поведения. Кроме того, на этой стадии фактически формируется привязанность членов семьи и ребенка друг к другу.

Вспышка негативного поведения в это время может иметь разные причины, обозначенные в таблице.



Дети, пережившие утрату семьи, боятся повторения этого и в новой семье. Иногда они провоцируют приемных родителей на разрыв, демонстрируя своим поведением двойственность – привязанность и отвержение одновременно, поскольку это именно то, что они пережили в своем опыте.

Они колеблются между надеждой и страхом быть обманутыми снова, пытаются контролировать возникающие у них теплые чувства, поскольку знают, как взрослые могут злоупотреблять своей властью.

Вспышки негативного поведения могут быть частью процесса реакции на утрату кровной семьи, ребенок может тосковать и злиться.

Дети таким способом могут демонстрировать, чему они научились в кровной семье, свои представления о том, как надо себя вести.

Дети проверяют, до каких пределов они могут пойти в своем плохом поведении, сохраняя принятие со стороны взрослых.

У таких детей очень много оснований для того, чтобы вести себя «плохо», и это становится дополнительной нагрузкой для приемной семьи, осложняя появление привязанности к ребенку.

Важно для родителей:

- ▶ не ждать быстрых «результатов»;
- ▶ сосредоточиться на изменениях к лучшему, замечать и ценить их;
- ▶ обращаться за помощью к социальным работникам и специалистам.

В отличие от начальной стадии адаптации в период «установочных конфликтов» заботящиеся взрослые уже больше знают ребенка, начинают лучше понимать его и чувствуют себя более

уверенными. Ребенок, в свою очередь, начинают дорожить семьей, уже не думает всерьёз об уходе и больше доверяет взрослым. Ощущение контакта с ребенком, взаимное понимание и теплые чувства – все это появляется по мере решения проблем. Главное достижение этой стадии, длящейся чуть более полугода, – взаимное доверие и субъективное ощущение постоянства отношений, появляющееся у обеих сторон, которые начинают воспринимать себя как единое целое.

«Равновесие». На этой стадии семья становится достаточно самостоятельной, реже обращается за помощью к специалистам. Дети обычно начинают активно интересоваться своим прошлым, много вспоминают и даже сочиняют, беря за основу настоящее. Желаемое и действительное, помноженное на особенности детского восприятия, смешиваются в этих рассказах, суть которых сводится к следующему: ребенок нуждается в создании приемлемого варианта своего прошлого. Новая семья может помочь ребенку, воссоздавая «линию жизни» в специальном альбоме воспоминаний.

Для приемного ребенка отчуждение от кровной семьи начинается не в момент изъятия из семьи, а в момент помещения в новую семью. Дети, разлученные с кровной семьей и помещенные в приемную семью, сталкиваются с проблемой разрыва близких отношений и необходимостью формирования новых привязанностей. В это время они остро чувствуют горе, чувство утраты своих близких.

Стадии переживания горя имеют следующие особенности, перечисленные ниже.

Отрицание. Главная особенность поведения ребенка на этой стадии состоит в том, что он бессознательно не воспринимает потерю. Для вновь принятых в семью детей это может означать то, что они привыкают не выражать болезненные чувства. Они пытаются изо всех сил не думать о том, что произошло, пытаются жить и плыть по течению. Но такое состояние тянется недолго – либо последует «взрыв», когда вытесняемые переживания нахлынут, либо начнутся проблемы со здоровьем или поведением. Это может выражаться в рассеянности, частом упадке сил, в расстройстве учебной и любой другой деятельности, требующей сосредоточенности и логики; в капризах и слезах «без повода», ночных кошмарах, расстройствах желудочно-кишечного тракта и сердечной деятельности и т.п.

Стадия гнева и смешения чувств. Эта стадия характеризуется появлением сильных, иногда взаимоисключающих эмоций. Жить ребенку с чувствами, вызывающими тревогу и беспокойство, сложно и тяжело. Дети в это период очень чувствительны, и они особенно нуждаются в помощи приемных родителей, чтобы подавленные чувства не нанесли вреда.

Дети могут испытывать следующие чувства, причем иногда все сразу.

Тоска. Это чувство может вызвать у детей стремление увидеться с членами родной семьи, повсюду их разыскивать. Нередко утрата обостряет привязанность, и ребенок начинает идеализировать даже тех родителей, которые обращались с ним жестоко.

Злость. Это чувство может быть направлено против чего-то или кого-то конкретно, или переполнять ребенка и изливаться по любому поводу. Дети могут не любить себя, порой даже ненавидеть, потому что они были отвергнуты оставившими их родителями, несчастливой судьбой и т.д. Они могут гневаться на «предавших» их родителей. На «разлучников» — полицию и детский дом, которые «вмешались не в свое дело». Наконец, на приемных воспитателей как на узурпаторов родительской власти, которая им не принадлежит.

Депрессия. Боль потери может вызвать чувство отчаяния и потерю уважения к себе. Помогая принятому в семью ребенку выразить свою печаль и понять ее причины, приемные родители тем самым помогают ему преодолеть состояние стресса.

Вина. Это чувство отражает реальное или предполагаемое отвержение или обиду, причиненную потерянными родителями. Даже у взрослых людей боль может ассоциироваться с наказанием за что-то. «Почему это случилось со мной?», «Я — плохой ребенок, со мной что-то не так», «Я не слушался родителей, плохо помогал им, и меня забрали» — такие и подобные им утверждения высказывают дети, лишившиеся родителей. Суть происходящего в том, что ребенок в попытке осмыслить ситуацию ошибочно принимает ответственность за происходящее на себя. С другой стороны, он может также чувствовать вину из-за собственных чувств, например из-за того, что он любит приемных родителей и наслаждается материальным комфортом, а в это время его родители живут в бедности.

Тревога. В критических случаях она может перерасти в панику. Принятый в семью ребенок может бояться отвержения приемными родителями. Или испытывать иррациональный страх за свое здоровье и жизнь, а также за жизнь приемных родителей или кровных родителей. Некоторые дети боятся, что кровные родители разыщут их и заберут, это случается, когда ребенок сталкивался с жестоким обращением в родной семье, а к новым искренне привязался.

Вина и тревога связаны с чувством лояльности к своей кровной семье: некоторые дети чувствуют себя «предателями», становясь членами другой семьи.

Что может помочь ребенку адаптироваться?	
Определенность	Ребенку важно знать, что будет дальше, какие порядки в том месте, куда он попал. Постарайтесь кратко, но внятно рассказывать ребенку о том, что будет дальше происходить.
Утешение	Если ребенок подавлен и проявляет другие признаки горя, можно постараться мягко обнять его и сказать о том, что очень грустно расстаться с теми, кого любишь, и как бывает тоскливо в новом, незнакомом месте, но так грустно ему будет не всегда. Обсудить вместе с ребенком то, что могло бы ему помочь. Важно: если ребенок расплакался, то не останавливать его сразу. Побывать с ним вместе и через некоторое время успокоить; если внутри есть слезы, лучше их выплакать.
Инициатива	Необходимо первыми проявлять внимание и заинтересованность делами и чувствами ребенка, задавать вопросы и выражать тепло и участие, даже если ребенок кажется равнодушным или угрюмым. Важно: не ждать ответного тепла сразу.
Воспоминания	Ребенок может захотеть поговорить о том, что с ним было, о своей семье. Важно: отложить, по возможности, свои дела на потом, или выделить специальное время, чтобы поговорить с ребенком. Если его рассказ вызывает сомнения или смешанные чувства, надо помнить: ребенку важнее быть внимательно выслушанным, чем получить совет.

Памятные вещи	Фотографии, игрушки, одежда – все это связывает ребенка с прошлым, является материальным воплощением значительной части его жизни. Важно: каждый ребенок, переживший разлуку или утрату, должен иметь что-то на память о тех, с кем расстался, и недопустимо выбрасывать это, тем более без его согласия.
Помощь в организации дел	Дети часто чувствуют себя растерянными в новом месте и при таких серьезных изменениях в своей жизни. Можно обсуждать и планировать их дела вместе с ними, давать им конкретные советы по поводу какой-либо деятельности, писать записки-памятки и т.д. Важно: поддерживать ребенка, если он злится на себя за свои промахи.

**Эмоциональную близость между вами и ребенком
вам помогут создать:**

- ▶ совместные игры, занятия с ребенком;
- ▶ совместные дела по дому;
- ▶ беседы, разговоры на интересующие его темы;
- ▶ предоставление ребенку возможности выслушать его, понять его проблемы, проникнуться его интересами (какими бы незначительными они вам не казались, для ребенка все значимо);
- ▶ поддержка, когда он расстроен;
- ▶ ухаживание, когда он плохо себя чувствует или когда болен.

Рекомендации

Учить, а не искоренять. Правило поведения должно четко указывать на то, что ребенок должен делать, вместо того чтобы заострять внимание на том, чего он не должен делать.

Язык правила должен быть понятен всем. Формулируя правила поведения, важно использовать язык понятный ребенку и не употреблять трудных слов.

Объясняйте, зачем нужны правила. Предпочтительно, чтобы правило исходило из интересов ребенка. Если интересы ребенка нечетко отражены в данном правиле, оно должно исходить из интересов других членов семьи.

Правила должны быть гибкими. Если правило не оправдывает себя, его быстро заменяют другим.

В этот период важно дать ребенку понять, что его здесь ждали, к его появлению готовились все члены семьи.

Что вы можете сделать, чтобы помочь ребенку?

Если ребенок ведет себя неприемлемо, постарайтесь спокойно подойти к решению этой проблемы.

Подумайте, что может чувствовать ребенок, что заставляет его вести себя так: несчастлив, напуган, зол, смущен, чувствует себя отвергнутым, нелюбимым, ненужным? Какова, по вашему мнению, причина его чувств.

Вам придется самому догадываться о причинах. Спрашивая ребенка, почему он так себя ведет, вы вряд ли получите вразумительный ответ, так как ребенок будет либо защищаться, либо ничего не сможет объяснить, либо будет говорить что угодно, чтобы к нему не приставали.

Вам нужно тщательно продумать, чем вы можете помочь, что сделать, чтобы ребенок лучше себя чувствовал.

Важно контролировать поведение ребенка, но не для наказания, а для поддержки в случае затруднений.

Наказание не учит ребенка новому полезному поведению, способному заменить нежелательное. Наказание используется для того, чтобы притупить негодование взрослого. Совершенно неприемлемо оставлять ребенка одного или игнорировать. Ребенок может подумать, что его отвергают. Самое важное в такой ситуации — донести до ребенка, что вы понимаете и принимаете его негативные чувства, но не потерпите плохого поведения. Это не значит, что его нужно хвалить за неприемлемые поступки.

VII Глава.

Все о волшебстве привязанности



Детство — это время, когда ребенок адаптируется к окружающей среде, в которой он оказался, усваивает ее культуру, социальные нормы, традиции и ограничения для того, чтобы во взрослой жизни жить полноценным членом общества. Весь период, пока малыш не может жить самостоятельно, позаботиться о себе, необходимо, чтобы кто-то делал это за него. И для решения данной задачи в природе существует программа привязанности.

► Со стороны взрослого — забота, создание защищенности, тревога за ребенка, ощущение чувства счастья и радости, когда ребенок доволен.

► Со стороны ребенка — необходимость постоянно видеть, слышать, чувствовать своего взрослого, не терять с ним контакт: чем меньше возраст ребенка, тем более необходимо ему быть уверенным, что взрослый рядом и готов прийти на помощь по первому зову.

Привязанность рассматривают как чувство близости, основанное на глубокой симпатии, влюбленности, преданности кому-либо или чему-либо.

А как можно увидеть данный феномен в повседневной жизни?

Уже в год ребёнок отличает своих и чужих. Свои — это родители и другие близкие взрослые, с которыми уж точно не пропадёшь. А все остальные — это чужие, за ними нельзя следовать, мало ли что. Если пятимесячного ребёнка может взять на руки незнакомец, пришедший к родителям в гости, то с годовалым это не выйдет: он будет выкручиваться, кричать, вертеть головой в поисках «своих».

В случае, когда ребёнок на улице теряет родителя из виду, он останавливается как вкопанный и начинает плакать. Обычно родители раздражаются, зовут быстро идти сюда, пугают тем, что уйдут сами. Но ребёнок ведёт себя в соответствии с инстинктом: потерялся — стой на месте, свои взрослые придут и найдут тебя. Устойчивое поведение следования формируется примерно к трём годам.

Когда ребёнок сталкивается с проблемой, он идёт к маме. Такая возможность — утешиться возле своего взрослого — у него должна быть всегда.

Быть приемным родителем означает помогать детям преодолеть задержки развития и формировать новые привязанности.

Эмоциональная связь — привязанность — важнейшая потребность каждого ребенка. Прочная привязанность основывается на проявлении любви и заботы. Такая эмоциональная связь дает ребенку чувство защищенности, ощущение себя в безопасности. Если ребенок рос в условиях отсутствия эмоционального тепла, то, попадая в приемную семью, он остается отчужденным. Это чувствуют новые родители, которые не понимают, как сблизиться с ребенком.

Эмоциональные травмы, полученные в даже в глубоком детстве, могут серьёзно влиять на наши взаимоотношения во взрослой жизни. Особенно с близкими людьми. В зависимости от того, какие мы выстроили отношения с нашими родителями в детстве, у нас формируются определенные типы привязанности. И от данного типа привязанности зависит то, как мы будем строить отношения во взрослой жизни. Вот как значимо строить качественные отношения со своим ребенком, подопечным, так как от этого будут зависеть будущие отношения детей.

Как бы ни казалось невозможным выстроить здоровые отношения с ребенком, у которого было трудное детство, как показывает практика, многие замещающие семьи добиваются положительных результатов в воспитании такого ребенка. Не ожидая быстрых результатов, не обольщаясь в своих ожиданиях, опекунам удастся найти подход к такому ребенку, научить его заново доверять взрослым, дать понять, что не все люди стремятся нанести ему боль, учат любить и проявлять заботу к близким.

Как правило, у детей из учреждения для детей-сирот и из асоциальных семей нарушен нормальный процесс формирования привязанностей. Таким детям опыт бессознательно подсказывает, что семьи не безопасны, там могут причинить сильную боль, как эмоциональную, так и физическую. Порою сам факт разлуки ребенка с его родителями или хорошими воспитателями может рождать чувство злости, ненависти и недоверия к новой семье (или миру в целом), что также будет мешать нормальному процессу формирования новой привязанности.

Формирование привязанности

Ребенок, которому нужна новая семья, как правило, имеет негативный эмоциональный опыт отношений с близкими взрослыми, разлуки с ними. Некоторым детям не повезло до такой степени, что им пришлось пережить пренебрежительное и даже жестокое обращение со стороны своих взрослых. Все это не может оставаться незамеченным и не повлиять на выстраивание новых отношений с членами новой семьи.

Детям, испытавшим предательство от самых близких людей в своей жизни, которые обязаны были его защищать, заботиться и беречь, нелегко довериться снова и начать жизнь с чистого листа, как бы мы этого ни хотели. Ему необходимо время, а сколько надо времени, неизвестно.

Если ребенок получает должную заботу, тепло и любовь родителей, то у ребенка:

- ▶ развивается чувство собственной ценности, вера в доброжелательность и отзывчивость окружающих;
- ▶ формируются благоприятные взаимоотношения с окружающими во взрослой жизни;
- ▶ он получает положительный опыт для своего родительского поведения в будущем;
- ▶ интеллектуальное и эмоциональное развитие ребенка протекает более гармонично, снижается риск задержки психического развития.

Приемным родителям важно помнить, в какой бы момент не произошла разлука ребенка с родителем — в младенчестве это было или в сознательном возрасте, — чувство потери родного человека несет многочисленные психологические проблемы. По мнению неопытного человека, который не знаком с проблемами сирот, все очень просто: ребенок освоится в новой семье, там ведь очень хорошо, чисто, есть что поесть, «нормальные» родители, он быстро полюбит новую семью и будет счастлив! Но, к сожалению, это не так. Не надо считать себя волшебниками. Привязанность формируется поэтапно, и сократить время прохождения этих этапов могут только сами приемные родители, вооружившись терпением, порою прибегая к помощи специалистов.

Примеры этапов формирования привязанности, которые проходят все дети

Задача родителей — сопоставить возраст ребенка и момент, в который произошло нарушение нормального развития привязанности своего подопечного.

Телесный (до 1 года)

Ребенок испытывает привязанность через ощущения. Он привыкает к запаху мамы, к характеру прикосновений. Тем не менее, если за малышом будет ухаживать другой взрослый, он примет и эту заботу.

Очень важен телесный контакт с подопечным любого возраста. В вашей семье могут быть свои ритуалы: поцелуи и объятия при встречах и расставаниях, перед сном и при пробуждении; дружеские ободряющие похлопывания по плечам; прогулки, взявшись за руки; вечерний массаж ног и прочие. Маленького ребенка нужно почаще брать на руки, садить на колени, обнимать, гладить.

Поиск сходства (до 2 лет)

Малыш начинает копировать действия взрослых. Больше всего он обращается к самому «главному» взрослому — к тому, кто находится рядом с ним постоянно.

Не высмеивайте ребенка, если он старается копировать вас. Это означает лишь то, что идет процесс формирования привязанности, и ребенок стремится быть похожим на вас.

Определение принадлежности (до 3 лет)

Ребенок начинает осознавать свое место в семье. Он понимает слова «мой», «твой», «наш»; говорит: «Я хочу», «Это мое», — то есть начинает чувствовать принадлежность.

Важно поддержать ребенка, если он начал идентифицировать себя с вашей семьей. Подкрепляйте его значимость и принадлежность к семье фразами: «Пройди в свою комнату», «Это наш дом», «Порисуй за твоим столом».

Осознание значимости (до 4 лет)

На этом этапе ребенку очень важно понимать, что его любят. Он может спрашивать об этом открыто: «А ты меня любишь, мама?»

Иногда это происходит неосознанно — ребенок пытается заслужить любовь своими поступками, добиваясь похвалы и ласки.

Стремясь получить «доказательства» принятия новой семьей, дети неосознанно стараются подкрепить это словами, поступками. На вопросы ребенка отвечайте, что любите его и стали счастливее с его появлением, он у вас очень хороший и т.д. При этом не следует высказываться о кровной семье фразами: «Они плохо поступили с тобой», «Мы лучше твоих родителей». Данные фразы вызовут противоположное чувства, нежели любовь к вам и радость.

Осознанная привязанность (до 5 лет)

Ребенок начинает испытывать осознанные чувства по отношению к дорогим для него людям. Эти чувства имеют продолжение в поступках. Малыш ищет способы, с помощью которых он может выразить свое отношение к родителям, говорит им о своей любви.

Не игнорируйте подарки от своих подопечных. Например, вы можете собрать рисунки ребенка в папку, а еще лучше, если украсите ими дом — обрамите и повесьте их или поставьте на видное место. Словесные признания стараниям детей угодить вам подкрепляйте телесной благодарностью — целуйте, обнимайте и обязательно благодарите вслух.

Привязанность через понимание (до 6 лет)

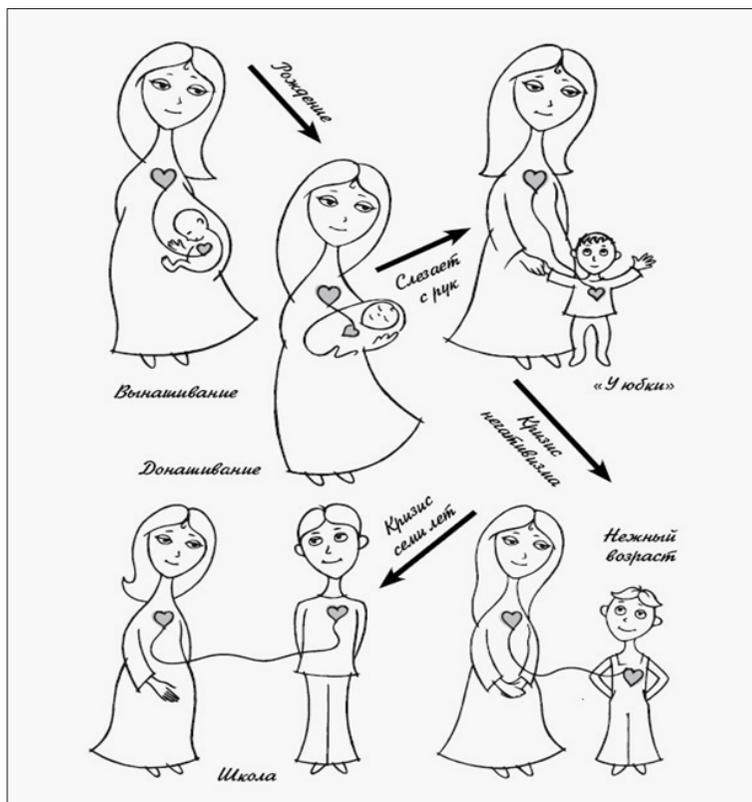
Ребенок хочет, чтобы его понимали и любили таким, какой он есть. Малыш начинает делиться своими секретами с родителями, ждет от них положительной отдачи.

Учитесь слушать своих подопечных, а не только говорить. Важно стараться понимать, что чувствует ребенок, когда рассказывает о чем-то: он еще не умеет точно выразить свои переживания. Поначалу в этом возрасте бывает так, словно дети рассказывают все, что приходит им на ум, — поток речи льется. На этом этапе надо проявить терпение: когда ребенок насытится вашим вниманием, он станет хорошим собеседником.

Все описанные этапы формирования привязанности заложены природой, процесс идет неосознанно, ребенок чувствует внутренние позывы и следует им.

Для того, чтобы сформировались новые – здоровые – взаимоотношения, потребуется достаточно много времени и терпения. Возможно, вначале ребенок будет проявлять ласку не только к приемным родителям, но и к другим взрослым будет относиться похоже: проситься на ручки, просить покачать, покормить, одеть... Это неосознанное стремление ребенка восполнить непрожитые этапы своего детства. А ребенок, подвергнувшийся физическому или сексуальному насилию, наоборот, будет стараться избегать любого телесного контакта со взрослыми.

Следует помнить, что не только у детей нелегко проходит этап формирования привязанности к приемным родителям, бывает, что и сами родители могут испытывать трудности в формировании привязанности к приемным детям.



Помощь ребенку в формировании привязанности

Работать с нарушением привязанности необходимо, чтобы ребенок не оставался капризными постоянно переживал чувство потери кровных родителей. Чтобы помочь своему подопечному, необходимы последовательные действия, прозрачность отношений.

В каждой семье есть четкие правила, и с самого начала следует ознакомить с ними ребенка. Чтоб ребенок быстрее освоился, адаптировался к новой семье, ему требуется постоянство. Возьмите лист бумаги, сядьте с супругой(ом), бабушкой, дедушкой (тетей, дядей или другими членами семьи, которые будут принимать участие в воспитании) и составьте список правил. Это не сложно, все правила итак существуют в вашей семье, просто их никто не описывал. Составляем список, например такой.

- ▶ *Посуду моем по графику.*
- ▶ *Катя ответственна за пыль в гостиной.*
- ▶ *Нельзя шуметь, когда кто-то читает уроки.*
- ▶ *Каждый самостоятельно следит за порядком своей зоны в доме.*
- ▶ *В 22:00 начинаем подготовку ко сну и отбой.*
- ▶ *Девочки помогают с готовкой маме, а парни помогают отцу по хозяйству.*
- ▶ *Суббота – банный день.*
- ▶ *В воскресенье можно заказать любимое блюдо, общим голосованием выбираем меню на ужин.*

Главное, прописать обязательные правила, которые всегда должны будут выполняться и требоваться всеми взрослыми в семье. Нельзя, чтобы возникали ситуации, когда «мама злока» всегда все отбирает и запрещает, а «папа добрый» разрешает иногда отклоняться от правил.

Не стоит заблуждаться и думать, что ребенок сразу начнет любить приемных родителей и будет им благодарен. Для этого нужно время. Но можно приблизить момент. Пусть у вас в семье будет много традиций: отмечайте все семейные праздники, можно отметить не только день рождения своих подопечных, но и день приема ребенка в семью, если ребенок пришел к вам в осознанном возрасте; старайтесь труд превращать в праздник (чаепитие во дворе после уборки мусора, посадки картошки и т.д.). почаще произнесите объединяющие фразы: «Наша семья», «Мы все вместе», «Когда вы станете взрослыми, мы с папой...», «Ты стал

похож на меня своим поведением, привычкой, требованием». Делайте и храните совместные фотографии.

Предлагаем Вам познакомиться с показателями успешной адаптации ребенка к новой семье, успешного формирования привязанности ребенка к новым родителям. Предупреждаем, что не надо относиться к ним как к обязательному списку.

Ребенок начинает разделять мир на «мы» (ваша семья) и «они» (другие люди). Ребенок начинает идентифицировать себя с вашей семьей.

Ваши отношения с ребенком становятся более открытыми. Он хочет больше быть рядом, но и в моменты расставаний не испытывает уже сильных переживаний, а знает, что это всего лишь на какое-то время.

У ребенка увеличивается уровень эмоциональной близости с вами.

У ребенка повышается самооценка, появляется уверенность в том, что он нравится родителям. Он уже может сдержанно реагировать на критику и исправлять ошибки.

Ребенок не пытается прервать связь с приемными родителями. Не говорит о том, что уйдет и не требует отдать его обратно.

Ребенок активно включается в бытовую жизнь семьи, понимает необходимость наличия обязанностей по дому каждого и выполняет свои.

Наблюдается резкая или скачкообразная динамика в развитии ребенка.

Ребенок понимает и принимает иерархические отношения в семье, соблюдает семейные правила, традиции, ценит их.

Выстроив отношения с членами семьи, продолжает социализацию в более широком кругу. У него вырастает желание обзавестись друзьями, ждет встреч со сверстниками и игр с ними.

У ребенка снижается уровень тревожности (стабилизируется сон, прием пищи, появляется уравновешенность в поведении, уменьшается частота проявления хронических заболеваний и т.д.).

Ребенок усваивает разницу между отношениями с членами семьи, близкими знакомыми, друзьями и чужими людьми.

Ребенок играет со своими братьями и сестрами; проявляет в играх самостоятельность, не выказывает враждебности и желания все держать под своим контролем.

Повышается уровень развития эмоционально-волевой сферы. Он приближается или соответствует условной возрастной норме. Ребенок уже лучше может регулировать свои эмоции, считаться с запретами, объяснять последствия своих поступков.

VIII Глава.

Ураво на личную границу



Личная граница

Дорогие родители, давайте вначале попробуем определиться с тем, что такое границы и почему их важно поддерживать в здоровом состоянии.

▶ Личные границы — это воображаемые линии, которые мы делаем вокруг себя, чтобы поддерживать свое внутреннее равновесие и защищать свое физическое тело, мысли, ум, эмоции, время от поведения или требований других людей.

▶ Личная граница призвана защищать человека от излишней агрессии. И природа в нас заложила эмоцию агрессии, которая в свою очередь служит границе. Поэтому можно считать, что агрессия эволюционно обеспечивает защиту границ.

▶ Ну, а самым понятным объяснением личной границы является то, что человек может назвать своим. Например: моя спальня, моя квартира, мое время, мой ребенок и так далее.

▶ Люди со слабыми личными границами, как правило, привлекают к своей жизни контролирующих, неуважительных или нуждающихся людей. Или они просто позволяют другим, чтобы их использовали, потому что они так охотно позволяют это делать, а по-другому они не умеют.

Личные границы помогают нам быть «водителем» нашей собственной жизни.

Личные границы ребенка и детский дом

Давайте, рассмотрим, как нарушаются линии границ ребенка в условиях описываемого учреждения по версии уважаемого семейного психолога, автора многих книг для замещающих родителей Людмилы Петрановской.

У детей, попавших в детские дома, есть прошлые травмы, непростой собственный опыт. И вот с этими травмами они попадают не в реабилитирующие, а наоборот, стрессовые условия.

Режимная жизнь

Дети в детском учреждении находятся в постоянной стрессовой ситуации. Вот если нас, взрослых, отправить в санаторий

советского типа, где в палате шесть человек, где в семь часов утра обязательный подъем, в семь тридцать зарядка, в восемь часов обязательный завтрак, и сказать, что это не на 21 день, а навсегда, — мы же с ума сойдем. Из любых, даже самых хороших условий мы хотим попасть домой, где едим когда хотим, отдыхаем как хотим.

А дети в таких стрессово-режимных условиях находятся всегда. Вся жизнь подчинена режиму.

Ребенок не может подстроить свой день под свое самочувствие, настроение. У него невеселые мысли? Все равно следует пойти на общее развлекательное «мероприятие». Он не может прилечь днем, потому что в спальню чаще не пускают.

Он не может «пожевать» что-то между приемами пищи, как это делают дети дома, потому что во многих учреждениях еду из столовой выносить нельзя. Отсюда «психологический голод», когда дети даже из самых благополучных детских домов со сбалансированным пятиразовым питанием, попадая в семью, начинают бесперывно и жадно есть.

Кстати, в некоторых учреждениях пытаются решить это вопрос так: сушат сухарики и позволяют детям их брать с собой из столовой. Мелочь? Но ребенку важно поесть в тот момент, когда он захочет.

Ребенок не может распоряжаться собой в этом жестком распорядке. Он чувствует, что находится в резервации, «за забором».

Отсутствие личного пространства и нарушение личных границ

Отсутствие дверей в туалетах, в душевых. Менять белье, совершать гигиенические процедуры даже подросткам приходится в присутствии других. Это стресс. Но жить, постоянно ощущая его, невозможно. И ребенок начинает отключать чувства. Дети постепенно учатся не испытывать стыда, стеснения.

Даже если в детском доме спальни на несколько человек, никому не придет в голову, что надо войти, постучавшись.

Понятие о личных границах у ребенка могут появиться, только если он видит, как эти границы соблюдаются. В семье это происходит постепенно.

Сейчас сиротам в обществе уделяют много внимания. Но чаще помощь, которую люди стремятся оказать детским домам, пользы не приносит, а наоборот, нередко развращает. Внешне получается — лоск в детских домах, а внутри — все то же отсутствие личного

пространства. Нет смысла покупать в учреждение ковры и телевизоры, пока там нет туалетов с кабинками.

Отсутствие свободы выбора и понятия ответственности

В семье ребенок всему этому учится постепенно. Сначала ему предлагают на выбор молоко и чай, потом спрашивают, какую выбрать футболку. Потом родители дают ему денег, и он может пойти и купить понравившуюся футболку. В 16 лет он уже спокойно один ездит по городу, а иногда и дальше. Ребенок в детском доме с этой точки зрения одинаков и в три года, и в 16 лет: система отвечает за него. И в три года, и в 16 лет он одинаково должен ложиться спать девять вечера, не может пойти купить себе одежду и так далее.

Всем, кто работает с детьми в детских домах, важно понять, что они имеют ввиду: дети — это люди, которые потом вырастут и начнут жить жизнью нормальных взрослых; или дети — просто сфера ответственности до 18 лет, а что будет потом — уже не важно.

Странно ожидать, что люди, у которых до 18 лет было сто процентов гарантий и ноль процентов свободы, вдруг, словно по мановению волшебной палочки, узнают, что значит отвечать за себя и за других, как распоряжаться собой, как делать выбор. Не готовя ребенка к жизни и ответственности, мы обрекаем его на гибель. Или намереваем, что во взрослом мире для него есть только одно место — «зона», где нет свободы, но и нет ответственности.

Приемным родителям важно учесть данные факты в период адаптации и в общем при совместном проживании с ребенком. Ваше понимание и принятие его нарушений в поведении поможет ему побыстрее довериться вам, привязаться и научиться уважению личных границ других людей, в том числе и ваших.

Чтобы ребенок умел чувствовать свои и чужие границы, он должен научиться уважать личные границы других людей и ставить себя на их место.

В норме этот процесс начинает формироваться примерно к шести годам, когда у ребенка созревают доли мозга, отвечающие за контроль. Поэтому, дорогие родители, когда вы устанавливаете правила или запреты для своих подопечных, вы должны понимать, в состоянии ли ребенок их воспринять и соблюдать.

Формирование личной границы

Проанализируйте свое поведение с помощью предложенных границ, которые чаще всего нарушают взрослые.

Границы тела. Нравится ли вам, когда к вам прикасаются без спроса, трогают без предупреждения?

Очень многие не любят, когда их трогают без спроса. И детям тоже не всегда хочется, чтоб их трогали, внезапно хватали, обнимали и целовали. Особенно важно это учесть в первые месяцы проживания взрослого ребёнка в вашей семье. Если ребёнку

плохо от ваших прикосновений, но он не сопротивляется, не стоит часто это делать. Важно отнестись к его отказу от телесного взаимодействия в данный момент с пониманием и уважением. Ему понадобится немного времени для тесного общения с вами.

Границы чувств. Как вы реагируете на такие комментарии, направленные к проявлению ваших эмоций: «Нашел время для смеха», «Опять начала плакать»?

Родители как «всевидящее око» иногда позволяют себе и управление эмоциями ребёнка, с которыми они внутренне не согласны. Например, не разрешают злиться, да еще и ругают за двойку, которая, по их мнению, заслужена. Не позволяют сторониться гостей, которые так и норовят потрогать ребёнка. Но ребенок имеет полное право на собственные чувства. Мы можем ограничивать его поведение, но не эмоции

Границы отношений. Как вы себя почувствуете, если вас попросят не общаться с кем-то, кто для вас очень важен, или вовсе запретят подходить к этому человеку?

Порою еще в детстве родители просят детей принять чью-либо сторону при ссорах и конфликтах между собой. Спрашивают отношение взрослых детей к поступку своей

Если мы хотим научить ребенка чувствовать личные границы, то и мы должны соблюдать предъявляемые ему требования. Ребенок и не узнает, что брать чужие вещи нельзя, если все в семье без спроса берут его вещи когда захотят. Ребенок не узнает, что нельзя заходить в чужую комнату, если по отношению к нему это правило не работает. И если в вашей семье взрослые не соблюдают личных границ, постоянно ссорятся, скандалят, оскорбляют друг друга, думаете, ребенок научится это делать?

второй половины и стараются перетянуть их на свою сторону, чтобы получить дополнительную поддержку. Часто подростку родители стараются подобрать «правильных» друзей и запрещают общаться с теми, кого они невзлюбили. В норме же, родителям важно помнить, что дети — это отдельные люди. Их отношения с другими — это их личное дело.

Границы личного пространства. Что вы почувствуете, если обнаружите, что в вашей сумке кто-то копался, или увидите ваш телефон в руках у постороннего человека?

Много конфликтов в семьях возникает именно от несоблюдения границ личного пространства. Взрослым надо помнить, в особенности если у вас в семье подросток, что нельзя без спроса брать личные вещи ребенка (записные книжки, письма, блокноты), проверять его телефон, наводить порядок в личных вещах, читать его заметки, переписки, личные страницы. Если вы случайно нарушили данный пункт, важно вовремя извиниться, объяснить, что именно вы увидели, чтоб избежать ненужных переживаний и тревог, и постараться больше так не делать.

Границы личных планов. Как вы обычно реагируете, когда вас просят отвлечься от просмотра интересного фильма или не дают спокойно пообщаться по телефону?

Взрослые часто отрывают детей от их занятий и просят в неудобный момент сделать то, что им кажется очень важным и срочным. Они ставят приоритеты и принимают решение вместо детей. А порою взрослые так увлекаются планированием будущего ребенка, что выбирают за него будущую профессию, супругов и т.д.

Границы способности к разумным суждениям. Как вы реагируете на людей, которые поправляют вас, не считаются с вашим мнением, бросают противоположные аргументы на ваши?

Не многим нравится, когда им навязывают свое мнение, настаивают на определенной точке зрения, поучают. Особенно остро на неуважение к своим мыслям обижаются подростки. Каждый при таком обращении к себе, будет чувствовать себя маленьким и глупым. Ребенок не исключение из этого правила.

Когда заходит речь об установлении границ для детей, мы иногда подразумеваем некую фантастическую конструкцию: когда ребенок делал бы то, что мы хотим, но при этом ощущал бы это как свою потребность или желание, соблюдал бы все наши запреты безукоризненно, безоговорочно и при этом не расстраивался.



Тускулаана Филиппова, 11 лет, Хангаласский улус

Рекомендации родителям

▶ Составьте список правил поведения, которые обязаны соблюдать все дети в доме. Обсудите его со всеми взрослыми в доме, чтобы избежать ситуации возникновения «двойных стандартов».

▶ Ежедневно проявляйте уважение к границам всех детей в семье и требуйте от них того же, пусть они учатся считаться с желаниями и потребностями других членов семьи.

▶ Не всегда можно пойти на уступки, старайтесь не менять установленных правил, иначе это может еще больше усугубить ситуацию. Главное, дайте ребенку понять, что вы его принимаете таким, какой он есть, понимаете его и действуете из любви к нему.

▶ Хвалите и поощряйте ребёнка за старания, больше общайтесь, дайте ему понять, что вам конкретно нравится в его поведении.

▶ Работа над формированием границ, можно сказать, испытание для всей вашей семьи, в частности для вас и ребенка. Старайтесь быть открытым для своего подопечного и поддерживайте его. Помните, все ваши старания должны исходить из любви к нему и заботе о его будущем.

▶ Правильно расставьте свои личные границы и сообщайте о желаемом поведении, которое вы хотели бы видеть от других членов семьи или близких. Вы являетесь примером для своих подопечных, поэтому ваше поведение, душевное состояние, умение выходить из сложных ситуаций, умение радоваться мелочам, а также уважение к своим личным границам – лучший образец для подражания.

Формирование личных границ ребенка потребует времени и энергии. Не стоит ожидать быстрых результатов. Но в конечном итоге вы будете довольны результатом.

IX Глава.

Жестокое обращение с ребенком и его последствия



Проблема насилия в семье и жестокого обращения с детьми является одной из самых тревожных среди социальных факторов, оказывающих влияние на рост социального сиротства, безнадзорности, беспризорности.

Под жестоким обращением с детьми понимаются не только случаи физического и сексуального насилия или развращения, но также пренебрежение основными интересами и нуждами детей, то есть неудовлетворение их потребностей в пище, одежде, воспитании, образовании, медицинской помощи.

Жестокое обращение с детьми может иметь место не только в семье, но и в детских образовательных и воспитательных учреждениях.

**Формы насилия
над детьми:**

физическое насилие – действия (бездействие) со стороны родителей, в результате которых физическое, психическое и умственное здоровье ребенка нарушаются или находятся под угрозой повреждения (телесные наказания, удары ладонью, пинки, царапанье, ожоги, удушение, толкание, плевки, применение палки, ремня, ножа и т.д.);

отсутствие заботы о детях – невнимание к основным нуждам ребенка: потребности в пище, одежде, медицинском обслуживании, присмотре; так же примером жестокого отношения с малолетними детьми является оставление их без присмотра, что зачастую приводит к несчастным случаям, отравлениям и другим тяжелым последствиям;

эмоционально дурное обращение с детьми (психическое насилие: брань, крики, обвинения в адрес ребенка, принижение его успехов, унижение его достоинства и т.д.);

сексуальное насилие над детьми – любой контакт или взаимодействие между ребенком и человеком старше его по возрасту, в котором ребенок сексуально стимулируется или используется для сексуальной стимуляции, действия, способствующие развращению ребенка.

Что может повлечь за собой жестокое отношение к ребенку

Влияние жестокого отношения к ребенку на его физическое здоровье:

- ▶ смерть;
- ▶ вред здоровью;
- ▶ инвалидизация;
- ▶ отставание в физическом развитии;
- ▶ инфекционные заболевания, в том числе передаваемые половым путем;
- ▶ психосоматические болезни;
- ▶ беременность в подростковом возрасте.

Влияние на психическое здоровье:

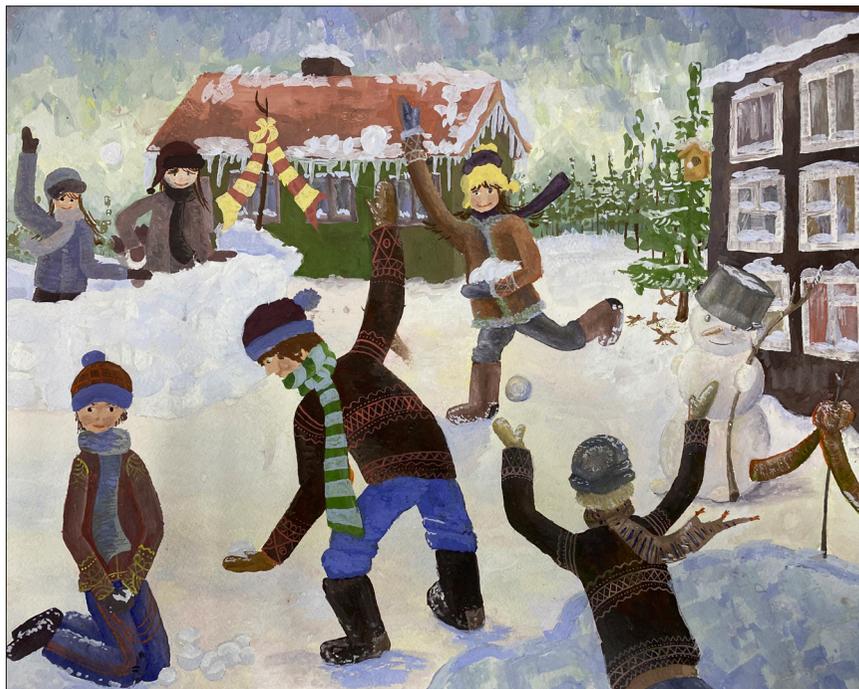
- ▶ задержка психического развития;
- ▶ расстройства адаптации;
- ▶ эмоциональные нарушения — депрессия, тревога, страх;
- ▶ снижение самооценки, восприятие себя как испорченного, беспомощного;
- ▶ плохая успеваемость в школе;
- ▶ нарушения поведения — агрессивность, уходы из дома, сексуализированное поведение, промискуитет;
- ▶ трудности в общении со сверстниками и взрослыми.

Социальные последствия:

- ▶ неспособность стать эффективным членом общества;
- ▶ девиантное поведение — алкоголизм, наркомания, проституция, противоправные действия;
- ▶ неспособность стать хорошим родителем и семьянином, жестокое обращение с собственными детьми.

Последствия могут проявиться в самый неожиданный момент, например в ситуациях, которые чем-то напомнили травматический эпизод. Некоторые дети могут панически бояться того, что приемные родители выпивают спиртные напитки или страшиться их интимной жизни; другие могут вовлекать знакомых детей в сексуализированные игры. Необходимо помнить, что дети – жертвы, а не преступники.

Эмоциональное состояние у детей, переживших жестокое обращение, нестабильно. У них часто наблюдаются проблемы с активностью (гиперактивность или заторможенность), трудности сосредоточения (не умеют сконцентрировать внимание); проблемы с интеллектуальной деятельностью из-за эмоциональных проблем (аффект тормозит интеллект).



Москвина Дарья, 13 лет, Кемеровская область

Приемные родители должны тщательно обдумать, как они будут устанавливать позитивные взаимоотношения с детьми, пережившими жестокое обращение, ту или иную форму насилия. Очень важно в таких случаях быть в постоянном контакте с детским психологом или специалистом, который может помочь вам разработать стратегию поведения.

Для нормального роста и развития детям необходима крепкая и здоровая привязанность к родителям. Некоторым детям, особенно тем, у кого есть проблемы со здоровьем, задержки в развитии и другие проблемы, привязаться к новым родителям может быть труднее.

Это означает, что приемным родителям придется уделять ребенку много времени, проявлять терпение, постепенно завоевывая его доверие. Вам необходимо настроиться на то, что долгое время потребуется жить в «режиме отдачи», ничего не ожидая и не получая взамен.

Хорошо, если дети начинают доверять взрослым, рассказывать им о пережитом, проговаривать свои страхи. Не стоит этого пугаться. Иногда неправильная ответная реакция взрослого может нанести ребенку еще большую травму, если вместо сочувствия, сострадания и готовности выслушать, приемный родитель начнет возмущаться, выяснять подробности, как будто он следователь. Либо, что совсем недопустимо, недобросовестный, эгоистичный приемный родитель может отвергнуть ребенка в такой момент, объявить его «преступным» или «грязным». Для того, чтобы подобных вещей не происходило, будущим приемным родителям нужно готовиться к своей миссии заранее. Загодя получить информацию, разобраться в своих чувствах, справиться со своими страхами, чтобы впоследствии помочь ребенку поверить в любовь и доброту.

Как быть и что делать?

Безусловно принимать ребенка, то есть любить его не за заслуги или поступки, а просто за то, что он есть.

Активно слушать его рассказы о своих переживаниях и потребностях.

Быть (читать, играть, заниматься) вместе с ним.

Не вмешиваться в дела, с которыми он справляется сам.

Помогать, когда ребенок просит об этом.

Отмечать и поощрять его успехи.

Делиться своими чувствами (то есть, доверять ему).

Конструктивно разрешать конфликты.

Каждый день ласково разговаривать с ребенком.

Обнимать ребенка не менее четырех раз в день, а лучше — чаще.

X Глава.

Психотравмы у детей



Что имеется в виду под психологической травмой?

По каким критериям мы можем отделить «нормальное» поведение подростка от «нездорового»? Норма – очень условное понятие, зависящее от множества факторов. Травматическую реакцию подростков часто путают с патологической, что приводит к ложной постановке диагнозов.

Травма возникает тогда, когда воздействие (внутреннее или внешнее) интенсивнее, чем способность его переживать. Другими словами, психологическая травма возникает не из-за интенсивности внешнего воздействия (это не обязательно страшная история смерти родных, терактов и прочее), а реакции человека на него, неспособности принять ситуацию и низкой адаптивности к нему (изъятие ребенка из семьи – это уже тяжелая травма для ребенка).

Посттравматическое стрессовое расстройство (далее ПТСР) представляет собой целостный комплекс симптомов нарушения психической деятельности, возникший в результате единичного или повторяющегося внешнего сверхсильного травмирующего воздействия на психику ребенка (физическое и/или сексуальное насилие, пренебрежение, психологическое насилие, постоянное нервное напряжение, связанное со страхом, унижением и т.п.). Травматичность события тесно связана с ощущением собственной беспомощности из-за невозможности эффективно действовать в опасной ситуации.

Брызгунов И.П. отмечает следующие симптомы ПТСР у детей и подростков:



Как правило, взрослые пытаются вылечить внешнюю симптоматику проявления ПТСР, бегая по врачам в поисках причин нарушения в организме. А эмоциональный упадок часто нарекают ленью и плохим воспитанием, и пытаются активизировать подростков за счет принудительных занятий спортом и иными активностями.

Для ПТСР характерно состояние повышенной тревожности, на фоне которого время от времени возникают приступы необычайно ярких воспоминаний о травмирующем событии. Такие приступы чаще всего развиваются при встрече с раздражителями, являющимися частью воспоминания о травмирующем событии. С другой стороны – характерна частичная амнезия, так что подросток часто не может вспомнить всех деталей травмирующей ситуации. В силу постоянного нервного перенапряжения и характерных нарушений сна (ночные кошмары, бессонница) со временем развивается церебрастенический синдром (комплекс симптомов, свидетельствующих об истощении центральной нервной системы), а также нарушения со стороны сердечно-сосудистых, эндокринной, пищеварительной и других ведущих систем организма. Симптоматика ПТСР проявляется не сразу и сохраняется достаточно длительное время (месяцы, годы, а нередко десятилетия).

В травматических ситуациях дети переживают беспомощность и потерю контроля, которую они пытаются восстановить посредством воспроизведения того понятного им хаоса, в котором они находились. Подростки могут начать провоцировать опекунов на привычную для них несдержанную эмоциональную реакцию, в которой они росли.

Самым важным в этой ситуации является искренний интерес родителя к ребенку и готовность быть рядом, слушать, принимать, говорить.

► Для того чтобы встретиться с травматичным воспоминанием, ребенку нужно чувство защищенности. Ребенок должен быть уверен, что любое его чувство, любое воспоминание вас не разрушит, что вы справитесь. Тогда он сможет полностью довериться вам «тылы» и встретиться со своим «демоном» лицом к лицу. Он может плакать, или злиться, или грустить, полностью отдаваясь чувствам, и знает, что вы за ним присмотрите. Если ему покажется, что вы боитесь, уклоняетесь, пытаетесь сменить тему, отвлечь, отшутиться,

быстренько утешить, он может закрыться, снова запихать свою боль в коробку и отложить до лучших времен.

▶ Не ставьте цели, чтобы ребенку прямо сейчас стало легче, «отпустило», чтобы он «примирился». Это не случается за один раз, иногда после острой вспышки идет длительный процесс внутреннего осмысления, а потом опять вспышка, а потом опять тишина. Это нормально.

▶ Если в опыте ребенка было насилие, ему важно услышать от вас заверения, что вы так обращаться с ним не будете. Не увязывайте это с поведением тех, кто его обижал, не противопоставляйте и никак не объясняйте, просто твердо скажите: здесь тебя никто бить не будет, у нас в семье детей не бьют. Или: я тебя никогда не оставлю, ты мой сын. Даже если он не спрашивает. Это не помешает.

▶ Иногда дети боятся, что вы их осудите, будете их стыдиться, разлюбите после того, как узнали о них что-то страшное и неприятное. Если ребенок не спрашивает, но вам кажется, что он может этого опасаться, заверения в вашей любви никогда не будут лишними.

▶ Создайте щадящие условия, не дергайте, по возможности будьте рядом.

▶ Главное – не пытайтесь «это все прекратить».

▶ Важное замечание: если то, что в результате вскрытия всплыло, очень серьезно, если речь идет не просто о плохом обращении или отвержении, а о жестокости, сексуальном насилии, угрозе жизни, обязательно обратитесь к специалисту. Также о подобных воспоминаниях важно сообщить специалистам опеки: возможно, речь должна идти о судебном преследовании насильников.

ХI Глава.

*Типичные формы
поведения,
и что делать, если...*



Конечно, любое поведение может иметь много различных причин, и каждый внимательный взрослый, основываясь на своем опыте и наблюдениях, сможет дополнить приведенный ниже список.

В таблице приведены наиболее часто встречающиеся формы поведения, типичные для детей, подвергшихся физическому или сексуальному насилию.

Что может означать, если ребенок...

ПЛАЧЕТ

- ▶ Я хочу, чтобы кто-нибудь увидел, как ужасно я себя чувствую.
- ▶ Мне нужно добиться, чтобы все было так, как я хочу, и тогда я почувствую себя на высоте и буду менее уязвим.

КРИЧИТ

- ▶ Возможно, вы сдадитесь, если почувствуете жалость ко мне.
- ▶ Меня не слушают.
- ▶ Никто не понимает, как я себя чувствую.
- ▶ Я не хочу, чтобы окружающие видели, как я действительно себя чувствую, потому что я тогда буду более уязвим.

ЗАПУГИВАЕТ ДРУГИХ

- ▶ Я хочу чувствовать себя сильным и держать все под контролем.
- ▶ Я не хочу быть единственным, кто чувствует себя плохо.
- ▶ Мне нужно, чтобы кто-то другой чувствовал себя так же ужасно, как я.
- ▶ Я хочу, чтобы кому-то было хуже, чем мне.

НЕ СЛУШАЕТ, ЧТО ЕМУ ГОВОРЯТ

- ▶ Я чувствую себя бессильным и должен восстановить свой контроль над вещами.
- ▶ Я хочу проверить, действительно ли вы преданы мне (заботитесь обо мне или просто манипулируете мною).

ОТКАЗЫВАЕТСЯ ПРИНИМАТЬ УЧАСТИЕ, ИЗОЛИРУЕТ СЕБЯ

▶ Сближение с людьми опасно для меня, и я должен держаться в стороне.

▶ Я недостаточно хорош, чтобы быть с ними.

ПОЛОН НАСИЛИЯ И АГРЕССИИ

▶ Я хочу проверить, могу ли я таким образом оттолкнуть вас от себя, или вы лукавите, когда говорите, что вы на моей стороне.

▶ Я не знаю, как еще показать свой гнев.

▶ Я чувствую бессилие, обиду, страх, но, проявляя свой гнев таким образом, я защищаю себя от этих чувств.

УСТРАИВАЕТ ИСТЕРИКУ, ЧТОБЫ ДОБИТЬСЯ СВОЕГО

▶ Я ничего не могу поделать, у меня нет сил, нет слов, но я хочу владеть ситуацией.

▶ Только поступая так, я владею ситуацией и чувствую себя в безопасности.

ЗАКРЫВАЕТСЯ В КОМНАТЕ НА ЗАМОК

▶ Я должен защищать себя — никто другой это делать не будет.

▶ Я не хочу сближаться с людьми, так как они могут меня ранить.

▶ Я не хочу раскрывать свою личную жизнь.

ВОРУЕТ

▶ Взрослые не заботятся обо мне, так что я должен обеспечить себя сам.

▶ Вы действительно примете меня, независимо от того, что я делаю?

▶ Пусть все думают, что это самое плохое, что могло произойти со мной.

▶ Мне нужно так много всего (тепла, заботы, внимания, любви), чтобы заполнить ту пустоту, которая образовалась внутри меня.

КОНКУРИРУЕТ С ДРУГИМИ

- ▶ Если я не забочусь о своих интересах, никто за меня это делать не будет.
- ▶ Мне нужно чувствовать, что меня любят и принимают, а это возможно, только если я буду лучше, чем другие.
- ▶ Я привык к борьбе за выживание.

ПРИНОСИТ ВРЕД САМОМУ СЕБЕ

- ▶ Я ужасно себя чувствую, но не знаю, как поделиться с вами этим.
- ▶ Я должен концентрироваться на физической боли, это помогает мне справиться с эмоциональным кошмаром.
- ▶ Я делаю это, чтобы чувствовать себя живым.

КУРИТ

- ▶ Я взрослый и не нуждаюсь ни в ком, кто бы заботился обо мне.
- ▶ Мне наплевать на себя.
- ▶ Лучше я буду делать это, чем думать о том, что со мной произошло.

Что делать, если ребенок лжет?

▶ Маленькие дети обычно лгут так, что это сразу легко заметить. Чаще всего причина вранья в том, что надо привлечь внимание взрослых. Кроме того, у некоторых детей часто бывает очень богатое воображение, и им необходимо просто пофантазировать время от времени. А вот что делать, если дети лгут уже по-настоящему, например, чтобы скрыть какой-нибудь свой неблагоприятный поступок? Главное – не творить скорую расправу и не делать поспешных выводов. Любая ситуация, даже такая неприятная, как детская ложь, – это счастливая возможность еще раз проговорить вслух правила, существующие в вашем доме относительно норм поведения (или установить таковые, если это еще не было сделано). Выслушивайте ребенка внимательно, поразмышляйте наедине о скрытых причинах лжи. Найдите подходящий момент для доверительного разговора и скажите ему о своем отношении к происходящему. Поговорите о тех неприятных для ребенка последствиях, к которым может привести ложь. Будет

полезно, если вы расскажете соответствующий случай из своего собственного детства или прочтете вместе какую-нибудь нужную сказку.

► Иногда дети лгут, потому что, по их мнению, сказать вам правду нельзя: рассердитесь или расстроитесь. Поэтому всегда важно помнить, что ни в коем случае нельзя наказывать детей за правду! Надо быть готовым выслушать любую правду, какой бы горькой она ни была.

► Часто родители не осознают, что они сами учат детей лгать, когда это выгодно. В большинстве случаев это касается мелочей, таких, как просьба ответить на телефонный звонок и сказать, что родителя нет дома и т.д. Но для ребенка принципиально важным является осознание того, что родитель не лжет ни при каких обстоятельствах.

Детская ложь передает нам правду о душевном состоянии ребенка, о его страхах и надеждах. Правильная реакция на ложь выражает понимание, а не отрицание ее истинного значения.

Что делать, если ребенок часто испытывает страх?

► У многих детей, которые были лишены родительской заботы и внимания, есть разнообразные страхи. Кто-то боится темноты, кто-то чужих людей, кто-то животных и т.д. У детей может встречаться страх внешнего мира, страх того, что их опять бросят. Некоторые дети никогда не скажут, что они чего-то боятся, но от переживаний у них может подняться температура, разболеться живот или голова.

► Очень важно, чтобы родители сами не провоцировали страхи у детей. Например, не стоит впадать в панику, если ребенок упал с велосипеда. Лучше пожалейте ребенка, потому что ему больно, и окажите необходимую помощь. Не рассказывайте детям о своих страхах и болезнях. Дети очень внушаемы и склонны перенимать родительские страхи в преувеличенном виде. Кроме того, нужно очень осторожно относиться к просмотру вечерних фильмов. Лучше не читать детям на ночь страшные сказки и рассказы.

► Для преодоления некоторых страхов иногда достаточно просто объяснить ребенку некоторые явления. Например, когда ребенок боится грозы, нужно рассказать ему, как возникают гром и молния. Если ребенок боится пожара, разбойников, нужно

научить его тому, что необходимо делать при возникновении опасности.

► Укладывая ребенка спать, пожелайте ему спокойной ночи; если надо, включите ночник и спокойно объясните, что у вас еще дела по хозяйству. Если ребенок позвал вас без необходимости, просто пожелайте ему спокойной ночи еще раз и больше не бегайте на его зов.

► Бывает, что ребенок использует страхи для манипуляции родителями или привлечения к себе внимания. В таких случаях необходимо выяснить цель демонстративных страхов ребенка и то, как они вписываются в общую картину его поведения. Если родители понимают, что страхи ребенка вызваны его желанием привлечь к себе внимание, получить больше заботы и поддержки, то они должны стараться удовлетворять эту потребность ребенка в любых других ситуациях, кроме ситуации, когда ребенок чего-то боится.

Как помочь гиперактивному ребенку?

► С раннего детства гиперактивный ребенок нуждается в продуманном взрослыми игровом пространстве, где предусмотрены облегченные и приятные для него условия для уборки игрушек. Удобная мебель может быть дополнена привлекательным для ребенка контейнером, красивыми и удобными кармашками для мелких вещей. На каждом кармашке можно нарисовать тот вид предметов или игрушек, который предполагается в нем хранить. Такая классификация предметов, кстати, очень полезна для развития мышления детей.

► Зная о повышенной возбудимости ребенка, старайтесь, чтобы в играх принимало участие не более двух-трех человек. При этом нужен контроль за тем, что происходит, и распознавание сигналов, предупреждающих о возможном взрыве. В случае необходимости надо спокойно вмешаться и предотвратить конфликт: отвлекать ребенка или спокойно обсудить с ним напряженную ситуацию. Если это уместно, полезно переместить ребенка с потенциального поля битвы в более безопасное место.

► Для выполнения серьезных дел (например, это может быть приготовление школьных уроков) взрослый помогает своему ребенку организовать рабочее место. Необходим индивидуальный

письменный стол и дополнительные стеллажи с ячейками, чтобы у каждой вещи при этом автоматически образовалось свое место. При том желательно из комнаты (или хотя бы из поля зрения ребенка) убрать все лишнее, а также выключить радио или телевизор, поскольку гиперактивный ребенок не умеет сам «отсеивать» ненужные, отвлекающие факторы.

Для ребенка важно, чтобы взрослый вел себя последовательно, чтобы он старался всегда говорить медленно и спокойно.

► При этом взрослому надо не забывать реагировать и откликаться на любые позитивные сдвиги в поведении ребенка, какими бы незначительными они ни казались. Иногда приходится несколько раз повторить трудное для ребенка задание, сопровождая свою инструкцию короткими (чем младше ребенок, тем короче должны быть фразы взрослого), ясными и четкими разъяснениями.

► Выделяйте по возможности больше времени для необходимых ребенку активных двигательных занятий, в которых избыточная энергия успешно расходуется. Это могут быть прогулки на свежем воздухе, игры во дворе, посещение спортивных секций.

► Чтобы помочь ребенку стать более упорядоченным, организованным и ответственным, а также более внимательным и собранным, следует, не впадая в агрессию, обиду или другие неконструктивные реакции, терпеливо напоминать ему о его делах, поощряя малейшие достижения ребенка в этом направлении.

► Попробуйте посмотреть на ситуацию с другой стороны. Ведь это замечательно, что у вас есть возможность общаться с таким интересным ребенком! Активный, расторможенный ребенок вносит много новых впечатлений в размеренную и спокойную жизнь ответственного человека, который живет необходимостью выполнять долг, а не просто радоваться краскам жизни.

Ребенок постоянно привносит что-то необычное; жить рядом с ним — это получать полную палитру эмоций.

Стоит ли наказывать ребенка?

► Конечно, в идеале лучше бы совсем отказаться от наказаний. Но, к сожалению, вряд ли кому-нибудь удалось без них обойтись,

воспитывая ребенка. Помните главное: наказание – это не постоянная практика, а особый случай. Это незамедлительная реакция на недопустимый и, возможно, опасный поступок. Оно может быть только коротким. Нельзя наказывать ребенка за то, что вы можете сделать и сами: например, пролить суп или разбить чашку. Делайте скидку на возраст ребенка. Никогда не наказывайте его за то, что он не сделал чего-то, недоступного ему в силу возраста. Ни в коем случае нельзя наказывать, если вы точно не уверены в вине ребенка. Это не тот случай, где стоит полагаться на свою интуицию. Как бы сильно вы ей ни доверяли, может случиться, что наказание настигнет невиновного, а это недопустимо, если вы не хотите потерять доверие своего ребенка.

► Специалисты рекомендуют заменить наказания «негативными последствиями», которые являются логичным следствием неправильного поведения ребенка. В любом случае, ни при каких обстоятельствах нельзя использовать физические наказания.

Детей необходимо отвлекать, уговаривать, разъяснять. Такое воспитание по принципу логичных и естественных последствий (ребенка знакомят со всеми возможными последствиями, к которым может привести его неправильное поведение), конечно, требует много затрат и временных, и моральных. Стоит ли оно того? Несомненно, да.

XII Глава.

Подросток в приемной семье



Подростковый возраст многие относят к категории критических, трудных, переломных периодов. И в основе таких высказываний лежит объективная причина: в подростковый период превалируют психологические кризисы и физиологические изменения. И усложняется данный возраст повышенной агрессивностью подростка, обесцениванием значимости взрослых, а у приёмных детей эти чувства носят ещё более выраженный характер.

В данный период ваш подросток может изменить отношение к вашей семье, будет требовать независимости и демонстрировать некую самостоятельность. В ситуациях повышенного эмоционального накала вы можете услышать, что ему было лучше в кровной семье, или же он будет считать, что его не любят, потому что он неродной: «Вы мне не настоящие родители, ты мне не указ!», «Моя мама была лучше вас!»

Рекомендации приемным родителям

► Изначально пересмотрите свою мотивацию как родителя приемного ребенка; очень важно, чтобы у вас не доминировал мотив «спасителя»: «только мы способны помочь ему», «он без нас пропадет», «надо стараться каждый день».

► Часто подросток соглашается жить в приемной семье ради интереса: «Попробую, если что, вернусь», «Что это за семья такая?» А у кого-то интерес может быть конкретным: «В семье мне помогут найти хорошую работу (учебу, профессию)». Если есть конкретный запрос к семье и ожидалось одно, а получилось другое, то, естественно, подросток постарается уйти из семьи.

► В приемную семью пришел практически сформировавшийся взрослый человек — юноша или девушка. В отличие от малолетнего ребенка, подросток уже ничего не сможет перенять от вас, он будет жить таким, каким смог стать, каким пришел к вам. Не заблуждайтесь, что сможете легко поменять его, изменить, лучше сосредоточьтесь на его безусловном принятии.

► Очень важно, чтобы вы заранее приняли тот факт, что, возможно, не сможете стать для подростка мамой и папой. У подростка есть своя мама, или была.

► Если вас будет сильно волновать форма обращения подростка к вам, вы невольно можете вызвать конкуренцию с кровной

матерью, и это причинит вам боль и ухудшит ваши отношения с подростком.

▶ Себя вы можете обозначить как значимого взрослого, его наставника. В таком случае, возможно, вы избежите всех тех негативных моментов, которые могут вызвать неправильное понимание ваших ролей. И ребенок не будет вам молча мстить за свою маму, винить себя за предательство, а вы воспринимать его как последнего злодея. Просто он начнет заниматься более полезными для него вещами, а не внутренней истерией.

▶ Не пытайтесь реализоваться через подростка, прожить жизнь через них. Чтобы потом не обижаться: «Я все для него сделал, а он неблагодарный!» Хотел ли он действительно этого?

▶ В идеале приемный ребенок должен быть младше других детей в семье. Но, к сожалению, нам до такого идеала далеко, и опека и семьи сами редко придерживаются этому правилу.

▶ Есть только один выход: взять своих детей – и кровных, и приемных – в союзники. Советоваться, обсуждать нужно с ребенком любого возраста. Лучше воздержаться от фраз: «У тебя будет новый братик, ты должен его полюбить».

▶ Лучше будет, если вы им зародите общую мысль, что вы всей семьей принимаете и будете помогать этому ребенку из детского дома.

▶ Старайтесь быть последовательны в своих действиях, иначе подросток найдет лазейку, чтобы рушить правила и границы. Не берите роль «дружбана» для подростка, это будет большой ошибкой. Удерживайте границы «мама – дочь», «папа – дочь». Для воспитания подростка-сироты понадобится характер.

▶ Дайте возможность подростку заниматься тем, чем он интересуется и в чем хочет себя попробовать (спорт, танцы, рисование), и, если у вас есть возможность, сами тоже подключайтесь. Общие интересы способствуют сближению и увеличению неформального общения. Это станет лучшим подспорьем в налаживании ваших отношений.

Специально для фонда «Измени одну жизнь» психолог Елена Мачинская попросила родителей поделиться опытом воспитания приемных тинейджеров.

1. Как вы считаете, что важно для построения доверительных отношений с приемными подростками? Что улучшило ваши отношения с ними?

НАТАЛИЯ Т.:

«Искренность — максимальная, учитесь быть искренними, и еще искреннее, и еще. Много-много разговаривать с подростком, обсуждать все на свете, кажущиеся очевидными вещи, проговаривать все. Наверняка обнаружатся удивительные пробелы и нелепые убеждения у ребенка, которые следует обсудить, и неоднократно».

АНТОН:

«Корень — в желании подростков чувствовать себя нужными, важными и любимыми. А мы выражаем это не всегда очевидным образом для них».

ЛАНА:

«Проходить проверки "на вшивость". Доказывать, что взрослому можно доверять. Что этот взрослый не выдаст, не станет отчаиваться, останется его взрослым, что бы подросток ни натворил».

ЮЛИЯ К.:

«Честность. Признавать свои ошибки вслух. Постоянно оставаться в роли взрослого. Ребенок будет проверять на прочность, к этому нужно быть готовым. Первое время важно проговаривать все. Вы можете разговаривать на разных языках. Словарный запас ребенка может быть очень скудным, и значение слов — с искаженным смыслом».

АННА С.:

«Быть ближе по возрасту. Не лезть настойчиво с расспросами. Не лезть грубо на личную территорию. Не читать длительных нравоучений. Уметь встать на уровень подростка».

НАТАЛИЯ В.:

«Уважение, честность, открытость, признание своих ошибок и неправоты, умение принести извинения».

СВЕТЛАНА С.:

«Честность. Последовательность (слова совпадают с делом). Терпение».

ИННА К.:

«Всегда стараюсь встать на место подростка. Пытаюсь понять и почувствовать то, что он сейчас чувствует. И, да, вспомнить, каким ты был в таком же возрасте, что творил!»

ВЛАДИМИР Х.:

«Не заигрывать, не идти на поводу, если не согласен. Давать возможность делать собственные ошибки, но при этом быть готовым протянуть руку помощи в любой ситуации».

2. Чего следует избегать? Какие ошибки вы совершили, в результате чего ваши отношения с приемным подростком дали трещину?

НАТАЛИЯ:

«Перегибала палку в выражении эмоций по отношению к негативным поступкам, но обсуждение ситуации помогло выровнять крен. Немного перегибала с недоверием. Важно научиться принимать не только ребенка, с его ошибками, но и себя — со своими, прощать себя, быстро и вовремя».

НАТАЛИЯ В.:

«Излишнее доверие из-за недооценки рисков. Передоверие».

ЛАНА:

«Забывала о том, что я должна действовать из любви. Или хотя бы из ее демонстрации. Уходила в негатив».

АННА С.:

«Мое неприятие асоциального поведения. Надо быть менее категоричной».

ЮЛИЯ К.:

«Как я считала, мой минус в повышенной эмоциональности. Любить — так в захлеб, ругаться — так, чтоб все слышали. Но, по итогу, везде нужно держать баланс. Иногда нужно быть скалой, а иногда и «кулаком по столу» отрезвляет. Избегать вранья, негатива в сторону кровных родных и друзей. Пренебрежение интересами».

ВЛАДИМИР Х.:

«Врать нельзя, можно искренне ошибаться и так же признавать ошибку, но врать нельзя. Даже во имя...»

КОНСТАНТИН П.:

«Признание своих ошибок помогло восстановить отношения, когда была угроза трещины, когда мое слово разошлось с делом».

XIII Глава.

Если ребёнок проявляет агрессию



Когда отсутствует давление страха и дисциплины, дети не проявляют агрессии.

Александр Сазерленд Нилл

Драки, непослушание, мстительность, живодёрство, истерики, агрессивность ребенка — всё это есть не что иное, как протест против окружения, ответная реакция на жестокость, подавление, насилие, несправедливость мира.

Необходимо распознать причины агрессии у ребёнка, чтобы помочь ему справиться со своими чувствами и разделить проблемы. Без этого борьба с самой агрессией не даст никакого эффекта, возможно даже усугубит ваши отношения с ребенком. Ведь агрессия сама по себе — это лишь проявление внутренних негативных чувств, защитный механизм целостности человека, она заложена в нас природой и проявляется у детей тоже. Задача взрослых — научить ребенка добиваться своего не столько силой или скандалами, сколько путем договоренностей, убеждения, компромиссов. Так ребенок приобретет знания, что злиться — нормально, а вот крушить все вокруг — нет.

С приемными детьми ситуация иная. У них много причин для «трудного» поведения. Но при этом они следуют тем же путем развития, что и все дети, и тоже проходят возрастные кризисы. Они так же могут противиться авторитету взрослых, проверяют на прочность границы допустимого, проявляют агрессивную самостоятельность. Таким образом, в сумме, поведенческих трудностей у приемных детей может быть больше, чем у их ровесников.

Причины агрессии у детей:

сильная эмоциональная привязанность к кому-либо, которая выражается через агрессию (ребенок переживает расставание с близкими или горюет);

проблемы с социальной адаптацией, межличностные конфликты, асоциальное окружение (возможно, у ребенка есть проблемы в школе, садике, которые беспокоят его и тревожат);



психотравма, стрессовая ситуация (ребенок только привыкает к вашей семье, иногда детям нелегко адаптироваться к благополучной семье, так как у них нет схем благополучного взаимодействия, дайте ему время и помогите ему влиться в вашу семью);

неумение контролировать эмоции (возможно, нет навыков контроля и регуляции своего поведения, так как в детстве ему приходилось «выживать» биологически, а не развиваться как личность);

копирование агрессивных взрослых и антигероев;

просмотр передач и фильмов, переполненных сценами жестокости и насилия;

самозащита в ответ на конфликтные ситуации;

дефицит внимания (у детей с трудным детством высокие потребности во внимании со стороны взрослых, и ребенок может принять ваш отказ от совместного просмотра фильма или вашу усталость как попытку проигнорировать его потребности или проявление его незначимости);

повышенная возбудимость;

низкая самооценка;

ревность.

Еще следует учесть физиологические причины агрессивного поведения:

органические поражения головного мозга;

соматические заболевания (телесные заболевания);

недостаточное развитие познавательных способностей: рассеянное внимание, низкий интеллект;

наследственные заболевания;

переутомление, усталость.

Часто причиной агрессивности ребёнка становятся сами взрослые:

непоследовательны в воспитании;

придерживаются авторитарного типа воспитания, жестоки, часто наказывают, чрезмерно строги: бьют, унижают, постоянно критикуют;

трудно справляются со своими эмоциями, ведут себя агрессивно.

Как вести себя с агрессией нового члена семьи?

Старайтесь больше разговаривать, но не навязывать свое общение. При общении с ребёнком делайте акцент на его чувствах, сомнениях, переживаниях, мнении. Вы должны быть готовы ответить честно на трудные вопросы о жизни, судьбе, истории ребенка. Произнесенное вами уже не так сильно тревожит и пугает ребенка, как то, что скрыто за занавесом тайны. Попробуйте объяснить ему, что есть много других способов прожить свои эмоции более эффективным образом, нежели агрессия.

Постарайтесь помочь ребенку найти другой более эффективный способ проживания эмоций: спорт, труд, хобби, творчество, совместное времяпрепровождение, общение с хорошими людьми. Поделитесь своим опытом проживания негативных эмоций. Объясните, что агрессия – это очень сильная энергия, и если его направить в выгодное для себя русло, то можно его трансформировать в большой плюс.

Подавайте личный пример: ребёнок копирует модель поведения своих взрослых. Возможно, в его прошлой семье проявление агрессивного поведения было приемлемым, или в вашем доме агрессия не такая уж редкость. Как бы то ни было, начните работу с себя, следите за своими словами и действиями – и можно считать, что полдела сделано.

Научитесь обращаться к науке: начните изучать литературу по воспитанию, не игнорируйте рекомендации специалистов. Если проблема глубокая, и ваши старания не дают плодов, следует обратиться к психологу, педагогам, чтобы понять и уравновесить поведение ребёнка.

А самое главное, давайте понять ребёнку, что его любят, принимают, он нужен вам, и никто не собирается использовать его доверие и возвращать обратно в детское учреждение. Приемным родителям важно быть в ресурсном состоянии, копить терпение и осознавать, что за короткий срок то, что накапливалось несколько лет, не уйдет. Ребёнок постепенно будет учиться доверять вам и менее импульсивно проявлять эмоции.

Вопрос приемного родителя: «Как вести себя, когда в игре у ребенка кто-то кого-то бьет и убивает. Пробовали запрещать, не покупаем игрушки военной направленности, но видим, что он начал прятаться и все равно играть в эти свои игры. Мальчику 7,5 лет, в семье уже 3 года, и в наших отношениях все нормально».

Ответ специалиста: В первую очередь, рекомендую вам обратиться к детскому психологу, чтобы провести диагностику эмоциональной сферы. Может быть, в раннем детстве ребенок пережил жестокое обращение. Тогда специалист проведет работу по терапии травмы.

Во-вторых, вы можете поддержать сына дома. Дело в том, что дети во время игры проживают те эмоции, которые актуальны именно сейчас. У него это могут быть воспоминания из прошлого, а могут быть и эмоции сегодняшнего дня.

Если в игре происходят драки или убийства, присоединитесь к ней, возьмите роль одного из героев и спросите от его лица, почему так происходит, зачем так поступил тот или иной герой. Ребенок, переживший жестокое обращение, возможно, что и не будет в точности повторять свою историю в игре, но он будет переживать те эмоции. Не спешите сразу поменять сюжет. Посочувствуйте жертве, пожалейте ее. Спросите у ребенка, можно ли ей как-то помочь, кто может вступить за нее? Пойдите за его сюжетом. Если он не знает, предложите свои варианты. Так он через этого героя и сам получит поддержку.

В такой игре у ребенка появляется возможность выразить и свои переживания и свое отношение к агрессору. Но сделать это не от своего лица, потому что это очень больно, а от лица героя игры, что защищает его от слишком глубокого погружения в воспоминания.

XIV Глава.

Если ребенок ворует



Пример из жизни

Эта история случилась недавно в Киеве, как раз на день рождения Ольги, лучшей подруги Светланы, 16 ноября. Вся семья Светланы с Олегом была приглашена на торжество. Светлана с Олегом всегда гордились, что у них кроме своих троих воспитываются еще двое приемных детей, взятых из приюта Кривого Рога два года назад, — девочка и мальчик. Учатся неплохо, послушные, но есть один нюанс, они, как оказалось, «воровитые». Это выяснилось после дня рождения Ольги, у которой все семейство хорошо и весело провело время. А наутро Ольга позвонила Светлане и сказала, что все до копейки деньги в конверте, подаренные на день рождения гостями, пропали. Деньги были в дамской сумке, которая была у всех на виду. Для бюджета Светланы это была крупная сумма. Подозрение сразу упало на новеньких (ведь остальные гости — это друзья и родственники, проверенные годами). Однако, ребята упорно не сознавались и, видимо, не сознаются в своем деянии никогда. Вся семья в расстроенных чувствах — это очень большая эмоциональная травма для всех. Родители голову ломают, что служит толчком к такому занятию воровством? Ведь ребята ничем не обделены — они в новой семье сыты и всем довольны. Страх родителей в этой ситуации понятен: а если дети готовы на преступные поступки, то что-то с их мозгом не в порядке? и что можно в будущем ожидать от неродных детей, не будут ли они способны «всадить нож»? Приёмные родители очень огорчились.

Детское воровство — один из самых распространенных типов трудного поведения. Почти каждый ребенок хотя бы раз пробовал что-нибудь украсть. Очень часто приёмные родители сталкиваются с тем, что дети начинают воровать. Как правило, это явление настолько пугает родителей, что они пытаются искоренить его тут же,

немедленно и навсегда, не пытаясь разобраться в причинах поведения, — это и есть самая большая ошибка.

Воровство — это частая история у детей-сирот, и причин такого поведения может быть очень много, в каждом случае надо разбираться индивидуально. Но воровство — это в любом случае не проявление плохой генетики, о чем обычно думают неподготовленные люди.

Давайте рассмотрим типичные стереотипы и реальные причины детского воровства



Ребенок не знаком с понятием собственности

У семейного ребенка понятие о личных границах и вещах формируется в раннем детстве. Уже годовалый ребенок понимает, где мамыны, а где папины вещи, а к 3-4 годам мир уже делится на своих и чужих. Самоконтроль формируется у малышей к 3-6 годам, и по этой же причине пробуют воровать все маленькие дети, им просто сложно удержать свои порывы, и в какой-то момент желания оказываются сильнее.

В детском доме коллективное воспитание, все вещи казенные. Дети не понимают, что есть "мои" вещи, а есть "не мои". И, к сожалению, привить эти понятия быстро невозможно. Ни один воспитательный процесс никогда не ограничивается одним объяснением. Сказать, что воровать нельзя, мало, – ребенок продолжит это делать и лишь постепенно начнет понимать, что чужая собственность неприкосновенна.

В случае детского воровства для родителей главное – дать почувствовать ребёнку серьёзность совершенного поступка и убедить в том, что он по-прежнему любим и достоин прощения.

Дайте возможность ребенку самому извиниться и компенсировать украденное. В этой ситуации ему будет очень нужна ваша поддержка, не будьте обличителем, который привел пойманного воришку. И конечно же, очень важно самим соблюдать уважение по отношению к границам ребенка, все-таки дети учатся, наблюдая за своими родителями.

Пример из жизни

Самый удивительный для меня случай рассказала одна приемная мама. Их девочка, которая не так долго еще пробыла в семье, прибежала первой в школьную столовую на перерыве и, что называется, «надкусывала» все порции ребят. Она просто надъедала понемногу в расчете, что не будет сильно заметно. Хотя недостатка еды не испытывала. Этот ребенок так сильно голодал раньше, что боялся того, что не насытится. А еще, по ее словам, «все равно многие не доедают». Она видела, что еда остается в тарелках после того, как ребята всего класса пообедают. Для нее нарушение

чужих границ таким способом не воспринималось как проблема. Раньше в ее кровной семье вообще все ели из одной миски.

Привлечение внимания. Нередко дети воруют для того, чтобы привлечь внимание родителей или воспитателей, причем делают это именно в тех случаях, когда взрослые очень болезненно воспринимают воровство ребенка. Деньги или купленные на них сладости он может воспринимать как символическое замещение родительской любви или радости в его жизни. Ребенок не получает достаточно внимания, или отношения в семье напряженные, и супруги объединяются вместе только перед лицом «общей опасности» — воровства.

Систематическое пренебрежение потребностями ребенка. Еще одной причиной воровства у подростков бывает такое поведение родителей или воспитателей, которые уверены, что они лучше знают «что ему в действительности нужно», и без достаточных оснований отказывают в покупке модной одежды, предметов увлечения (подписки на музыку, билетов на концерт и т. д.). Это заставляет ребенка чувствовать себя белой вороной среди сверстников, что для подростка очень тяжело.

Одиночество. Часто целью ребенка, крадущего деньги, становится подкуп ровесников, которые готовы общаться с ним, только если у него есть сладости или игрушки. В этом случае причиной воровства является одиночество ребенка в кругу сверстников, его неумение строить с ними дружеские и приятельские отношения. Это особенно бывает свойственно детям, которых детский коллектив отторгает из-за физических или других недостатков: полноты, маленького роста, заикания и т. д. В подобных случаях нужно прежде всего помочь ребенку завести друзей, научить его обходиться в отношениях с ровесниками без подкупа, повысить его самооценку и укрепить в нем уверенность, что он интересен сам по себе.

Безвыходность. Если у него вымогают деньги путем угроз, или он страдает наркозависимостью. Задача воспитателя построить такие отношения с ребенком, чтобы в подобных ситуациях он мог обратиться за помощью к взрослым, а не скрывал от них тяжесть своего положения.

Клептомания. Наконец, в ряду типичных стереотипов с «ужасными генами» стоит «зловещая kleптомания». Kleптомания — это психическое расстройство, болезнь, которая никак не связана с

социальным положением человека. Клептомания проявляется навязчивым воровством, причем человек ворует не ради получения ценностей, а ради процесса. Украденные вещи он теряет, отдает или забывает о них. Часто kleптоман искренне пытается отказаться от привычки воровать, но не может справиться с собой. Иногда он просто не помнит, как все происходило, и обычно не прилагает больших усилий, чтобы замести следы. Клептоману не поможет воспитательными мерами, с ним должен работать психиатр. Важно отметить, что kleптомания – очень редкое заболевание, столкнуться с ним в реальной жизни крайне маловероятно.

Психологическая травма. Более часто встречается навязчивое воровство не психического, а невротического характера. Этим синдромом порой страдают очень состоятельные люди, представители самых высших слоев общества. Порой крадет какую-то вещь в магазине человек, который при желании мог бы сию же минуту купить весь этот магазин целиком. Потребность украсть в данном случае связана с постоянным уровнем тревоги и неудовлетворенности. В момент кражи человек испытывает острые ощущения, бурю эмоций, которые затем дают чувство эйфории и расслабления. Это вид психологической зависимости, сходный с зависимостью от сигарет. Человеку, страдающему от такой зависимости, необходима помощь психолога, который будет работать не с воровством как таковым, а с той тревогой, которая гложет человека, заставляя его совершать кражу. *Воровство этого типа может встречаться у детей, переживших психологическую травму, неуверенных в своем нынешнем положении, испытывающих страх перед будущим, имеющих низкую самооценку и не получающих достаточной эмоциональной поддержки.*

Рекомендации родителям

Не оставляйте даже единичный случай воровства без внимания. Обязательно обсудите с ребёнком его поступок и найдите совместные пути решения ситуации.

Не устраивайте ребёнку публичных выволочек. Все разговоры — только наедине.

Если ребёнок не пойман за руку, не спешите с обвинениями в воровстве, помните о презумпции невиновности.

Воздержитесь от обвинений «ты — вор», «сядешь в тюрьму», «из тебя вырастет преступник». Идя по пути осуждения, родители рискуют закрепить за ребёнком репутацию вора и мошенника. Малыш, впервые попав в такую ситуацию, может озлобиться, и его кражи уже начнут носить криминальный характер. В беседе с дошкольниками лучше не употреблять слов «воровство», «ворованное», «кража». Замените на более мягкие выражения: «брать чужое», «взять вещь без спроса».

Постарайтесь выяснить причину, почему ребёнок стал красть чужие вещи или деньги. Тогда вам будет легче найти средство борьбы с этой проблемой.

Если ребёнок начинает лгать и отрицать содеянное, не настаивайте. Дайте ему время поразмыслить над ситуацией.

Если вы перепробовали все способы борьбы с детским воровством и ложью, но ничего не помогает, обратитесь за помощью к психологу.

История из жизни

Детский сад для 8-летних близнецов Наташи и Светы заменяла им приемная мама Елена — она не работала и водила девочек к дефектологу и в танцевальную студию. Ее труды не прошли даром — приемные дочери прошли отбор в гимназию. Но в первые же недели учебы случилось непредвиденное. Сначала Елена увидела у дочерей в пеналах ластик, которых она не покупала. Тогда девочки сказали, что их им подарила одноклассница. Затем дома появились незнакомые ручки, а после этого обнаружилось, что девочки покупают себе в школьном буфете еду на неизвестные деньги.

При этом дети всегда предоставляли объяснения происходящему. А однажды позвонила мама одноклассника и сказала, что после празднования дня рождения мальчик не досчитался одного из подарков — приемные родители нашли его у близнецов. Тогда они попытались объяснить девочкам, что «воровство недопустимо, что никогда и ни при каких обстоятельствах нельзя брать чужое». Не помогли и наказания в виде лишения мультиков на ночь. Родственники говорили: «Это генетика». В школе злились и не понимали.

В течении полугодия с девочками работал психолог, в школе же специалисты попросили учителей набраться терпения и объяснили, что это частая история у детей из детдома. Постепенно близнецы научились различать понятия «мое» и «чужое», а также говорить о своих желаниях родителям. Сейчас Наташа и Света учатся в третьем классе, родители говорят, что все сейчас у них хорошо.

XV Глава.

Психосексуальное развитие ребенка



По мере своего развития ребенок обретает собственную половую идентификацию, начинает осознавать себя мальчиком или девочкой. От того, насколько позитивно он будет воспринимать свой пол, во многом зависит его будущее личное счастье, способность любить, нравиться, получать и доставлять удовольствие.

Даже очень маленькие дети испытывают на себе влияние установок взрослых относительно своего пола. Малышей обычно одевают в определенные цвета в зависимости от того, мальчик это или девочка, а те или иные типы поведения поощряются или критикуются в зависимости от того, что, по мнению взрослых, «подобаает» девочке и что — мальчику. Так ребенку задается стереотип полового поведения.

Часто половая идентификация подростка может быть еще слабо развита, когда ребенок впервые появляется в приемной семье, поэтому задачей приемных родителей является ее развитие.

Первые эротически окрашенные переживания ребенка связаны с сосанием — сосанием пальца в утробе и сосанием груди матери. Удовольствие, которое он при этом получает, и умиротворение, которое наступает после сосания, близки к тем чувствам, которые испытывают взрослые, занимаясь сексом. Младенцы получают также удовольствие и эротические ощущения от таких действий, как поглаживание, объятия, поцелуи.

С двух-трех лет ребенок начинает исследовать собственное тело и сравнивать его с телом сверстников, проявляется любопытство к сходству и различию половых органов у мальчиков и девочек, мужчин и женщин. Это является нормальным и помогает развитию ребенка, способствует определению половой идентификации.

В дошкольном возрасте многие дети, исследуя свое тело, открывают для себя удовольствие, связанное с мастурбацией. Это — нормальное явление, не требующее никакого вмешательства. Беспокойство должна вызвать только навязчивая мастурбация, к которой ребенок прибегает всякий раз, когда остается один, а то и на людях. Но и в этом случае его поведение вовсе не свидетельствует о повышенной сексуальности. Это — проявление постоянной тревоги, стремление с помощью мастурбации расслабиться хотя бы на короткое время. Решить проблему нужно не борьбой с мастурбацией, а помощью ребенку в преодолении тревоги, выяснением, чего он так боится, что его беспокоит. Желательно обратиться к детскому психологу.

В раннем подростковом возрасте нередко проявляется юношеский гомоэротизм — влечение к детям того же пола, имеющее характер пылкой дружбы. Дети испытывают тягу друг другу, стараются общаться как можно более тесно, но не переходят к собственно сексуальным действиям и уверены, что они просто друзья.

Юношеский гомоэротизм является нормальной стадией развития и ни в коем случае не говорит о гомосексуализме ребенка. По сути, эту же функцию выполняет подростковое «фанатство» — любовь к шоу-звездам и влюбленность в учителей или взрослых друзей семьи. Это опыт пылкой влюбленности, причем реальный секс практически исключен.

Исследования показывают, что за последние десятилетия наблюдается снижение возраста получения первого сексуального опыта. Отношение к обнаженному телу во многом определяется культурной традицией, а также тем, что принято в данной семье. Для многих семей совершенно нормально ходить в присутствии друг друга в нижнем белье или даже без него. В этом нет ничего предосудительного, если родители и дети привыкли к наготе друг друга и не смущаются ею. Естественно, с приходом в семью нового ребенка привычки придется пересмотреть, ведь он может трактовать это совсем иначе.

Сексуальные отношения между взрослыми и не достигшими совершеннолетия подростками недопустимы с точки зрения закона и нравственности, даже если подросток достиг физической и психологической зрелости, и тем более недопустимо склонять вступать в эти отношения в силу зависимости от взрослого.

Различные формы сексуальных взаимоотношений с представителями одного и того же пола — гомосексуальность — могут вызывать у кого-то непонимание, но современная наука рассматривает их как вариант нормы. Не всегда влечение к противоположному полу означает, что человек действительно гомосексуалист. Оно может быть вызвано психологическими причинами (травмой, нанесенной лицом противоположного пола, неуверенностью в себе, пережитым в детстве насилием и т. д.). Также может быть связано с определенным периодом в жизни (юношеский гомоэротизм), особыми условиями существования (длительная жизнь в однополом коллективе). Поэтому важно получить консультацию специалиста. Если же после консультации со специалистами выясняется, что у ребенка или подростка действительно нетрадиционная

сексуальная ориентация, задача взрослых — принять и любить его таким, какой он есть. Таким детям и подросткам требуются понимающие, терпимые воспитатели, которые способны положительно отнестись к их сексуальной ориентации и развить в них чувство самоуважения.

Именно взрослые отвечают за то, как будет формироваться детская сексуальность. Дети могут понимать как «грязное» или «неправильное» то, что взрослые оценивают подобным образом, и то, что взрослые от них скрывают. Дети и подростки часто испытывают страх и вину по поводу своих сексуальных чувств. Это усугубляется в тех случаях, когда секс не обсуждается открыто.

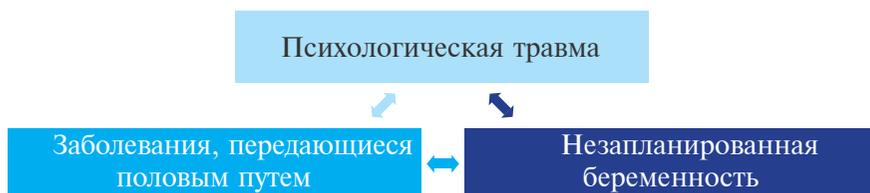
▶ Дети легко усваивают предрассудки взрослых относительно секса и сексуальности. Уже 5-летние дети могут шутить о сексе в перенятой у взрослых манере, оскорбительной по отношению к женщинам, к сексуальным меньшинствам.

▶ Существует много двойных стандартов относительно пола и сексуального поведения. Например, сексуально активный молодой человек может восприниматься как «настоящий мужчина», а девушка, ведущая себя подобным образом, рискует получить ярлык девушки легкого поведения. Двойные стандарты мешают подрастающим мужчинам и женщинам развивать положительное отношение к себе или представителям противоположного пола.

▶ Некоторые подростки стараются найти возможность обсудить беспокоящие их вопросы не напрямую, а косвенно дают понять, что их волнует. Например, подросток, который переживает из-за своего гомосексуализма, может оставить на видном месте журнал с обнаженными мужчинами или рассказать историю об «одном своем знакомом». Важно проявить чуткость и деликатность и начать откровенный разговор, после которого можно будет обратиться к специалистам.

▶ Учитывая, что в современном мире сексуальные отношения между подростками довольно распространены, крайне важно просвещать их в вопросах безопасного секса, принятия личной ответственности за эти отношения и их последствия.

Три основные опасности, подстерегающие подростка в мире сексуальных отношений



► Родитель должен объяснить подростку все возможные последствия и подсказать способы, как обезопасить себя, при необходимости помочь обратиться к врачу. Информация, предоставляемая детям по вопросам, связанным с сексом, должна быть современной и точной. Важно разрушать мифы или стереотипы относительно секса и сексуальных отношений, например: заражение вирусом иммунодефицита возможно только лишь в среде гомосексуалистов.

► Кажется, что сегодня найти информацию по поводу предохранения от заболеваний и беременности нетрудно. Однако, как показывают исследования специалистов, подростки остаются порой чудовищно неграмотны в этом отношении. Родители и воспитатели часто переоценивают их осведомленность, обнаруживая подлинное положение вещей тогда, когда что-то уже случилось.

► Подросток в результате сексуального общения может получить психологическую травму. Сегодня нередко случается, что подростки, особенно девочки, идут на половой контакт, не испытывая никакого сексуального желания, а по социальным причинам: «все уже, а я...», «иначе он меня бросит», «подруга будет смеяться» и т.д. Воспитатель должен объяснить девочке, что секс хорош только тогда, когда им занимаются добровольно и с удовольствием. Начало же половой жизни «через силу» может привести к половой холодности, аноргазмии и обделит женщину в отношении сексуального удовольствия на всю жизнь. Реальной опасностью является и насильственный половой акт, причем насильниками чаще всего являются не «маньяки из подворотни», а собственные друзья, одноклассники, которые принимают нерешительное сопротивление девушки за кокетство. Воспитатель должен способствовать развитию в подростке самоуважения, готовности постоять за себя, несогласия быть «использованным».

Если несчастье все-таки произошло, ребенок должен иметь возможность обратиться к воспитателю за утешением и помощью и услышать в ответ не упреки, а слова поддержки.

► Обсуждение с детьми и подростками секса и сексуальности должно быть направлено на осознание, что настоящий секс — это отношения двух любящих или, по крайней мере, нравящихся друг другу людей, это важная часть сложных человеческих взаимоотношений, связанных с чувствами.

► Различия в системах ценностей между поколениями воспитателя и ребенка, различие личного опыта могут сделать оценки предвзятыми. Необходимо научиться реагировать на поведение ребенка независимо от собственных убеждений, ставя своей целью не «исправить» ребенка, а помочь ему подготовиться к жизни, научиться справляться с трудными ситуациями. Любое нравственное развитие человека происходит не благодаря чтению нотаций о том, что хорошо, а что плохо, а вследствие общения со взрослым, который уважает личность ребенка. Такое воспитание предполагает развитие у ребенка системы ценностей.

Если родитель серьезно обеспокоен половым развитием ребенка или особенностями его сексуального поведения, он может обратиться за помощью к специалистам.

XVI Глава.

Зависимое поведение ребенка



Употребление ПАВ и их влияние на жизнь ребенка

Подростковый возраст сам по себе — это гормональная буря с перепадами настроения, колебаниями самооценки и не всегда адекватным поведением. Как не перепутать нормы возраста с более серьезными проблемами, например употреблением психически активных веществ (ПАВ)?

Что ищут дети в наркотике?

Какие потребности удовлетворяют чаще всего?

► Снятие напряжения, потребность расслабиться, успокоиться, забыться, уйти от опасной действительности, от неразрешимых жизненных проблем. Подростки свою алкоголизацию или наркотизацию объясняют следующим образом: «Что бы быть спокойнее».

► Потребность в любви, общении, доброжелательности. Прием ПАВ облегчает общение со сверстниками своего и противоположного пола. «Принимаю для того, чтобы было легче общаться с другими людьми». Чаще всего это алкоголь, к этому средству прибегают замкнутые, тревожно-мнительные, эмоционально ранимые подростки.

► С целью подъема жизненных сил, бодрости, усиления активности. Будучи неуверенными в своих силах и возможностях, имея заниженную самооценку, подростки пытаются достичь уверенности, бесстрашия, раскованности. Также как выход из состояния скуки, душевной пустоты.

► Для получения удовольствия, создания приятных ощущений, психического и физического комфорта. «Делаю, потому что мне это нравится». Когда невозможно или не умеет

Что такое ПАВ?

• Психоактивными веществами (ПАВ) называются вещества, применяемые для воздействия на психику. Таких веществ очень много.

• Часть из них используется без ограничений (кофе).

• Доступность ряда других ограничивается (возрастное ограничение на покупку табака и алкоголя).

• Использование некоторых из них контролируется на международном или государственном уровне (продукты конопли, опиоиды).

• В более широком смысле психоактивным веществом является любое вещество, которым можно злоупотребить, независимо от того, регулируется ли использование этого вещества законом или нет. Психоактивные вещества, оборот которых запрещен законом, называют наркотиками.

развлечь себя иным образом, например с помощью спортивной, творческой или иной активности.

▶ Стремление подростков подражать, быть принятым группой. Что бы самоутвердиться в группе, укрепить свой социальный статус, подростки вынуждены разделять со своими товарищами всю их активность, в том числе и ПАВ.

▶ Компенсировать какую-то неполноценность личности, дисгармонию характера. У подростков, которые плохо переносят конфликты в школе и дома, возникает наибольший риск привыкания к наркотикам как к форме реагирования на любые жизненные проблемы. Это создает впечатление разрешения трудностей и помогает избежать неприятных переживаний.

Как понять, что ребенок употребляет ПАВ?

Часть ПАВ обладает запахом, например: алкоголь, сигареты, канабиноиды — конопля, гашиш.

Человек, употребляющий запрещенные вещества, чаще всего понимает, что нарушает закон. Он может стать скрытным, подозрительным, бояться выходить из комнаты. Если заметили такое поведение, необходимо поговорить. Даже если проблема не связана с употреблением ПАВ, она, скорее всего, есть.

Ребенок может пропускать занятия без причины или по вымышленной причине. Может врать друзьям, родственникам, учителям. Не факт, что дело в ПАВ, может быть и подростковый нигилизм, но разобраться стоит.

У него могут начаться проблемы с деньгами. Если вы заметили, что ребенок часто просит деньги, занимается у одноклассников, подворовывает, то это тоже симптом.

Сразу после употребления меняется поведение: после употребления конопли ребенок может быть импульсивным, легко заводиться и смеяться или, наоборот, быть подавленным. Меняются физиологические показатели: частота дыхания увеличивается, сужается размер зрачка, может повышаться потоотделение. Это уже не гормоны.

Что должен предпринять родитель?

Если вы подозреваете ребенка в употреблении ПАВ, то лучше открыто поговорить. Если разговоры заканчиваются скандалом, хорошо привлечь третью, независимую, сторону — психолога, социального педагога.

Если есть подозрения, что ребенок хранит и продает ПАВ, то нужно быть готовыми писать заявление в полицию. Да, это звучит жестко, но лучше это сделаете вы и сейчас, чем кто-то чужой и по более серьезной причине. Это возможность накрыть группировку, изготовителей и очистить район от наркотиков, хотя бы сделать к этому шаг. Подумайте, страдает не только ваш ребенок, но и те, кому он продает.

Как разговаривать с ребенком?

Есть три стратегии: 1) говорить о том, что это запрещено; 2) о том, что это вредно для организма; 3) о том, что это вредно для социализации и карьеры.

О том, что употребление ПАВ вредит здоровью. Не надо приводить в пример наркоманов. Вряд ли в окружении есть героиновые наркоманы — если кто-то употребляет ПАВ, то скорее всего это легкие наркотические вещества. Говорите о проблемах с сердцем, о проблемах с мышлением и вниманием, о тоннельном синдроме, когда видишь только наркотики и ничего больше. О проблемах с потенцией — на мальчиков это может оказать влияние.

О том, что употребление ПАВ запрещено. Говорите об уголовном кодексе — статью за хранение наркотиков можно получить, даже если у него обнаружат немного «травы». Даже если ребенка приговорят к условному сроку, или вас как родителей оштрафуют, исправить репутацию будет очень сложно.

О вреде для социализации. Даже если дети будут говорить, что успешные взрослые могут употреблять легкие наркотики, объясняйте, что это исключение, а не правило. Чаще всего употребление дешевых наркотиков приводит ребенка к компаниям, связанным с криминалом. Приводите примеры из жизни или из фильмов и книг — вряд ли ребята, желающие поступить в серьезный вуз, захотят общаться с уличной шпаной.

Как предупредить употребление ПАВ?

Родителю стоит подключить учителя, психолога и социального педагога и вместе разработать стратегии взаимодействия. Есть три возможных способа:

- ▶ психологическая диагностика, позволяющая выявить учеников в классе, склонных к зависимости;
- ▶ лекции о вреде употребления ПАВ;
- ▶ мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни (это можно сделать самостоятельно, но в компании единомышленников — надежнее).

На подростка часто влияет окружение. Конечно, запрещать с кем-то общаться — не лучший выход, но общение можно контролировать: приглашать друзей ребенка домой, вывозить их вместе на природу, делать добрые дела.

Важно выработать у ребенка собственное отрицательное отношение к курению, к употреблению алкоголя, пива, наркотиков. Научите ребенка ответственности. Он должен уметь отстаивать свои убеждения в компании, где его будут уговаривать выпить или покурить. Помогите ребенку в организации интересного досуга (спорт, музыка, творчество). Будьте готовы поддержать своего ребенка в любой трудной жизненной ситуации.

Значительную роль в воспитании ребенка играют родители, их установка и личный пример. Если Вы хотите, чтобы ваши дети изменились к лучшему, начните с себя. Откажитесь от вредных привычек!

Что такое игромания?

Всерьез об игромании стали говорить не так давно, в основном это связано с появлением и развитием компьютерных технологий. Компьютерная игра настолько поглощает ребенка, что он забывает о сне, еде и других потребностях. В таких случаях речь идет уже не просто об увлечении, а о самой настоящей патологии.

О том, что игромания проблема, знали столетия назад. Разумеется, игры были другие, чаще всего это были карточные игры, а также все виды игр в казино. В литературе описано много случаев азартного поведения героев, которые проигрывали целые состояния в карты. Уже тогда игрок в семье был всеобщей бедой, потому что он мог проиграть фамильные драгоценности и даже залезть в такие долги, что семья вынуждена была пойти по миру.

Игромания как психическое заболевание

Почему игроманию так долго не считали заболеванием? Дело в том, что другие зависимости (а в мире специалисты насчитывают до 300 различных пристрастий), например такие, как алкоголизм или наркомания, очень заметны, они считаются социально опасными, на борьбу с ними выделяются средства из государственного бюджета.

А о том, что игромания болезнь, стали всерьез говорить после компьютерного бума, когда у детей и взрослых начали появляться признаки зависимостей. И хотя в карты и рулетку большое количество людей все еще играет, компьютерные игры бьют все рекорды по популярности.

Если ребенку можно установить лимит на игру – поставить пароль на компьютер или позволять играть не более часа в день, то взрослому мужчине такие заслоны не поставишь.

Почему игровая зависимость появляется так быстро? Тут ответ очень простой. Виртуальный мир – это своеобразное пространство, где человек может почувствовать себя значимым за короткое время. Пройшел один уровень игры – дается виртуальная награда. Мужчина сразу чувствует себя героем, тогда как в реальной жизни приходится долго и упорно работать, прежде чем появятся первые результаты.

ПРИЗНАКИ ИГРОМАНИИ У РЕБЕНКА

Испытывает непреодолимую тягу поиграть, постоянно говорит об играх, особенно с теми, кто так же увлечен ими.

Не в состоянии отвлекаться от игры, становится агрессивным, если его насильно отрывают от нее.

Может забыть о сне и еде.

Не обращает внимания на свою внешность, забывает об элементарной гигиене, не моется, не чистит зубы, ходит в грязной одежде.

Меняется круг общения – игрок не желает общаться с членами семьи и давними друзьями, если только речь не идет об игре.

Теряет интерес к своим прежним увлечениям и физической активности. Так, компьютерный игроман часами и днями может просиживать у компьютера.

Как решить проблему игромании в семье

Как и в случаях с алкоголизмом и наркоманией, о том, как лечить игровую зависимость, вам расскажет врач психиатр-нарколог. Именно этот специалист поставит диагноз на основании опроса и осмотра пациента и разговора с его родственниками. Игромана не так просто привести к врачу, а сам он, как правило, проблемы не видит и больным себя не считает.

Зачастую только родственники и врачи знают, насколько серьезна проблема. Человек попросту выпадает из общения, деградирует, может потерять семью и работу. Если игра ведется за деньги, то игромана преследуют кредиторы, он может совершать преступления, чтобы добыть денег и отыграться.

Однако, выход есть — это комплексное лечение. Должны быть задействованы врачи, специалисты по зависимостям, психологи. Обязательно также вести работу с близкими зависимого, чтобы они не считали зависимость от игр привычкой, а осознали, что это тяжелая болезнь и помогли своему родственнику или другу вылечиться и победить страшную зависимость.

Как оградить ребёнка от игромании?

Компьютерные игры приносят свою пользу. Игры бывают увлекательные, познавательные. Но польза будет только в том случае, если порцию игр на компьютере ребёнок получает дозированно, а мама в курсе, во что он играет.

Часто компьютерные игры превращаются в постоянное времяпрепровождение. Родителей может беспокоить то, что у ребёнка портится зрение, осанка, он не хочет гулять со сверстниками, забывает даже поесть. Оторвать от игры стоит большого труда, иногда дело заканчивается скандалом.

Когда формируется зависимость от компьютерных игр?

Ничто так не привлекает маленького ребёнка, как яркие силуэты, движущиеся на экране, громкие звуки. Движение на экране удерживает внимание даже взрослого человека, не говоря о ребёнке. Как только малышу показали, что можно самому управлять яркими машинками, одевать или раскрашивать куклу на экране, начался новый этап развития.

Дети — фантазёры. Игра предлагает им попробовать себя в роли принца или героя, волшебника или пилота, управляющего

суперсовременной машиной. Малыш погружается в сказку. Если младший детсадовец не может самостоятельно выбрать себе игру, то старшим детям компьютерные игры доступны. Часто ребёнок легко может скачать себе нужную игру при свободном доступе к сети интернет.

Если процесс не контролируется родителями должным образом, достаточно быстро возникает зависимость. Ребёнок занят мыслями об игре и думает только о том, как быстрее к ней вернуться.

В современный век высоких технологий, когда незрелой психике детей предлагается множество виртуальных миров, легко потерять здорового ребёнка и получить больного игроманией. Родители ответственны за здоровье ребёнка и его душевное состояние.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Не следует самому постоянно просиживать за компьютером. Показывайте ребёнку, что это одно из многих развлечений, но не нужно отдавать ему много времени.

Сидение за играми не должно быть моментом, избавляющим родителей от каких-то дел, от общения с детьми. Иначе ребёнок скоро сам станет находить утешение в компьютерных играх.

Награждать и поощрять за поступки виртуальной игрой тоже не стоит.

Когда малыш захочет поиграть в «Гонки», предлагайте поиграть с настоящими игрушками, машинками, куклами. Никакая виртуальная игра не заменит радость и пользу живого общения.

Заострять внимание на проблеме зависимости от игр не нужно. Постоянное проговаривание повышает значимость компьютерных игр в глазах ребёнка.

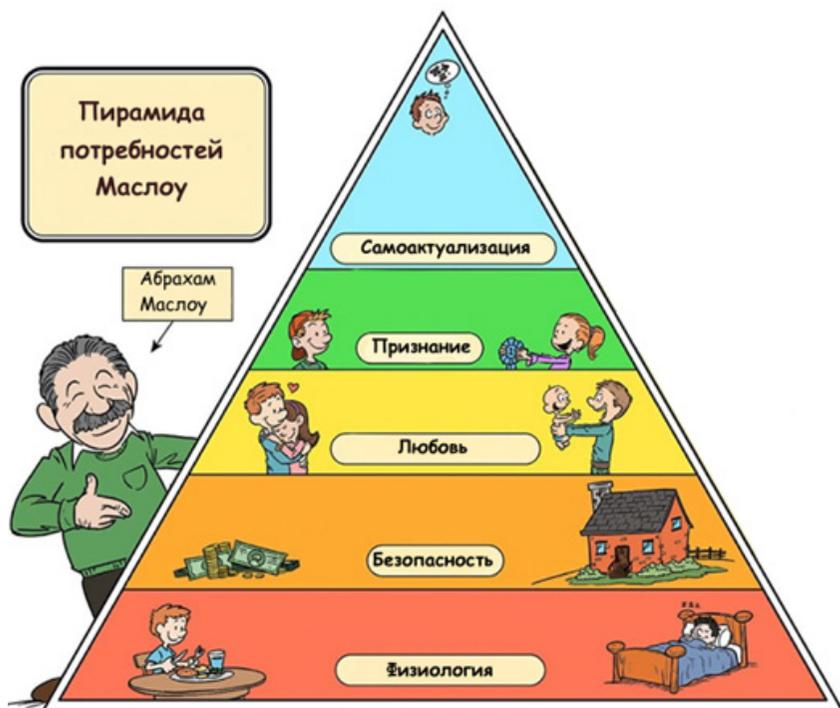
Если проблема возникает в подростковом периоде, избавиться от неё сложнее. Совсем оградить ребёнка от компьютера не получится и не нужно. В свободное время ребёнок будет стремиться к тому занятию, которое ему интересно. Если ему интересны игры на компьютере, пусть у него останется на это столько времени, сколько разрешит родитель. Остальное время незаметно распределяется между другими делами: выполнение домашнего задания, спортивная школа, помощь по дому, кружки, прогулка с родителями.

XVII Глава.

Школьные проблемы детей-сирот



Почему же так много проблем со школой именно у приемных детей? Если вспомнить пирамиду потребностей Маслоу, ответ на поверхности – для успешной учебы должны быть соблюдены базовые условия.



Для успешной учебы ребенка важна безопасность (удовлетворение физиологических потребностей, а также защищенность). У детей-сирот нет ни того, ни другого. Многие из них пережили в своей жизни насилие – в кровных семьях со стороны родителей или в детских домах со стороны старших воспитанников. Многие голодали, были лишены заботы, сталкивались с опасными для жизни ситуациями до того, как попали в детский дом. Большинство, находясь в учреждениях, не имели значимых взрослых. Логично, что дети там не интересовались учебой. Перед ними стояла другая задача – выжить.

Для успешной учебы ребенка важна привязанность. Даже для обласканного ребенка из благополучной семьи смена школы или поступление в первый класс, большой стресс и достаточно длительная адаптация; многие родители заранее специально готовят будущего первоклассника к школьной жизни. У ребенка из неблагополучной семьи все это отсутствовало, более того, на его развитие влияют полученные психотравмы.

И даже тогда, когда приемные дети обретают безопасный дом, маму и папу, им трудно избавиться от напряжения, привыкнуть к новой жизни и переключиться на школу. Процесс адаптации может растянуться на несколько лет, пока не появится настоящее доверие, будут выстроены близкие семейные отношения, и ребенок убедится: «Я в безопасности. Я часть семьи. Меня любят. Я нужен». Тогда начнут происходить перемены. Но и этого в некоторых случаях бывает недостаточно.

Порою трудностями выступает неготовность самой школы и общества к приемным детям. Постоянное давление на родителей, жалобы на плохую успеваемость, безответственность, отсутствие мотивации встречаются на каждом шагу. Нередко на обращения родителей с вопросами в связи с успеваемостью можно услышать от учителей: «Ну что же вы хотите? У вас же приемный ребенок!»

Случается, что приёмные дети сталкиваются с неприязнью со стороны одноклассников или даже учителя. Родителям важно уделять внимание тому, достаточно ли проработаны психологические травмы ребенка, есть ли у него особенности развития. Чтобы добиться положительных результатов в учебе, придется сначала обратить внимание на все эти вопросы. А чтобы решить их, родителям потребуются огромное терпение и спокойствие.

Неспособность грамотно вовлекать детей данной категории в школьный образовательный процесс, а нередко и навешивание на них социальных ярлыков, показывает неготовность педагогов работать с детьми.

Не способствует успешной учебе детей и отсутствие согласованных действий и конструктивного общения между учителем, администрацией школы и законными представителями.

Мешает несогласованность представлений о педагогических целях и подходах к детям, оставшимся без попечения родителей, таких институтов воспитания, как приемная семья, педагогический коллектив, коллектив школьников и др.



Баскова Милана, 15 лет, г. Сочи

Иногда учитель не знает, как установить с контакт с ребенком-сиротой, как общаться с ним, внешне ничем не отличающимся от других детей, но так не похожим на них в поведенческих реакциях, требующим активного одобрения, жаждущим любви и признания.

При работе с приемными детьми, как правило, педагоги опираются на знания по общей и детской психологии о детях той или иной возрастной категории. При этом не учитываются специфические психологические особенности приемных детей, не принимаются во внимание глубинные различия между ними и детьми из обычных семей.

Рекомендации родителям

► Не бойтесь искать альтернативные варианты. При необходимости можно повременить с поступлением в школу, обсудить другие варианты обучения, перейти на домашнее обучение. Не позволяйте школьным проблемам разрушать мир в вашей семье. Что бы ни случилось, родители должны помнить: сам ребенок несоизмеримо важнее школьных успехов и неудач. Конечно, родителям нелегко, когда у ребенка трудности с учебой, особенно, если педагоги подливают масла в огонь: «Вы же родители, сделайте что-нибудь!», «Заставьте его учиться!»

► Не завышайте ожиданий. Да, каждому родителю очень хочется, чтобы его ребенок учился хорошо. Чувствуя себя особенным в классе, а иногда и обязанным новым родителям, приёмный ребенок испытывает чувство тревоги. Он боится быть неуспешным и разочаровать семью, вызвать очередные насмешки одноклассников. Чувство страха часто влечет за собой апатию, и ребёнок отказывается что-либо делать. Роль приёмных родителей в этом — дать понять ребёнку, что бояться нечего, неудачи случаются у всех, но они — лишь ступень к следующему этапу развития.

► Налаживайте тесный контакт с педагогом ребёнка. Спрашивайте его мнение о возможностях улучшить успеваемость и дисциплину ребёнка. Не менее важно объяснить учителю и ваше мнение о преимуществах и особенностях ребёнка, которые должны быть учтены в рамках учебного процесса.

► Случается, что приёмные родители, стремясь наверстать упущенное, записывают ребёнка на факультативные и дополнительные занятия. Важно не перестараться — чрезмерная нагрузка может привести к защитной реакции мозга, который откажется воспринимать новую информацию. Прекрасно, когда вы воспитываете разностороннюю личность, но не забывайте и о свободных часах, которые необходимы каждому. Если у ребёнка есть особенности здоровья, советуйтесь со специалистами, как лучше распределять учебную нагрузку.

► Вместе с ребёнком планируйте его день, предусматривайте полноценный сон и сбалансированное питание. Четкость действий и физическое здоровье ребенка положительно влияют на его общую успеваемость, предупреждают переутомление и снижают

возможность неудач. Отработайте у ребенка такой навык, как обязательное регулярное выполнение уроков.

▶ Не умаляя важности образования, все же имейте в виду, что стать счастливым человеком можно независимо от школьных оценок, а иногда даже и без некоторых школьных знаний. Среди многих прекрасных и успешных людей есть те, кто в силу разных причин не окончил школу. Но они нашли себя в самых разных сферах: стали музыкантами, фотографами, ювелирами, реализовались в других творческих профессиях. То есть освоили с нуля то, к чему изначально имели интерес, способности, талант.

▶ В крайнем случае получить аттестат о среднем образовании можно и позже, причем несколькими способами: обучаясь в вечерней школе, дистанционно, самостоятельно. А вот вырасти счастливыми без семьи очень и очень сложно.

XVIII Глава.

Отношения кровных и приемных детей



При решении вопроса о принятии детей в свою семью, родители испытывают разные чувства, раздумывают и сомневаются, спрашивают себя, смогут ли нести ответственность за жизнь и воспитание чужих детей, порой годами взвешивают свое решение, прежде чем взять приемного ребенка.

А что чувствуют кровные дети, когда в семье появляются приемные? Не становятся ли они заложниками принятого родителями решения? А что думают об этом сами родители? Рассмотрим несколько примеров популярных мифов об ожиданиях родителей.

<p>Миф (ожидание) 1. «Они будут друзьями, ведь они ровесники»</p>	<p>Реальность</p>
<p>Как правило, семьи, где есть свои кровные дети, приходят в детское учреждение с мыслью «хотим взять непременно ровесника нашего кровного ребенка, ведь тогда у него появится друг, с кем можно играть, а у нас еще один ребёнок».</p>	<p>Из рассказа приемной мамы: «У меня есть 11-летний кровный сын. Дочери мужа от первого брака (7 и 12 лет) с нами не живут, но часто у нас бывают. Несмотря на то, что я пыталась их подготовить к появлению приемного ребенка, отношения между детьми складывались непросто. Мой сын и младшая дочка мужа первое время дружили «против Пашки» – приемного ребенка – и чувствовали себя пострадавшими сторонами. Мой сын 10 лет был единственным ребенком в семье, младшую все балуют до сих пор, а теперь оказалось, что маму и папу надо с кем-то делить, не всегда тебе дадут самую вкусную конфету и не всегда в ссоре встанут на твою сторону. Было много ссор и драк, мы постоянно их мирили и разводили по разным комнатам. Пашка хотел играть со всеми, но играть по-доброму не умел, за что его часто выгоняли из игр, а</p>

	<p>в ответ он начинал все крушить и драться. Пашка кусался, плевался, кидался камнями, песком и палками, старался спровоцировать ссору, просто потому что не умел попроситься в игру по-хорошему. Старший сын часто поддевал его за то, что тот что-то не умеет и не знает, язвил, говорил с ним с сарказмом, а Пашка чувствовал, что тот издевается и пускал в ход все что под руку подвернется. Они начали играть мирно только спустя четыре месяца после появления у нас Пашки. Сейчас, через восемь месяцев, у них каждый день бывают общие шалости, а иногда они могут и обняться».</p>
<p>Миф (ожидание) 2. «Старшие дети будут помогать»</p>	<p>Реальность</p>
<p>«Мы хотим принять ребенка в свою семью, давно об этом думали, у меня дочь совсем взрослая – учится в 11 классе. Да и сама она давно просила братика или сестру, обещала помогать».</p>	<p>На консультацию приходит очень красивая девушка, ей 17 лет. Недавно в их семье появился младший приемный ребенок. До этого девушка росла в семье одна, а сейчас ей нужно приспособливаться к новой реальности. А реальность такова, что она «пошла на поводу мамы, не хотела ее расстраивать». Это случилось именно в тот момент, когда девушке нужно было принимать жизненно важное решение об учебе за границей, когда она сама нуждалась в поддержке родителей, когда у нее случились неприятности в личной жизни. А у родителей не хватало времени на разговоры со взрослой</p>

	<p>дочерью, они были полностью поглощены заботой о новом члене семьи.</p> <p>Теперь в семье появилось много шума, суеты и беспорядка. Она отдалилась от родителей и теперь мечтает об окончании школы, чтобы поскорее покинуть родительский дом.</p>
<p>Миф (ожидание) 3. «Чтобы не вырос эгоистом»</p>	<p>Реальность</p>
<p>У нас очень избалованный ребенок, мы не хотим, чтобы он рос эгоистом! У него есть все чего желает каждый ребенок, от навороченных игрушек до модных вещей, а ему все равно. Вот возьмем ребенка из детского дома, чтобы научился ценить, что имеет, и научился делиться».</p>	<p>Мальчик 9 лет рассказывал о своей жизни в то время, когда у них в доме появились приемные дети – подростки старше его, брат и сестра, у которых были сложности с адаптацией в семье. Девочка часто уходила из дому, и родителям приходилось бегать искать приемную дочь, а ее брат не хотел ходить в школу, плохо учился, был грубым. Родители с приходом в семью брата и сестры теперь всегда были заняты решением проблем новых детей. Кроме того, у их кровного сына совершенно не осталось места, где бы он мог побыть наедине со своими мыслями или просто в тишине, потому что нового мальчика поселили вместе с ним в одной комнате. В нашей беседе 9-летка рассказал, что иногда думает о том, что нужно тоже начать вести себя плохо, и тогда его родители наконец-то заметят своего сына. Если бы он знал, что все будет так, он никогда бы не согласился на это.</p> <p>В другой семье девочка 11 лет делилась своими эмоциями по поводу того, что ей всегда</p>

	<p>родители повторяют одно и то же: «Эти дети несчастные, у них нет мамы и папы, а у тебя есть». Но теперь ей кажется, что именно она сирота, поэтому чувствует себя несчастной. Ребенок задается вопросом, почему дети, которые появились в семье, по мнению родителей, нуждаются в сочувствии, а их собственная дочь – нет.</p>
<p>Миф (ожидание) 4. «Взрослые дети, у них своя жизнь»</p>	<p>Реальность</p>
<p>Однажды дети вырастают и покидают отчий дом. Они заняты устройством своей взрослой жизни: один уезжает учиться, другой строит карьеру, а третий создает свою семью. Находясь всю жизнь в заботах о детях, родители начинают скучать по дням, когда дом был полон жизни и детского смеха. И нередки случаи, когда с решением принять ребенка в семью приходят родители взрослых детей, чувствующие силы воспитать еще одного ребенка, а то и больше. Они мечтают вернуть радостные моменты жизни, связанные с воспитанием детей и заботой о них. При этом ожидают поддержки со стороны своих взрослых детей.</p>	<p>Из рассказа приемной мамы: «Я никогда не думала, что моя дочь, которой уже 25 лет и которая уже замужем и скоро планирует стать матерью, так ревностно отнесется к моей идее взять ребенка из детского дома. Сначала все было хорошо, мы обсудили такую возможность, я начала собирать документы. Дочь не вмешивалась в эти вопросы, изредка интересовалась, как продвигаются мои дела. Я оборудовала ту комнату, которая ранее принадлежала дочери. Предварительно сказала ей, когда бы она ни приехала, эта комната ее. А когда я приняла ребенка в семью, дочь приехала внезапно, даже меня не предупредила, и устроила мне такой скандал, что мы долго с ней не разговаривали. А потом она стала меня ревновать к этому ребенку. Упрекала меня тем, что приемному ребенку уделяю больше времени, чем когда-то уделяла ей».</p>

► Чувство ревности естественное явление у детей при появлении еще одного ребенка в семье. И неважно, будет ли это кровный ребенок или приемный. Большая ошибка родителей полагать, что взрослый ребенок не станет ревновать, в особенности, когда ребенок не дополучил в свое время родительской любви. Только получив сполна любовь от родителей, ребенок готов идти вперед и отдавать в свою очередь эту энергию любви дальше.

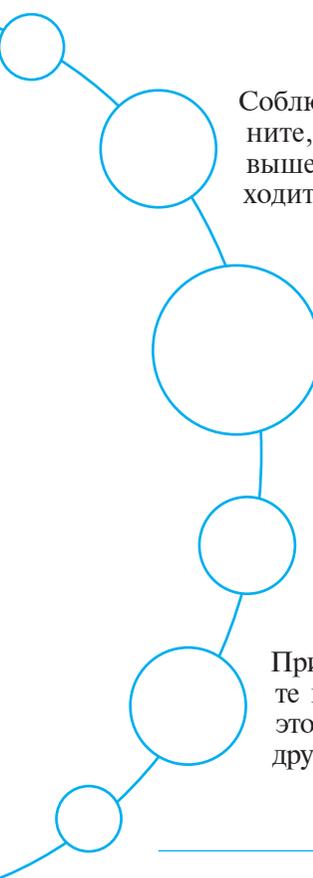
► Претензии детей друг другу неизбежны, так как у них возникает конфликт интересов. Дети-сироты привыкли выживать и приспособливаться, «толкаться локтями», такие дети не умеют сотрудничать и выстраивать конструктивное общение. А кровные, оказавшись притесненными, не понимают, как теперь им жить, когда их мир полностью поменялся, как вернуть то положение в семье, которое было у них раньше. А это неизбежно приводит к конфликтам.

► Подготовленные родители все же спрашивают мнение, обсуждают со своими детьми намерение принять ребенка в семью, и вроде бы дети не против, и даже рады прибавлению в семье. И тут у родителей в голове складывается идеальная картина: большая дружная семья, все любят друг друга и счастливы. А с принятием ребенка наступают трудности каких не ждали – проблемы с кровным ребенком: «он нам не помогает», «наш кровный ребенок начал плохо учиться», «он убегает из дома», «он словно впал в детство, постоянно просится на ручки», «у кровного ребенка начались болезни, обострились хронические болячки, которые ранее не беспокоили».

► Почему реальность выглядит иначе? Ребенок соглашается с решением родителей принять в семью ребенка и тоже выстраивает свою идеальную картину, ожидая, что будет весело, что они будут вместе играть, что будет с кем поговорить. При этом не осознает, что у него появятся новые обязанности, мало того, придется делить с этим «пришельцем» свое личное пространство, комнату, игрушки и даже внимание и любовь родителей! Приемные родители и сами не всегда представляют, что их ждет, но, в отличие от своих детей, они перед принятием ребенка в семью тщательно готовятся, читают специальную литературу, посещают школу приемных родителей, общаются с семьями, которые уже приняли детей, готовятся к возможным трудностям и путям их преодоления.

► А что же кровные дети? Детей никто не учит, как справляться со своими эмоциями, которые охватывают их из-за несоответствия ожиданий и реальности. Обязанность родителей – заранее рассказать своим кровным детям обо всем, что, возможно, их ожидает с приходом приемных детей. И не только об этом, но и о том, что новые члены семьи ведут себя так, потому что они не могут и не умеют по-другому. Со временем, когда схлынет первая волна адаптации приемного ребенка и семьи друг к другу, кровные дети действительно могут обрести для себя еще одного брата или сестру, настоящего друга, с которым можно играть и делиться сокровенным.

Что важно знать и делать, чтобы помочь детям в таких ситуациях



Соблюдайте и подчеркивайте иерархию детей в семье. Помните, что тот, кто пришел в семью первый, имеет ранг выше, чем тот, кто пришел позже, даже если он превосходит других по возрасту.

Уделяйте кровным детям или детям, пришедшим в семью раньше, времени и внимания не меньше, чем вновь прибывшим. Новенькие не знают, как у вас было заведено до этого, им не к чему прибавиться, а вот тем, кто был в семье раньше, всегда есть с чем сравнивать и что терять.

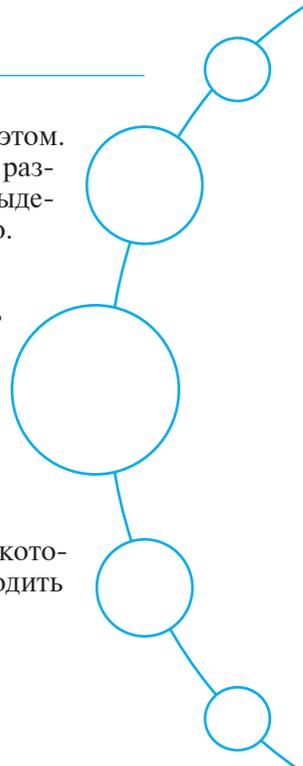
Продолжайте соблюдать традиции и ритуалы, принятые в вашей семье до прихода новых детей. Прививайте их приемным детям постепенно.

Признавайте чувства ребенка. Называйте их вслух. Позвольте им быть собою, чувств не бывает плохих или хороших, это только чувства. Дети имеют право злиться и обижаться друг на друга.

Не уравнивайте всех, дети чувствуют неискренность в этом. Вы не можете любить всех одинаково, так как они все разные. Найдите то, что именно вы можете искренне выделить и похвалить у каждого ребенка. Делайте это часто.

Наладьте отношения в семейной паре, не стесняйтесь выражать нежность друг другу, а также будьте внимательны к другим родственникам. Бывает, что родители пытаются научить детей дружбе и взаимоподдержке, конфликтуя между собой или близкими, то есть демонстрируя противоположное поведение.

Будьте гибкими. Каждый раз ищите новые способы, которые помогут вам и вашим детям договариваться и находить решения, удовлетворяющие вас всех.



XIX Глава.

Сибинги в приемной семье



Еще один волнующий многих приемных родителей вопрос – о принятии в семью родных братьев и сестер, как их воспитывать, и на что обратить внимание. Даже в самой благополучной семье порою возникают конфликты между кровными детьми – сиблингами. Стоит ли ожидать идиллии в отношениях между братьями и сестрами в приемных семьях?

В начале разберем само понятие «сиблинги».

Сиблинги	<i>Это дети одних родителей, т.е. сиблингами можно назвать братьев и сестер.</i>
Позиции	<i>Сиблинговой позицией считают стратегию поведения человека по отношению к его сестрам, братьям. Позиции: старший ребенок, средний, младший, близнец.</i>
Факторы	<i>Для определения сиблинговой позиции должны учитываться: размер семьи, разница в возрасте между детьми, соотношение братьев и сестер, раса, темперамент, методы родительского воспитания, смерть одного из детей, выкидыш и т.д.</i>

Самый значительный вклад в раннее исследование особенностей развития сиблингов внес Альфред Адлер. Даже если два ребенка живут в одной и той же семье и имеют одних и тех же родителей, социальная ситуация их развития различна. Семья развивается, в ходе этого развития у нее возникают новые потребности, и удовлетворение этих потребностей распределяется между детьми в зависимости от порядка их рождения, поэтому внутри семьи существует особая атмосфера вокруг каждого ребенка.

1. Дети в одной и той же семье рождаются в разных жизненных условиях. Рожденный вторым попадает в другую психологическую ситуацию по сравнению с первенцем.

2. Представление ребенка о себе и его жизненные установки зависят от порядка рождения.

3. Дети могут захватывать чужие семейные позиции. Так, если первый ребенок в семье страдает слабоумием, то следующий за ним может взять на себя роль перворожденного.

4. Значимые различия в возрасте между сиблингами уменьшают соперничество между ними.

5. Порядок рождения — не абсолютная детерминанта, это только тенденция. Стиль родительского поведения, их отношение к детям не менее значимы для личностного развития детей.

6. При разнице в возрасте между детьми более трех лет могут формироваться подгруппы, оказывающие существенное влияние на порядковые позиции.

По мнению Адлера, можно выделить некоторые общие психологические особенности, которые характерны для каждой конкретной позиции ребенка в семье. Он выделил четыре типичных позиции: первенец, второй ребенок, младший ребенок, единственный ребенок и описал их характеристики:

Первый ребенок получает 200% родительского внимания и является центром семьи. Родители нередко балуют первенца и излишне его опекают. Но после рождения следующего ребенка первенец теряет все преимущества и ту власть, которой обладал с момента рождения. Для описания этого явления Адлер использует понятие «быть свергнутым с пьедестала». Первенец почти всегда болезненно переживает свое ниспровержение. Он может почувствовать себя «низложенным монархом», потерять чувство безопасности, испытывать беспокойство, стремление защитить себя. Считая, что потерял власть случайно, и стараясь сохранить ее разными способами, он начинает конкурировать с младшим за внимание родителей и ревновать. Особенно ревнивыми становятся те дети, которые до появления младшего ребенка пользовались особой любовью взрослых. В результате первенцы становятся жесткими и авторитарными.

Второй ребенок — его положение своеобразно и неповторимо. У него всегда есть лидер, развивающийся с опережением и служащий ему примером. Второй хочет догнать и перегнать первого. Он хочет перемены власти, он — революционер, не признающий авторитеты. Нередко второй ребенок обгоняет своего лидера. Это может происходить потому, что старший не всегда способен выигрывать соревнование с младшим. Он начинает бояться этого соревнования и устранивается от него. Обычно вторые дети больше, чем первые, готовы к сотрудничеству и кооперации, поскольку с самого первого дня вынуждены делить с кем-то родительское внимание.

Самый младший ребенок в семье – особенный. У него никогда не будет последователя, его никогда не свергнут с пьедестала. Его ситуация развития наиболее благоприятна: отношение к нему особо заботливое, так как он самый маленький и самый беспомощный в семье. Его окружает более теплая атмосфера, чем была у его старших сиблингов. Младший может быть похож на второго ребенка тем, что энергичен и старается обогнать других. Но ему часто не хватает отваги соревноваться до победного конца, и тогда он предпочитает пойти по другому пути – выбирает свою, отличную от других членов семьи, дорогу.

Единственный ребенок в семье имеет свои проблемы. В детстве он был центром внимания. И во взрослой жизни он стремится занимать то же положение, что не всегда возможно. Его балуют на протяжении всего детства, он не приспособлен к трудностям, к самостоятельному решению проблем. Во взрослой жизни он постоянно ищет поддержки от других людей, так как привык получать ее от родителей и без нее чувствует себя неуверенно.

Как показывает практика, взаимодействие сиблингов в центрах помощи детям, оставшимся без попечения родителей, имеют свои особенности, которые надо учитывать при приеме ребенка в семью. Отношения между братьями и сестрами приобретают в этих условиях свою специфику.

► В силу возрастных особенностей и познавательных процессов, маленьким детям сложно воспринимать своих кровных братьев или сестер, проживающих отдельно в учреждении, оставшихся в кровной семье или находящихся в другой приемной семье, в качестве сиблингов. Из-за возрастных особенностей ребенка сиблинговые связи могут быть либо вовсе не сформированы, либо легко утрачены.

► Общение братьев и сестер, находящихся в центрах помощи детям, довольно стереотипно. Старшие сиблинги, если они склонны к поддержанию отношений со своими младшими братьями и сестрами, как правило, приходят в группы к младшим, чтобы помочь им с одеждой, уроками, при этом они не выходят за рамки родительской роли, не обращаются к младшим с какими-либо просьбами для себя, не проявляют интереса к непосредственному, дружескому общению с ними. Младшие сиблинги тянутся к старшим, ищут их внимания, но старшие часто отвергают или игнорируют их инициативу, ограничиваясь выполнением привычных функций.

Происходит имитация способов функционирования детско-родительской системы.

▶ Другая группа братьев и сестер характеризуется избеганием общения друг с другом. Отчуждение обычно наблюдается в период адаптации детей к новым условиям жизни и могут быть расценены как защитная реакция на травмирующий опыт пребывания в неблагополучной семье или утрату привычных связей. Такое защитное отчуждение иногда приобретает хронический характер и, к сожалению, не получает должного внимания со стороны персонала детского дома.

▶ Сохранение братско-сестринских отношений является фактором, снижающим риск неудач в семейной жизни уже выросших детей-сирот и воспроизведения социального сиротства. Для социальных сирот значимость и эмоциональная насыщенность отношений остается очень высокой. Позитивные связи с кровными родственниками и с родителями замещающих семей позволяют детям чувствовать себя психологически защищенными.

▶ Нередко берут ребенка-сироту в семью, где уже есть ребенок и сталкиваются, казалось бы, с непреодолимой преградой, когда кровный ребенок готов к sibлинговым отношениям, а приемный ребенок ведет себя как соперник, отвоевывая внимание родителей.

Как избежать конфликтов и конкуренции между sibлингами в семье

▶ Пол ребенка. В большинстве случаев, как в теории, так и на практике, подтверждается, что наиболее конфликтные отношения у sibлингов одного пола.

▶ Возрастной барьер. Многие родители предполагают, чем меньше разница в возрасте между sibлингами, тем дружнее они будут. Оптимальная разница 5-6 лет. Во-первых, за это время должно восстановиться женское здоровье матери после родов, во-вторых, ребенок уже начинает отделять себя от матери, становится более самостоятельным.

▶ «Изгои» и «Любимчики». Зачастую можно встретить в семье детей, которым приписаны роли любимчиков или изгоев. В этом случае страдает не только «отвергнутый» ребенок, который постоянно обижен, ограничен, но и «любимец», который всю свою жизнь будет доказывать, что он достоин любви и признания.

Каждый такой сиблинг не подготовлен к реальной самостоятельной жизни.

▶ Личное пространство. Для того чтобы воспитывать в ребенке индивидуальность, необходимо, чтобы у него были личные вещи. А если братья и сестры постоянно берут эти вещи, то чувства, которые переживают дети в этот момент, подобны эмоциям, когда переживаешь ограбление и даже насилие.

▶ Родительское внимание. Выделите специальное время для общения с каждым ребенком. Ребенок, особенно старший, должен знать, что у него есть особое время общения с родителем, когда никто не будет им мешать.

▶ Арбитр в стычках. Постарайтесь не вступать в разборки между детьми, дайте им возможность самим найти выход из конфликтной ситуации, но если вас уже втянули, дайте каждому ребенку высказать свою жалобу, а после постарайтесь вместе с детьми найти как можно больше способов решения конфликта. Очень важно давать детям общие задачи, которые лучше выполняются в содружестве, совместной деятельности.

В качестве способов поддержания отношений между сиблингами опытные замещающие родители используют следующие приемы:

общие задания для всей сиблинговой группы;

обсуждение правил взаимодействия, как внутри группы, так и с другими членами семьи;

совместные ритуалы еды (совместные завтраки, ужины);

организация качественного проведения совместного досуга;

четкое распределение пространства в семье, размещение сиблингов в разных комнатах, закрепление за ними «своего» места в квартире.

Сиблинги по-разному воспринимают замещающих мать и отца. Имея значительные нарушения привязанности, они ищут стабильную базу отношений в замещающем отце, проецируя на замещающую мать свою обиду на биологическую маму.

XX Глава.

*Помогаем детям
строить будущее*



Каким будет будущее детей? От того, как мы их растим, воспитываем, от того, какими мы их видим и принимаем, будет зависеть их дальнейшая жизнь. Близкие доверительные отношения, безусловная любовь, родительская забота, внимание значимого взрослого и чувство безопасности необходимы всем детям. Родителям потребуется много знаний, сил, понимания и терпения, чтобы вырастить из приемных детей счастливых людей.

▶ Будущее наших детей предопределить сложно, но готовить детей к будущему необходимо. Взаимодействовать с другими, быть полезным обществу, и тем самым строить свою материальную независимость, обязан уметь каждый. А выстроить план и сформировать цели для успешного будущего ребенка – задача взрослых, родителей и опекунов.

▶ Категории детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, вдвойне сложно планировать свое будущее, когда и прошлое не оставляет, и настоящее не особо устраивает. Потому проблемы детей-сирот стояли перед обществом всегда и будут стоять в ближайшем будущем. Основной трудностью таких детей является проблема социализации, когда ребёнку трудно усвоить социальные и культурные нормы общества и освоить различные социальные роли.

▶ Процесс социализации идет через живое общение и взаимодействие, из которых ребенок усваивает правила, культуру и ценности общества. К сожалению, среда обитания детей-сирот и в учреждениях интернатного типа, и негативный опыт предыдущей жизни в кровной семье неблагоприятны для успешного развития ребенка и отличаются от общепринятых социальных норм.

▶ Для того, чтобы ребенок-сирота смог войти в социальную жизнь, необходимо изменить его картину мира, представление о себе, отношении к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, отношению к ближайшему окружению и обществу в целом. Если в приемной семье данную задачу еще можно решить, то сложнее подготовить сирот за время жизни в детском доме. При этом у них нет поддержки семьи, а зачастую и поддержки родственников на этапе жизненного старта при выпуске из учреждения для детей-сирот.

Дорогие родители! Ниже представляем результат исследования Центра защиты прав и интересов детей (г.Москва). В 2019 году данный Центр изучил трудности выпускников на старте к самостоятельной жизни. В исследовании приняли участие и выпускники из приемных семей и интернатных учреждений.

Что показало исследование, смотрите в таблице.



**О каких трудностях говорили выпускники?
Давайте коротко разберем выявленные барьеры.**

Недостаточная информированность о правах и обязанностях.

Вопрос правовой грамотности довольно распространенная проблема, которая касается не только детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Знание прав гражданина Российской Федерации и их реальное применение во многом облегчает жизнь во взаимодействии с учреждениями разного формата. Нет смысла перечислять все существующие базовые правовые документы, задача не в этом, а в том, чтобы научить своего подопечного, в

каких источниках узнавать о своих правах и обязательно напомнить о его обязанностях как гражданина.

Учите своего подопечного строить общение и при необходимости просить поддержки, например у старшекурсников, куратора группы, социального педагога, а также, если ситуация особенно сложная, то можно обратиться в органы опеки и попечительства, службу сопровождения при учреждениях для детей-сирот, в Министерство труда и социальной защиты Республики Саха (Якутия), в фонды, которые занимаются вопросами сирот, за юридической консультацией. Обо всех услугах данных учреждений можно узнать на их официальных сайтах. Пусть дети учатся искать информацию онлайн, в наш век можно получить консультацию дистанционно.

Вы как ответственное лицо, которое заинтересовано в будущем ребенка, с первых дней старайтесь контролировать учебу, проявляйте внимание к интересам ребенка. Можно познакомить его со своими родственниками-студентами, которые смогут своим примером положительно повлиять на него, наставлять.

Недостаточная информированность о льготах.

Данный барьер также можно отнести к первому, но ее следует выделить отдельно, так как действительно, как бы странно это ни звучало, многие не осведомлены в полной мере о социальных гарантиях или просто не знают, куда или к кому обращаться.

В период обучения вашего подопечного государство разово или ежемесячно может предоставлять разные виды помощи. Ниже мы представляем виды помощи детям-сиротам, которые выпускаются из интернатных учреждений, актуальные в 2019 году. Сложно составить список предоставляемых льгот и пособий, которые обещают ребенку-сироте или ребенку, оставшемуся без попечения родителей, так как они часто корректируются. Но одно мы знаем точно, ответственность за выплаты студентам-сиротам несет учебное заведение, в которое поступил ваш подопечный. Чтобы быть в курсе о льготах своих подопечных, следует обратиться в органы опеки и попечительства для получения юридической консультации, затем познакомиться с социальным педагогом учебного заведения, в который поступил ваш подопечный, и убедиться в осведомленности руководства учебного заведения о предстоящих выплатах на вашего ребенка.



Отсутствие значимого взрослого.

Вопрос значимого взрослого для детей из категории сирот и оставшихся без попечения родителей является наиболее проблемным. Но, несмотря на это, многие дети находят своего значимого взрослого в лице своего опекуна, попечителя. Таким детям повезло, у них есть тыл, взрослый, который поддержит, направит, а мнение значимого взрослого для них очень важно.

Выпускнику учреждения для детей-сирот в этом плане труднее, у него никого нет, а если и есть, то скорее это те родственники, которые сами не могут позаботиться о своем будущем, им нечего дать уже взрослому, вступающему в самостоятельную жизнь человеку, кроме своих асоциальных навыков поведения и «пустого» опыта жизни.

Чтобы стать значимым взрослым для ребенка, у которого была трудная жизнь, со стороны взрослого недостаточно одной любви и заботы, необходимо заслужить его доверие как человека-путеводителя в этой жизни. Какому человеку вы доверяете? Какими качествами он обладает? Как он себя ведет по отношению к вам? Какой он для вас? Человек, образ которого вы нарисовали в своей голове, и нужен ребенку с трудным детством, старайтесь соответствовать данному образу и у вас все получится.

Недостаточная информированность о социальной инфраструктуре.

Куда можно обратиться выпускнику, чтобы временно трудоустроиться? Защитить свои права? Получить юридическую консультацию? Оплатить коммунальные услуги? Получить материальную помощь для выезда в другой регион для участия в каком-либо мероприятии?

Чем насыщеннее жизнь выпускника, тем с большим количеством специалистов разных уровней и разных инстанций он должен будет взаимодействовать.

Перед тем, как ваш подопечный начнет свою самостоятельную жизнь в роли студента или солдата, перечислим ему все главные инстанции, которые ориентируют его в социальном мире.

государственные

негосударственные

поддерживающая среда

- органы опеки и попечительства
- МФЦ
- пенсионный фонд
- прокуратура
- суд
- ЗАГС
- профессиональные образовательные организации
- органы службы занятости
- медицинские организации
- служба постинтернатного сопровождения

- служба постинтернатного сопровождения
- медицинские организации
- общественные организации
- благотворительные фонды
- юридическая консультация
- управляющая компания
- единый информационно-расчетный центр
- профессиональные образовательные организации
- муниципальный центр социальной помощи

- семья
- значимый взрослый
- друзья

Самой главной инстанцией, представляющей права ребенка-сироты, будут и есть органы опеки и попечительства, он в любой момент может обратиться к специалисту и получить ответ на свой вопрос, или же специалист поможет найти инстанцию, куда ему необходимо обратиться. В трудоустройстве – временном или постоянном – вашему подопечному помогут органы службы занятости. Если вдруг возникла нужда в материальной помощи, а обратиться не к кому, могут помочь благотворительные фонды, общественные организации, местная администрация (например, если понадобятся средства для участие в форумах, спартакиадах, требующих материальных затрат). Для оформления различных видов справок необходимо обращаться в администрацию муниципального образования или же проконсультироваться в Многофункциональных центрах (МФЦ). И самой важной опорой для вашего подопечного будете и остаетесь вы. Как вы направите его, насколько серьезно и ответственно отнесетесь к поставленному вопросу, таким и будет эффект. Не бойтесь и не стесняйтесь обращаться в нужные инстанции, они оказывают услуги и обязаны помогать всем обратившимся.

Сложности в выстраивании отношений с социумом.

Лучше вас о возможностях и способностях вашего подопечного к выстраиванию социальных контактов с другими людьми не осведомлен никто. Если на протяжении всего нахождения ребенка в вашей семье ребенок не проявил себя как общительный, умеющий отстаивать свои права, легко контактирующий с новыми лицами, то такому ребенку, конечно, необходимо ваше личное участие в начале его самостоятельной жизни, но при этом дайте ему шанс проявить себя, не выставляйте его беспомощным и инфантильным.

Не критикуйте его, не высмеивайте, не берите всю ответственность за происходящее. Постарайтесь показать ему здоровый пример взаимодействия, познакомьтесь вместе с ним со всеми нужными и значимыми специалистами из образовательного учреждения вашего подопечного (куратором, социальным педагогом и пр.). Пусть ваш подопечный разделит часть поставленных задач: вы договариваете на счет условий проживания в общежитии, а он пусть спросит о перечне документов, которые он обязан предоставить.

Подготовка ребенка к самостоятельной жизни

Весь период проживания в семье учите своих подопечных самостоятельности. Помните, что у них будет своя жизнь со своими заботами, семьей, детьми, хозяйством, бюджетом, и будет идеально, если ваши выросшие приемные дети будут к вам обращаться чаще всего в связи с хорошими, радостными, счастливыми событиями своей жизни. А пока для этого вам потребуется приложить немало душевных и физических сил.

► В круг забот приемных родителей о детях входят распределение обязанностей по дому, трудовое воспитание, установление режима дня, помощь в учебе, развитие способностей, контроль здоровья и многое другое. Надо учить детей грамотно общаться, развивать выпадающие качества (уважение к другому, умение слушать, быть внимательным), заменять плохие привычки хорошими, полезными, а самым главным для подростка станет еще и подготовка к будущей профессии.

► Вам вместе с ребенком будет необходимо изучить все учреждения среднего и высшего профессионального образования, в которые он может поступить (в нашем регионе, по стране в целом), изучить какие экзамены придется сдавать для освоения профессии. А также важно продумать и отходные пути – при случае, если ребенок не поступит. Будет ли он поступать на подготовительные курсы, пройдет ли курсы переподготовки в Центре занятости и, возможно, трудоустроится, или же отправится служить в армию. Но и для того, чтобы попасть в хорошую часть, необходимо подлечить свое здоровье, физически укрепить тело, подготовиться психологически к жестким требованиям военных.

► Вам могут оказать большую помощь в поиске учреждения классный руководитель, заместитель директора по учебной части (или любой другой педагог школы, который занимается вопросами ЕГЭ), педагог-психолог или просто ваш знакомый, родственник, который хорошо разбирается в вопросах учебных организаций, профориентации и новых тенденциях в мире профессий.

► Обязательно надо сходить на диагностику к психологу по определению профориентационных предпочтений вашего подопечного. Психолог расскажет вам и вашему ребенку условия, где ему будет легче себя реализовать, где и с кем ему эффективнее работать – с людьми, предметами, программами и пр. На занятиях с

психологом по профориентации узнаете, какая деятельность больше подходит: творческая, умственная, физическая. Также узнаете, какое у ребенка мышление. Психолог сможет подсказать, какие профессии больше всего подойдут. На основе полученных результатов и анализа рынка труда, перспектив развития, финансовой составляющей, вы сможете определиться с вузом или колледжем и будете готовиться к предстоящим экзаменам.

► Если ребенок желает стать врачом, но вы понимаете, что по результатам экзаменов его поступление в медицинский маловероятен, не надо ставить крест на его амбициях. Есть и другие пути: сначала он может поступить в медицинский колледж, а потом продолжить обучение в институте на врача, или же освоить популярную на сегодня профессию ветеринара – высокооплачиваемую и востребованную профессию.

► Будет полезно подключить своих старших детей, студентов, знакомых преподавателей, друзей, которые смогут направить ребенка и поделиться своим положительным и негативным опытом



Сысолятин Аким, 13 лет, Алданский район

поступления, учебы и поиска работы. Ребенку будет полезно узнать, о чем они сожалеют, чем гордятся и какие напутствия ему скажут. Старайтесь использовать все свои ресурсы для того, чтобы ребенок посмотрел на этот вопрос с разных сторон, а не просто следовал вашим указаниям.

Помните, не вы выбираете профессию ребенку, а он сам ее выбирает, исходя из своих желаний и возможностей. Задача взрослого — объективно оценить выбор ребенка и выстроить план реализации.

XXI Глава.

Основа поведения ребёнка - ресурсы родителя



Ресурсы – это внутренние силы, которые помогают нам верить в себя, смотреть с оптимизмом в будущее, не унывать в тяжелых жизненных ситуациях.

Главным источником силы являются наши родители, их любовь, поддержка, принятие, стойкость, способность видеть позитивное в жизни, уверенность в завтрашнем дне.

Чем крепче база ресурсов родителей, тем стабильнее поведение ребенка. И наоборот, чем меньше ресурсов у родителей, тем нестабильнее психоэмоциональное состояние и поведение ребенка в целом.



Как оставаться в ресурсном состоянии?

Где же черпать ресурсы? Наполниться достаточной энергией для ведения полноценной жизни нам поможет общение с приятными для нас людьми, наши интересы, хобби, любимая работа, физическая нагрузка, отдых на природе... То есть всё то, отчего мы в повседневной жизни получаем радость, удовольствие.

Рациональная организация режима дня для всей семьи, где есть место для быта и отдыха всех ее членов и обязательное совместное времяпрепровождение, – вот секрет ресурсного состояния. Главное, уметь обращаться к источникам своего ресурса, которые обязательно будут питать вас силой и положительным настроением.

Вопросы, которые помогут вам определить ваши источники ресурсного состояния

Итак, задайте себе следующие вопросы.

- Какие объекты/предметы в моей жизни делают меня счастливым(ой)?
- Какие объекты/предметы воодушевляют меня в жизни?
- Какими вещами в жизни я горжусь сейчас?
- За какие события или объекты/предметы в моей жизни я благодарен(на)?
- Кого я люблю?
- Кто любит меня?
- Каковы мои чувства по этому поводу?

В периоды, когда вы чувствуете некое опустошение и апатию, не ждите, когда наступит момент икс, сядьте, отстранитесь от происходящего вокруг, налейте себе чаю или кофе, и ответьте на выше предложенные вопросы (вопросы вы можете добавлять и свои, главное, чтобы вы почувствовали энергию источников ваших ресурсов).

Берегите себя, без вас и без вашей жизненной энергии однозначно плохо многим людям, особенно вашим детям, старайтесь учиться вычленять хорошее, даже в самых плохих моментах. А самое главное, помнить: уже произошедшее невозможно исправить, и все проконтролировать невозможно. В любом случае задача родителя оставаться взрослым даже в самых сложных ситуациях, уметь разруливать конфликтные ситуации, защищать своих детей и извлекать уроки.

Секреты сохранения ресурсного состояния

► Помните, что вы можете просить помощи у своих близких. Да, никто не обязан вам помогать, сидеть с вашими детьми. Но попросить вы можете. Если они готовы вам помочь, будет здорово.

► Не забывайте о здоровом и качественном сне, старайтесь спать хотя бы 8 часов.

► Для организации дня взрослых в семье необходимо, чтобы родители заранее договорились и приняли все условия. Например, решили, в какой период отдыхает муж, в какой жена, и чтобы это

устроивало обоих и не мешало их обязанностям, не создавало конфликтов. От родительского самоощущения напрямую зависит атмосфера в доме.

► Умейте находить время для себя и своих любимых занятий, хобби. Возможно, даже дети увлекутся вашими занятиями, и поначалу личное уединение превратится в веселое времяпрепровождение всей семьи.

► Если вам трудно определить свое любимое занятие, то попытайтесь вспомнить, чем вы любили заниматься в детстве, но давно забросили... Или же найдите то дело, на которое, по вашему мнению, никак не хватает времени. Например: покататься на велосипеде, покачаться на качелях, рисовать пейзажи, заниматься танцами, написать рассказ, просто прогуляться по березовой роще или же, наконец, попробовать и порыбачить...

► Хорошо помогает общение с животными. Играйте с домашними питомцами, чаще наблюдайте за птицами, белками, любыми животными.

► Старайтесь больше времени проводить на улице, на солнце. Особенно в нашем суровом краю ценность весны и лета возрастают в разы. А также не стоит забывать, что негативные эмоции могут быть связаны и с дефицитом витамина D.

► Если вам нравится обращаться к себе, к своим внутренним состояниям, вы желаете управлять своими ощущениями, то вам не помешает практиковать медитацию.

► Пересмотрите свой лексикон, какие слова вы используете по отношению к себе, к близким, к детям. Старайтесь использовать позитивные слова, связанные с успехом, мотивацией, добром и оптимизмом. Учитесь наблюдать в своем поведении и в поведении детей хорошее, озвучивайте и фиксируйте успехи. Как только вы начнете о них думать и записывать, то вы увидите, что в вашей жизни их очень много.

Вот несколько полезных и нехитрых способов, как оставаться в ресурсном состоянии. Все это вам знакомо, все это вы умеете, просто, возможно, считаете абсурдным или нелепым, но и жизнь наша не требует от нас серьезных действий, это мы сами придумали ту жизнь, в которой живем. И от окраса, которую мы видим в жизни, зависит и наше поведение. Вот почему в народе говорится, что человек, видящий наполненный стакан, счастливее того, кто видит полупустой стакан.

► Практикуйте не замечать оплошности детей, пусть это будет только их промахи, за исключением случаев, когда ребенку необходима помощь.

► Учитесь ценить себя и свое время. Замечайте свои заслуги, свои положительные изменения, говорите о них себе или близкому человеку, это укрепит вашу веру в себя. Уверенный родитель лучше способствует успеху детей.

► Даже самые великие умы ошибались, их теории много раз подтверждались и опровергались, и вы не исключение. Все мы ошибаемся. Не ставьте себе слишком высокие требования. Дайте себе право на ошибку. Страх ошибиться, показаться плохой сковывает и напрягает. И как раз именно в этом состоянии у нас больше шансов допустить её. Позвольте себе ошибаться.

► Умейте быть благодарным. Не скупитесь на благодарность и признательность тому, кто действительно вам помогает, поддерживает вас.

► Очень важно проживать свою жизнь ежеминутно. Сделайте привычкой свои любимые занятия. Готовьте под любимую музыку или пойте, танцуйте, когда вам хочется потанцевать, готовьте еду, которую хочется сегодня. Гормоны счастья добавляют в вашу повседневную жизнь легкости, а окружающие только будут тянуться к вам и копировать вашу бодрость и позитив.

Родители – образец для подражания

*Дети не очень внимательно слушают старших,
но не упускают ничего в подражании им.*

Джеймс Болдуин

Наши мысли и убеждения в сочетании с привычными действиями — это то, что мы передаем своим детям на повседневной основе. Мы служим моделью, на которую они смотрят снизу вверх. И это может иметь, как положительные, так и пагубные последствия. Хорошо, когда мы сами служим образцом поведения, которое мы хотели бы видеть в своих детях. Но порой бывает, что вопреки своим самым благим намерениям мы внушаем детям вредные идеи.

Например, в тех случаях, когда мы ощущаем беспокойство и пытаемся оградить себя от внушающих тревогу обстоятельств защитным барьером, мы, сами того не желая, приучаем детей бояться

незнакомых ситуаций, а не преодолевать их. Напротив, когда мы сами ощущаем подъем и проявляем готовность завоевать весь мир, мы передаем эту мужественную установку и своим детям.

Давайте признаем, у каждого из нас бывают дни «удачные» и «неудачные». Никто из нас не совершенен, и мы не должны требовать этого совершенства от себя. Однако мы должны осознавать, что всегда остаемся моделью для наших детей, что бы мы ни делали.

Наша собственная сущность – ключ к тому, кем станут наши дети.

Если мы хотим, чтобы наши дети были терпеливы, мы на собственном примере должны демонстрировать терпение в житейских делах – и не изредка, а регулярно и последовательно. Если мы хотим, чтобы у наших детей было много друзей, мы сами должны иметь много друзей. Если мы хотим, чтобы они были участливыми и заботливыми к другим, мы сами должны быть образцом заботливости и участия. Ганди сказал: «Мы сами должны быть той переменной, какую хотим видеть в окружающем мире». Поэтому мы сами должны быть тем, кем хотим видеть своих детей.

Познав себя и поняв, что дети во всем подражают нам, мы можем при необходимости корректировать свое поведение. Мы должны пристально всмотреться в себя и, не преувеличивая своих достоинств и недостатков, разобраться, что своим поведением сообщаем своим детям. Ирония жизни в том, что даже если мы не готовы измениться к лучшему ради самих себя, мы сделаем это ради детей. Таким образом, дети делают нам еще один неожиданный подарок – они побуждают нас проявлять себя с самой лучшей стороны.

Успехов в воспитании!

Для того, чтобы воспитание ребенка состоялось, семье нужно немного – семейное благополучие и счастье. Но одновременно это и слишком много, чтобы в каждой семье их было поровну. В какой-то семье не хватает эмоционального тепла, где-то родители слишком заняты собственными проблемами, кто-то не умеет быть терпимым, кому-то трудно принять ребенка таким, какой он есть, и многое, многое другое.

Есть семьи, которым очень не повезло. В них как бы сконцентрировались все недуги семейного неблагополучия. Особенно тяжело в таких семьях приходится детям. Они живут фактически не в родном гнезде, а в какой-то безрадостной, безразличной, а порой и жестокой стране Трудного Детства.

Трудности ребенка – это прежде всего проблемы семьи, взрослых, личностные проблемы. Родители могут и должны ради детей помочь самим себе разрешить их. Вы можете это сделать, гармонизируя свои отношения, меняя свои взгляды на ход вещей и события семейного значения, совершенствуя самих себя, избавляясь от тех или иных недостатков и ошибок. Тем самым вы поможете ребенку, который стал жертвой семейной стихии.

Все начинается с детства, а детство начинается с вас, уважаемые родители. Поэтому, чтобы у вас хватало времени и на работу, и на хозяйственные дела, и на отдых, и на детей, нужно разделить все дела для себя на:

- ▶ важные;
- ▶ необходимые;
- ▶ неотложные.

Так называемые неотложные дела находятся у нас с вами ежеминутно. Иногда нам кажется необходимым именно сейчас подмести пол, помыть посуду, прочесть статью или позвонить по телефону. Действительно, такие ситуации бывают часто, но еще чаще эти дела можно отложить на некоторое время, чтобы поиграть, поговорить, погулять с ребенком. Бывают такие ситуации, когда взрослые прибегают к уловкам «неотложных дел» по разным причинам (усталость, лень, нежелание напрягаться), только бы лишний раз не возиться с ребенком.

Вереница дел так длинна и многообразна, что многие взрослые рискуют навсегда оставить детей без внимания, если не научатся выделять для себя важные и не очень важные дела, освобождая время для детей.

Пусть эта книга станет вашим помощником в воспитании детей и укреплении семьи!



ЭБИЭХЭ, ТӨРӨППҮТТЭРГЭ!

Биир саамай уустук уонна олус суолталаах соруугунан оџону иитии буолар.

Оџо дьизэ кэргэнгэ киирбит түгэниттэн кини хайдах киһи буола улаатара, инники олоџо хайдах салаллара барыта төрөппүттэн тутулуктаах. Төрөппүттэн ирдэнэр: оџоџо таптал, кинини өйдөөһүн, болџомтолоох сыһыан.

Оџо үтүө санаалаах, чизһинэй буолуута төрөппүт күһэйиитинэн эрэ ситиһилибэт эбэтэр кини бардам, албын, ымсыы буола улаатыыта эмиэ төрөппүттэн эрэ тутулуга суох.

Орто дойдуга уһулуччу үчүгэй киһи диэн суох. Хас биирдии киһи алџаһыыр, сыыспытын кэмсинэр түгээннэрдээх. Тоџо оџобут үтүөкэн киһи буола улаатыа диэн баџа санаабыт үксүгэр атын өттүнэн эргийэн хомоторуй?

Төрөппүт уонна оџо икки ардыгар өйдөспөт буолуу уустук түгээнэрэ манна кистэнэн сыталлар. Хомойуох иһин, үксүбүт оџобутун туох да сыһыаны-алџаһы оноруу, киһи буоларын өйдүү да сатаабаттар, буолуохтаах курдук ылынабыт. Ардыгар үгүс ийэлэр оннооџор оџо тусна толкуйдаах, саныыр санаалаах киһи буоларын өйдөөбөттөр.

Оџо уонна төрөппүт икки ардыгар уустук сыһыан инники таһаарыллыбыт алџастар дьайыылара. Ол иһин:

- олоџу оџо хараџынан көрөргө үөрэниг;
- бэйэџит эмиэ хаһан эрэ оџо буола сылдыбыккытын умнуманг;
- оџону утарбакка, кинини кытта биир санаалаах буоларга кыһаныг;
- оџоџо итэџэйинг;
- оџону кытта киирсибэккэ, уустуктары быһаара сатаа

Оџоџор төһөнөн элбэџи биэриэнг, оччонон, быһаарыллыбат кыһалџа диэн суоџун өйдөөнг уонна кэлин көннөрүнүөхтээџэр эрдэттэн сэрэппит ордугун саарбахтааманг.

Биһиги кинигэбит төрөппүт уонна оҕо сыһыаннарын толору арыйбаттар да, үгүстүк көрсүллэр уустук түгээннэри сырдатар. Бу сүбэлэр эһиэхэ оҕону баарынан ылынаргытыгар, кини олоҕор бэйэбит оруолгутун табатык өйдүүргүтүгэр туһалыаҕа диэн эрэнэбит.

НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СҮБЭНЭН»

I ТҮҮМЭХ.

Бастагы хардгы



Төрөппүттэр оџону дьиэ кэргэнгэ ылар сыалларыгар-соруктарыгар улахан болџомтону ууруохха наада.

Тоџо бу дьиэ кэргэн атын оџону бэйэтин эппиэтинэнигэр ыларый, баџар, маньа, төлөбүр иһин ылар буолуо, оннук буоллаџына бу оџону кэлин оџо дьиэтигэр төнүннэриэхтэрин сөп.

Оџону иитэ ылар баџа санаа хас биирдии киһиэхэ араас төрүөттээх, баџа санаалара атын-атыннык үөскээбит буолуон сөп.

В.Н. Ослон
оџону иитэ ылар
мотивацияны
маннык
араартаабыт:

- Бэйэ оџото суох буолуу;
- Төрөппүт оџотун сүтэрбит киһи, суохтуурун аччатаары;
- Саатар биир оџоџо көмө буолаары;
- Үп-харчы чааһын тупсараары;
- Төрөппүт оџону сатаан ииппэккэ гынан баран, оџо иитэ ылан, төрөппүт быһыытынан бэйэ санаатын көтөбүнүү;
- Кырдьар сааска көмө онгостоору

Биричиинэ элбэх эрэри, оџону дьиэ кэргэнгэ ыларга мотивация барыта сөптөөх буолбат. Ханнык мотивация иитиигэ көмө буоларын, ханнык сылайыыга-элэйиигэ тизрдэрин ырытан көрүөбүт.

Оџону иитэ ыларга сөптөөх, иитэргэ көмө буолар мотивтар

Удьуор салџааһына. Саарбаџа суох, дьон оџолоноругар саамай үчүгэй мотив буолар. Бу түгэнгэ саамай сүрүнэ диэн төрөппүттэр икки өттүттэн иккиэн оџону дьиэ кэргэннэригэр ылар баџалара буолар. Төрөппүттэр оџону иитиэх да буоллун, төрөппүт оџолоро да буоллун, иитэргэ бэлэм, таптал уонна кыһамны бизэрэр баџалаах, оџону тус бэйэтэ санаалаах киһи быһыытынан ылынар буоллахтарына, оччоџо иитэр дьиэ кэргэн дьин төрөппүт буолуохтарын сөп.

Бэйэни төрөппүт быһыытынан арийыы. Бу хас биирдии төрөппүт баҕа санаата буолар, оҕо үчүгэйдик олоххо киирээригэр, иитиигэ оҕо ис туругун, киһи быһыытынан уратыларын билиниэххэ наада.

Оҕоттон кыаллыбаты көрдөөмөҥ, кэтэһэргит табыллыбатабына, сатамматабына бэйэбитигэр да, оҕоҕо да хомолтолоох буолуо.

Оҕону хайдах баарынан ылыныахха наада, атыттары кытта тэннээмэн, оччоҕо бэйэбитигэр төрөппүт оруолун ылынарга сурдуу, ыарахаттары ааһарга көмө буолуо.

Элбэх оҕолоох, иллээх-эйэлээх дьиэ кэргэннэнэр баҕа санаа. Иитэр ыал иккиттэн элбэх оҕону иитэр кыахтаах, баҕалаах буоллахтарына, бу биллэн турар үчүгэй мотив буолар. Муударай буолуу, бэйэлэрин оҕолорун иппит уопуттара, ситии-хотуу, өйдөөн-төйдөөн быһаарыыны ылыныы, бу барыта үксүтүгэр үчүгэй түмүккэ тиэрдэр.

Элбэх оҕолоох, иллээх-эйэлээх дьиэ кэргэннээх буолар баҕа биир өтүттэн үчүгэй өрүттээх, биир өтүттэн куһаҕан өрүттээх буолар. Бу баҕа санаа атын сыаллары ситиһии төрүөттээх буолуон сөп, холобур, оҕону үлэһит быһыытынан туһаныы, эбэтэр льгота туһанаары, оччотугар бу сөбө суох, мотивка киирэр. Маннык мотивынан сиэттэрэн оҕо иитэ ылар сыһа суол буолар.

Оҕо усулуобуйата суох тапталга уонна өйөбүлгэ наадыйар. Сөбө суох мотивтар, оҕону төнүннэриигэ тиэрдсэн сөп

Оҕону аһыныы. Ардыгар, теле-биэриигэ, сонуннарга оҕо дьиэтигэр олорор тулаайах оҕолору көрөн, киһиэхэ саатар биир оҕону быһаабыт киһи диэн санаа киирэр. Ол эрэн, аһыныы төрөппүт тапталын уонна иэйиитин солбуйбат, төттөрүтүн бириэмэ ааһан истэбин аайы оҕону абааһы көрүүгэ тиэрдсэн сөп, тоҕо диэтэххэ аһынар санаа өр буолумуон сөп.

Элбэх иитэр төрөппүт этэринэн, оҕо дьиэ кэргэнгэ кэлбитин кэннэ, оҕону аһынар санаа уларыыр эбит, онтон оҕоҕо сылаас, чугас сыһыан кэлин да үөскээмиэн сөп. Дьиэ кэргэн оҕо иитиитин кыаныан сөбүн, төрөппүттэр доруобуйаларын, үп-харчы уонна дьиэ-уот өрүттэрин барытын учуоттуохха наада.

Кэргэниилэр арахсыыларын куттала. Оҕону иитэ ылыан баҕалаах төрөппүттэр оҕо эр-ойох сыһыаннарын быһыынан сөп дии саныыллар. Ол ээрэри, бу сыһа санаа буолар. Төрөппүттэр оҕо дьиэ кэргэни сомоҕолоо, быһаа дии саныылар. Өйөһүү-өйдөһүү суох дьиэ кэргэнгэ оҕо кэлиитэ төттөрүтүн өссө эбии ыарахаттары үөскэтиэн сөп. Оҕо иирсээн, этиһии ортотугар сыл-

дьара сыһа, оҕо этиһиигэ биричиинэ, эбэтэр туоһу буолуон сөп. Бу барыта оҕо эт-хаан уонна психологической өттүнэн доруобуйатыгар дьайыан сөп.

Оҕону кэргэнниилэртэн биирдэстэрэ эрэ иитэ ылыан баҕарар.

Өскөтүн биир эрэ төрөппүт оҕо иитэ ылыан баҕарар буоллабына, биирдэнэ сөпсөһөр эрэ буоллабына, бу оҕо да, төрөппүттэргэ да, туох да үчүгэйи аҕалыа суоҕун сөп. Кэргэнниилэртэн биирдэстэрэ оҕону сатаан ылымматабына, таптаабатабына, чугас сыһыан үөскээбэтэбинэ, син биир кэлин оҕо иитиититтэн тэйэн, сөбүлээбэтин көрдөрөн киирэн барыан сөп («Бэйэн талбытын да, бэйэн дьарыктан»). Хомойуох иһин, маннык дьиэ кэргэн араасарга күһэллэр.

Оҕону иитэ ыларга сөбө суох, сыһа мотивтар баар буолаллар. Төрөппүттэр оҕо иитэ ыларга бэлэмэ суох тарын көрдөрөр. Хас да үгүстүк тарфаммыт сыһа мотивтары араарыаха сөп.

Оҕо сүтүктээх ыал оҕолорун солбуйтаран иитэ ылыыллара. Ийэ уонна аҕа иитэ ылбыт оҕолоруттан төрөппүт оҕолоруттан кэтэспиттэрин, эрэммиттэрин көрдүүлэр. Бу мантан оҕо да, төрөппүтэр да эрэйдэнэллэр.

Ииппит оҕолорун суох буолбут оҕолоругар тэннээһин, киһиэхэ маарыннатан, кини ситиһиилэрин ситэ сатааһын оҕо төрөппүт сыһыаныгар улахан ыарахаттары үөскэтэр. Маннык түгэннэ маннай оҕону сүтэри аһытын, хомолтотун аһарынан, специалиһы кытта үлэлээн баран, биирдэ оҕо иитэргэ сананыаха наада, уонна ураты маарыннаабат тас көрүнгээх буолара ордук.

Соботохсуйуу куттала. Манна биричиинэнэн буолар төрөппүт оҕолор улаатан дьиэттэн туспа барыыллара, эбэтэр киһи соботох буоларыттан куттаныта. Бу мотив үксүтүгэр сааһыран эрэр, кырдыар сааһыгар соботох хаалар кэскиллээх киһиэхэ баар буолар. Бу түгэннэ 12-14 саастарыттан кыра оҕону ылыы ыарахаттардаах буолуон сөп, оҕолор саастарыгар улахан арыттаахтарын иһин.

Олох суолтатын булууну. Төрөппүт олоҕун суолтатын сүтэрэ сылдьар буолуон сөп. Биричиинэтэ араас буолуон сөп, оҕо эрэйдэри көрсүбүтэ, стресс, дьиэ кэргэн иһигэр сыһыаннара кэһилиитэ, эбэтэр психическэй кэһилиилэртэн соботохсуйуу (депрессия) буолуон сөп. Оҕо иитэн дьиэ кэргэни үөскэтии ыарахаттары, ситуацияны быһаарбат, субу чэпчээбит курдук санааны эрэ киллэриэн сөп. Ардыгар «олох суолтатын булууну»

мотива үчүгэй төрүттэниэн сөп, холобур дьиэ кэргэн иллээх-эйэлээх, сыһыаннара үчүгэй, инникитин дьоллоохтук олороллоругар оҕо тийбэт курдука буоллабына. Бу түгэнгэ төрөппүттэр таптыыр, ылынар кыахтаах буоллахтарына, оҕо иитэ ылы кинилэргэ сайдарга төрүөт буолар.

Үп-харчы туһугар. Сорох дьиэ кэргэнгэ үп-харчы өттө суолталаах буолар. Оҕону көрө-харайа ылбыт ыал араас социальной льготанан туһанар кыахтаахтар. Барыыс эрэ өттүн толкуйдаатахха, оҕо интэриэһин, санаатын умнуохха сөп, маннык дьиэ кэргэн табыллыбат. Төрөппүттэр үксүн оҕо төлөнөр харчы кини наадатыгар тийбэт дииллэр.

Ханнык баҕар мотив икки өрүттээх буолун сөп.

Оҕону ылыан бағалаах ыал баға санаалара дьиэ кэргэн үөскүүрүгэр улахан оруолу оонньоур.

Ол эрэн психологтар этэллэринэн, хайа ыал оҕо дьин төрөппүт буоларын өтө көрөр кыаллыбат.

Биллэн турар, оҕо кинини таптыыр дьиэ кэргэн наада. Иитэр дьиэ кэргэнгэ оҕо ыларга бағалаах, оҕону ылар санаалара сырдык эрэ буоллабына, дьиэ кэргэн оҕо дьизиттэн ордук буолар.

Оҕо – баға санааны ситиһэргэ эрэ наада буолара сыһа

Сүрүнэ диэн дьиэ кэргэнгэ таптал уонна өйдөнүү баар буолуохтаах. Оҕо дьиэ кэргэнгэ кэлэрэ икки өтүттэн үчүгэйдээх буолуохтаах, төрөппүккэ эрэ оҕо кэлиитэ наадалаах, туһалаах буолбакка, төрөппүт оҕо наадатын эмиэ толуйуохтаах (куттал суоһаабатыгар, доруобуйаға, тапталга уонна сылаас сыһыанга наадыйытын).



Сопова Анастасия, 11 лет, г. Югра

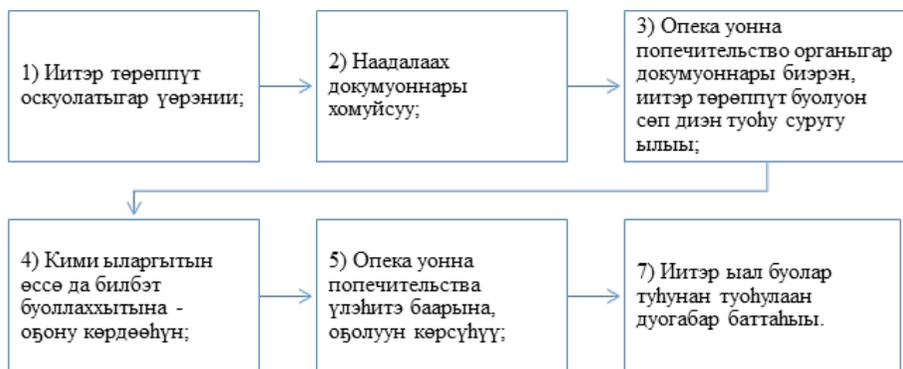
II ТҮҮМЭХ.

*Одоо олон баганаах
төрөлүүтгэр түүхтэн
сагалгахтарын нааданый?*

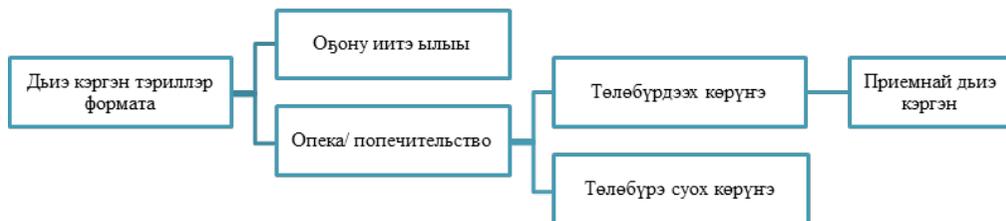


Мангнай санаатахха дьизэ кэргэн оҕолуун холбоһуутугар сүрүнэ дьизэн оҕо кинини иитэ ылыан баҕалаах ыалы булуу буолар. Ол эрэн оҕо уонна төрөппүттэр көрсүһүүлэрэ саҕаланыы эрэ буолар. Биир да оҕо ылыан баҕарар дьон оҕону кэлин төнүннэрэрдии ылат. Ол эрээри төнүннэри баар буолар. Төнүннэри буолбатын курдук, оҕону ыларга докумуон дьыалатын эрэ бэлэмнээһингэ буолбакка, оҕо дьизэҕэ кэлэригэр психологической бэлэмнэниигэ болҕомто ууруохха наада.

Оҕону ыларга туох нааданый:



Мангнай иитии ханнык көрүгүнэн оҕону ыларгыт ордук эһиэхэ табыгастаабын талыахха наада



Ожо иитэ ылар санаабытын дьизэлээхтэргитин кытта үллэстии

Кэргэннит, ийэбит, аҕабыт, оҕолоргут бу быһаарыныны ылынарга, көхтөөх кыттыыны ылаллара наада. Күнүүлээһин уонна өйдөспөт буолуу оҕолор эрэ өттүлэриттэн буолбакка, улахан дьон өттүттэн эмиэ тахсыан сөп. Төрөппүт оҕо, оҕону дьизэ кэргэннэ ылыы, кини кыттыһан туран ылыныллыбыт быһаарыныны буолабына, быдан чэпчэкилик ылынар. Эппитинэстээхтик сыһыаннаһар, күүскэ долгуйбат буолаллар. Чугас дьонгут, аймахтаргыт сыһыаннара араас, үчүгэй да, куһаҕан да буолуон сөп.

Ол кэннэ булгуччу «Иитэр төрөппүт оскуолатын» ааһыахха наада

Бэлэмнэниигэ оскуола саамай сүрүн буолар.

► Тренинг проблеманы быһаарарга практической уопуттанарга көмөлөһөр, оонньуу форматынан бэйэни араас ситуацияларга холонон көрөн, төрөппүт быһыытынан сана навик ылынарга көмө буолар. Тоҕо диэтэххэ, иитэр оҕону ылыныахха, таптыахха сөп, ол эрэн бу оҕолор олохторугар араас, ураты историялаахтар, ол историялар иитэр төрөппүт олобун историятыттан ураты уонна дьикти буолуон сөп. Бу олохторун уратытын, историятын учуоттаан иитиэххэ наада.

► Киһи иитиигэ бэйэтин күүстээх уонна мөлтөх өрүттэрин билэригэр, бэйэтин кыһалбаларын билинэригэр көмө буолар. Ожо иитэ ыларга баҕа санааны уонна кэтэһиини быһаарарга наада.

► Оҕону иитиэ ыарахаттара, киһи куһаҕаныттан буолбакка, олох устарын тухары буолар түгэnnэр диэн өйдөбүл үөскүүрүгэр көмө буолар.

► Ыарахаттарга биллэр сыһыан үөскүүр. Киһи бэйэтин баҕатын, наадатын, куттанар өрүттэрин үөрэтэргэ күүс-көмө буолар.

► Бэйэ куттанар өрүттэрин этинэн, бу ситуациялары быһаарарга, сана быһыыны-майгыны ылынарга үөрэnnи буолар. Тренинг кэмигэр оҕо иитэ ыларга баҕалаах төрөппүттэр билсэллэр, бэйэ-бэйэлэрин билэн сибээстэрин быспакка инникитин да алтыһаллар.

► Кэргэнниилэр иккиэн оскуоланы ааһаллара ордук.

Ожо туһунан информация көрдөөһүн

Хайдах оёну кытта биир тыл булуоххутун сөбүн толкуйдаан көрүн. Бэйэбит курдук темпераменнаах буолара ордук, холобур төрөппүт чуумпу, холку, ыксамыра суох буоллабына, активнай, түргэн-тарбан оёну кытта алтыһарга ыарахаттары көрсүөн сөп. Арай төрөппүт, төттөрүтүн, сангалаах-ингэлээх, омуннаах буоллабына, утары темпераменнаах оёо кинини кыһыһырдыан сөп.

Оёону кытта тутатына билсэргэ ыксааман. Маннай специалистары кытта кэпсэтэн, оёо туһунан информацияба болжомтолоохтук сыһыаннаһаахха наада.

Оёо хаартыскаларын көрөн, иитээччилэри, психологы, быраастары, социальной үлэһити кытта кэпсэтиэххэ наада. Оёо туһунан элбэби билэ сатыаахха наада. Оёо тугунан ыалдыа сылдыбытын, сөбүлүүр кинигэлэрин, оонньуурдарын, кимниин табаарыстарынын, тугу сөбүлээн аһыырын, прививка ыларыттан куттанарын туһунан, онтон да атыны ыйыталаһар ордук.

Оёону кытта билсии

Оёону булбут буоллааххытына, бу кини дии санаатааххытына, оёону кытта билсэр бириэмэ тийиэн кэлэр. Эһиги эрэ оёону талар буолбатааххыт, оёо эмиэ төрөппүтү талар.

Көрсүһүүлэр барыта социальной үлэһит уонна иитээчи баарына буолар, ол иһин туох эмэ боппуруостаах буоллааххытына, эбэтэр ыарахаттары көрүстэххитинэ көмө көрдүөххэ сөп. Оёолуун хаста да көрсүөххүтүн сөп. Оёону кытта чиеһинэй буолар наада. Оёо ыалдыттыы сылдыарын өйдүөхтээх.

Ыалдыттата ыңгырыы

Оёолуун бэйэ-бэйэбитин сөбүлээбит буоллааххытына, оёону кытта хаста да оёо дьиэтигэр көрсүбүт буоллааххытына, аны өссө биир хардыы, оёону дьиэтигэр ыалдыттата ыңгырыы буолар. Оёо маннай ыалдыттыы кэлээһинэ биир, икки чаастан элбээбэтэ ордук, сыйа-баайа бириэмэни элбэтэн иһиэххэ сөп, кэлин оёону хонордуу ыңгыраахха сөп. Ыксаабакка, оёо дьиэбитин, дьиэ харамайдарын, көрдөрүн, кэлиэн иннинэ маннай кэпсээн бэлэмниир ордук. Куруук оёо аттыгар буолун, соботохтуу хаалларыман.

Бу кэрдиискэ, оҕо инникитин туһунан эрэннэри бйэрэр сыһа. Оҕо ыалдьытты сылдьабын диэн өйдүөхтээх, инникитин туох буолара өссө да биллибэт.

Онтон докумуон туруорсуута саҕаланар.

ОҒОНУ КЫТТА БИЛСЭРГЭ КӨМӨ БУОЛАР:

- оҕону кытта кэпсэтэргитигэр, кини диэки хайыһан турар ордук
- харах хараха көрсөр наада
- оҕо таһыгар олорор, эбэтэр чохчойор ордук, оҕо аллараттан үөһээ көрөрө табыгаһа суох
- оҕо баҕатын хоту тэйиччи олорор ордук
- оҕону болҕомтолоохтук истиэххэ наада
- оҕоттон элбэх боппуруос ыйыппакка, бэйэбит туһунан, дыиэ кэргэннит туһунан кэпсиир ордук
- бэйэни туттунар ордук

Биир иитэр дьиз кэргэнтэн холобур...

Кыыс оҕо, сааһа 8. Дьиз кэргэнииттэн былдьаабыттар, билбэт дьонугар хааллара барбыттарын уонна ыла кэлбэтэхтэрин иһин. Онтон дьэ сабаламмыт, полицияҕа быһаарсыы, балыһаҕа сыппыт, онтон оҕо дьизтэ, онтон атын оҕо дьизтигэр көһөрбүттэр, онтон төрөппүттэрин бырааптарын быспыттар. Бу барыта оҕоҕо ыараханлык ааспыт. Итэҕэтиилээх истиҥ сыһыан олохтоонунга кэһиллилэр үөскээбиттэр, элбэх дьисциплиинэ өттүгэр кэһиллилэр баар буолбуттар. Улахан дьонго туһанар эрэ сыһыан үөскүүр буолбут, албынныыр буолбут, аһырыгар кэһиллилэр үөскээбиттэр, эмоцията, иэйиитэ суох буолбут. Бу барыта иитэ ылбыт төрөппүттэригэр ыарахан таһаҕас булан сылдьар. Уларыһыы бытааннык да буоллар бара турар. Дьиз кэргэн оҕолоруттан хайдах туттарга-хаптарга, оонньуурга, кэпсэтэргэ, дьону кытта алтыһарга үөрэнэр. Тыла-өһө хангаан, кэпсэтэрэ элбиир. Уруккутун туһунан элбэҕи саныан да, кэпсиэн да баҕарбат билигин. Психологы кытта үлэлээр, иитэ ылбыт төрөппүттэрэ эрэллээхтик кэтэһэллэр, олобун историятын ылынан, бэйэтин ылынан олобун олоруо диэн.

Усыновите.ру сайтан

Дьиз кэргэнгэ бастакы күннэр

Бастакы күннэргэ оҕо тулалыыр эйгэтин, олорор сирин үөрэтэр. Ол иһин булгуччу оҕоҕо дьизни, квартираны көрдөрүүххэ наада уонна ханнык мал-сал киниэнэ буоларын быһааран этэр ордук. Дьизэҕэ баар бэрээдэктэри кэпсиир наада. Сүрүн быраабылалар, туох наадатын наһаа элбэҕи эппэккэ, кылгастык быһарыаха наада. Туох эмэ ураты быраабыла баар буоллаҕына ону тоһоҕолоон

этиэххэ наада. Итиэннэ төрөппүттэр уонна дьиэлээхтэр оҕо дьиэтин быраабылаларын өйдөөн уонна убаастабыллаахтык сыһыаннаһаллара оҕо ордук буолар. Дьиэбэ уопсай барыларыгар быраабыла баара, күннээби режим баара, уопсайынан, туохха барытыгар бэрээдэк баара, ыһыллабаастык, соччото суохтук олорбут оҕо үчүгэй көстүү буолар.

Бэйэ-бэйэни ким диэн ааттыр ордугуй? Оҕо ардыгар бастакы көрсүһүүгэ иитэ ылыан бағалаах дьону «ийэ» уонна «аҕа» диэн сөп. Онтон сорох оҕо ыалга өр кэм да олорон баран, бу тыллары этэриттэн куотунар. Бу барыта оҕо олоҕор бу тыллар туох санааны үөскэтэллэриттэн тутулуктанар. Оҕо төрөппүттэрин өйдүүр буоллабына, төрөппүттэригэр кыһыра да сылдыр буоллабына, кини бэйэтин атын дьону «ийэ», «аҕа» диир буоллабына, таннарыахсыт курдук сананыан сөп. Оҕоттон кыра сааһыгар акаастаммыт буоллактарына, эбэтэр сааһа кыра буоллабына, «ийэ, аҕа» диэн тыллары түргэнник ааттыр буолуон сөп, ханнык бағарар кыһаллар, киниэхэ наадыйар дьону, иитэ эрэ ылар дьону буолбатах. Ким дииргэ боппурус турар буоллабына, оҕоттон бэйэтиттэн ыйытар ордук: «Эйигин ким диэн ааттыахпытын бағарабыный? Бийигини ким диэн ааттыахын бағарабыный?». Улахан дьон бэйэтэ эмиз бэйэтин баға санаатын этиниэн сөп. Улахан дьон оҕо кинилэри төрөппүт курдук ылынарыгар элбэх бириэмэ наада диэн өйдүөхтэрин наада.

Арай оҕо төттөрү оҕо дьиэтигэр барабын диэтэбинэ. Ардыгар оҕо иитэр ыалга кэлэн баран, сотору кэмминэн төттөрү оҕо дьиэтигэр илдээллэригэр көрдөһөр. Бу баға санаа араас өрүттэртэн тутулуктаах буолуон сөп. Оҕо соччо билбэт дьоно кинини хонтуруоллуулларын сөбүлээбэтиттэн, олоҕун бас биликтин сүтэрэриттэн куттанарыттан буолуон сөп. Эбэтэр оҕо өр кэмнэ алтыспыт, кинини көрбүт-харайбыт дьонун ахтыан сөп. Оҕо дьиэтин кытта сибээһи быспат буоларга күһэллээххэ наада, оҕо дьиэтигэр бара сылдыан бағарарын туһунан ыйытыахха наада, кыра саастаах оҕо эрийэ сылдыахха диэн, эбэтэр уруһуй уруһуйдаан табаарыстарыгар уонна иитээччилэригэр илдээн биэрээххэ диэн этии киллэриэххэ сөп.

Оҕо «оҕо дьиэтигэр барыахпын бағарабын» диэтэбинэ, бу кырдык бу ыалга, бу дьиэбэ олоруон бағарбатын көстүүтэ буолбакка, хайа эрэ кыра кыһалба сатаан быһаарыллыбатабыттан тахсыан сөп. Улахан дьон оҕо этиилэрин истэн баран, оҕо кыһалҕаны

быһаарарга атын этиилэри киллэриэн сөп. Төрөппүт оҕоҕо ханнык баҕарар сана сиргэ түбэстэххинэ, үөрэнэргэ бириэмэ наада диэн этиэн наада. Арай оҕо сөбүлээбэт өрүттэрин этэр буоллабына, бу түгэни быһаарарга кэпсэтэн үлэ ыгытааха, оччотугар оҕо мин санаабын, этиибин ылыналлар диэн санааҕа кэлэр.

Дьыэ кэргэнгэ өйдөспөт буолуу. Дьыэ кэргэнгэ сана киһи кэлиитэ барыларыгар ыарахан буолар. Оҕо адаптацияланар кэмигэр дьыэ кэргэнгэ барыларыгар өйдөспөт буолуу баар буолуон сөп. Манньык түгэнгэ ханнык баҕарар ыарахаттар ийэ уонна аҕа икки ардыгар иирсээн буолуутугар тизэрдэн сөп. Оҕоҕо биир төрөппүт ирдэбилин толороро, истэрэ ордук, чэпчэки буолар, уонна онтон биир киһилиин истин итэбэллээх сыһыан үөскүүр. Биир төрөппүттэн сабалаан баран оҕо улам дьыэ кэргэн бары чилиэннэрин кытта сыһыан олохтуур.

Оҕо ийтиитигэр төрөппүттэр бэйэ-бэйэни кытта күрэстэспэккэ, оҕолор баалларына этиспэккэ быһаарыны ылынахтарын наада. Биирсомоҕо буолан, оҕолорукытта кэпсэтии, өйдөгүү үлэтин ытан, быраабыла олохтоон үлэлэһиэххэ наада. Оҕолор баалларына атын дьону ырышпакка уонна быраабыланы төрөппүт эрэ өттүттэн уларытыы суох буолуохтаах. Оҕо төрөппүт бэйэ-бэйэтин куһаҕан тылынан этэрин истиэ суохтаах. Арай төрөппүт хайа эрэ түгэнгэ туох диэн билбэт буоллабына «Бу боппуруоска эппиэти билбэппин, толкуйдуурбар бириэмэ наада» диэн кыбыстыбакка этэр наада. Оҕо көмө уонна ойбүл көрдүүр түгэнигэр күүс-көмө буолуохха наада. Ол да буоллар син биир иирсээн буолбут буоллабына икки өттүттэн этиилэри истэн, кырдыгы билэр наада. Арай оҕону мөхпүт буоллахтарына туох иһин, тоҕо диэн быһаарсарга күһэллэр ордук. Сыыспыт киһи бэйэтэ сыыһатын билинэн онтун көннөрүнэрэ ордук. Оччотугар оҕоҕо улахан дьон кырдыкка талаһар, итэбэйиэххэ сөп диэн санаа кэлэр. Бэйэн эрэ авторитеткын үрдэппэккэ, улахан дьон бары бэйэ-бэйэтин убаастаан, оҕону убаастаан, буолбут түгэни араас өттүттэн көрөн, быһаарыны ылынабыт диэн көрдөрөр ордук.

III ТҮҮМЭХ.

Амьдралдаа хөгжлийн үйлдвэр



Иитэр ыал үөскээһинэ

СК РФ 123 ыстатыйатынан иитэр ыал – иитэр дыоно суох хаалбыт оҕо дыэ кэргэнгэ дуогабарынан сиэттэрэн, манньалаах иитиигэ киириитэ буолар.

Иитэр ыал дуогабарыттан үөскүүр сыһыанга манньалаах өнгөнү онорууга гражданский сокуон үлэлиир буолар.

Иитэр ыал дуогабарын холобура 1 сыһыарыыга баар

РФ Правительствотоын 423 №дээх Уураабынан иитэр дыэ кэргэн үөскүүрүн уонна иитиллэр оҕо дыэ кэргэнгэ олорор усуллубуйатын хонтуруолун быраабылалара бигэргэтиллибиттэрэ. Дуогабар баттанар быраап хас биирдии гражданинга уонна иитэр дыоно суох хаалбыт оҕо аймахтарыгар тарбанар.

1 сыһыарыы

№	Көмө миэрэлэрэ	Приемной, опекунской, патронатной дыэ кэргэн
1.	Бйдаагы төлөбүрдэр	
	Иитэр төрөппүтү, иитээчини манньалааһын	18 044 солкуобай (<i>орто кээмэй</i>) Саха Өрөспүүбүлүкэтин 2006 сыл бэс ыйын 13 күнүгэр 369-3 №753-Ш нүөмэрдээх сокуонунан «Тулаайах уонна иитэр дыоно суох хаалбыт, опекаба, попечительствоба уонна иитэр ыалга сылдыар оҕолорго төлөбүр кээмэйин уонна бэрээдэгэ, олохтоох салайыныы органнарыгар төлөбүрү онорор болумуочуйаны биэрии туһунан»
	Оҕону иитиигэ	14 455 солкуобай (<i>орто кээмэй</i>) Саха Өрөспүүбүлүкэтин 2006 сыл бэс ыйын 13 күнүгэр 369-3 №753-Ш нүөмэрдээх сокуонунан «Тулаайах уонна иитэр дыоно суох хаалбыт, опекаба, попечительствоба уонна иитэр ыалга сылдыар оҕолорго төлөбүр

		кээмэйин уонна бэрээдэгэ, олохтоох салайыныны органнарыгар төлөбүрү онгорор боломуочуйаны биэрии туһунан»
	Оҕо дьиэтиттэн тахсыбыт дьиэ кэргэн биирдиилээн ороскуоттара (коммунальнай өнгө, хаһаайыстыбаҕа наадалаах тэрил, кинигэлэр уонна онһуурдар)	1 444 солкуобай Саха Өрөспүүбүлүкэтин Правительствотын 2009 сыл бэс ыйын 25 күнүнээҕи 270 нүөмэрдээх Уураабынан «СӨ оҕо дьиэтиттэн тахсыбыт дьиэ кэргэн финансовой уонна материальной хааччыллыыларын туһунан»
2.	Сыллатаагы төлөбүрдэр	
	Оҕо дьиэтиттэн тахсыбыт дьиэ кэргэн биирдиилээн ороскуоттара (миэбэл ылыы)	11 325 солкуобай Саха Өрөспүүбүлүкэтин Правительствотын 2009 сыл бэс ыйын 25 күнүнээҕи 270 нүөмэрдээх Уураабынан «СӨ оҕо дьиэтиттэн тахсыбыт дьиэ кэргэн финансовой уонна материальной хааччыллыыларын туһунан»
3.	Биирдэ өҥөһуллар төлөбүр	
	Иитэр төрөппүтэ суох хаалбыт оҕону иитии иһин бары формаларыгар дьиэ кэргэннэ төлөбүр	22 089 солкуобай (<i>Федеральной бюджеттан</i>) 22 472 солкуобай (<i>өрөспүүбүлүкэ бюджеттыттан</i>) 19.05.1995 сыллаагы № 81-ФЗ федеральной сокуон «Оҕолоох гражданиннарга государственнай төлөбүр туһунан». Саха Өрөспүүбүлүкэтин бэс ыйын 13 күнүгэр 2006 сыллаагы №369-3 №753-III сокуонунан «Тулайах уонна иитэр дьоно суох хаалбыт, опекаҕа, попечительствоҕа уонна иитэр ыалга сылдьар оболорго төлөбүр кээмэйин уонна

		бэрээдэгэ, олохтоох салайыныны органнарыгар төлөбүрү онгорор боломуочуйаны бизэри туһунан»
	Элбэх оҕолоох уонна иитэр ыалга биирдэ онҕоһуллар социальный көмө, 10-тан элбэх сокуоннай сааһын туола илик оҕону иитэр, 23 саастаах очнай форманан үөрэх тэрилтэтигэр үөрэнэр оҕолордоох, ыалга дуогабарынан транспорт ыалларыгар.	602 743 солкуобай Саха Өрөспүүбүлүкэтин Правительствотын 2016 сыл алтынны 22 күнүнээби 461 нүөмэрдээх Уураабынан «Элбэх оҕолоох уонна иитэр ыалга биирдэ онҕоһуллар социальный көмө, 10-тан элбэх сокуоннай сааһын туола илик оҕону иитэр, 23 саастаах очнай форманан үөрэх тэрилтэтигэр үөрэнэр оҕолордоох, ыалга дуогабарынан транспорт ыалларын бэрээдэгэ»
4.	Льгота	
	Сир учаастагынын бизэри	Сир учаастага босхо бэриллэр үс уонна үстэн элбэх оҕолоох иитэр ыалга, сир дуогабара баттаммыт бириэмэтигэр хаһаайыстыбаҕа, оҕурут аһа олордорго, сайылыкка, даача, дьэ туттарга арендаҕа бэриллэр. Иитэр дьэ кэргэн дуогабара бүтэр болдьобор дьэ кэргэнгэ өссө үс сылга диэри дуогабар түһэриллэр. Саха Өрөспүүбүлүкэтин сирин кодексата 2010 сыл ахсынны 15 күнэ 888-3 № 673-IV

Тулаайах уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕо эбии гарантиялар:

Бастагы, орто уонна үрдүкү профессиональной үөрэххэ үөрэни кэмигэр:

▶ Тулаайах оҕолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолор үрдүк үөрэх бэлэмниир отделениеларыгар өрөспүүбүлүкэ бюджет-тын суотугар үөрэнэр бырааптаахтар;

▶ Тулаайах оҕолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолор иккис

орто профессиональной үөрэхтээһингнэ босхо үөрэнэр бырааптаахтар.

▶ Тулаайах оҕолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолор үрдүк уонна орто профессиональной үөрэхтээһин тэрилтэлэригэр очнай форманан Саха Өрөспүүбүлүкэтин бюджетын суотугар үөрэнэр бырааптаахтар, итиэннэ үөрэнэр кэмнэригэр икки төрөппүттэрин эбэтэр биир соботох төрөппүттэрин сүтэрбит оҕолор, толору государственнай хааччыллыгыга киирэллэр.

▶ Тулаайах оҕолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолор уонна үөрэнэр кэмнэригэр икки төрөппүттэрин эбэтэр биир соботох төрөппүттэрин сүтэрбит оҕолор, үрдүк уонна орто үөрэххэ очнай форманан Саха Өрөспүүбүлүкэтин бюджетын суотугар үөрэнэр кэмнэригэр, 23 саастарын туолбуттарын да кэннэ, государствога толору хааччыллыылара хаалар уонна эбии социальнай көмө өнгөтүнэн үөрэх программата бүтүөр диэри туһаналлар.

▶ Тулаайах оҕолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолор государственнай толору хааччыллыы таһынан стипендия, сыллатаабы ааҕар литература уонна үөрэххэ наадалаах тэрил ылынарыгар үс ыйдаабы стипендиятын кээмэйинэн төлөнөр, уонна онгортон таһаарыы үөрэбэр уонна практикатыгар ылбыт хамнаһа 100 % төлөнөр.

▶ Тулаайах оҕолорго уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолорго дорубуйатынан сибээстээн академической уопуска кэмигэр толору государственнай хааччыллыыта уонна стипендията хаалар. Үөрэнэр тэрилтэтэ эмтэниитигэр кыттыыны ылахтаах.

▶ Тулаайах оҕолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕолор толору государственнай хааччыллыы таһынан үрдүк уонна орто үөрэххэ үөрэнэр кэмнэригэр куораттаабы, куорат таһынаабы уонна тыа сиригэр иһинээҕи транспортыгар босхо айанныыр буолар, уонна сылга биридэ олорор сиригэр уонна төттөрү үөрэнэр сиригэр айанын төлөбүрэ хааччыллар.

Үлэбэ киириигэ:

▶ Үлэтэ суохтар учуоттарыгар маннай турууга ыйга 55 000 солкубай төлөнөр.

▶ Үлэ миэстэтин выпускниктарга квоталааһын Саха Өрөспүүбүлүкэтин 2009 сыл муус устра 23 күнүнээҕи 690-3 № 271-IV нүөмэрдээх сокуонунан (СӨ сокуоннай сааһын туола илик, ыарахан олох кэрдийиһигэр сылдыар уонна үлэ буларга ыарахаттары көрсүбүт гражданнырга үлэ миэстэтин квоталааһын туһунан).

Тулаайах оѳолорго уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳолорго Доруобуяа харыстабылын тэрилтэлэригэр **босхо медицинскэй көмө** онгоһулар.

Тулаайах оѳолорго уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳолорго медицинскэй көрдөрүүлээх буоллахтарына чөл буолар лаабырдарга, санаторно-курортнай тэрилтэлэргэ **путевка бэриллэр**, эмтэнэр сиригэр уонна төннөр айана төлөнөр.

Тулаайах оѳолору уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳолору **дьиэнэн-уотунан хааччыйыыга миэрэлэр**, СӨ президенин Ыйаабынан 2011 сыл алтынны 12 күнүгэр 973 нүөмэрдээх «СӨ үөрэбириитин 2012 — 2019 сылларга сайдыыта» бигэргэтиллибит.

Тулаайах оѳолору уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳолору дьиэнэн-уотунан хааччыйыыга миэрэлэр:

Тулаайах оѳолор уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳолор дьиэлэрин сүтэрбэттэрин туһугар үлэ;

Дьиэтэ-уота суох тулаайах оѳолору уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳолору аналлаах дьиэлиир фондатыттан дьиэнэн хааччыйы.

СӨ территориятыгар баар тулаайах оѳо уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оѳо собственаһыгар баар **дьиэ-уот капиталнай өрүмүөнүн онгоруу**.



Капитальной өрөмүөн тулаайах оҕо уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕо 18 сааһын туоллабына оҕоһулар.

Капитальной өрөмүөн тулаайах оҕо уонна иитэр дьоно суох хаалбыт оҕо үөрэбин бүтэрбитин кэннэ биир төгүл оҕоһулар.

Төлөбүр индексацията

СӨ Правительствотын 2019 сыл ахсынны 25 күнүн 382 нүөмөрдээх Уураабыгар олобулар «2020 сылга СӨ бюджетттан барар араас көрүннээх төлөбүрдэр индексацияларын коэффициентин уонна кээмэйин бигэргэтии», төлөбүрдэр 2020 сылтан сабалаан индексирование ааһахтаахтар.

Алимент

РФ Гражданской Кодексытын 36 ыстатыйатынан сааһын ситэ илик оҕо опекунара (попечитель) олоххо киллэриэхтээх. Опекун (попечитель) юридической өттүнэн оҕону көмүскүөхтээх.

Иитэр төрөппүтэ суох халбыт оҕо сокуонунан иитээччитэ (опекун, попечитель) оҕо туһугар оҕону иитиигэ алимент төлөнөрүн туруорсарган аккаастанар түгэнигэр.

Федеральной сокуон 1999 сыл бэс ыйын 24 күнүнээби 120 нүөмөрдээх сокуонун 9 ыстатыйатын 4 пуунугар «Сааһын ситэ илик оҕолор көрүүтэ суох сылдыбыларын, бэрээдэги кэһиилэрин утары охсуһар система тутулууга» оҕо туһугар эппиэттиир дьон оҕо быраабын кэһии иһин эппиэтинэс сүгэллэр, ону таһынан оҕо иитиитин, үөрэбин, олорорун РФ сокуонунан толорута уонна ситэтэ суох толоруу иһин эппиэтинэс сүгэр.

Федеральной сокуон 2008 сыл муус устар 24 күнүнээби 48 нүөмөрдээх сокуонун «Опека уонна попечительство туһунан» опекун уонна попечитель РФ сокуонунан ситтэрэн дьыалатын иһин холубунай уонна административнай эппиэтинэс сүгэр.

Оҕо сокуонунан эппиэтинэстээх киһитэ алимент ирдииргэ миэрэ ылымматабына, РФ Административный бэрээдэги кэһии Кодексытын 1 чааһын 35 ыстатыйатынан ситтэрэн, опека уонна попечительство органнара сокуоннай сааһын ситэ илик оҕолор бырааптарын көмүскүү территорияльной комиссиятыгар административнай эппиэтинэскэ тардыы туһунан сөптөөх иһитиннэриини ытар бырааптаахтар.

Ол курдук, опекун (попечитель) тутатына мизэрэ ылыныан сөп

- ▶ иитиллээччитин алименын ирдээһин;
- ▶ сууттан төрөппүттэн оҕо ийтиитигэр алимент төлүүрүгэр толоруулаах лиис ылыыга;
- ▶ суут приставтар сулууспаларыгар сөптөөх кэмигэр алимент төлөнүллэрин туһунан нотариуһунан бигэргэтиллибит сөпсөһүүнү тиксэриигэ эбэтэр төрөппүттэн опекаҕа сылдыар оҕо ийтиитигэр алимент төлүүрүгэр толоруулаах лиис ылыыга;
- ▶ төрөппүт опекаҕа сылбар оҕотун ийтиитигэр алименын суукка ирдээччитин уларыты.

IV ТҮҮМЭХ.

*Одоо дөнгөж кэргэнийн
кышта ситийн
Быстагына, тулгу сүтэрээрй?*



Иитэр дьибэҕэ иитиллэр оҕолор интеллектуальной, эмоциональной уонна социальной кыһалбалара кини дьибэ кэргэнигэр куһаҕан сыһыантан эрэ буолбат, ол дьибэ кэргэнин кытта сибээһин быһыытыттан эмиэ буолуон сөп. Онон оҕо икки өттүттэн психологической охсууну ылыан сөп, тоҕо диэтэр төһөнөн уһундук иитэр дьибэҕэ иитиллэр да, соччонон кини төрөппүт тапталын, сылааһын билбэккэ улаатар.

Оҕо иитэр
дьибэҕэ иитиллэ
тийэр түгэнигэр
сүтүгэ:

Чугас дьонун кытта истин сыһыан. Төһө да төрөппүттэрин сыһыаннара куһаҕанын иһин, оҕо бу ити дьибэ кэргэн кини саамай чугас, билэр дьонно буолаллар. Оҕо син биир үчүгэй буолуо, тупсуохтара диэн эрэнэр. Биир өттүнэн ылан көрдөххө, уруккуттан баар сыһыана киниэхэ стабильность уонна куттала суох буолаллар, биир өттүнэн, оҕо ол ситимин быстабына кини эмоциональной сибээһин сүтэрэр, оччобуна син биир хомойор, хоргутар.

Микросоциум уонна чугас дьонун туһунан билиитэ. Оҕо дьибэ кэргэнэ кини олобун олуга буолар, онно кини олорор, бэйэтин туһунан, хантан сылдыарын, кимтэн төрүттээбин билэр. Ол дьибэ кэргэнин сүтэрдэбинэ киниэхэ чугас улахан дьонуттан тэйэр уонна социальной эмансипацията суох буолар. Манньык оҕо дьонуттан тэйэрэ подростковой сааһын аастабына буолуохтаах. Ол иһин оҕолор, муммут киһи курдук, туруктаах буоллаллар.

Киэн социальной эйгэтэ, доботторун кытта сибээһэ — макросоциум. Ардыгар төрөппүттэриттэн ылбатах сылааһын оҕо доботторун кытта чугас сыһыан нөнүө ылыан сөп. Хас биирдии киһиэхэ добордоох буолара олус суолталаах, онтон дьибэ кэргэнигэр ыарахан сыһыаннаах оҕолорго хас да бүк улахан. Оҕо билиитэ-көрүүтэ, тулалыыр эйгэтигэр интэриэһэ, атын дьонго сыһыана үс сааһыттан сабаланаар, ол барыта, оҕону дьибэ кэргэниттэн араардахха, ыһыллар кутталлаах буолар.

**Обо иитэр
дьиэбэ иитиллэ
тийэр түгэнигэр
сүтүгэ:**

Обо бэйэтин дьиэтэ-уота, маллара. «Мин бэйэм киэнэ» диэн өйдөбүл хас биирдии киһиэхэ олус суолталаах. Онтукатын сүтэрдэбинэ киһи санаарбыан, хомойуон сөп. Дьиэни сүтэри эссө улахан суолталаах. Холобур сэрииттэн куоппут дуу, дьиэлэрин уокка былдьаппыт дуу дьон хайдах курдук ыараханлык ылыммыттарын толкуйдаан. Иитэр дьиэбэ тийбит обо дьиэтин, бэйэтин малларын, таһаһын кытта сүтэрэр. Оонһуур, ас, араас маллар барыта уопсай буолан хаалаллар.

Бэйэтин олобун хонтурооллаабат буолар. Хас биирдии киһи олобор араас тулалыыр эйгэ, дьон, сокуон быраабылаларын тутуһар, ол эрэн хайа суолу таларын бэйэтэ быһаарар бырааптаах. Хомойуох иһин обо иитэр дьиэбэ барарын дуу, барбатын дуу бэйэтэ быһаарар кыаба суох, онно тийдэбинэ эмиэ иитэр дьиэ быраабылатынан улаатар. Дьиэ уонна дьиэ кэргэн, обо олобор олук буолар, ону сүүтэрдэбинэ, барытын сүтэриэххэ сөп диэн санааба тийдэбинэ, олоххо бигэ эрэлэ суох буолар. Куруук тулалыыр эйгэтин быраабылатынан олордобуна, обо пассивнай буолуон сөп, ол аата олобор бэйэтэ быһаарыныны ылынарыгар ыарырбатыан сөп.

Социальной статуһа: «атыттартан ордуга суох». Төрөппүттэриттэн араарыллыбыт обо санааба ылларар, дууһата ылдыбар, ону «бэйэм буруйбар, мин куһағаным иһин» диэн өйдүөн сөп. Ону таһынан дьиэтин, төрөппүттэрин сүтэрбит обобо дьонтон итэбэстээхпин диэн комплекс үөскүөн сөп. Төрөппүттэрбэр наадата суохпун, ол иһин кинилэр мийгин биэрбиттэр диэн санаатабына ол комплекса эссө күүһүрэр, уонна обо социальной статуһум намыһах диэн өйдөбүлгэ тийэр. Атын да дьон иитэр дьиэ оболорун – «өйдөрүнэн мөлөх», «бырыһах», «сокуон кэлһээччилэр» - дии саныылар, ол аата туора да дьон кинилэри социальной статустара намыһах дии саныылар.

Өскөтүн төрөппүт арыгы иһэр түгэнигэр:

Дьыэ кэргэнгэ төрөппүттэр арыгы иһэр буоллахтарына:

1) Дьыэ кэргэн иһигэр быраабыла диэн суох буолар, үксүгэр оҕолор санаалара, ис туруктара чөл диэни билбэттэр, оччобуна инникигэ эрэлэ суох улааталлар.

2) Дьыэ кэргэн олоҕо албынҕа олоҕуруу, үгүс иһэр төрөппүт: «арыгыһыт буолбатахпын, олохпут үчүгэй» диэн кырдыгы кистиир. Оччобуна оҕо кырдыгы дуу, сымыйаны дуу араарарын ыарырҕатар буолар.

3) Иһэр төрөппүт бэйэтэ атын интэриэстээх буолан, оҕо потребностарыгар наадыбат буолуон сөп, оччобуна оҕо төрөппүтүн болжомтоһун сүүйээри араас ньымалары көрдүүр буолар, ол иһигэр куһаҕан дьаллык, сокуону кэһии да тахсыан сөп.

4) Арыгы иһэр төрөппүттэр оҕону иитэр ньымалара, оҕо бэйэтин буруйданар буоларыгар тириэрдэр. Оҕо сыһанын иһин, кини куһаҕанын иһин дьоно арыгы иһэллэр диэн өйдөбүллээх буолуон сөп. Ол иһин бэйэтин буруйданан сабыллан, дьонтон итэбэс курдук сананара саарбаҕа суох.

Арыгы иһэр дьыэ кэргэнгэ хайдах оҕо улаатарый?

1) Оҕо тулалыыр эйгэтигэр, дьонугар эрэлэ суох улаатар, оччобуна бэйэтин ис санаатын кистиир, куттаҕас буола улаатыан сөп.

2) Дьыэ кэргэнгэ улахан оҕо төрөппүттэрин оруолун бэйэтигэр ылынан, олус эрдэ улаатан, төрөппүттэрин, бииргэ төрөөбүттэрин көрөр-истэр, кинилэр иннилэригэр эппиэтинэс ылынар буолар.

3) Төрөппүттэрэ атын интэриэстээх буоланнар оҕо соҕотохсуйар, кимиэхэ да наадата суохтук сананар буолар.

4) Төрөппүттэр оҕону атын киһи диэн аахпаттар, санааларыгар оҕо кинилэр эппиттэринэн сылдыахтаах, тугу соруйалларын оноруохтаах, кинилэргэ майгынныыр, санааларын үллэстэр буолуохтаах диэн эрэнэллэр.

5) Дьыэ кэргэнигэр сылдьан санаабыт санаата: бэйэтин буруйданара, куттанара, кыһыраара, хомойоро, олоҕор сүрүн сирдиир санаалара буолуон сөп.

Арыгы иһэр дьыэ кэргэнгэ 4 оҕо оруоллара:

Дьыэ кэргэн геройа – сүрдээх эппиэтинэстээх, олус кыһамныылаах, дьонно үчүгэй өттүнэн кестө, сөбүлэттэрэ сатыыр, дьон кыһалбатын инники күөҥнэ тутар. Ол иһин олус эрдэ улаатар. Улаатан баран кыайтарыыны сатаан ылыммат буолуон сөп. Тулалыыр эйгэтин тупсара сатаан, олус элбэх бириэмэни аһыан сөп.



Сопова Анастасия, 11 лет, г. Югра

«Бары буруйу сүгээчи» – олус элбэх кыһалҕалаах, бэйэтигэр наһаа элбэх болҕомто ирдиир, «бунтовщик» буолар, бу барыта төрөппүттэрэ наадыбатахтарын, болҕомтолорун уурбатахтарын, тапталларын биэрбэтэхтэрин иһин буолуон сөп. Маннык оҕо бэйэтин көрдөрөөрү араас ньыманы көрдүүр, куһаҕан дьаллык-тан саҕалаан, сокуону кэһиигэ тийэй. Улааттабын бэйэтин дьиэ да кэргэнигэр, үлэтигэр даҕаны олус элбэх ыарахаттары көрсүөн сөп.

Муммут оџо – бэйэтэ онгорбут фантазиятынан олоруон сөп, оччобуна соџотох олорорун ордорор, дьонно утары тылы эппэт, кыбыстаньяан буолар. Кыһалџаба түбэспит дьонно көмөлөһөрүн ордорор, бэйэтин кыһалџатын умнан туран. Бэйэтин уйулџатын уоскутаары арыгы эбэтэр наркотик боруобалыан сөп. Улааттабын аайы дьонтон тэйэн иһэр, соџотох сылдыарын сөбүлүүр буолар.

Тапталлаах оџо, дьизэ кэргэн талисмана, клоун – олус бэһиэлэй, бэйэтигэр оонньоон, күлүү-элэк буолан болџомтону уураар. Олус активнай, элэккэй. Манньык оџо оскуолаџа дуу, саастыылаахтарын кытта дуу кыһалџаны көрүстэбинэ ыарырџатыан сөп. Манньык киһи арыгыга эбэтэр наркотикка түргэнник ылларыан сөп.



НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СҮБЭНЭН»

V ТҮҮМЭХ.

*Ого үеэсээдмт
доис кэргэнэ олоодор аруола*



Оџону дьиэ кэргэнигтэн араарыы араас сабыдыалаах буолар. Кини дьиэ кэргэнигэр убаныыта эрэ буолбакка, социальной уонна психологической балаһыанньата эмиэ уларыйар. Ону тэнэ бэйэтигэр сыһыана, олобу көрүүтэ уларыйар, бэйэтин толорута суохтук сананар.

Кини бэйэтин төрүччүтүн билэрэ:

► Олобун оннун буларыгар көмөлөһөр. Бу дьиэ кэргэннэ оџо суолтатын быһаарарыгар, олоџор сыалын буларыгар олук буолар.

► Оџо сыаналыыр дьонун кытта сибээһин быспата, дьиэ кэргэн туһунан билэрэ, үгэстэрин, историятын умнубата, кини сүтэриитин сымнатар, бэйэтин оннун буларыгар көмөлөһөр. Бу мань барытын оџо санга тулалыыр усулуобуйаҕа үөрэннэбинэ эрэ саҕалыыр ордук.

Оџо үөскээбит дьиэ кэргэнигэр үөрэммит үгэһэ, чугас эйгэтигэр сыһыана, быһыыта, майгыта иитэ ылбыт дьонго уларытар эбэтэр ылынар уустуктардаах буолуон сөп.

► Ол эрэн, оџо уруккутун билэрэ, сибээһин сүтэрбэтэ ордук өскөтүн оџо улаатан, үөскээбит дьиэ кэргэнин билэ сатыыра, ииппит дьонун таптаабатыттан буолбатах. Кини олобун онгосторугар сөбүлэһиини ылыан баҕарар уонна арахсыыга буруйа суоџун билэрэ инники кэскилигэр тирэх буолар. Ол иһин оџо аттыгар баар улахан дьон, кинини өйдүүлэрэ, өйүүлэрэ дирин суолталаах. Оџо олобун историятын билэрэ уонна аймахтарын кытта көрсөн сибээһин быспата күүс-көмө буолар. Онтон иитэр төрөшпүттэргэ ол сибээс оџо куһаҕан поведениетын көннөрөргө көмөлөһөр.

Оџо төрөөбүт дьиэ кэргэнин кытта ситимин сүтэриитэ икки өрүттээх буолуон сөп:

1) Үөскээбит дьиэ кэргэнин мунутуур үчүгэй холобур онгостуон сөп, оччоџуна араас кириитикэни барытын көмүскүүрүү ылынар. Ити түмүгэр манньк холобур буолуон сөп: «мин аҕам уоруйах этэ, мин эмиэ оннук буолуом», «мин аҕам туохтан да куттаммат этэ, кими баҕарар кырбыан сөп, мин эмиэ кини курдук күүстээхпин, хорсун санаалаахпын». Ол аата оџо төрөшпүттэрин майгытын «куһаҕан» диэн ылыммат. Кинилэргэ бэриниилээх буоларын, тардыһыытын көрдөрөр.

2) Төрөшпүттэрин кытта сибээстэрин сүтэрбит оѳолор кин сыһыаннаах буолуохтарын сөп. Оччобуна оѳолор дьизэ кэргэннэ туох да үчүгэй буолбатах курдук куһаҕаннык ылыналлар. Ити кин сыһыан таптал ылбатахтарыттан тутулуктаах. Ол аата дьонго эрэнэллэрэ ыарахан буолуон, инники сайдыытыгар мэхэйдэри үөскэтиэн сөп. Хом санааны истэригэр тутта сылдьаллара, инники олохторугар, дьону кытта истин сыһыан онгостоллоругар мэхэй буолуон сөп.

Бу икки холобурга суруллубут холобурдары оѳо биллэбинэ, олоххо дьингнээх буолбуту көрөрүгэр көмөлөһөр. Маннык түбэлтэбэ социальнай терапевтической үлэ ыытылыннабына, оѳо төрөшпүттэригэр тапталы уонна кинилэри үтүктүүнү араара үөрэниэхтээх. Кини төрөшпүттэригэр олобун иһин махта-ла айылбаттан баар, өскөтүн суох буолар түгэнигэр уйулбатыгар дирин охсуулаах буолуон сөп. Ол эрэн төрөшпүттэрин сыһа-халты туттууларын үтүктүбэккэ, бэйэтэ олобор туруорбут сыалын ситиһэригэр, ситиһиилээх буоларыгар дьулуһуохтаах.

Оѳо хаан-уруу аймахтарын кытта сибээһэ

Хас биирдии оѳо төрөшпүт дьонун туһунан билиэн бабарар. Билбэт түгэнигэр «наадата сухпун» диэн өссө ыараханнык хом санаа буолан хаалыан сөп.

Маннык түгэннэ социальнай сулууспалар оѳо аймахтарын кытта куттала суох ситиминэн хаачыйахтаахтар. Ол эбэтэр бу сибээс оѳо олобор уонна доруобуйатыгар, ону тэнэ иитэр төрөшпүттэригэр куттала суох буолуохтаах.

Онон көрсүһүү нейтральной сиргэ буолара ордук, эпиз-кэ уонна попечительство уорганнарыттан хонтуруоллаах, иитэр төрөшпүттэриттэн сөбүлэнгнээх буолуохтаах.

Иитэр уонна төрөөбүт дьизэ кэргэннэр тус бэйэлэрэ көрсүһэллэрэ сэрэхтээх, өйдөспөт түгэннэр үөскүүллэрэ саарбаѳа суох. Оччобуна оѳо эрэ эмсэбэлиир кутталлаах, төрөөбүт уонна олорор дьизэ кэргэн-нин икки ардын таларыгар.

<p>Ожо итийиэбин туһунан кэпсэтэрин сөбүлээбэт буоллабына</p>	<p>· Ити туһунан кэпсэтииттэн араастаан куотунар, иитэр төрөппүттэригэр миигин төрөөбүккүт дэттэрэр. Ожо 5-6 сааһыгар, эбэтэр тулалыыр эйгэтигэр санга үөрэнэ сылдьар буоллабына инньэ диэн сөп. Кини ити сааһыгар инник гынара тобоостоох. Бу кэмнэ оҕону кэпсэтиэххэ диэн хаайыман, ол эрэн бэйэтэ бэлэм буоллабына сиһилии кэпсэтэрин.</p>
<p>Ожо итийиэбин туһунан кэпсэтиэн багарбат буоллабына</p>	<p>· Бэйэбит аймалҕангытынан оҕону ыгыман, албыннаатым, кистээтим диэн куттаныман, ону ожо сэрэйэн эһигини харыстаан куотунар буолуон сөп.</p> <p>· Ожоо хантан кэлбитэ, кимтэн төрүттээбэ олус улахан суолталаах. Аһаҕастык кэпсэтин, мунутуур санаабытын үллэстин, оччобуна ожо эмиэ арыллан чугаһаҕа.</p> <p>· Ожо уонна төрөппүт олохторугар буолбатах түгэннэри оонньуу нөнгүө хатылаан олоххо киллэриэхтэрин сөп. Холобур пеленкаҕа суулаабатахтара диэн хомойор буоллабына, оонньуу нөнгүө кыһыл оҕону курдук суулаан, таптаан, сыллаан санаатын сымнатыхха сөп. Эбэтэр утуйуон иннинэ, арай биһиги эрдэ көрсүбүшпүт буоллар, ойуулаан, айан көрүөххэ диэн кэпсэтин.</p>
<p>Өскөтүн төрөппүт бэйэтэ иитии туһунан кэпсэтэргэ бэлэм суох буоллабына?</p>	<p>· Оҕону аһынан харахтарын уута кэлиэн сөп, куттанан, айманан барыахтарын сөп. Ол төрөппүттэр бэйэлэрин психологической туруктарын түмүгэ буолуон сөп: сатаан оҕоломмот буоллахтарына, бэйэлэрин буруйдаах сананар буоллахтарына уонна да атын санааттан тахсын сөп. Ол иһин бастатан туран ожо кыһалҕатыттан, бэйэбит кыһалҕабытын араарын. Бастаан бэйэбит кыһалҕабытын быһаардаххытына эрэ ожоо көмө буолуоххут.</p>

Ожо «ыраас кумаабы» буолбатах, кини бэйэтэ историялаах

▶ Үксүгэр иитэр төрөппүттэр ожо хаан аймахтарын кытта сибээһин быһыахтарын баҕараллар. Улааппыт, эбээтин, эһээтин, бииргэ төрөөбүттэрин уонна төрөппүттэрин билэр уонна өйдүүр оҕоттон, дьиэ кэргэнин кытта сибээһэ суох оҕону ыллаларын ордоруохтарын сөп. Ол эрэн төрөппүттэрин таптыыр ожо уйулҕата доруобай буолар, дьонно сылаас сыһыан баарын билэр, эрэнэр. өскөтүн таптыыры сатыыр буоллабына, олоҕор киирбит санга дьону эмиэ таптыыр буолар.

▶ Ханнык баҕарар төрөппүттэрин сүтэрбит оҕону таптаан, сыллаан, кууһан өйөөтөххүнэ, кини этэннэ буолуо. Ол эрэн кини төрөппүттэрин кытта сыһыана истин эбит буоллабына, арай оһол, ыарыы, сэрии кинилэри араарбыт буоллабына. Оччоуна ожо аһытын аһарыннабына, санга таптыыр дьонно арыллар, тобо диэтэр кини истин сыһыанна үөрүйэх.

▶ өскөтүн ожо истин сыһыаны билбэккэ кэлбит буоллабына, иитэр төрөппүттэртэн олус элбэх тулуур эрэйиллэр. Кинини санаттаан истин сыһыаны холобур оностон уорэтэргэ бэлэм буолун.

▶ Ол иһин төрөппүттэригэр чугас, истин сыһыаннаах оҕолортон куттаммакка, кинилэри арыйарга, сайыннараарга олус үчүгэй олук буолар. Онон оҕону «биһиги дуу, кинилэр ду?» диэн талларбакка, таптыырын боппокко, хаайбакка иитэр ордук. Бобуулаах сылдьан таптал көнгүллэммэт диэн өйдөбүлгэ тийиэн сөп. Онон, ожо төрөппүттэрин кытта сибээстээх буоллабына, иитэр да төрөппүттэригэр тапталлаах, чугас, истин сыһыаннаах буолар.

Өскөтүн...

Ожо төрөппүттэригэр убаастабыла суохтук сыһыаннаһар буоллаххытына

► Өскөтүн, ожо төрөппүттэрин убаастаабат, ахсарбат буоллаххытына, ожо ону этинэн-хаанынан, өйүнэн-сүрэбинэн сэрэйэр уонна билэр. Билэр, Төрөөбүт дьиэ кэргэнин убаастаабаккытын сэрэйэр түгэнигэр, кини бэйэтигэр сыһыана эмиэ уларыйар. Бу түгэннэ ожо хаан-уруу аймахтарын убаастахтааххыт, ытыктыхтааххыт диэн буолбакка, кинилэр оҕону төрөппүттэрэ, ол аата кини олоҕор син биир оруолу оонньууларын билэн сымнабастык сыһыаннастааххытына, ожо санаатыгар, ис туругар, дьону кытта сыһыаныгар үчүгэй холобур буолуоҕа.

Ожо төрөппүттэрин кытта сибээс тутара наадата суох дии саныыр буоллаххытына

► Ожо төрөппүттэрин кытта кэпсэппэт, сибээһин тутпат буолабына соһуйуман. Кини санга тулалыыр эйгэтигэр, дьонугар үөрэнэр кэмигэр, аралдьыйан дьонугар наадыйбата сөптөөх быһыы. Ону тэнэ, оҕону төрөппүттэриттэн соторутаабыта араарбыт буоллахтарына, дьон сүтэрбит курус санааҕа ылларыан сөп. Өссө биир түгэнинэн буолуон сөп, ожо төрөппүттэриттэн психологическай охсууну ылбыт буоллабына, кинилэртэн куотунар, куттанар буолуон сөп. Ол эрэн ожо төрөппүттэрин көрсүөн баҕарбат буоллабына, куруук оннук куотунуо диэн буолбат, ол аата кини бу кэмнэ бэлэмэ суобун көрдөрөр. Соробор иитэр төрөппүттэрин хотумумаары, ол санаатын кистиир буолуон эмиэ сөп. Ол эрэн ожо син биир төрүччүтүн билиэн баҕарыаҕа, оччобуна кини эһигини кытта аһаҕастык кэпсэтэр кыахтаабын билиэхтээх.

Өскөтүн ожо аймахтарын хайдах көрсөрүн билбэт буоллабына?

► Ожо бастакы кэмнэ хайдах дьонун көрсөрүн, тугу кэпсэтиэн сөбүн сүбэлээн биэриэххитин сөп. Бастакы кэмнэ бэйэбит көрсүһүүгэ баар буоларгыт булгуччулаах, бэйэбит эмиэ ожо аймахтарын биллэххитинэ, билистэххитинэ эрэ оҕону эрэнэр буолуохтут. Хайдах да түгэннэ, эһиги ожо иитэр төрөппүтэ буолабыт, ол аата ожо иннигэр эһиги эппиэттигит.

**Ожо аймахтарын кытта көрсөн майгыта,
тутта-хапта сылдыра уларыйдабына?**

► Ожо аһаабат, утуйбат, санарбат эбэтэр кыһыһырымтабай буолуон сөп, сорох оҕолор ыалдыахтарын да сөп. Ол аата төрөппүттэрин кытта алтыһара киниэхэ куһаҕаннык дьайар. Ол эрэн манньк быһыы бастакы кэмнэ буолуон сөп. Ити аата ожо аймахтарын кытта ыарахан сыһыаннааҕа биллэр, онтукатын ожо аһарынан инники уоскуйуохтаах.

**Өскөтүн эһиги «ожо кинилэри холобур онгостон олоҕор элбэх эрэйи
көрсүө» диэн куттанар буоллаһхытына?**

► Манньк түгэннэ төрөппүттэр бири өйдүөх тустааххыт, ожо төрөппүттэритэн ылар хаана, дьобура, кыаҕа — кини наследията. Ону эһии иитэр төрөппүттэр онтон куттанан оҕону онтон куоттаран, харыстаан, оҕо эһии эрэл уураллара, кинини ордук күүрдүн, ыһыан сөп. Оччобуна оҕо ыһыһыйан сыһа-халты үктэниэн сөбө ордук элбиир.

Биир иитэр дьиэ кэргэнтэн холобур...

Катя, 4 саастаах.

Кини төрөппүттэрэ наркоманнар эбит. Куһаҕан дьаллыктарыттан сылтаан оҕолорун сатаан көрбөтөхтөр, ол иһин төрөппүт быраабьттан быспьттар. Аймахтара оҕолору ылбакка Катя 2 сааһыгар оҕо дьиэтигэр тиийэр. Иитэр төрөппүттэрин кьтта бастакы көрсүһүүтүгэр кинилэргэ чугаһаабат, иитээччиттэн арахпат. Хаста да көрсүбүттэрин кэннэ син биир иитээччилэриттэн тэйбэт. Катяны ылаары гьмьттарыгар барыан баҕарбат. Айаннаан иһэн массыынаҕа куттаммыттыы күүрэн олорор. Дьиэтигэр тиийэн иитэр төрөппүттэрин 7 уонна 4 саастаах оҕолорун көрөн уоскуйар, санаатыгар саҕа группаҕа киирбиттии уоскуйар. Оҕолору кьтта төрөппүттэрэ эрдэ Катя туһунан кэпсээбит, биһиги дьиэ кэргэммит чилиэнэ буолуо диэн сэрэппит буолаллар. 6 ый кинилэри кьтта олорон Катя саҕа дьиэ кэргэнигэр үөрэнэр, чугаһыыр. Иитэр төрөппүттэр Катя эбээлээх эдьиийин кылаабынай быраас нөҕүө булаллар уонна сибээстэһэллэр, ыалдьыттыы ыгыраллар. Катя эбээтэ оҕону сатаан иитиэм суоҕа диэн куттаммыт эбит, ол эрэн кини туһуттан наһаа долгуйар эбит. Катя эбээтэ сүрдээх үлэһит, сэмэй киһи эбит. Иитэр төрөппүттэр Катя эбээтэ баарын иһин үөрэллэр, оҕолорун историятын, кини дьонун туһунан билэллэр. Ол билэллэрэ Катяҕа төрөппүт буолалларыгар, оҕолоро убаай буолалларыгар мэйһидээбэт.

VI ТҮҮМЭХ.

*Одо сана гэвч кэргэнчээ
адагтаацьята*



Адаптация – төрөшпүккэ уонна оҕо олуус уустук кэм. Хас биирдии оҕо араастык ааһар. Олуус улахан оруолу оҕо сааһа, майгыта, элэккэйэ быһаарар. Урукку уопута эмиэ сүдү суолталаах. Холобур, иитэр дьиэбэ улааппыт оҕо уонна дьиэ кэргэнгэ иитиллэр оҕо араас-араастык санга усулуобуйа бэйэтин көрдөрөр. Уопут көрдөрүүнэн, оҕо адаптацията стадиялаах.

Бастакы стадия «идеалы кэтэһии» – оҕо уонна төрөшпүт икки өттүттэн кэтэһэллэр. Хас биирдиилэрэ олуус элбэби эрэйэр, сөбүлэттэрэ сатыыр. Биир ый кэрингэ кэнниттэн дьингнээх сыһыан олохтонон идеальной хартыынатын алдьатар, оччобуна бастакы кризис сабаланаар: оҕо үөскээбит дьиэ кэргэнин кытта ситимин быспат, санга дьиэ кэргэнигэр өссө оннук сибээс суох. Санга быраабылаларга, усулуобуйа үөрэнэригэр өсөһөн, төттөрүлэһиэн сөп. Ол түмүгэр, өйдөспөт буолуу баар буолар, ол бэйэ-бэйэбэ үөрэни кэмигэр баар буолара саарбаба суох.

Иккис стадия «кирии», адаптация бэйэтэ. Ол бэйэ-бэйэбэ үөрэни кэмигэр баар иирсээннэр сотору-сотору хатыланаллар, бириэмэ аастабын аайы абыһаан бараллар. Ол аата оҕо уонна төрөшпүт бэйэ-бэйэлэрин кыраныыссаларын билэллэр, кинилэр, майгыларыгар үөрэнсэллэр.

Тоџо бу бириэмэџэ оџо кыыһыраый?:

Чугас дьонун сүтэрбит оџо иитэр дьиэ кэргэнигэр ол хатыланытыттан куттанар. Ол иһин иитэр төрөппүттэрин араастык кыыһырда сатыахтарын сөп. Оччоџуна төрөппүт akkaaстаннаџына кинилэр олохторугар буолбут уопуттара хатыланар.

Бэйэлэрин истэригэр үөскээбит истинг сыһыаннарын кистиэхтэрин сөп. Тоџо диэтэр, кинилэр улахан дьон өттүтгэн урукку олохторугар араас куһаџаны билбит буолуохтарын сөп.

Төрөппүттэрин сүтэрбит, кинилэри ахтар оџо эмиэ ньиэрбинэйдиирин көрдөрүөн сөп.

Үөскээбит дьиэ кэргэнигэр үөрэммит сыһыанын хатылаан иитэр төрөппүттэригэр көрдөрөр. Кини санаатыгар бу сөптөөх быһыы.

Хайдах быһыы-майгы бу дьиэ кэргэнгэ көнүллэнэрий диэн бэрибиэркэлээри кыыһыар буолуохтарын эмиэ сөп.

Инники ыарахан усуллубуйаџа иитиллибит оџолор, бэйэлэрин куһаџан майгыларын көрдөрөллөрө баар суол. Оччоџуна иитэр төрөппүттэр истинг сыһыан олохтууларыгар өссө эбии ыарахаттары көрсөллөр.

Төрөппүттэргэ:

- ▶ Истинг сыһыан түрэгэнник олохтоммот.
- ▶ Инникигэ эрэлгит баар буолуохтаах, кыра да уларыйыылары өйдөөн көрүн.
- ▶ Социальной үлэһиттэртэн көмө көрдөһөргүтүн умнуманг.

Бастакы бэйэ-бэйэџэ үөрэнсии кэммитгэн бу стадияџа улахан дьон оџо туһунан быдан элбэџи билэллэр, ордук өйдүүр буолаллар. Оччоџуна оџо өтүтгэн дьиэ кэргэн сыанабылын билэр буолар, төрөппүттэригэр өсөһөрө, бара сатыра аџыйыыр. Бу кэмнгэ төрөппүттэр үөскээбит иирсиини быһаардахтарын аайы оџо баџа санаатын өйдүүр, кинини кытта ситими тутар, истинг сыһыан

олохтуур буолан иһэллэр. Бу сыл анаара кэриэтэ кэм улахан ситиһиитинэн буолар, бэйэ-бэйэни өйдөһүү, бэйэ бэйэбэ «аттыбар өрүү баар» диэн эрэл санаа.

Үһүс стадиянан буолар «тэҥнэһии». Бу бириэмэбэ дьэ кэргэн үөскээбит ыарахаттарын бэйэтэ ааһар буолар, психолокка тийэрэ абыыыр. Оболор бэйэлэрин урукку олохторун ыйытар, интэриэһиргиир буолаллар. Айан кэпсиир дьобурдара арыллыан сөп. Ол кэпсээннэригэр уруккутун ордук өттүнэн ойуулаан, билинни олобун кытта холбоон кэпсиэн сөп. Оччобуна оҕо өйүгэр-санаатыгар тутарын курдук, киниэхэ альбом оноруохха сөп.

Итиллэр оҕо үөскээбит дьэ кэргэниттэн туора барыыта төрөппүттэриттэн араарыттан саҕаламат, кини сана дьэ кэргэнгэ киирэн үөрэнэригэр дьэ саҕаланар. Ол иһин оҕолорго бу бириэмэбэ олус күүстээхтик курус санаа киирэр, хомойоллор, хоргуталлар.

Кыһалҕаны ааһар стадиялар:

Буолбуту билиммэт. Бастатан туран оҕо өйүгэр дьонуттан арахан сана олох салҕалаан ээрэ өйүгэр киирбэт. Сана дьэ кэргэнгэ киирэн баран, оҕо курус санаатын кистиир, билиммэт. Ол эрэн бу ыар санааны оҕолор өр сатаан истэригэр тутта сылдыбаттар, төлө барыахтарын, доруобуйаларыгар охсуон, эбэтэр майгыларыгар, тутта-хапта сылдыалларыгар көрдөрүөхтэрин сөп. Ол эбэтэр ыһыллаҕас, сэниэтэ суох, хаппырыыс буолуохтарын, боруога суох ытыахтарын, үөрэхтэрэ мөлтүөн, түүн угуйбат буолуохтарын, эбэтэр аһыра уларыйан сөп.

Бу бириэмэбэ оҕо кыһырыар эбэтэр киниэхэ араас курус санаалар үөскүүлэр:

Ахтылҕан. Бу санааҕа сиэттэрэн, оҕо төрөппүттэрин көрдүүр, көрсө сатыыр. Төрөппүттэрин сүтэрбит ыар санаатыгар, төһө да куһаҕан сыһыаннаахтарын иһин, кинилэргэ талаһар, ахтар.

Уордайы. Бу кин санаа кимэхэ баҕар ананыан сөп, эбэтэр иһигэр тутта сылдыар буоллаҕына, хаһан баҕарар кыһырыан сөп. Бу санаа бэйэлигэр да сыһыаннаах буолуон сөп, «куһаҕан буоламын, төрөппүттэри миигиттэн akkaастаммыттара» дии саныыр буолар. Ону тэнгэ хаалларбыт төрөппүттэрин «таннарбыттара» дии санаан абааһы көрөллөрө эмиэ баар суол. Этиллибитин курдук, бу кин санаа кимэхэ баҕар ананыан сөп: кинилэри араарыт полицияҕа, эпикэ уонна попечительство үлэһиттэригэр, иитэр төрөппүттэригэр.

Депрессия. Төрөштүттэрин сүтэрбит оҗо тууйулар, курус санааҗа ылларар. Маннык турукка сылдыар оҗо өссө төгүл өйөбүлгэ наадыйар.

Буруй. «Тоҗо бу түгэн миигин таарыйда?», «Мин куһаҗаммын», «Мин ийэм уонна аҗам тылын истибэккэбин, кинилэргэ көмөлөспөтөбүм иһин миигин кинилэртэн араардылар». Төрөштүттэрин сүтэрбит оҗолортон маннык тыллары истиэххэ сөп. Бу арахсыы тоҗо буолбутун өйдүү сатаан, оҗо эппиэтинэһи бэйэтигэр ылынар уонна буруйдаахтык сананар. Ону таһынан өскөтүн иитэр төрөштүттэрин кытта истинг сыһыаннаахтык, баайдык, ачыктаабакка, этэнгэ олорор буоллаҗына.

Аймалҗан. Саҗа дьыэ кэргэнгэ тийэн оҗо миигин ылыныа, таптыа суохтара диэн долгуйуон уонна айманыан сөп. Эбэтэр бэйэтин, төрөштүттэрин, иитэр төрөштүттэрин туһуттан долгуйуон сөп. Сорох оҗолор, өскөтүн төрөштүттэриттэн хаҗыс быһыны, тыйыс сыһыаны билбит буоллахтарына, кэлэн миигин былдыахтара диэн айманаллара, куттаналлара саарбаҗа суох.

Бэйэлэрин буруйданаллара уонна долгуйаллара үөскээбит дьыэ кэргэннэригэр истинг сыһыаннаахтарын иһин үөскүүр, ол иһин бэйэлэрин таннарыахсыт курдук сананаллар.

Туох оҗоҗо адаптация ааһарыгар көмөлөһөрүй?	
Чопчу билии	Оҗоҗо тиййбит сиригэр туох күүтэрин, туох быраабыла баарын чопчу билэрэ наада. Кылгастык уонна өйдөнүмтүөтүк туох күүтэрин быһааран биэринг.
Санаатын чэпчэтии, өйөөһүн	Өскөтүн оҗо курус санааҗа ыллара сылдыар буоллаҗына, кууһан олорон быһаарын «хас биирдии киһи чугас дьонуттан тэйдэбинэ маннык санаа нөнгүө ааһар, саҗа сиргэ тийдэбинэ хомойор, уруккутун ахтар буолар, ол эрэн инникитэ наар маннык буолбат» диэн. Тугу баҗарарын оҗону кытта сүбэлэһинг. Өскөтүн ытыыр буоллаҗына ытаатын, тыынын таһаардын, дьэ ол кэннэ сааратын, кэпсэтинг. Бу бириэмэҗэ аттыгар олорон кууһаргыт, имэрийэргит олус суолталаах.
Көбүлээһин төрөштүттэ өттүттэн	Оҗо туох санаалаах сылдыарын, хайдах үөрэҗэ, дьарыга барарын интэриэһиргээнг. Бэйэбит истинг сыһыаны бастакынан олохтоонг, оҗоҗо, баҗар, ордук элбэх бириэмэ наада буолуо, ол иһин истинг эппиэти тутта күүтүмэнг. Оҗо төһө да кыһыра, уордайа, тэйиччи тутта сылдыар буоллҗына тулуурдаах буолунг.

Ахтыы көнгүлэ	Оҕо бэйэтин историятын, дьиэ кэргэнин туһунан билиэн баҕарар кэмэ кэлиэбэ. Ол бириэмэбэ бэйэбит дьарыккытын туора уурун, эбэтэр бу кэпсэтиигэ туспа бириэмэтэ анаан.
Өйдөбүннүк маллар	Хаартыскалар, оонньуурдар, таҥас эбэтэр мал-сал оҕо урукку олобун кытта ситим буолар. Хас биирдии оҕо төрөппүттэриттэн тэйбит эбэтэр төрөппүттэрин сүтэрбит буоллабына кинилэр тустарынан туох эрэ өйдөбүллээх буолуохтаах. Ону кистиир эбэтэр кини көнгүлэ суох тыытар бобулар.
Араас дьарыгар сүбэ буолун	Үксүгэр оҕолор санга олох саҕалыыларыгар уолуйан, ыксаан хаалыахтарын сөп. Ол иһин эһиги көмөбүтүгэр уонна өйбүлгүтүгэр наадыйаллар. Туох көңүллэнэрин, тугу гыныахтарын сөбүн биир сүбэнэн быһаарын. Оҕо сыһа-халты тутуутун сиилээмэн, төттөрүтүн сүбэлээн, өйдөтөн, өйөөн биэрин.

Истинг, иһирэх сыһыан көмөлөһүө:

- ▶ Бииргэ оонньуургутугар, оҕону кытта дьарыккытыгар;
- ▶ Диебэ баар түбүгү үмүрүтэргитигэр;
- ▶ Оҕо интэриэһин кэпсэтэргитигэр, биир санааны буларгытыгар;
- ▶ Оҕо ис санаатын, үлүһүйүүтүн үлэстэригэр, кыһалҕаламмытын кэпсиригэр (өскөтүн төрөппүттэргэ соччо суолтата да суох буоллар, оҕо олу сулахан суолталаах буолуон сөп);
- ▶ Оҕо хомойо сылдыар кэмигэр, өйбүл буларгытыгар;
- ▶ Оҕо ыарыйдабына көрөн-харайан истинг сыһыаннаах буоллахытына чугаһатыа.

Сүбэлэр:

Обону үөрэтин, уларыта сатааманг. Хайдах туттуохтаабын, тугу гыныхтаабын быһааран биэринг, тугу сыһа гыммытын сиилии, мөбө сылдыманг.

Бары быраабылалар өйдөнүмтүө буолуохтаах. Быраабыла этэргит сағана оҕо сангараргытын өйдүөхтээх. Ыарахан тылынан эпиккитин тутуспата саарбаҕа суох.

Тоҕо быраабыла баарын быһааран биэринг. Кыаллар буоллабына оҕо интэриэһигэр олобуран былаабыланы олохтоонг. Өскөтүн оҕо интэриэһэ суох буоллабына, атын дьиэ кэргэн чилиэнин бағатыгар олобурунг. Холобур баар буоллабына оҕо өйдүүрүгэр чэпчэки.

Быраабыла араастык уларыйар буолуон сөп. Өскөтүн быраабыла соччото суох уонна үчүгэй түмүккэ тириэрдибэт буоллабына, уларытын.

Бу кэмнэ санга дьиэ кэргэн чилиэнэ кинини күүшүттэрин, кэлэригэр бэлэмнэммиттэрин билиэхтээх. Оччобуна дьиэ кэргэнгэ киирэрэ уонна үөрэнэрэ чэпчиир.

Оҕо кэмлөһөр туһуттан тугу гыныххытын сөбүй?

Өскөтүн оҕо быһыыта-майгыта алдыаннабына, холкутук үөскээбит кыһалҕаны быһаарын.

Болҕойон толкуйдаан көрүн, тоҕо оҕо бэйэтин итинник көрдөрөрүн: туохтан эрэ хомойбутун, куттаммытын, кыһырбытын, кыбыстыбытын, бэйэтин наадата суохтук санаммытын, туох санаалаах сылдыарын таайа сатаанг.

Оҕоттон туох буолбутун ыйыта сатааххытына, эппиэти булбаккыт буолуо, ол иһин таайа сатаанг. Ыйыттаххытына бэйэтин көмүскэнэн араастаан эппиэттиэн сөп.

Бу түгэнгэ оҕо тугунан көмөлөһүөххүтүн сөбүн толкуйдаанг.

Мөхпөккө оҕо быһыытын, майгытын хонтуруоллаанг, наада буоллабына өйөөнг, кэпсэтиңг.

Ожо буруйугар миэрэ ылаххытына ожо санга үчүгэй быһыыга-майгыга үөрэммэт. Ол улахан кини абатын таһаарарыгар туттар. Ожону соботох хаалларар эбэтэр наадыйбат буолар табыллыбат. Оччобуна ожо «миигин ылымматтар» диэн санааҕа тийийэн сөп. Ол иһин ожо кини санаатын өйдүүргүтүн этинг, ол эрэн кини быһыыта, майгыта туохтан табыллыбатын быһаарын. Ол аата куһаҕан майгытын хайбаанг диэн буолбатах.

НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СҮБЭНЭН»

VII ТҮҮМЭХ.

Мурэх сэлхэн абгана



Ожо саас диэн — кыра эрдэхтэн хайдах олохтоох-дьаһахтаах, культууралаах, туох үгэһи тутуһарэйгэбэ үөскээн обществоба бэйэ миэстэтин булуу тутулуктанар кэмэ.Бэйэтин көмүскэнэр кыага суох кэмигэр кырачааны хайаан да ким эрэ көрөрө-истэрэ ирдэнэр. Ити соругу толорууга айылҕаттан бэйэбэ истинник, чугастык санаһыы программата баар: төрөшпүт ожо туһугар кыһаллыыта, кини туһугар долгуйууга, көмүскэллээхпин диэн өйдөбүллэниитин ситиһии, ожо астыныытыттан үөрүүтэ-дьоллонууга.

Оттон ожо өттүтгэн эмиэ туспа программа үлэлиир:

▶ Аттыгар мэлдьи улахан киһи болҕомтого баарын билии, кинини кытта ыкса сибээһи сүтэрбэккэ тутуу.

▶ Ожо төһөнөн кыра да, оччонон улахан киһи хаһан баҕарар көмөбө кэлэригэр эрэллээх буолууга киниэхэ ураты суолталаах.

Наукаба истинг санаһыы кими эрэ чугастык ылыныы, диригиник өйдөһүү, туохха барытыгар бэриниһлээх сыһыанга тирэҕирбит өй-санаа быһыытынан этиллэр.

Маны барытын күннээби олоххо хайдах көстүүнэн быһаарыахха сөбүй?

Ожо биир сааһыгар бэйэтин дьонум уонна туоралар диэн быһаарар буолар. Бэйэ дьоно — кини хайа да түгэннэ эрэнэр төрөһпүттэрэ уонна чугас дьоно.Бизс ыйдааҕар кинини кэлбит ыалдьыт барыта илиитигэр ылыан, көтөбүөн сөп, оттон биир сааһыттан ыла ол кыаллыбат: ожо «бэйэтин дьонун» көрдөөн төбөтүн эргичиннэтэр, ытыыр-хаһыытыыр.

Ол курдук, уулуссаба төрөһпүттэрин сүтэрдэбинэ ожо биир сиргэ хамсаа-бакка туран ытаан барар. Үгүс төрөһпүт онтон кыйаханар, ожо түгэнник кинилэргэ кэлбэтэбинэ кинини хаалларан баралларынан куттуулар.Оттон ожо бу түгэннэ сүттүм да туруохтаахпын, бэйэм дьонум кэлэн булуохтара диэн өйдөбүллээх. Үс сааһыттан арыый да толкуйа дэ тобуллан барар.

Устук түгэн тирээтэбинэ ожо ийэтигэр тиийэр. Маннык кэмгэ быһыһыр-абырыыр кинитэ кини аттыгар мэлдьи баар буолара ордук.

Иитэ ылар төрөһпүт ожо сайдыытыгар мэхэйдэри туоратыыга, кинини кытта сангалыы чугас сыһыаны олохтооһунга күүс-көмө буолуохтаах.

Хас биирдии ожо истинг, чугас сыһыанга наадыар. Кини туһугар кыһаллыы, тапталга олоһурбут бөбө-таҕа сыһыан баар буоллабына ожо көмүскэллээбин, туох да куттал суоһаабатын өйдүүр. Ити барыта суох түгэнигэр иитэ ылбыт дьыэ кэргэннэ

оџо бэйэтин туора киһи курдук сананар. Ону сана төрөппүттэрэ өйдүүллэр эээри, хайдах кинини кытта чугасаналларын кыайан тобулар кыахтара суох.

Букатын кыра эрдэххэ ылбыт эмоциональнай охсууларбыт улаатан да баран ордук төрөппүттэрдиин сыһыаммытыгар улахан дыайы-лаах буолаллар. Барыта оџобун кытта хайдах сыһыаны олохтуургуттан тутулуктаах.

Манньыкка түбэспит оџону өйдүүргэ уонна олоххо мистэттин буларыгар көмөлөһөр инниттэн научнайнай чакчыларга тирэниэххэ наада. Английский учуонай, бэйэ-бэйэбэ убансыы теориятын төрүттээчи Джон Боулби уонна кини биир санаалаахтара оџо чугас дьонун, ордук ийэтин эбэтэр кинини солбуйар сирэйи кытта эмоциональнай сыһыана өй-санаа, күүс-уох өттүнэн, уопсай сайдытыгар хайдах дыайарын билээри элбэхтик кэтээн көрүүлэри ыппыттар.

Тулаайах уонна куһаҕан дыаллыкка убаамыт дыиэ кэргэн-нэр оџолоругар аналлаах тэрилтэ көрүүтүгэр-харайытыгар аҕалылыбыт иитиллээччилэр ортолоругар киһилии, истин сыһыан диэн өйдөбүл кэһиллибит буолар. Манньык оџолорго дыиэ кэргэннэ эмоциональнай да, физическэй да өттүнэн мэлдьи куттал суоһуохтаабын курдук өйдөбүл ингэн хаалбыт. Ардыгар оџо бэйэтин төрөппүттэриттэн эбэтэр үчүгэйдик саныыр иитээччилин арахсыыта сана дыиэ кэргэнигэр (тулалыыр эйгэтигэр бүттүүнүгэр) өстүүүнү, абааһы көрүүнү, итэбэйбэт буолуутун, салгыы истин сыһыан олохтонуутугар мэхэйдэри үөскэтиэн сөп.

Бэйэ-бэйэбэ убансыы олохтонуута

Сана дыиэ кэргэннэ наадыар оџо үксүгэр чугас дьонун бэрдэ суох сыһыаныттан, төрөппүттэриттэн арахсыыттан эмоциональнай охсууну ылар. Сорохторго улахан дьон өттүтэн кыһамны суобун ааһан, ардыгар букатын да кырыктаах быһыыны-майгыны эттэринэн-хааннарынан билэллэр. Ити барыта сана дыиэ кэргэннэ сыһыан олохтонуутугар суола-иһэ суох хаалбат. Бэйэбит чугас дьоннугунаан, кылааһынныыктаргытынаан сыһыангытын өйдөөн ылын эрэ. Эһиги итэбэлгитин түһэн биэрбиттэри, эһигини атаҕастаабыттары кытта сыһыангыт хайдах этэй? Эһиги ону барытын түргэнник умнубуккут буолуо, сыһыангыт уруккунан хаалбыта биитэр өссө тупсубута буолуо дии санаабаппын. Эһиги кэлин

оннук дьоннуун сибээскит уонна добордуу сыһыанныт суоҕа буолуо. Оттон арай ити «таннарыахсыт» эниги ийэбит, аҕабыт, дьибэ кэргэннит буоллун? Барахан түгэн.

Харыстыахтаах, көмүскүөхтээх чугас дьонноруттан таннарыны билбит оҕолор, төһө да баҕарбыттарын иһин, кимиэхэ эрэ итэбэйэн олохторун санаттан саҕалыыллара олус уустук. Ол итэбэли ситиһэргэ бириэмэ наада. Төһө кэм наадатын ким да билбэт.

Ити кэтээн көрүүлэр түмүктэринэн оҕо төрөппүт өттүттэн сылаас сыһыаны, тапталы билбит буоллабына:

▶ тус бэйэтин сыаналананыта сайдар, тулалыыр дьон аһыныгас санаатыгар итэбэйэр;

▶ улаапытын да кэннэ тулалыыр дьоннуун үтүө сыһыаннаах буолар;

▶ инники олобор төрөппүт быһыытынан үгүс үтүө үөрүйэхтэнэр;

▶ интеллектуальной, эмоциональной уонна психической сайдыыта улахан охсуута суох ааһар.

Иитэ ылбыт төрөппүттэр оҕо букатын кыратыгар биитэр барыны бары өйдүүр сааһыгар төрөппүттэринээн арахсыыта, чугас киһитин сүтэриитэ уйулҕатыгар улахан охсуулаабын таба өйдүүллэрэ улахан суолталаах. Тулаайахтар кыһалбаларын билбэт киһи оҕо сана дьибэ кэргэнигэр олус судургутук бэйэтин миэстэтин буларын курдук саныыр: онно барыта үчүгэй, ыраас-хороос, туох да «дьибэгэ суох» төрөппүттэр, дьоллоох олох! Хомойуох иһин, олоххо оннук буолбатах. Манна бэйэни аптаах курдук сананыы туһата кыра. Бэйэ-бэйэбэ убансыы сыыйа баар буолар, ону түргэтэтиини оҕону иитэ ылар төрөппүттэр эрэ тулуурдаах сыһыаннарынан, ардыгар анал идэлээх дьон көмөлөрүн туһанан ситиһиэххэ сөп.

Мантан аллара оџо барыга ааһар бэйэ-бэйэџэ убансыы түһүмэхтэрин холобурдуохпут!

Төрөппүттэр соруктарынан буолар: оџо сааһын уонна хайа түгэнтэн бэйэ-бэйэџэ убансыы сайдытыгар кэһиллии тахсыбытын тэннии тутан көрүү.

Эт-сиин нөнгүө (1 сааһыгар диэри)

Оџо таарыйыы, сыт нөнгүө ийэтигэр убанар. Ол да буоллар, атын да киһи көрүүтүн-истиитин ылынар.

Эн эппиэккэр киирбит киһи хас саастаабыттан тутулуга суох эһиги дьэ кэргэнгэ баар үгэстэртэн, сиэр-туом ылаллар: бардахха-кэллэххэ, утуйуох иннинэ сыллаһыы-куустуһуу, эйэргээн таптайыы, массажтааһын, о.д.а.

Майгынната сатааһын (2 сааһыгар диэри)

Кырачаан киһи улахан дьон хайдабый да, ону үтүктэн киирэн барар. Кини ордук чугастык мэлдьи аттыгар баар киһини ылынар.

Үкчү эһигини үтүктэр буоллабына оџону күлүү-элэк онгостуман. Ити киһи эһиэхэ убаныытын, эһиэхэ майгынныры сирбэттин көрдөрөр.

Бэйэ оннун булуһуу (3 сааска диэри)

Оџо дьэ кэргэнгэ бэйэтин миэстэтин туһунан толкуйдуур. Кини «миэнэ», «эйиэнэ», «биһиэнэ» диэн тыллары өйдүүр, «мин мань баџарабын», «бу миэнэ»диир буолар, ол аата өйүнэн-санаатынан манна бэйэтин оруолун булуһарга сананар.

Оџо эһиги дьэ кэргэнгэ бэйэтин туора киһи курдук тут-тубат буоллабына ону ылыныы, өйөөһүн, «бэйэн хоскор аас», «бэйэн остуолгун хомун, «бу биһиги дьээбит» диэн тылларынан күүһүрдэн биэри олус улахан суолталаах.

Тус бэйэ суолтатын туһунан өйдөбүл (4 сааска диэри)

Бу түһүмэххэ оџо кинини таптылларын билэрэ олус улахан оруоллаах. Кини «Ийэ, эн миигин таптыгың?» диэн аһаџастык ыйытыан сөп. Ардыгар оџо бэйэтэ да билбэтинэн туох эрэ үтө быһыыны онорон хайџалы, тапталы, сылаас сыһыаны ситиһэ сатыр.

Сага дьиэ кэргэннэрэ кинилэри үчүгэйдик ылыналларын туһугар саналарынан-ингэрэллэринэн, үчүгэйи оноро сатаан кыһаллаллар. Араас ыйытыктарга үтэн-анһыан көрөн эппиэттээбэккэ, судургутук оҕобутун аан манһнайгы күнтэн таптаабыккытын, кини баара эһиэхэ хайдах курдук үчүгэйин туһунан, о.д.а. тылларынан кэпсэтин. Оҕо дьиннээх дьиэ кэргэнин, ааспыт олоһун санатыман. «Эһиэхэ хайдах манһык сыһыаннаспыттарай», «биһиги эн төрөппүттэргиттэн быдан ордукпут» диэн этиилэр кини үөрүүтүн, эһиэхэ тапталын күлүгүрдэр дьайыылаах буолуохтара.

Өйүнэн-санаанан убансы (5 сааска диэри)

Оҕо күндүтүк саныыр дьонугар сыһыана кини быһыытыгар-майгытыгар салһанар. Кырачаан киһи араас ньыманан төрөппүттэригэр бэйэтин сыһыанын, тапталын биллэрэ сатыыр.

Итиллээччилэргит бэлэхтэрин болһомтото суох хаалларыман, альбомһа, папкаһа мунһун, оттон көстөр сиргэ ыйанан туралһара өссө ордук. Оһолор тылынан билиниилэригэр, эһиэхэ бэрт буола сатаан кыһаллыларыгар кууһан-сыллаан эппиэттээн, хайаан да махтанан.

Өйдөһүүнэн убансы (6 сааска диэри)

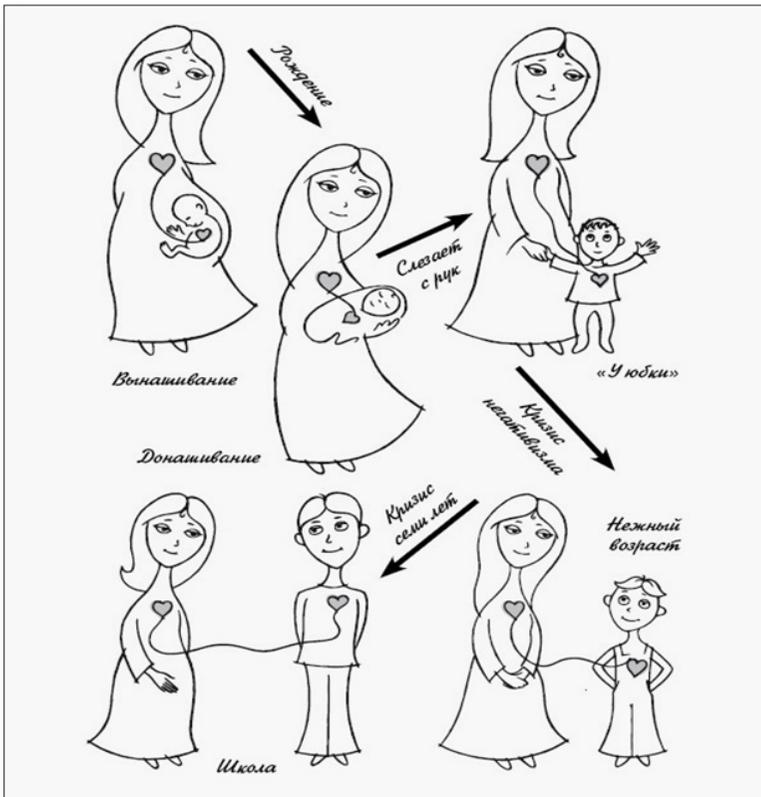
Оҕо кинини хайдах баарынан ылыналларыгар, таптыылларыгар баһарар. Төрөппүттэрин кытта бэйэтин кистэлэнин үллэстэр буолар уонна кинилэр өттүлэриттэн өйөбүлү эрэйэр.

Бэйэбит эрэ этиигитинэн мунурдаммакка, итиллээччигит санаатын истэ үөрэнин. Кинини туох долһугарын, олоһор буолар түгэnnэр тустарынан санаатын үллэстиитин өйдөөһүннүт олус улахан суолталаах. Эһиги болһомтобутун толору ыллаһына, үчүгэйдик кэпсэтэ үөрэниэ. Кылаабынайа, кыратык тулуйан истии ирдэнэр.

Үөһэ ахтыллар чугастык ылыныы, убансы түһүмэхтэрэ үгүс толһуйа суох айылһаттан бэриллэллэр, оҕоҕо ис-иһиттэн тугу эмит онороох санаа киирэр.

Чугастык убансы түһүмэхтэринэн сайдыытын ырытан үөрэтин, оҕо хас сааһыгар кэлэн ити сыһыан быстыбытын быһаарарга кыһалһын уонна бу түгэнтэн саһалаан итэбэһи туоратарга үлэни саһалаан. Эһиги итиллээччигит сааһынан улааппытын да иһин ити түһүмэхтэри санаттан туорууругар тийэр. Санаан кэлин бэйэбит оҕо сааскытыгар, оһолоргут, сиэннэргит

кыраларыгар төрөппүттәрдиин уһун кэмнэ арахса сылдьан ба-
 ран көрсүһүүнү. Маннай утаа төрөппүттэн арахсыбакка болжомто
 көрдөөн мэктиэтигэр кыра оҕо курдук моойго иилистэ сылдьыы
 буолар. Оттон ахтылбаннара ааста да, сыһыа тэйэн бэйэлэрин
 интэриэстэринэн дьарыгыран бараллар. Иитиллээччи маннай
 утаа барытын бэйэтигэр ыларга эрэ баҕалаах кырачаан курдук,
 биллэ-көстө сатыырдыы быһыыланар. Санаттан «доруобай»
 сыһыаны олохтуурга бириэмэ уонна тулууру ирдэнэр. Оҕо иитиэх
 төрөппүттэригэр истин сыһыанын биллэрэ сатыыр, көтөбөн биэ-
 бэйдииллэригэр, аһаталларыгар, таһыннаралларыгар көрдөһөр.
 Ити кини бэйэтэ да билбэтинэн оҕо сааһын кэрчик кэмигэр куот-
 тарбытын толоруна сатыыр. Оттон кырбаныыны, күүһүлээһини
 билбит оҕо улахан дьоннуун чугас сыһыантан туора туттар.



Иитэр төрөпшүттэргэ чугастык убансыыны ситиһиигэ оҕо эрэ буолбакка, маннай утаа төрөпшүттэр бэйэлэрэ да уустуктары көрсөллөрүн өйдүүр наада.

Оҕо санга дьиэ кэргэнгэ убанытыгар көмөлөһүү

Иитиэх оҕо санга дьонун чугастык ылынытыгар кэһилиини туоратыыга уонна кини хаппырыыстаабатын, дьингнээх төрөпшүттэрин мэлдьи суохтаабатын туһугар дьаныардаах үлэ, аһаҕас сыһыан баар буолуохтаах.

Хас биирдии дьиэ кэргэнгэ баар үгэстэри, быраабылалары кытта оҕону хара маннайгыттан билиһиннэриллиэхтээх. Оҕо санга дьиэ кэргэнин түргэнник ылынарыгар, сыстарыгар тохтоло суох дьарык наада. Төрөпшүттэр иккиэн, эбээлээх эһээ (дьиэ кэргэн иитиигэ кыттыыны ылар атын да чилиэннэрэ) кумаабыллаах олорон тутуһулуохтаах быраабылалар испииктэрин онорун. Бу эһиги дьиэ кэргэннитигэр мэлдьи баар туох да уустуга суох быраабылалар эрээри, ону ким да туһанардыы сурукка киллэрбэт:

- ▶ *Иһити графигынан сууйабыт;*
- ▶ *Гостинай быыла суох буолуутугар Катя эппиэтинэстээх;*
- ▶ *Ким эрэ уруок ааҕар кэмигэр чуумпу буолуохтаах;*
- ▶ *Дьиэ хас биирдии олохтооҕо бэйэтин миэстэтин бэрээдэктээхтик тутуохтаах;*
- ▶ *22:00 чааска сынньаланга бэлэмнэни уонна утуйуу.*
- ▶ *Кыргыттар ийэлэрэ астыырыгар, оттон уолаттар аҕаларыгар хаһаайыстыбаҕа көмөлөһөлөр.*
- ▶ *Субуотаҕа баанньыктаны, о.д.а.*
- ▶ *Өрөбүлгэ сөбүлүүр бүлүүдэни сакаастыахха сөп, бары уопсай сүбэнэн киэһэ тугу аһыры быһаарабыт.*

Кылаабынайа, хайаан да бары толорор уонна бэйэ-бэйэттэн көтүпшэктэ ирдиир быраабылаларын бэлиэтээн сурукка киллэриэххэ. «Кыһырымтаҕай ийэ» барытын боборун, оттон «эйэбэс аҕа» ардыгар быраабыланы тутуспатахха да кыһамматын курдук өйдөбүллээх түгэн үөскүө суохтаах.

Оҕо иитиэх төрөпшүттэрин тута таптыахтаабын уонна кинилэргэ махтанахтаабын курдук санааһын сыһа. Манна барытыгар бириэмэ наада. Эһиэхэ элбэх үгэс баар буоллун: дьиэ кэргэн бырааһынньыгын бири да көтүтүмэн, иитиллээччилэргит

төрөшпүт күннэрин эрэ буолбакка, оҕо дьыэ кэргэннэ кэлбит күнүн бэлиэтээн, оҕо обургу сааһыгар кэлбит буоллабына үлэни да бырааһынныкка кубулутарга кыһаллын (бөх хомуйуутун, хортуоппуй олордуутун, о.д.а. кэнниттэн тэлгэхэбэ чэйдээһин). «Биһиги дьыэ кэргэммит», «Бары бииргэ», «Аҕабыт биһикки эһиги улааппыккыт кэннэ», «Майгыгынан-сигилигинэн, туспа уратыларгынан, ирдэбилгинэн эн миэхэ майгыныыр буолан диэн этилэри элбэхтик туттун. Бииргэ хаартыскаҕа түһэн мунһан уура сылдыын.

Эһигини оҕо кэлбит дьыэ кэргэнигэр уустуктары хайдах этэннэ ааһарын уонна санга төрөшпүттэригэр убаныытын көрдөрүүлэрин кытта билиһиннэрэбит. Барытын хайаан да бу испиһэҕкэ этилэрин курдук буолуохтаабыны ылыныман диэн сэрэтэбит.

Оҕо кинини тулалааччылары «биһиги» (эһиги дьыэ кэргэннит) уонна «кинилэр» (атын дьон) диэн араарар буолар, бэйэтин Эһиги дьыэ кэргэннитин кытта тэннэ тутан ылынар буолан барар.

Эһиги оҕону кытта сыһыа балачча аһаҕас сыһыаннаһабыт. Кини элбэхтик эһиги аттыгытыгар буолуон баҕарар уонна араһан да ылар кэмнэ ити быстах түгэн буоларын өйдөөн улаханлык санаарҕаабат. Оҕо Эһиги аттыгытыгар баарыттан эмоциональнай туруга улаатар;

Оҕо бэйэтин сыаналаныыта улаатар, кини тугу онорбутун төрөшпүттэрэ сөбүлүүлэригэр эрэллээх буолар. Кириитикэни сиэрдээхтик ылынар уонна сыһыатын көннөрүнэр;

Оҕо иитиэх төрөшпүттэрин кытта сибээһин быспакка кыһаллар. Эһигиттэн барабын, миигин төттөрү илдьэн биэрин диэн тыллари туттубат;

Оҕо дьыэ кэргэн олоһор көхтөөх кыттыыны ылар. Кини хас биирдии киһи дьыэбэ туох үлэни толоруохтаабын өйдүүр уонна бэйэтин эбээһинэһин толорор;

Кэтээн көрүүгэ оҕо сайдыытыгар биир тэтимнээх буолбакка, быһыта-орута түһүү-тахсыы бэлиэтэнэр;

Оҕо дьыэ кэргэн хас биирдии киһитигэр туһааннаах сыһыаннары өйдүүр уонна ылынар. Олохсуйбут быраабылалары, үгэстэри тутуһар, сыаналыыр;

Дьыэ кэргэни кытта олохтоммут сыһыана киэнгэ эйгэбэ салҕанар. Кини доһотторго тардыһыта улаатар, бэйэтин тэннээхтэрин кытта көрсүһөн, бииргэ оонньоон баһарар;

Сэрэхэдийи, долгуйуу туруга намырыыр (утуйара, аһыра оннун булар бэрээдэгэ тупсар, олохсуйбут араас ырыыта аччыыр, о.д.а.);

Оҕо дьыэ кэргэн хас биирдии киһитин, чугастык билэр дьонун, бэйэтин тэннээхтэрин уонна туора дьону кытта сыһыан уратылары араарар буолар;

Оҕо бэйэтин бырааттарын, балыстарын кытта оонньоур; бэйэтэ бэйэтигэр оонньоур буолан оҕолору кытта тапсар, кыһырсыбат, бэйэтин эрэ баһатын толорторо сатаабат;

Оҕо бэйэтин сааһыгар сөп түбэхэр күүстээх санааланар. Кини ис туругун хонтуруолланар, бобуулары ылынар, онорор дьайыылары түмүгүн быһаарар, сыаналыыр буолар.

НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СҮБЭНЭН»

VIII ТҮҮМЭХ.

*Одо тус бэйшин
күрэнвыссата*



Бэйэ кыраныссата

Убаастабыллаах төрөппүттэр, бастатан туран кыранысса диэн тугун быһаарыахха уонна туохха бу кыраныссаны тутуһар наадатын.

► Бэйэ кыраныссата диэн киһи тулалыыр эйгэтин көстүбэт сурааһыннаан ойуулуура, ол иһигэр киһи бэйэтэ үчүгэй туруктаах сылдьара, доруобуйата, өйө-санаата, ис туруга.

► Бэйэ кыраныссата туора дьон саба түһүүтүтэн көмүскүүр аналлаах. Ол иһин айылҕа былыр былыргыттан, бэйэни көмүскүүр аналлаах, кыранысса диэни айбыт.

► Быһалыы эттэххэ, киһи «бэйэм киэнэ» диэн ааттыыр тэриллэрэ, маллара ол барыта кини бэйэтин кыраныссатыгар киллэрэр. Холобур: мин дьиэм, мин оҕом, мин кинигэм, мин табаарыстарым уонна да атын.

Тус бэйэбит кыраныссабыт олохпут суолун таларбытыгар көмөлөһөр.

Иитэр дьиэ уонна ол иһигэр оҕо бэйэтин кыраныссата

Иитэр дьиэбэ улаатар оҕолор бэйэлэрин кыраныссаларын кэһии хайдах дьайарын, убаастабыллаах психолог Людмила Петрановская, ырыппыта:

Иитэр дьиэбэ улаатар оҕолор урукку олохторуттан кыһалҕа уопуттаах кэллэр. Ол туруктарын кытта өссө ыарахан усулуобуйаҕа киирлэр.

Олох режимэ

Иитэр дьиэбэ улаатар оҕолор өрүүтүн стресскэ сылдьаллар. Холобур, улахан дьону сэбиэскэй саҕанаабы курдук санаторийга ыттахтарына? Хос иһигэр 6 киһилээх, 7 чааска туруохтаахын, 7.30 – сэрээккэ, 8 чааска сарсыардаангы аһылык, бу курдук күнүн барыта суруллан сылдьар. Арай бу режим 21 эрэ күннэ буолбакка, олобун тухары буолар диэтэхтэринэ? Хайдахтаах да үчүгэй усулуобуйалаах сиртэн киһи сылайар, бэйэтин дьиэтигэр тийиэн баҕарар, онно киһи талбытынан аһыыр, утуйар, тугу баҕарбытын гынар.

*Ожо атын дьон
кыраныссарын
убаастыырга
үөрэниэхтээх,
оччобуна бэйэтин
кинилэр оннуларыгар
холонон көрөр
буолар. 6 саастаах
ожо бу ноурманы
билэр буолуохтаах.
Ол иһин, күндү
төрөппүттэр, оҕоҕо
быраабыла үөрэтэр-
гит саҕана, ол бы-
раабыланы өйдөөбү-
түн кэтээн көрүң.*

Онтон иитиллэр дьиэбэ баар оҕолор маннык кытаанах усуллубуйаҕа улааталлар. Олоҕо барыта режиминэн ааһар. Доруубуйатын туруга хайдах да буоллун, санаата түһэн да сылдьар буоллун, кини режими тутуһуохтаах. Өскөгүн күнүскү бириэмэбэ сытан ылыан баҕардабына, утуйар хоско киирэрэ көнгүллэммэт.

Аһылык икки ардыгар тугу эрэ сиэн баҕардабына — кыаллыбат, остолобуойтан ас илдэ тахсар эмиз бобуулаах. Бу биричиинэтинэн буолуон сөп — «психологической ачыктааһын» — оҕо күннэ биэстэ аһыыр иитэр дьиэттэн дьиэ кэргэнгэ тийиэн баран, хонтуроола суохтук аһыыр буолар.

Маннык случай элбэбин иһин, сорох иитэр дьиэлэргэ бу боппуруоһу быһаараары, оҕолорго сухарик остолобуойтан илдэ барары көнгүллүүллэр. Оччобуна оҕо аһыан баҕарбыт кэмигэр ону сиир...

Бу маннык кытаанах режимгэ оҕо бэйэтин бас билбэт. Ханна эрэ ыраах «күрөө иһигэр» хааллан олорордуу сананар.

Оҕолор тус бэйэлэрин кыраныссалара суох

Суунар хоско, туалекка аан диэн суох. Танас уларыттыыта, суунуу-тарааныы, улахан да оҕолорго, аттыларыгар ким эрэ баар буолар. Бу барыта киһиэхэ стресс курдук буолар. Ол эрэн куруутун стресстии сылдьар табыллыбат, оччобуна оҕолор үөрэнэн хааллар. Кыбыстыбат, дьонтон толлубат буолаллар.

Ол иһин хоско, 6 киһи утуйар сиригэр, тонсуйан, ыйытан кириллэхтээх диэн ким да өйүгэр киирбэт.

Тус бэйэ кыраныссатын оҕо холобурга көрөн эрэ үөрэнэр. Дьиэ кэргэн иһигэр аргый аҕай ону билэргэ үөрэнэр.

Билигин соботох хаалбыт оҕолорго олус улахан болҕомто уураллар. Ол эрэн оҕолор бэйэлэрин кыраныссаларын бэлиэтиир кыахтара суох, суунар сиргэ уонна туалекка анал кэбиинкэлэр суох буоллахтарына.

Оҕо талар көнгүлэ уонна эппиэтинэс

Дьиэ кэргэнгэ оҕо аргый таларга үөрэнэр. Холобур бастаан киниэхэ таллараллар «чээй иһэр дуу үүт дуу?» онтон хайдах танас

кэтиэн баҕарарын ыйыталлар. Бириэмэ ааһа түспүтүн кэннэ, оҕо харчы тутталлар, онон кини сөбүлээбит таҕаһын атыылаһан ылыан сөп буолар. 16 сааһын туолбут оҕо бэйэтэ куорат устун баҕарбыт сиригэр сылдыһан сөп.

Итиллэр дьиэбэ улаатар оҕолор биир тэнник итиллэллэр 3 да саастаах буол, 16 да саастаах буол. Киэһээ 9 чааска бары утуйуохтаахтар. Система кинилэр иннилэригэр эппиэтинэстээх.

Итэр дьиэбэ оҕолору кытта үлэлиир дьон бары бири өйдүүр тустаахтар: оҕолор – улаатан иһэр дьоннор, бу кэннэ кинилэр дьон быһыгар киирэн үлэһит, бэйэтэ туспа олохтоох буолаллар – диэни.

Бу оҕолор 18 саастарын туоллулар да олохторун бас билэр буолаллар, ол эрэн кинилэр бу саастарыгар диэри талар көнүллэрэ суох сылдьан баран, эмискэ эппиэтинэс барыга бэйэлэрин үрдүгэр түһэр. Бу түгэнгэ оҕолор туох да үөрүйэхтэрэ суох сылдьан, көнүл-босхо бардахтарына, уолуйан, олох араас суолун талыахтарын сөп. Эбэтэр үөрэммиһччэ, системаҕа киирээри хаайыы да суолугар үктэниэхтэрин сөп.

Итэр төрөппүттэр, бэйэ-бэйэбэ үөрэнэр бириэмэбэ, оҕо адаптация ааһарын өйдүөх тустааххыт. Эһиги оҕону өйүүргүт уонна хайдах баарынан ылынаргыт оҕо олу суолталаах, оччобуна кини түргэнник арыллыа, эһиэхэ убаныа, бэйэ кыраныыс-сата баарын билиэ, убаастыырга үөрэниэ.

Бэйэ кыраныыссата үөскээһинэ

Эт-хаан кыраныыссата. Эһигини сэрэтиитэ, көнүлэ суох таарыйалларын, тыыгалларын сөбүлүүгүт дуо?

Үгүс киһи сөбүлээбэт уонна абааһы көрөр. Оҕолорго эмиэ оннук, соробор сөбүлээбэттэр, туора тутталлар. Улаатан эрэр оҕо аан мангнай дьиэ кэргэнгэ киирэн үөрэнэ сылдьар кэмигэр бу быраабыланы

*Өскөтүн, төрөп-
пүттэр оҕо бэйэ
кыраныыссаны
тутуһарын баҕарар
буоллахтыына,
бэйэбит эмиэ
кини курдук
тутуһуохтаахпыт.
Оҕо кини малын
ыйытыыта суох
ылар буоллахтарына,
атын дьон малын
ыйытыыта суох
ылар көнүллэммит
диэн быраабыланы
өйдүө суоҕа. Оҕо
атын дьон хохугар
көнүлэ суох киирэр
бобуулаабын билиэ
суоҕа, өскөтүн кини
хохугар ыйытыыта
суох киирэр буоллах-
тарына.*

*Өскөтүн улахан
дьон дьиэ иһигэр тус
бэйэ кыраныыссатын
тутуспат, бэйэ-
бэйэлэрин убаастаа-
бат өрүүтүн этиһэр
буоллахтарына оҕо
туохха үөрэниэ дии
саныыгытый?*

өйдөөн. Кини үерэнэр кэмигэр бириэмэтэ биэрин, бэйэтин кыраны-ыссатын убаастаан.

Өй-санаа кыраныссата. Эниги санаабытын дьон сиилирин туох дии саныгытый?

Төрөппүттэр бэйэлэрэ да билбэттэр итинэн оҕолор санааларын, эмоцияларын хонтуруоллуулар, төһө да оҕо ону сөбүлээбэтэр. Холбур, оҕо кыыһыра көнүллэммэт, оскуолаба иккени ыллабына мөбүллэр, оҕо сөбүлээбэт улахан дьонун кытта убаастабыллаахтык кэпсэтиэхтээх. Ол эрэн оҕо кэпсэппэт, кыыһыра, хомойор бырааптаах. Улахан дьон кини тутта-хапта сылдыарын көннөрөллөрө сөп, ол эрэн ис туругун, эмоциятын уларыта сатааман.

Сыһыан кыраныссата. Өскөтүн эниги олус сыаналыыр кинигитин кытта сибээскитин быстыннар? Инники киниэхэ чугаһыргыт бобуулаах буоллун?

Оҕолор кыра эрдэхтэриттэн, төрөппүттэр өйдөспөт, этиһэр түгэннэригэр, оҕолору бэйэлэригэр тарда сатыылар. Төрөппүт сыһа-халты туттуутун оҕоттон ыйыталлар, оннук гынан бэйэлэригэр өйөбүл, күүс-көмө онгостоллор. Подросток сааһын сиппит оҕо кимниин добордоһуохтаабын ыйан биэрэллэр, бэйэлэрэ сөбүлээбэт оҕолору кытта кэпсэтэрин боболлор. Ол эрэн хас биирдии төрөппүт оҕо диэн туспа өйдөөх-санаалаах, бэйэтэ көрүүлээх киһи диэн өйдүөх тустаах.

Тус бэйэ кыраныссата. Эниги суумкабытын ким эрэ атын киһи хаспытын биллэххитинэ туох дии санаа этигитий? Эбэтэр телефоннутун атын киһи көрө олорор буоллабына?

Тус бэйэ кыраныссатын кэһииттэн сылтаан дьиз кэргэннэ үгүс өйдөспөт түгэннэр, этиһиилэр тахсаллар. Дьиз кэргэннэ подросток оҕо баар буоллабына, кини малын ыйытыта суох ылар, телефонун көрөр, сээкэйин хомуйар бобууллаах. Өскөтүн албас ылбыт дуу, көрбүт дуу буоллааххытына бырасты көрдөһөргүтүн умнуман.

Инники былаан кыраныссата. Сөбүлүүр киинэбитин көрө дуу, ахтыбыт доборгутун кытта дуоһуа кэпсэтэ олодоххутуна ким эрэ кэлэн аралдыттабына, боптобуна туох санаалаах хаалыаххытый?

Үгүс төрөппүт оҕо дьарыктаах олодобуна кэлэн атыны соруйар. Оҕо оннугар хайа дьыала ордук ыксаллаабын быһааран кэбиһэллэр. Соробор оҕо оннугар хайдах киһи буолуохтаабын, кимниин ыал буоларын, идэтин кытта кини оннугар талаллар.

Киһи кыабын, өйүн санаатын кыраныссата. Эниги тылгытын-өскүтүн, сангарбыкытын көннөрөр, төттөрүтүн этэр дьону туох дии саныгытый?

Хас биирдии киһи бэйэлэрин санааларын сыбыыр, өйдөрүн сүүйэ сатыыр дьону сөбүлээбэт. Подросток сааһын сиппит оҕо кини эппитин убаастаабат быһыыны кимнээбэр да чугастык ылынар. Уопсайынан, дьон барыта маннык быһыыны сөбүлээбэт, оҕолор эмиэ.

Бэйэ кыраныссатын туһунан кэпсэтиигэ, улахан дьон санааларыгар: оҕолор биһиги эппиитинэн сылдыяхтаахтар, ол эрэн бэйэлэрин баҕа санаалара онно сөп түбэһиэхтээх. Бобуллубуту барытын тутуһуохтаах, ол сылдьан көнүлэ суобуттан хомойуо суохтаах.

Төрөшпүттэргэ сүбэлэр

▶ Дьыэ быраабылатын испиэһинг онгостун, ону дьыэ иһигэр баар дьон бары тутуһуохтаахтар. Быраабыланы улахан дьон бары биир сүбэнэн онгоруң.

▶ Күннээҕи олоххутугар хас биирдии дьыэ кэргэн чилиэнигэр убаастабыллаахтык сыһыаннаһың. Оҕолортон эмиэ оннук сыһыаны ирдээн, оччобуна атын дьон баҕа санаатыгар, кыраныссатыгар убаастабыллаахтык сыһыаннаһахтара.

▶ Этилибит быраабылалары тутуһа сатаан, оҕо эппитинэн быраабыла уларыттаһытына, быраабыла сокуона үлэлиэ суоҕа.

▶ Оҕо кыһамнытын хайбаан, оччобуна инникитигэр кыһаллара элбээн иһиэҕэ. Элбэхтэ кэпсэтин, санаабытын үллэстин. Кини тутта-хапта сылдыарыгар тутун сөбүлээбэкигин чопчулаан быһааран биэрин.

▶ Бэйэ кыраныссатын олохтуур улахан да дьонно, оҕолорго да ыарахан кэм. Ол эрэн эһиги аһаҕас буоллаһытына, оҕо үөрэнэригэр, эһиэхэ көмө ыйытарыгар чэпчэки буолуо.

▶ Бэйэҕит оҕоҕо холобур буоларгытын умнуман. Улахан дьон, төрөшпүттэр тутта-хапта сылдыаргыт, майгыгыт-сэгилигит, элэккэй санаагыт, оҕоҕо олус үчүгэй холобур буолар.

Оҕоҕо бэйэ кыраныссата баар диэннэ үөрэтэргит элбэх сәниэни уонна бириэмәни ылыа диэн бәлэм буолун. Сотору кәми-нән уларыһыны күүтүмән. Ол эрән туох сыаллаах сылдыаргытын өйдөөң.

IX ТҮҮМЭХ.

*Огоо хагас сыван уонна
ол тугулэ*



Оџоо хаџыс сыһыан диэн сокуоннай сааһын ситэ илик оџоо болџомто уонна кыһамныы ууруллубата, эт-хаан, эмоциональ-най өттүнэн хабыр сыһыан, күүһүлээһин, харчы туһугар оџону үлэлэтээһин киирэр.

Дьыэ кэргэн иһигэр эрэ буолбакка үөрэх уонна иитии тэрилтэ-лэригэр эмиэ буолуон сөп.

**Хаџыс быһыы
көрүнгэрэ:**

Эт-хаан өттүттэн – төрөппүттэр өтүлэриттэн хабыр сыһыан эбэтэр наадыбат буолуу. Ол түмүгэр оџо этэ-сиинэ, уйулџата уонна өйүнэн сайдыыта эмсэбэлиир, эбэтэр эчэйэр туруктаах буоллаџына, (кырбааһын, ытыһынан саайыы, тэбии, хайа тардааһын, тыынын хаайыы, тиэрэ анһааһын, маһынан, быһабынан, курунан эчэтии уонна да атын);

Оџо туһугар кыһаллыбат буолуу – сокуоннай сааһын ситэ илик оџо наадатыгар наадыбат буолуу: кини аһырыгар, таһаһыгар, бырааска наадатыгар кыһаллыбат буолуу. Эбиитин кыра оџону көрүүтэ суох хаалларыы эмиэ хаџыс сыһыанна киирсэр. Оџо көрүүтэ суох хаалан атырабыы буолуон сөп, араас оһолго түбэхэр кутталлаах.

Эмоциональнай өттүнэн хабыр сыһыан («психическое насилие», маатыра, хаһыы, буруйдааһын, ситиһиитин сыаналаабат буолуу, үөбүү уонна да атын быһыы);

Күүһүлээһин – сокуоннай сааһын ситэ илик оџону кытта сексуальнай сыһыан, кинини кучуйуу, эбэтэр сексуальнай стимуляция, содур быһыы, оџо сигилитин алдыатыы.

Оџоџо хаџыс сьһнан маннык түмүккэ тириэрдизн сөп:

Эт-хаан өттүнэн хаџыс сьһнан

- ▶ Өлүү.
- ▶ Доруобуйатыгар охсуу.
- ▶ Инвалидизация.
- ▶ Этэ-сиинэ сайдыман сөп.
- ▶ Инфекционной ыарыы, ол иһигэр ууһатар урган нөнгүө бэриллэр ыарыы эмиэ киирэр.
- ▶ Психосоматической ыарыылар.
- ▶ Кыыс хат буолуута.

Оџо уйулбатыгар дьайыыта

- ▶ Өй-санаа өттүнэн сайдыыта бытаарар.
- ▶ Адаптация ааһарын ыарырбаттар буолуон сөп.
- ▶ Эмоциональной кэһиилэр: депрессия, долгуйуу, куттаныы.
- ▶ Бэйэтин намыһахтык сананар.
- ▶ Үөрэбэр мөлтүүр.
- ▶ Тутта-хапта сьлдбара уларыһар: кыһырым-табай буолар, дьизиттэн күрүүр, дьону кытта сатаан кэпсэпэт буолуон сөп.

Оџо социальной олоџор содула

- ▶ Дьону кытта сатаан алтыспат буолар.
- ▶ Арыгыһыт,наркоман, сокуону кэһээчи кини буолар кутталлаах.
- ▶ Бэйэтэ дьизэ кэргэн сатаан онгостубат, эбэтэр үчүгэй төрөппүт буолбат кутталлаах. Эбэтэр бэйэтин оџолорун хаџыс сьһнаннаахтык иитиэн сөп.

Хаџыс сьһнан түмүгэ хаһан баџарар, хайдах баџар биллиэн сөп. Сорох оџолор иитэр төрөппүттэрэ арыгы иһэр буоллаһтарына, урукку олохторо хатыланан эрэр дизн олус куттаныхтарын сөп. Тулалыыр дьонугар, тэн саастаахтарыгар хаџыс, тыйыс сьһнаннаах буолуохтарын сөп, эбэтэр сексуализированной оонньууга оџолору кучуйар буолуохтарын сөп. Улахан дьон, төрөппүттэр оџо маннык быһыыта кини буруйуттан тахсыбат дизн өйдүөх тустаахпыт.

Хабыр сьһнаны ааспыт оџо эмоциональной туруга бигэтэ суох буолар. Активность өттүтэн кыһалбалары көрсүөн сөп: гиперактивной, олус бытаан, бииргэ болџомтотун сатаан уурбат. Ол барыта оџо өйө-санаата сайдарыгар улахан ыарахаттары үөскэтиэн сөп.

Иитэр төрөппүттэр хабыс сыһыаны аһарыммыт оҕону кытта хайдах истинг сибээс олохтууларын эрдэттэн былааннаан бэлэм буолаллара ордук. Ол иһин психологы эбэтэр сөптөөх, быһаарсар, тэнгэ былаан онгорсор специалиһы кытта ыкса сибээстээх буолаллара ордук.

Оҕо этэнгэ улаатарыгар төрөппүттэрин кытта истинг сибээстээх буолара ирдэнэр. Доруобуйаларыгар хааччахтаах, сайдыылара бытаан, эмсэбэлээбит оҕолорго хас да бүк көрүү уонна сылаас сыһыан наада.

Ол аата иитэр төрөппүттэр оҕоҕо өссө элбэх бириэмэ, кыһамны, тулуур уураллара наада, оччобуна оҕо аргыйы эрэнэр буолуоҕа. Ол иһин өр собус кэмнэ бэйэбит эрэ өттүттэн сылаас сыһыан биэрэргитигэр бэлэм буолун.

Өскөгүн оҕо эһиэхэ эрэнэн урут буолбут ыарахан кэмнэрин кэпсиириттэн куттаныман, оҕо бэйэтин ис санаатын тутта сылдьыбакка, үллэстэрэ үчүгэй. Сороҕор улахан дьон сыһа-халты тутуннахтарына оҕоҕо өссө улахан охсуулаах буолуон сөп. Оҕону өйдөөн, өйөөн биэрбэккэ кыһыран, туох буолбутун следователь кудрук ыйыталаһан турдаххытына, оҕо сабыллан, эһигиттэн тэйэн хаалыаҕа. Эбэтэр куһаҕан, бэйэмсэх төрөппүт маннык буолбутун биллэбинэ оҕоттон akkaастаннабына, оҕоҕо хаһан да көммөт охсууну онгоруон сөп. Ол иһин маннык буолбат туһуттан, иитэр төрөппүт буолаары сылдьар киһи эрдэтинэ бэлэмнэнэрэ ордук. Эрдэттэн кинигэни ааҕан, бэйэтин кутталын аһарынан, санаатын сааһылаан оҕоҕо күүс, көмө буолардыы онгостон сылдьара таһаарымтыалаах буолуоҕа. Оччобуна оҕо таптал уонна истинг сыһыан баар диэн итэбэйиэ.

Тугу гынабыт уонна хайдах буолабыт?

Оҕону өнгөтүн иһин буолбакка, хайдах баарынан таптаан.

Кини кэпсээннэрин эбэтэр саныы сылдьар санаатын «Иһирэхтик истинг» .

Аттыгар баар буолун (аабын, оонньоон, бииринэн дьарыгырын).

Бэйэтэ быһаарыан сөптөөх дьыалатыгар орооһуман.

Көмөҕө наадыһан эттэбинэ көмөлөһүң.

Ситиһиитин иһин хайҕаан.

Бэйэбит ис санаабытын арыһын (киниэхэ эмиэ эрэнин).

Этиһиини быһаарсын, кэпсэтин.

Күн айы оҕону кытта эйэбэстик, сылаастык кэпсэтин.

Оҕону күннэ 4 кырата суохтук кууһун, элбэхтэ буолабына — өссө үчүгэй.

НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СҮБЭНЭН»

Х ТҮҮМЭХ.

*Озо уйулзатын алдраныгта
(психотравма)*



Уйулба алдыаныта диэн тугуй?

Оҕо тутта-хапта сылдыыта «нормальной» диэн хайдах быһаарабытый? Норма диэн олус элбэхтэн тутулуктанар өйдөбүл. Оҕо олоҕор охсуу ылбытыттан тутта-хапта сылдыытын сороҕор патология дии саныллар, оччобуна албас диагноз да туруоруохтарын сөп.

Кыра киһи тулуйарынааҕар күүстээх эчэйиини ыллабына травма ылар диэн аатгыбыт. Атыннык эттэххэ, психологической охсуу диэн оҕо күүстээх дьайыы буолбакка (ол аата чугас дьонун сүтэри дуу, теракт дуу буолбакка), оҕо ол быһылаанга реакцията, эбэтэр ыарахан түгэни сатаан ылыммата (оҕону дьыэ кэргэни-тэн араары, киниэхэ улахан охсуу буолуон сөп).

Посттравматической стрессовой расстройством (ПТСР) ол аата араас элбэх симптомнар холбоһон, киһи ис туругун алдыаталлар. Ол симптомнар тас эйгэттэн биридэ, эбэтэр хаста да киһиэхэ дьайалларын түмүгэр үөскүүр. (эт-хаан, эмоциональной өттүнэн хабыр сыһыан, күүһүлээһин, оҕону куттааһын, күлүү гынааһын, атаҕастааһын уонна да атын быһыы). Оҕо олоҕор охсуу ылара бэйэтин иннигэр сатаан эппиэттэспэтин, кыамматын, ыксаллаах түгэнигэ сатаан тугу да гыммат буоларын кытта ыкса сибээстээх.

Брызгунов И.П. бэлиэтииринэн ПТСР симптомнара подростоктарга манньыктар:



Биллэн турар төрөпүүттэр ПТСП тас өттүгэр көстөр эрэ симптомнарын эмтии сатыылар, араас быраастары барыларын кэрийэллэр. Ожо сэниэтэ суох сылдбарын сүрэхэ суобуттан, куһаҕан итиилээбиттэн дии санаан, араас дьарыкка сырытыннара сатыылар.

ПТСП-даах оҕолор кыра аайы айманар, куттанар буолаллар, ол иһин урукку олохторуттан куһаҕан буолбут өйдөбүлэ санааларыгар саба сүүрэн киирэр. Манньк саныыллара ол ыарахан түгэни кытта сибээстээх дьону дуу, эйгэни дуу кытта алтыстахтарына өйдөрүгэр хатылланан кэлиэн сөп. Биир өттүттэн оҕо көмүскэнэр реакциятыттан сылтаан умнан кэбиспит буолуон эмиэ сөп. Өрүү ньиэрбэтэ күүрэ сылдбар оҕо утуйарыгар мэхэйдэтиэн сөп (түүн баттатар, сатаан утуйбат буолуон сөп) ол түмүгэр, церебрастенической синдром (оҕо ньиэрбинэй системата бараммытын бэлиэтиир симптомнардаах буолар), ону таһынан оҕо доруобуйарыгар сүрэх-тымыр өттүнэн, аһы буһарар, эндокриннай системаларыгар дьайыыта. Бу симптомнар тутта буолбакка өр соҕус буолан баран, биллэрэр (ый дуу, сыл дуу, хас да сыл буолан баран, оҕоҕо дьайыылаах буолуон сөп).

Олоххо охсуу ылбыт түгэннэригэр оҕолор бэйэлэрин кыаҕа суохтук сананаллар, буолбуту утарылаһары сатаабаппыт диэн өйгө тийиэллэр. Ол иһин подросток саастаах оҕолор төрөпүүттэрин кыһырдан ол сатаан хонтуруоллаабат түгэннэрин хатылыы сатыылар, бэйэлэрэ да ону өйдөөбөккө эрэ.

Манньк түгэнгэ төрөпүүт өттүттэн оҕоҕо өйөбүл, эрэл буолаллара улахан суолталаах буолар.

► Оҕо куттаммыт түгэнин саныырыгар эһиги аттыгар баар буоларгыт ордук. Кини хайдах да түгэнгэ эһиэхэ эрэллээх буолуохтаах, көмүскүөхтэрэ, харыстыахтара диэн. Оччобуна эрэллээх эрэ буоллабына кутталын кытта «утары көрсөн», аһарынар кыахтанар. Хайдах баҕар быһыыланан сөп: ытыан, кыһырыан, хомойуон сөп, ол эрэн эһиги кини аттыгар бааргытын билэр буолуо. Өскөтүн кини эһиги куттанаргытын дуу, куота сатыыргытын дуу, теманы уларыта сатыыргытын көрдөбүнэ, эһиэхэ эрэниэ суоҕа, ыар санаатын төттөрү иһигэр кистээн илдэ сылдыһаҕа.

► Оҕоҕо билигин аһарыныа диэн сьал туруоруман. Баарбыккыт курдук кэпсээн, ытаан баран уоскуйуо дии санааман. Ити санаата төннөн да кэлиэн сөп, онтон эмиэ уоскуйбут курдук буолар. Онтон толлуманг, нормальной диэн өйдөөн.

▶ Өскөтүн оҕо бэйэтигэр хабыс сыһыаны билбит буоллабына, кэпсээбитин кэннэ, «аны хатыланыа суоҕа» диэн түмүктээн. Бэйэбитин ол куһаҕан сыһыаннаах дьону кытта тэнгнээмэн, быһаарыман тобо оннук гыммыттарын. Итэбэтэрдии кытаанактык: манна ким да, кими да кырбаабат, бу дьиэ кэргэн иһигэр илии көтөбөр көнгүллэммэт! Эбэтэр: мин наар аттыгар баар буолуом, эн мин оҕом! Оҕо бу бигэ тыллар эрэли үөскэтиэхтэрэ.

▶ Сороҕор оҕолор «төрөппүттэр сөбүлүө суохтара, атын дьонтон кыбыстыахтара, таптыахтара суоҕа» диэн куттанар буолуохтарын эмиэ сөп. Ол иһин оҕо кинини хайдах баарынан таптыыргытын өрүү этинг, сыллаанг, кууһунг.

▶ Оҕо харыстабыллаахтык сыһыаннаһын, ыгыман-түүрүмэн, аттыгар сылдьан өйөбүл буолунг.

▶ Оҕо ис туругун батты сатааман «кени бэйэтэ аһарынарын күүтүн».

▶ Өскөтүн оҕо хабыр сыһыан эрэ буолбакка күүһүлээһин, күүскэ кырбааһын буолбут буоллабына, психолокка бараргыт ордук. Эпизкэ уонна попечительство уорганнарыгар биллэрэргит булгуччулаах, баҕар, сокуон кэспит киһи сууттаммакка, хаайылыбакка сылдьара буолуо.

ХІ ТҮҮМЭХ.

*Оголорго элбэхтэ кастер
поведение керуунээрэ
уонна тугу ынабыт арай...*



Ожо поведениета араас төрүүттээх буолара биллэр, ханнык баҕарар болҕомтолоох төрөһпүт бэйэтин уопутттан уонна кэтээн көрүүтүнэн бэриллибит испиһһэги эбии ситэрэн биэриэн сөп. Аллара физическэй уонна сексуальной күүһүлэммит оҕолорго саамай элбэхтэ көстөр поведение көрүгнэрэ бэриллэр.

Туох диэн быһаарыахха сөбүй, арай оҕо:

ЫТЫЫР

- ▶ Ким эмит мин ытыырбын көрөн миэхэ хайдах курдук ыараханын өйдүүн баҕарабын.
- ▶ Барыта мин баҕам хоту буоларын баҕарабын, оччотугар мин бэйэбин үчүгэйдик сананым уонна туохха да кыһаммат буолуом этэ.
- ▶ Миигин аһына саныыргытын баҕарабын.

ХАҤЫТЫЫР

- ▶ Миигин ким да истибэт.
- ▶ Мин санаабын, ис турукпун ким да өйдөөбөт.
- ▶ Мин дынг ис турукпун ким да көрүүн баҕарбаппын, миигин мөлтөх дии санаабаттарын курдук.

АТЫН ДЬОНУ КУТТУУР

- ▶ Мин бэйэбин күүстээх санаалаах курдук сананыхпын баҕарабын, тулабар буолары барытын хонтуруолга тутуохпун баҕарабын.
- ▶ Мин эрэ куһаҥан олоххо олоруохпун баҕарбаппын.
- ▶ Атын ким эмэ эмиэ мин курдук баттанан олоруон баҕарабын.
- ▶ Атын киимиэхэ эрэ миигиннээбэр ордук куһаҥан буолуон баҕарабын.

ДЬОН ТЫЛЫН ИСТИБЭТ

- ▶ Бэйэбин күүстээх санаата суох сананар буоллум, онтукайбын уларытан тулалыыр эйгэбэр хонтуруолбун күүһүрдүөхпүн баҕарабын.
- ▶ Эһиги, кырдык, миэхэ бэриниилээххитин бэрэбиэркэлиэхпин баҕарабын (кырдык кыһаллабыт дуу, эбэтэр миигин туһанабыт эрэ дуу диэн санааттан).

ТУОХХА ДА НААДЫЙБАТ, КЫТТЫБАТ

- ▶ Дьону кытта чугасыһы миэхэ кутталы үөскэтэр, мин дьонтон туспа, тэйиччи сылдыахтаахпын
- ▶ Дьону кытта тэннэ сылдыһарга соччото суохпун, мин кинилэртэн уратыбын, атыммын.

КЫЫҔЫРЫМТАҔАЙ, КУУҔУН-КЫАҔЫН КӨРДӨРӨР

- ▶ Маннык быһыы-майгы ылыннахпына эһиги миигиттэн тэйэр эбиккит дуу, суох дуу диэн бэрэбиэркэлибин, эбэтэр биһиги эн диэккибит диэн албынныргыт буолуо.
- ▶ Кыһырбыппын, абарбыппын өссө хайдах көрдөрөрбүн билбэппин.
- ▶ Мин сатаан тугу да быһаарбаппын, кыһыйабын, куттанабын онтон да атын санаалар киирэллэр, бу курдук быһыыланан мин бэйэбин маннык санаалартан харыстанабын.

БЭЙЭТИН НААДАТЫН СИТИҔЭЭРИ ИСТЕРИКАЛЫЫР

- ▶ Тугу да гынарым суох, хайдах да уларытар кыаҕым суох, тылым да тийбэт, ол эрэн ситуация мин диэки, мин туспар буолуон баарабын.
- ▶ Оччотугар эрэ мин ситуацияны хонтуруоллуубун уонна миэхэ туох да куттал суоһаабат дии саныыбын.

ХОҔУГАР САПТАР

- ▶ Мин бэйэбин бэйэм эрэ көмүскэнэр кыахтаахпын, миигиттэн ураты ким да көмүскүүр кыаҕа суох.
- ▶ Мин дьону кытта чугасыһан, кимиэхэ да арыллыа да, итэбэйиэ да суохтаахпын, тобо диэтэр кинилэр миигин таннарыахтарын, бааһырдыахтарын сөп.
- ▶ Тус олохпун, санаабын-онообун арыайахпын баҕарбаппын.

УОРАР

- ▶ Улахан дьон миэхэ кыһамматтар, мин бэйэбин бэйэм иитиниэхтээхпин.
- ▶ Мин тугу да гыммытым иһин миигин ылыныаххыт дуо?

▶ Бары бу мин олохпор буолбутуттан саамай куһаҕана дии санаатыннар.

▶ Миэхэ наһаа да элбэх наада (сылаас сыһыан, мин туспар кыһамныы, болҕомто, таптал), дууһабар баар кураанахсыһыыны толорорго.

БЭРТ БЫЛДЬАҕЫ

▶ Мин бэйэм интэриэспэр кыһаллыбатахпына, ким мин туспар өссө кыһаллай.

▶ Миигин таптыылыларын уонна ылыналларын билиэхпин наада, миигин барыларыттан уһулуччу үчүгэй буоллахпына биирдэтаптыыр кыахтаахтар.

▶ Олох туһугар охсуһарга уруккуттан үөрүйэхпин.

БЭЙЭТИН ОЛОБОР КУТТАЛЫ ҮӨСКЭТИИ

▶ Миэхэ куһаҕан, ону хайдах тиэрдэрбин билбэппин.

▶ Эт-сиин ыарыыта, дууһа, санаа ыарыытын ылынарга көмөлөһөр.

▶ Бэйэбин тыыннаахпын диэн сананаары.

ТАБАХ ТАРДАР

▶ Мин улахан киһибин, онон барытын бэйэм быһаарабын, ким да көмөтүгэр наадыйбаппын.

▶ Мин бэйэбэр кыһаммаппын, хайдах да буолуом.

▶ Олохпор туох буолбутун саныыртан, табах тардарым аралдьытар.

Оҕо албынныыр буолабына?

▶ Оҕо кыра эрдэбинэ албынныан сөп, ол тутта биллэр. Үксүн албынныыр биричиинэтэ оҕо бэйэтигэр улахан дьон болҕомтотун көрдүүрү буолар. Ону таһынан, сорох оҕо фантазията киэн талааһыннаах буолар, арыт онтун таһааран, араастаан кэпсиэн сөп. Онтон оҕо дьиннээхтии албыннаан саҕалаатабына, холо-бур, сыһатын-халтытын кистээри, тугу гыныахха сөбүй? Манна сүрүнэ диэн, тутатына быһаарсыбакка эрэ оҕону накаастаан, ыксамыр түмүккэ кэлимиэххэ наада. Араас түгэн буолар олоххо, оҕо албынныыра эмиэ соччото суох, ол эрэн бу ситуация оҕобутун кытта өссө хаттаан кэпсэтэн, дьиэбэ баар быраабылалары хатылыырга эбэтэр суох буоллахтарына үөскүүллэригэр төрүөт буолар.

Ожо тугу этэрин болбойон истиэххэ наада, ол кэннэ албын биричинэтин толкуйдаан көрүн. Аһаҕас кэпсэтиигэ сөптөөх түгэн булан, ожо бу ситуацияҕа сыһыангытын этин. Итиэннэ албынныыр ожо бэйэтигэр туох куһаҕан содуллаах буолуон сөбүн кэпсээн. Бэйэбит олоххутугар буолбут түгэнтэн быһа тардан эбэтэр остуоруйа быһыытынан кэпсээтэххитинэ, ожо быдан тийимтиэ буолуо.

► Ардыгар ожо албынныыр тоҕо диэтэххэ кырдыгы этэр бу түгэннэ сыһа дии санырыттан: кыһырыахтара эбэтэр хомойуохтара диэн. Ол иһин оҕону кырдык иһин накаастыыр сыһа. Кырдыгы хайдах баарынан истэргэ бэлэм буолуохха наада.

► Үксүгэр төрөшпүттэр бэйэлэрэ оҕолорун албынныырга үөрэтэллэрин билбэккэ хаалаллар. Кыра ситуациялартан сааланар, холобур, телефонга дьонум дьиэбэ суохтар диэн көрдөһүүтүн буолуон сөп. Ожо лоп курдук билиэхтээх, кини төрөшпүттэрэ хаһан да, хайа да түгэннэ албынаабаттарын.

Ожо албынныыра кини ис туругун, кутталын уонна эрэлин көрдөрөр. Албыны сөптөөхтүк ылыны кини дыһ суолтатын мэлдьэһиитин буолбакка, өйдүүрүн, өйдүүрүн көрдөрөр.

Ожо үгүстүк куттанар буолабына?

► Төрөшпүттэрин кыһамныыларын уонна болзомтолорун билбэтэх оҕолортон үксүлэрэ араастан куттанар буолаллар. Ким эрэ харанаттан, ким эрэ атын дьонтон, ким эрэ кыллартан өссө да атынтан куттанар. Тулалыыр эйгэттэн куттаныы, эмиэ быраҕан барыахтара диэн куттаныы баар буолуон сөп. Сорох ожо туохтан куттанарын хаһан да эппэт, ол эрэн кутталыттан температурата тахсыан, төбөтө, иһэ ыалдыан сөп.

► Төрөшпүт бэйэтэ ожо куттала үөскүүрүгэр төрүөт буолумуон наада. Холобур, ожо бэлисипиэттэн оҕуттабына наһаа айманар сыһа. Оҕону ыарытыйарын иһин аһынан көмө онорорго күһэллэххэ наада. Бэйэбит туохтан куттанаргытын уонна ыарытыйаргытын кэпсиир эмиэ сыһа. Оҕолор наһаа уйан уонна төрөшпүттэрин кыһалгаларын омоннаан ылынымтыа буолаллар. Ону таһынан, ожо угуйуон иннинэ тугу көрөрүн, тугу ааҕаргытыгар эмиэ болзомто ууруохха наада.

► Ожо араас түгэнтэн куттанарын аһардаары ол теманы арыһан кэпсиир ордук. Холобур, ожо этингнээх ардаһтан куттанар

буоллабына киниэхэ этинг уонна чабылҕан хайдах үөскүүрүн кэпсээххэ сөп. Баһаартан эбэтэр уоруйахтартан куттанар буоллабына, маннык түгэннэ хайдах быһыы-майгы ылыныахха сөбүн кэпсири наада.

► Оҕону утутарга чуумпу түүнү бабаран баран, кыра уот холбоон баран, оҕо оҕо өссө да дыыалам элбэх диэн быһаарар наада. Арай оҕо өссө ынҕар буоллабына өссө биридэ чуумпу түүнү бабаран баран, инникитин ынҕырытыгар барымыахха сөп.

► Ардыгар оҕо куттанар түгэнин эниги иннигитигэр бэйэтин барыһыгар эбэтэр болҕомто тардаары туһана сатыан сөп. Маннык түгэннэ туохтан төрүөттэммитин быһаарар наада үөскүүр.

Гиперактивнай оҕо хайдах көмөлөһүөххэ сөбүй?

► Гиперактивнай оҕо кыратыттан толкуйдааммыт оонньуур эйгэбэ наадыар, оонньуур хомуйарыгар чэпчэки уонна оҕо ыарахаттары үөскэппэт буолуон наада. Табыгастаах миэбэл оҕо сөптөөх контейнердарынан, мал угарга кырасабаай араас хармааннарынан толоруллубут буолуон сөп. Хас биридди хармаанна ханнык мал эбэтэр оонньуур угуллуохтаабынан уруһуйдаах буолуон сөп. Малы маннык араарыы оҕо толкуйдуур дьобура сайдарыгар туһалаах.

► Оҕо айманарын, күүрүмтүөтүн билэн туран, оонньууга 2-3 киһи кыттыыны ыларын ситиһиэххэ наада. Оҕо хонтуруолтан тахсар ситуациятын эрдэттэн өйдүүр сигналларын билэ үөрэнэ сатыахха наада. Наада буоллабына холкутук кэлэн иирсээн буолбатын курдук оҕону аралдьытан, күүрүүлээх түгэни быһааран кэпсэтэр наада. Сатанар буоллабына оҕону атын, куттала суох сиргэ таһаарыахха сөп.

► Дьарыктанарга, дыиэтээби соруудабын аафарга төрөшпүт оботугар үлэлиир сирин тэринэригэр көмөлөһөр. Тус бэйэтигэр хас биридди малга миэстэлээх, полкалардаах суруйар остуол наада буолар. Оҕо харабын далыгар баар аралдьытар маллар суох буолуохтарын наада, ол таһынан телевизоры, радионы араарар ордук, тоҕо диэтэххэ гиперактивнай оҕо аралдьытар тыаһы-ууһу бэйэтэ сатаан «араарбат».

Оҕо улахан киһи утумнаахтык, бытааннык уонна холкутук сангарара наада.

► Улахан киһи оҕо тугу эмит үчүгэйдик онорбут, сатаабатын сатаабыт буоллабына, төһө да кыратын да иһин хайбыан наада. Ардыгар оҕоҕо биир ыарахан соруудабы хаста да хатылаан быһаарыахха наада, соруудабы быһаарар этиилэр кылгас уонна өйдөнүмтүө буолуохтаахтар.

► Оҕо активнай хамсаныылаах, сэниэтэ баранар дьарыгар элбэх бириэмэ аныахха наада. Салгынна күүлэй, таһырдыа оонньуулар, спортивной куруһуоктар буолуохтарын сөп.

► Оҕо болҕомтолоох, эппиэтинэстээх, тэриниилээх буоларыгар улахан киһи кыһырбакка, тулуурдаахтык хас биирдии дьыалатын санатан, кыра да ситиһиилэрин хайгыыр, биһириир наада.

► Ситуацияны атын өтгүттэн көрдөххө, бу маннык интэриэһинэй оҕону кытта алтыһар үчүгэйдээх буолар. Активнай, ардыгар бытаан оҕо олоххо араас сананы, интэриэһинэйи, киллэрэр, эппиэтинэһи үөскэтэр.

Оҕо күннэтэ олоххо арааны, уратыны киллэрэр, кинини кытта бииргэ олорор диэн олох араас өрүтүн барытын билии буолар.



Лыкова Надя, 12 лет, г. Покровск, Хангаласский район

Оџо буруй мизэратин ыллыахха сөп дуо?

► Биллэн турар, дынгэр оџону накаастыыртан akkaастаныахха наада. Ол эрэн, оџо иитиигэ оннуга суох табыллыбат курдук. Сүрүнүн өйдүөххэ наада, накаастааһын диэн куруук туттулар ньыма буолбатах, ураты түгэн буолар. Бу оџо кутталлаах, сыыһа-халты дыаһаммыт түгэнигэр тута түргэн реакция буолуон сөп. Кылгас эрэ буолуон сөп. Оџону күннэтэ киһиэхэ барытыгар буолар түгэннэртэн сылтаан накаастыыр сыыһа: холобур, миин тохпутун иһин, чааскы алдыаппытыгар. Оџо сааһын аахсыахха наада. Оџо сааһа кыратын иһин сатаан онорботобуттан накаастыыр сыыһа. Оџо буруйа буоларын чопчу билбэккэ эрэ накаастыыр отой сыыһа. Кини буолуо дии саныыбын диэн толкуйдаамаҥ. Отой билэбин кини буоларын дии саныыр да буоллаххытына, ыксаамаҥ, буруйа суох оџо накаастаннабына эһиги оџобут итэбэлин сүтэрэр кутталлаххыт.

► Специалистар накаастааһыны «куһаҕан содулунан» солбуйар сөптөөх дииллэр, бу сыыһа быһыыга сөптөөх ньыма буолар. Хайдах да түгэннэ илии көтөџөн накаастыыр бобуулаах.

Оџолору аралдытыахха, кэпсэтиэххэ, баһаарыахха наада. Ханнык быһыы хайдах содуллаах буолуон сөбүн быһааран иити, биллэрин курдук элбэх бириэмэни, күүһү, кыабы эрэйэр. Маннык иити сөптөөх дуо? Биллэн турар, сөптөөх.

ХИИ ТҮҮМЭХ.

*Шинэр дэвэ кэргэнэ –
подросток*



Подростковой сааһы үксүгэр ыарахан, тосту уларытыы бириэмэ дииллэр. Бу маннык этиигэ кэккэ биричиинэлэр бааллар, кырдык, подростковой сааска психологической кризистэр уонна этхаан уларыйыыта буолар. Өссө кэккэ ыарахаттары подростковой саастаах оҕо агрессивнай быһыыта, суолталаах дьонун улаханга уурбат буолуута буолар, онтон бу көстүүлэр иитии оҕоҕо өссө ордук баар буолаллар.

Бу бириэмэҕэ оҕо дьыэ кэргэннэ сыһыана уларыйан сөп, тутууга суох буолууну уонна бэйэни бас билиини көрдөрө сатыыр. Этиһии, өйдөспөт буолуу кэмигэр, хаан уруу дьонугар ордуун, манна кини төрөппүт оҕо буолбатаһын иһин таптаабаттарын этиэн сөп «Дьыннээх төрөппүт буолбатахын, эн эппиккит истимиэхпин сөп!», «Мин ийэм эйигиттэн ордук этэ!».

Иитэр төрөппүттэргэ сүбэ

► Эрдэтинэ, иитэр төрөппүт быһыытынан мотивациябытын көрүнүөххэ наада, оҕону «быһыыр», «оҕоҕо биһиги эрэ көмөлөһөр кыахтаахпыт», «биһигинэ суох оҕо буорайыһы» диэн мотивация сыһа буолар.

► Үксүн подростковой саастаах оҕо интэриэһиргээн эрэ дьыэ кэргэннэ барарга сөбүлөһөр, «барыам, онтон сөбүлээбэтэхпинэ төттөрү кэлиэм, «хайдах дьыэ кэргэн эбитэ буолла» дии саныыр. Сорох оҕо дьыэ кэргэннэ чопчу интэриэстээх буолар, дьыэ кэргэн миэхэ үчүгэй үлэ булан бизирэн сөп (үөрэх, идэ). Дьыэ кэргэннэ чопчу ирдэбиллээх буолаллар, ол кэтэһиилэрэ туолбатаһына, кэлин дьыэ кэргэнтэн хайдах сатыылыларынан бара сатыылара биллэр суол.

► Иитэр ыалга өйүн туттут, улахан киһи кэлэр: кыыс эбэтэр уол. Кыра саастаах оҕоттон уратыта диэн, улахан оҕо эһигиттэн туох эмэ сананы ылынара ыарахан буолар, кини хайдах улаатан тахсыбытынан, хайдах баарынан олоһор. Кинин түргэнник уларытыам диэн бэйэбитин албыннаныман, кинини хайдах баарынан ылынар курдук үлэ ытан кыһаллар ордук буолуо.

► Баһар, улахан, подросток оҕоҕо ийэ уонна аҕа буолуо суохпун сөп диэн санааны эрдэтинэ өйдүүр ордук. Оҕо бэйэтэ ийэлээх, эбэтэр ийэтин мөссүөнэ өйүгэр-санаатыгар хатанан хаалбыт.

► Арай подросток оҕо эһигитини ким диэн ынгыраарыгар

болџомто уурар буоллаххытына, бэйэбит да билбэккэ төрөппүт ийэтин кытта күөн көрсүһүү, ол эбэтэр конкуренция үөскэтэбит, бу бэйэбитигэр куһаҥан уонна оџону кытта сыһыан мөлтүүрүгэр төрүөт буолуон сөп.

► Бэйэбитин оџо буолталаах киһибин, такайааччыбын диэн ааттанааххытын сөп. Оччотугар, ким туох оруоллаабын быһаарсыы түгэнин хомолтотун билиэ суоххутун сөп. Оџо ийэтин туһугар иэстэбилэ суох буолуо, оџо бэйэтин хаан аймахтарын таннардым диэн буруйданыа суоџа, онтон эһиги оџону утарылаһааччы курдук көрүө суохтааххыт. Оџо уоскуйан атынынан дьарыгырыа, аралдьыйа.

► Подросток оџо төрөппүтүн эрэ быһыытынан бэйэбитин сыйыннара сатааман. Кэлин курутуйбат курдук «Мин кини туһугар барытын гынар этим, онтон кини махтанар диэни билбэт!». Тугу гыммыккыт барыта оџо буолуо, оџо туһугар этэ дуо?

► Дьингинэн, иитэ ылар оџобут, дьиэ кэргэннэ баар оџолордооџор кыра саастаах буолара ордук. Ол эрэн бу маннык табыллара ахсааннаах, улаханнык тутуһуллубат.

► Балаһыанньаттан тахсыыга биир ньыма баар, төрөппүт уонна иитэр оџолору бэйэбитигэр кыттыгас, ол эбэтэр союзник онгостобут. Сүбэлэһэр, барытын кэпсэтэр, ырытар, дүүллэһэр, хас баџар саастаах оџолуун наада. Маннык этиилэртэн туттунар ордук: «Сотору санга бырааттанабын, кинини булгуччу таптыахтааххын».

► Дьиэлээхтэргэ барыларыгар дьиэ кэргэнинэн бары, сүбэлэһэн оџо дьиэтитэн оџо ылабыт уонна кинини бары уопсай сүбэниэн, көмөлөөн иитэбит диэн санааны киллэрэ сатыахха наада.

► Утумнаах буола сатыахха наада, подросток оџо быраабыланы уонна кыраныссаны алдьатар ньыма булуо. Оџо буолабылар оруолун ылыныман, бу улахан сыһына буолар. «Ийэ-оџо», «аџа-оџо» кыраныссаларын тутуһун. Подросток оџону иитэргэ «кытанаах» санаа наада.

► Оџо тугу интэриэһиргииринэн уонна холонон көрүүн баџалаабынан (спорт, үнкүү, уруһуй) дьарыктанарыгар кыах биэриэххэ наада, кыахтаах буоллаххытына бэйэбит эмиэ кыттыыны ыларгыт ордук. Уопсай интэриэс чугасыһыыга уонна алтыһыыга тоџоостоох буолар. Төрөппүт уонна оџо сыһыана сайдарыгар үчүгэй төрүөт буолар.

«Биир олобу уларыт» фондаџа анаан Елена Мачинская диэн психолог, подросток саастаах иитэр оџолоох төрөппүттэртэн бэйэлэрин уопуттарын үллэстэллэригэр көрдөспүт.

1. Подросток оџону кытта итэбэйэр сыһыан үөскүүрүгэр туох улахан суолтаны ыларый? Туох сыһыангыт тупсарыгар көмө буол- бутай?

НАТАЛИЯ Т.:

«Истин буола сатаан, сырыы айы арыллан иһин. Оџону кытта элбэхтэ кэпсэтиэххэ наада, оџолуун арааһы барытын, борустуой да өйдөбүл буоллун, ырытан, арыттаан көрүүххэ, кэпсэтиэххэ наада. Баџар, оџо отой киһи кэтэспэтэх өттүттэн проблемалаах, санаалаах буолуон сөп, ону барытын хаста да ырытыһыахха наада.»

АНТОН:

«Ситиһии төрдө оџо наадалаах, суолталаах уонна тапталлаах буолар баџатыгар сытар. Антон биһиги, улахан дьон ардыгар бу өйдөбүллэри отой атыннык көрдөрөбүт, ону оџо өйдөөмүөн сөп.»

ЛАНА:

«Бэрэбиэркэлэри ааһыы. Күннэтэ улахан киһиэхэ итэбэйиэххэ сөбүн дакаастааһын. Оџо тугу да онорбутун иһин, бу улахан киһи таннарыа суоџа, оџоо суолталаах улахан киһитинэн хаалыа диэн.»

ЮЛИЯ К.:

«Чиэһинэй буолуу. Сыһа-халты туттууну бары истэллэрин гына билинии. Куруук улахан киһи оруолугар халыы. Оџо сырыы айы кыаххытын бэрибиэркэлиэ, онно бэлэм буолуохха наада. Бастакы кэмнэргэ барытын кэпсэтэн иһиэххэ наада, араас тылынан кэпсэтэр буолуохха сөп. Оџо тылын саппааһа отой кыра, тыл суолтатын атыннык өйдүүр буолуон сөп.»

АННА С.:

«Ону-маны ыйыт да ыйыт буолуман. Оџо тус бэйэтин кыраныссатын кэспэккэ буола сатаан. Уһун-киэн майгыга үөрэтиини ытыман. Подросток оџо курдук толкуйдуу үөрэнэ сатыахха наада.»

НАТАЛИЯ В.:

«Убаастаһын, аһаџас, чиэһинэй буолуу, сыһа-халты туттууну билинии, наада буолаџына бырастыы көрдөһүү.»

СВЕТЛАНА С.:

«Чиэһинэй, утумнаах(этии уонна дыала сөпсөһүүтэ) буолуу.
Тулуурдаах буолуу.»

ИННА К.:

«Куруук подросток миэстэтигэр туран көрө сатыыбын. Кини тугу саныырын,өйүн-санаатын өйдүү, билэ сатыыбын. Уонна бэйэм кини сааһыгар хайдах этибиний, тугу гынааччыбыный диэн саныыбын.»

ВЛАДИМИР Х.:

«Оонньоспокко, сөбүлэспэт буоллаххытына, оҕо этэринэн барымыахха наада. Оҕо бэйэ сыһа-халты онҕорон өйдүүрүгэр кыах биэриэххэ наада, оҕо көмөҕө наадыдабына куруук аттыгар баар буолуохха наада.»

2. Туохтан куотунуохха нааданый? Ханнык сыһалары онгорбуккутуй, туохтан иитэр подросток оҕобутун кытта сыһыангыт буорту буолтай?

НАТАЛИЯ:

«Куһаҕан өрүттээх быһыылара сыһыаммын көрдөрөргө наһаалыыр этим, ол эрэн бу ситуацияны кэпсэтии, арыттаан көрүү быһаабыта. Итэҕэйбэт буолуу баар этэ. Сүрүнэ диэн, оҕону хайдах баарынан, сыһаларын-халтыларын кытта ылынахха наада эрэ буолбат, өссө киһи бэйэтэ эмие ылына үөрэниэхтээх — тутатына уонна кэмигэр бэйэни бырастыгы гынаахха наада.»

НАТАЛИЯ В.:

Куттал суоһуон сөбүн билбэккэ эрэ итэҕэийи, сиэри таһынан итэҕэийи.

ЛАНА:

Куттал суоһуон сөбүн билбэккэ эрэ итэҕэийи, сиэри таһынан итэҕэийи.

АННА С.:

Сиэрэ суох быһыым-майгым. Наһаа кытаанах буолар сыһа эбит.

ЮЛИЯ К.:

Наһаа долгуйар, айманар этим. Таптыыр буоллахпына аһара күүскэ, кыһыһар буоллахпына, бары истэллэрин курдук. Дьинэр, барыта орто сизэринэн буолуохтаах. Соробор холку собус буолуохха наада, ардыгар кыһыһаран да ыһаахха сөп. Оҕо хаан уруу аймахтарын уонна табаарыстарын диэки албын уонна куһаҕан сыһыан суох буолуохтаах. Оҕо интэриэһин учуоттуохха наада.

ВЛАДИМИР Х.:

Сымыйалыа суохха наада, сыһаа-халты түһүү баар буолар, ол эрэн сымыйалыыр сыһаа. Туох эрэ үчүгэй иһин да сымыйалыыр сыһаа.

КОНСТАНТИН П.:

Этиим уонна дьыалам сөпсөспөт буолууттан сыһаммыт буорту буола сыспыта, тупсарыгар мин бэйэм сыһабын-халтыбын билиниим көмөлөспүтэ.

ХІІІ ТҮҮМЭХ.

*Арай озо агрессивнай
Билхытанар буолтадына*



*«Куттал уонна дьиссипилиинэ баттала суох
буолабына, оҕолор агрессияны көрдөрбөттөр».*

Александр Сазерленд Нилл

Охсуһуу, истибэт буолуу, иэстэбиллээх буолуу, хамсыыр-харамайдары атабаस्ताбыл, истерика, оҕо агрессията — бу барыта тулалыыр эйгэни утарыы, бырачыас буолар, тыйыс быһыыга, баттабылга, кыһайыыга, аан дойду кырдыыга суох быһыытыгар эппиэт буолар.

Маннай улахан дьон оҕо агрессиятын биричиинэтин быһаарыахтарын наада, оҕо кэмөлөһөр, ыарахаттары үллэстэр кыах үөскүүрүн курдук. Бу өйдөбүлэ суох агрессияны кытта үлэлэхэр улахан көмөнү аҕалыа суобун сөп. Агрессия бэйэтэ оҕо курус ис туругун көрдөрөр, оҕо бэйэтин көмүскэнэр быһыыта-майгыта буолар, хас биирдии киһиэхэ баар айылҕаттан бэриллитбит көстүү буолар.

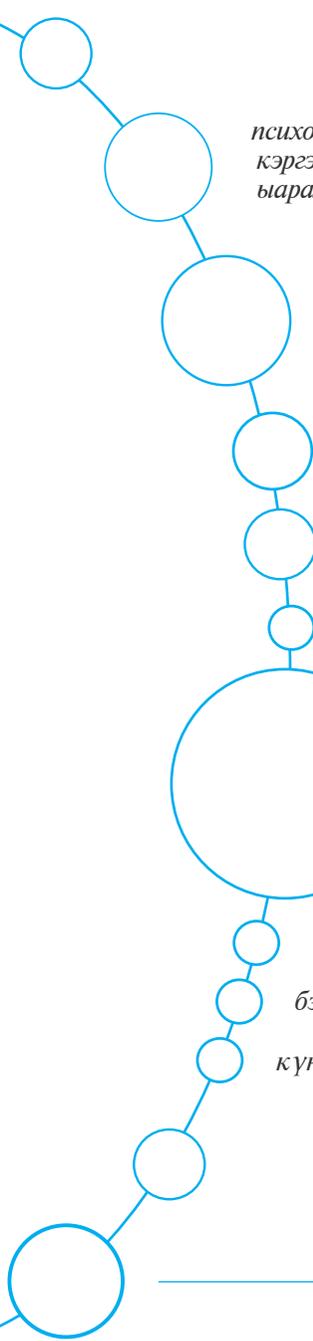
Улахан дьон соруга — оҕо сыалын-соругун күүс уонна айдаан күүһүнэн буолбакка, кэпсэтиинэн, дуогабардаһыыннан ситиһэргэ үөрэтии буолар. Кыһырыы диэн олоххо баар буоларын оҕо билэр буолар, онтон тулаҕа баары барытын алдьатар диэн сыһа.

Иитэр оҕону кытта атын буолар. Кинилэргэ элбэх биричиинэ баар «ыарахан» быһыы-майгы үөскүүрүгэр. Итиэннэ кинилэр оҕо сайдытынан баран иһэллэр, сайдыы кризистэрин ааһаллар. Бары оҕолор курдук улахан дьон авторитетын утары барыахтарын сөп, көнгүл кыраныссаларын бэрэбиэркэлииллэр, агрессивнай бэйэни бас билиини көрдөрөллөр. Иитэр оҕо поведенческой ыарырҕатыыта саастыылаахтарыттан элбэх буолан тахсыан сөп.

Оҕо агрессиятын төрүүттэрэ:

агрессиянан тахсар кимиэхэ эрэ күүстээх эмоциональнай убананы (оҕо арахсыы санаатыгар ыллара сылдьар, кутурҕан санаалаах);

тулалыыр эйгэбэ адаптация ааһарыгар ыарырҕатыы, саастыылаахтарын кытта өйдөспөт буолуу, мөкү өттүгэр тардар табаарыстар-доҕоттор (оскуола проблемалара оҕону долгутар);



психотравма, стрессовой быһыы-майгы (оҕо эһиги дьуэ кэргэннитигэр саҥа убаныыта, ардыгар оҕо адаптация ааһара ыарахан буолар, бириэмэ биэрэн, көмө буолуохха наада);

эмоцияны сатаан хонтуруоллаабат буолуу (хомойуох иһин, баҕар, оҕо бэйэтин поведениетын хонтуруоллуур үөрүүэбэ суох буолуон сөп, ону сайыннарарга кыах уонна усулуобуйа наада);

улахан дьон уонна куһаҕан геройдар агрессияларын үтүктүү;

агрессия, күүһүлээһин көстөр телевидение биэрилээрин уонна киинэлэри көрүү;

иһрээнгэ бэйэни көмүскэнии;

чугас дьонтон болҕомто тийбэтэ (оҕо сааһа ыараханлык ааспыт оҕо улахан дьонтон болҕомтоҕо наадыыыта үрдүк буолар, биһрээ бириэмэ атаарыыга аккааһы ылынымыан сөп, сылайбыккытын куотуна сатыыр эбэтэр кинини улаханга уурбаккытын көрдөрүү курдук ылынар);

түргэнник оргуйан кэлиһи, күүрүү;

бэйэни намыһахтык сыаналаныы;

күнүүлээһин.

Обо агрессиятын төрүүттэрэ:

мэйи чаастарын сиэтии;

эт-хаан өттүнэн ыалдьыы;

*билэр дьобурдар ситэтэ суох сайдыылара:
болбомтолоох буолуу ыһыллыыта, намыһах
интеллект;*

нэһилиэстибэннэй ыарыылар;

сылайыы, сэниэ быстыыта.

Ардыгар обо агрессивнай быһыытын-майгытын биричинэтинэн улахан дьон буолаллар:

биир сүннэ суох итэллэр;

*төрөппүттэр обобо сыһыаннара кытаанах: охсоннор,
мөбөттөр;*

*бэйэлэрин эмоцияларын сатаан туттумматтар,
кыһыраллар, саба түһэллэр.*

Обо агрессивнай буоллабына тугу гыныахха сөбүй?

► Оболуун элбэхтэ кэпсэтэ сатаанг. Обону кытта алтыһыыга кини ис туругар, санааларыгар болбомто ууруохха наада. Обо олох, олобун историятын туһунан ыарахан боппуруостарыгар кырдык хоруй биэрэргэ бэлэм буолуохха наада. Обо билэрит-тэн быдан куттаммат буолар, хаһан да истибэтэх өрүттэрэ кутталы үөскэтиэхтэрин сөп. Обобо агрессияттан ураты эмоцияны таһаарар араас ньымалар баалларын быһааран этэ сатыахха наада.

► Обо эмоциятын таһаарарыгар туһалаах ньыма буларыгар көмө буолуохха наада: спорт, үлэ, хобби, айар үлэ, бириэмэни

бииргэ атаарыы, үчүгэй туһалаах дьону кытта алтыһыы. Бэйэбит хайдах аһарынаргытын кэпсээн. Агрессия олус күүстээх энергия диэн быһаарыахха наада, кинини бэйэбэр наадалаах өрүттэргэ туһаайдаххына, туһалаах буолан тахсыан сөп.

► Бэйэбит холобур буолун: оҕо бэйэтин улахан дьонун быһыыларын-майгыларын үтүктэр. Баҕар, бэйэтин дьиэ кэргэнигэр агрессия сүдүтүк көстөр буолуо. Хайдабын да иһин маннай бэйэбиттэн саҕалаан – этэр тылларгытын уонна тугу гынаргытын көрүнүн, оччотугар дьыала аҥаара онгоһулунна диэххэ сөп.

► Наада буоллабына оҕону иитиигэ аналлаах кинигэлэри көмөлөһүннэринг, специалистар сүбэлэрин ахсарыман. Арай кыһалбабыт ыарахан, бэйэбит сатаан быһаарбат буоллахытына психологтан, педагогтартан көмө көрдөөҥ.

► Оҕо кинини таптыылар, ылыналлар, наадалаахпын, оҕо дьиэтигэр төнүннэрэр санаабыт суох диэн билэрэ наада. Иитэр төрөспүттэр сэниэлээх, тулуурдаах буолуохтарын наада, уонна сылы сыллаан муннууллубут түргэнник ааһан хаалбат диэн өйдүөххэ наада. Оҕо улам эһиэхэ итэбэйэргэ үөрэнэн, эмоциятын туттуна үөрэниэ.

Иитэр төрөспүт бопуруоһа: Арай оҕо оонньуругар ким эрэ кими эрэ кырбыыр, өлөрөр буоллабына тугу гынабын. Бобон көрбүспүт, сэриигэ сыһыаннаах оонньуурдары атыыласпаппыт, ол эрэн син биир кистээн да маннык оонньуулары оонньуур. Уолбут 7,5 саастаах, дьиэ кэргэммитигэр 3 сыл буолла, сыһыаммыт үчүгэй.

Специалист эппиэтэ Бастатан туран, оҕо ис туругун билээри, эмоциональнай өрүттэрин диагностикалаан оҕо психологар сырытыннарын диэн сүбэлибин. Баҕар, оҕо кыра сырыттабына хабыстык сыһыаннаһалара буолуо (жестокое обращение). Оччоҕо специалист ол траматын аһарынарыгар үлэ ыттар.

Иккиһинэн, оҕону дьиэбэ өйүөххэ наада. Кырдьыга диэн, оҕо оонньуу сылдьан билинни ис туругун таһаарар. Бу урукку буолбуттан ааспакка сылдьар эбэтэр билинни туруга маннык буолуон сөп.

Арай оонньууга охсуһуу буола турар буоллабына, кыттыһан хайа эрэ герой оруолун ылынын, уонна кини аатыттан ыйытылары биэринг, тобо маннык буоларый, ханнык эрэ герой быһыытын ыйытын. Хабыс сыһыаны ааспыт оҕо орубуна да буолбатар, уруг буолбуту оонньууга хатылыыр. Оонньууну уларыта сатааман.

Сиэртибэни аһынан ылын. Оботтон тугунан эмэ көмөлөһүөххүтүн сөбүн, ким көмүскүөн сөбүн ыйытын. Ожо сценарийынан баран иһин. Ожо билбэт түгэнигэр, бэйэбит вариангытын этиэххитин сөп. Маннык бу герой нөнгүө ожо өйөбүл булуо.

Маннык оонньуу нөнгүө ожо атабаастаабыт киһиэхэ бэйэтин ис туругун, курус санааларын көрдөрөр кыахтанар. Ол эрэн бэйэтин аатыттан буолбакка, герой аатыттан буолуон сөп, тожо диэтэххэ бу киниэхэ ыарыылаах, кинини ыарахан ахтыылартан көмүскүүр.

НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СҮБЭНЭН»

XIV ТҮҮМЭХ.

Ого уорар буомазына



Олохтон холобур

Бу түгэн соторутаабыта Киев куоракка, Светлана дьүөгэтин Ольга төрөөбүт күнүгэр эстинньи 6-гар буолбута. Светлана уонна Олег дьыэ кэргэннэрэ бары ыгырыллыбыттар. Светланаалах Олег куруук киэн тутталлара: бэйэлэрэ 3 оҕолорун ураты, өссө уоллаах кыыһы Кривой Рог оҕо дьыэтиттэн 2 сыллабыта ылан итэллэрэ. Оҕолор үчүгэйдик үөрэнэллэр, истигэннэр, ол эрэн уораллара биллибитэ. Бу Светлана дьүөгэтин Ольга бэһиэлэй, көхтөөх төрөөбүт күнүн кэннэ биллибитэ. Сарсыныгар Ольга Светланаҕа эрийэн төрөөбүт күнгэ бэлэхтэммит кэмбиэрдэртэн харчы барыта сүппүтүн эппитэ. Харчы бары көстүүгэ суумкаҕа сылдыбыт. Светлана дьыэ кэргэнин бюджетыгар холоотоххо улахан сумма этэ. Уорбалааһын тутатына сана дьонго түстэ, атын ыалдьыттар бары уруккуттан билсэллэр. Ол эрэн оҕолор билиммэттэр, билинэр да санаалара суох. Дьыэлээхтэр бары хомойдулар, соһуйдулар, санаалара түстэ. Төрөппүттэр туох баар күүстэринэн өйдүү сатыыллар, манньк уорууга туох төрүөт баарын? Оҕолор барыллара бары баар, ас-танас сөп буолаар гына дэлэй. Саамай кутталлааҕа диэн бу түгэнгэ атын... Арай оҕо сиэргэ баппат быһыыланар буоллабына, кини өйө-санаата туох эрэ ыһыллыылаах буоллаҕа? Инникитин иитэр оҕоттон өссө тугу кэтэһиэххэ сөбүү? Иитэр төрөппүттэр хомойбуттара.

Оҕо уорар буолуута ыарахан поведениелартан саамай тарҕаммыта буолар. Оҕо бары кэриэтэ хаһан эрэ уоран боруобалаан көрбүт буолаллар. Үксүгэр иитэр төрөппүттэр оҕо уоран саҕалыырын көрсөллөр. Биллэрин курдук, бу көстүү төрөппүттэри олус диэн куттуур, маны отой суох гына сатыыллар, төрүөтүгэр быһаарса сатаабакка, наадыйбакка, бу улахан сыһа буолар.

Уруу — тулааах оџолорго элбэхтэ кѳстѳр, бу маннык быһыы тѳрѳѳтѳ араас буолар, хас биирдии оџону тус тусла кѳрѳѳххѳ наада. Ол эрэн уруу – элбѳх дьон саныбырын курдук куһаѳан генетика кѳстѳѳтѳ буолбатах.

Оџо уоран саѳалыбырын кырдыктаах уонна стереотипнай тѳрѳѳтѳри кѳрѳѳххѳ

СТЕРЕОТИПТАР	УРУУ ТѳРѳѳТѳ
<i>Кини уоруйах</i>	<i>Бѳйѳни бигѳргѳтии (самоутверждение)</i>
<i>Куһаѳан ген</i>	<i>Улахан оџолор харчы тѳлѳѳѳргѳ кѳѳѳѳѳилѳрѳ</i>
<i>Клептомания</i>	<i>Майгы-сигили, санаа кѳѳѳѳ сайдыыта мѳлтѳѳѳ</i>
	<i>Майгы-сигили, санаа кѳѳѳѳ сайдыыта мѳлтѳѳѳ</i>
	<i>Дьѳѳ кѳргѳн бюѳѳѳета уонна кѳннѳѳѳи туттар харчы дѳѳн вѳйдѳѳѳлѳ билбѳѳ</i>
	<i>Оџо психологической ѳттѳнѳн сѳѳ буолбата, астыммата</i>

Оҗо бас билии диэн өйдөбүлү билбэт

Дьиэ кэргэнгэ улаатар оҗо киһи тус кыраныссата уонна мала диэн өйдөбүл кыра эрдэбиттэн сайдар. Биирдээх оҗо ийэм мала, аҗам мала диэн билэр, 3-4 сааһыгар тулалыыр эйгэ миэнэ уонна атыттар диэн араһсар. Бэйэни хонтуруоллааһын оҗолорго 3-6 саастарыттан баар буолар, бу биричиинэнэн кыра оҗолор үксүлэрэ уоран боруобалаан көрөллөр, туттуналларыгар ыарахан буолар.

Оҗо дьиэтигэр — коллективнай иитии, мал барыта хааһына киэнэ. Оҗолор мин малым, атын киһи мала диэн өйдөөбөттөр. Хомойуох иһин бу өйдөбүл түргэн баҗайытык садыбат. Иитии процеһа быһаарынан эрэ түмүктэммэт. Уорар куһаҗан диэн этэн эрэ кэбиһэр аҗыйах, оҗо онгорбутун онгоро туруоҗа, кэлин улам өйдөөн иһиэ, атын киһи малын ылар сыһа диэн.

Оҗо уоруута баар буоллаҗына сүрүнэ диэн төрөппүт оҗо онгорбута куһаҗан, сыһа диэн, ол эрэн оҗону син биир таптыгырын уонна оҗо бырастыы ғынары толуйар.

Оҗо бэйэтэ бырастыы көрдөһөрүгэр уонна уорбутун компенсациялырыгар кыах биэриэххэ наада. Бу түгэнгэ оҗо эһиги өттүгүттэн өйөбүл наада буолар. Бэйэбит эмиэ оҗо тус бэйэтин кыраныссатын кэспэккэ буола сатыахха наада, оҗо үксүгэр төрөппүттэрин көрөн үөрэнэр.

Олохтон холобур.

Саамай дьикти остуоруйаны биир иитэр ийэ кэпсээбитэ. Дьиэ кэргэнгэ озорбута наһаа ырааппатах кыыстара, уруок быһыгар бастакынан оскуола остолобуойугар тийэн оҗолор астарыттан ытырталаан ылар эбит. Кыыс наһаа биллибэтин курдук кыратык ытырталыыр эбит. Ол эрэн ас тийибэт буолуутун кини билигин билбэт. Бу кыыс оҗо урут наһаа ачыктыы сылдыбыт эбит, тотуом суоҗа диэн куттал үөскээбит. Өссө этэр эбит «син биир барытын сиэбэттэр» диэн. Бары аһаан бүшпүттэрин кэннэ ас хаалан хааларын көрөр эбит. Кыыс дьон тус бэйэтин кыраныссатын кэһэбин дии санаабат. Урут бэйэтин дьиэ кэргэнигэр бары биир иһиттэн аһаан озорбуттар.

Болжомто гарды. Үксүгэр оџолор төрөппүттэрин эбэтэр иитээчилэрин болжомтолорун тардаары уораллар уонна үксүгэр улахан дьон уорууну ыарыылаахтык, хомолтолоохтук ылынар буоллахтарына. Харчы эбэтэр харчынан атыыласпыт минньигэһин оџо төрөппүт тапталын солбуйуу эбэтэр олобор суох үөрүү курдук ылынар. Оџо тулалыыр дьонун өттүттэн болжомтото тийбэт, эбэтэр дьэ кэргэн иһигэр сыһыан соччото суох буоллабына итинник быһыыланар.

Оџо наадата туолбатыттан. Уоруу өссө биир төрүөтэ – төрөппүттэр эбэтэр иитээчилэр оџо туох наадатын кимнээбэр ордук билэбит дии саныыллара, уонна төрүөтэ суох оџо муодунай тангас-сап, үлүһүйэр малларын ыларга akkaастааһынтан. Бу оџо бэйэтин саастыылаахтарыттан хаалан иһэр курдук сананарыгар төрүөт буолар, бу подростоктарга ордук ыарахан буолар.

Соџотохсуйуу. Үксүгэр уорар оџо сыалынан саастыылаахтарыгар бэрик буолар, оџолуун минньигэстээһин эбэтэр оонньуурдаабын эрэ иһин табаарыстаһыны. Бу түгэннэ уоруу төрүөтүнэн оџо саастыылаахтарын быыстарыгар соџотохсуйуута буолар, доџордуу сыһыаны сатаан олохтооботуттан. Бу үксүгэр тас көрүнгүн иһин коллективтан туоратыллар оџолор буолаллар: кыра унуохтаах, этиргэн, кэлэбэйдиир уо.д.а. Бу маннык түгэннэ оџо табаарыстанарыгар көмө буолан, доџордоһуу сыһыанна бэрик туттуллубатыгар, бэйэни сыаналыырын, бэйэбэ эрэлин үрдэтиэххэ наада.

Куотунар кыаба суох. Оџоттон харчы күһэйэн көрдүүр эбэтэр наркотиктан тутулуктаах буоллабына. Иитээччи соруга бу түгэннэ оџолуун итэбэтиилээх сыһыаны үөскэтии, маннык түгэннэ оџо кистээбэккэ көмө көрдүүрүн курдук.

Клептомания. Оџо «куһабан гennaабын» тэнэ «кутталлаах клептомания» турар. Клептомания – бу психическэй сатарыйыы буолар, киһи социальной тутулуттан тутула суох ыарыы. Клептомания арахпат уоруунан биллэр, киһи сыаналаах мал ылаары уорбат, уоруунан бэйэтэ астынар. Уорбут малын сүтэрэр, кэмиэхэ эмэ биэрэр эбэтэр отой да умнар. Үксүгэр клептоман хара күүһүнэн уорартан akkaастана сатыыр, ол эрэн кыаммат, ардыгар хайдах уорбутун да өйдөөмүөн сөп, уорбут суолун суох гына да сатаабат. Клептоманна иитии күүһэ көмөлөспөт, кинилиин психиатр үлэлэһэр. Клептомания сэдэхтик көстөр ыарыы.

Уйулба алдьаныыта (психологическая травма). Үксүгэр арахпат уоруу психическэй өрүтэ суох, невротическай характердаах буолар.

Бу көстүүнэн ардыгар баай, кыахтаах дьоннор эрэйдэнэллэр. Ардыгар маҕаһынтан кыра малы уорар, бу маҕаһыны барытын да атыылаһан ыһыан сөп киһи. Уорар наадата куруук баар туох эрэ дьиксинииттэн, туох эрэ тийбэтиттэн тахсар. Уорар кэмигэр киһи күүстээх эмоцины ааһар, ол кэnnэ киһи эйфорияҕа киирэр. Бу тутулуктаах психолгическай буолуу табахтан тутулуктаныыга тэnnээх. Манньык тутулуктаах киһиэхэ психолог көмөтө наада, психолог бу түгэnnэ урууну кытта буолбакка, долгуйуу, дьиксинии төрүөтүн кытта үлэлэһэр. *Манньык уруу көрүнгэ уйулҕа алдьаныытын (психологическай травма), олоххо билинни балаһыанньаларын сөбүлээбэт, инникилэрин туһугар куттанар, бэйэлэрин намыһахтык сананар, өйөөбүллэрэ тиийбэт оҕолорго баар буолар.*



Борисова Света, 8 лет, г. Лесосибирск Красноярского края

Төрөшүттэргэ сүбэлэр

Биир да уруу түгэнин болжомтото суох хаалларыман. Ожо быһыытын оҕолуун кэпсэтиэххэ, ырыттыахха наада уонна бииргэ быһаарарга суолу булар ордук.

Дьон көрөн турдабына дьүүлүүр сыһа. Кэпсэтии барыта оҕолуун эрэ буолуохтаах.

Ожо илиитигтэн тутулла илигинэ буруйдуур сыһа.

«Эн уоруйаххын», «хайыыга олоруон», «уоруйах буола улаатыан» диэн тыллартан туттунар наада. Сэмэлээһин суолунан бардахха оҕо уоруйах аатын инэрэр куттал үөскүүр. Ожо манньк түгэнгэ маннай киирэн баран, дьонго барытыгар кыыһырыан, уордайыан сөп, уорар түгэнэ соруйан, утарылаһан буолуо. Оҕолуун кэпсэтиигэ «уоруу», «уоруйах», «уоруллубут» диэн тыллары туттар сыһа, «атын киһи киэнэ», «ыйыппакка ылбыккын» диэни туттар ордук.

Ожо уорары төрүөтүн быһаара сатыахха наада. Оччотугар быһаарыы буларга судургу буолуо.

Арай ожо албынныыр, мэлдьэхэр буоллабына, кэтэһин. Толкуйдуурга бириэмэтэ биэрин.

Ожо уруутун утары туох баар бары ньыманы барытын боруобалаабыт уонна туох да уларыйыы тахсыбатах буоллабына, психологтан көмө көрдүүр сөп суол.

Оџо садын 8 саастаах игирэ-
лэригэр Наташаџа уонна Светаџа
иитэр ийэлэрэ Елена кинилэри көрөн
үлэлээбэт, кыргыттары дефектолокка
уонна үгкүү студиятыгар сырытыннарар. Сыра-
лаах үлэтэ хаалтайга хаалбата – кыргытара гимназияџа
талылан киирдилэр. Ол эрэн үөрэх бастакы нэдиэлэтигэр кини
күүппэтэх түгэнэ буолла. Бастаан Елена кыргыттарын пеналла-
рыгар кини атыыласпатах ластиктарын булла. Онно кыргыттар
бииргэ үөрэнэр оџолорбут бэлэхтээбиттэрэ диэтиллэр. Онтон дьыџэ
урут суох уруучукалар баар буоллулар, отон кэлин Воробьевтар
кыргытара буфеттан биллибэт ханнык харчыннан ас ыалларын
биллилэр. Ону барытын оџолор быһааран иһэллэр.
Онтон биирдэ бииргэ үөрэнэр оџолорун ийэлэрэ эрийдэ уонна төрөөбүт
күн бырааһынньыгы кэннэ биир подароктара сүүппүтүн туһунан эттэ – Во-
робьевтар игирэлэргэ булбуттар.

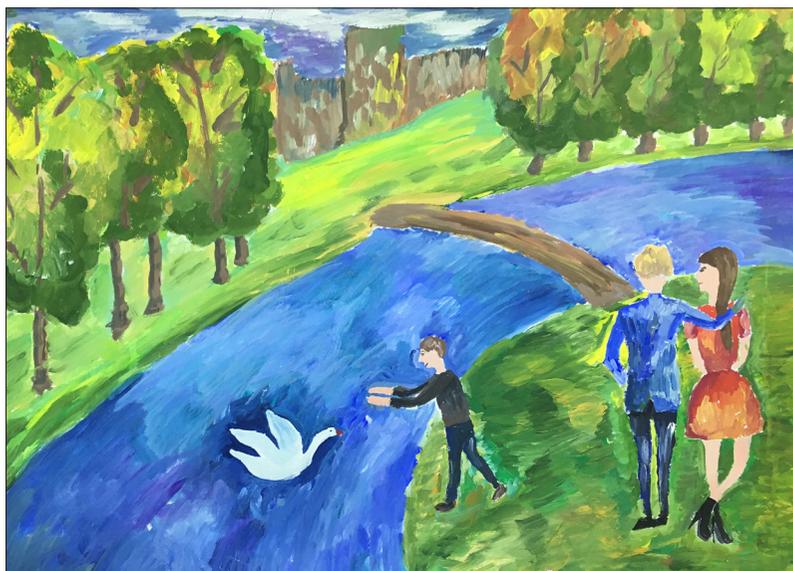
Сонно төрөппүттэр кыргыттарга «уоруу диэн суох буолуохтааџын, атын
дьон малын туох да иһин ылыа суохтаахтарын», быһаара сатаатылар.

Буруйдааһын уонна мультик көрөөһүнүн бобуу көмөлөспөтүлэр.
Аймахтар «генетика» дииллэр. Оскуолаџа кыһыраллар уонна
өйдөөбөттөр.

Сыл аңаарын быһа кыргыттары кытта психолог үлэ ытытар,
оскуолаџа специалистар тулуйалларыгар эппиттэр, тоџо диэ-
тэххэ оџо элбэхтэ көстөр түгэн диэбиттэр. Устунан иги-
рэлэр «миэнэ» уонна «атын дьон киэнэ» диэн араара уон-
на баџа санааларын төрөппүттэригэр этинэ
үөрэммиттэр. Билигин Наташа уонна
Света үһүс кылааска үөрэнэллэр, дьыџ
кэргэн барыта үчүгэй диир.

XV ТҮҮМЭХ.

*Озо психосексуальной
өштүнэн сайдышта*



Ожо улаатан истэбин аайы сыыйа бэйэтэ уол дуу, кыыс дуу буоларын арааран билэр буолан барар. Үксүгэр бу өйдөбүлү хайдах ылынарыттан кини сөбүлэтэр-сөбүлүүр дьобура, тапталтан астыныыта-дуоһуйуута, инники олобор тус дьоло тутулуктанар.

Оннообор букатын кыра оҕолор бэйэлэрэ улахан дьон икки ардыларыгар араастаһыыларын, уратылаһыыларын билэллэр. Ол курдук, кырачааннарга уолуттан, кыыһыттан тутулуктаах анал өгнөөх таҥаһы тангыннараллар, өссө кинилэр тугу онорбуттарын кыыска дуу, уолга дуу туһааннаабынан көрөн сэмэлииллэр эбэтэр хайгыыллар. Ити курдук, оҕо бу хайысхаба сыһыан сабаланар.

Иитэ ылбыт дьиэ кэргэннэ маннай кэлбит улаатан эрэр оҕо половой өттүнөн сайдыыта бытаарыан сөп. Онон бу төрөппүттэр иннилэригэр ити боппуруска үлэлэһэр сорук турар.

Бастакы эротической дуоһуйуута оҕо ийэтин иһигэр тарбаһын эмэриттэн, онтон эмиий үтүн эмэриттэн сабаланар. Ити дуоһуйуута улахан дьон секстэн дуоһуйууларыгар чугас. Кырачааннар итинник астыныыны имэрийииттэн, кууһууттан, сыллыыртан ылаллар.

Оҕо икки-үс сааһыттан бэйэтин этин-сиинин үөрэтэн көрөр уонна саастыылаахтарын кытта тэнниир, кыыс уонна уол, дьахтар уонна эр киһи половой органнара майгыннаһалларын уонна уратылаһалларын интэриэһиргиир. Ити туюх да олуона буолбатах, оҕо сайдыытыгар уонна половой уратылаһыыны өйдүүрүгэр көмөлөһөр.

Оскуола иннинээҕи саастаах оҕолор үгүстэрэ бэйэлэрин эттэрин-сииннэрин үөрэтэн көрө сылдьан мастурбацияны кытта сибээстээх астыныыны ылаллар. Итинник буолар, туюх да орооһуу ирдэммэт. Оҕо соботоҕор уонна дьон ортотугар арааһа мастурбациялыыр буолабына долгуйуохха сөп. Бу да түгэннэ кини наһаа сексуальной диэн буолбат. Ити оҕо мастурбация көмөтүнэн кылгас да кэмгэ уоскуйа сатыырын бэлиэтэ. Маннык түгэннэ мастурбациялыырын тохтото сатыахтааҕар кини туюхтан куттанарын быһаарыахха, ону туоратарга көмөлөһүүххэ наада. Оҕо психологун көмөтө наада.

Саҥа улаатан эрэр оҕолорго үксүгэр юношескай гомозеротизм диэн баар буолар — кыыс кыыска, уол уолга тардыһыыта, ол күүстээх доҕордоһуу курдук көстөр. Оҕолор бэйэ-бэйэлэригэр тардыһаллар, чугастык алтыһа сатыыллар, ол гынан баран сексуальной дьайыылары онгорботтор, «көннөрү доҕордууларбыт» диэн эрэллээхтэр.

Юношеской гомозеротизм диэн оҕо сайдыытын биир түһүмэҕэ уонна ити хайдах даҕаны оҕо гомосексуализмын туһунан эппэт. Дьынгинэн, подростковой «фанаство» — шоу-звездаларга таптал уонна учууталларын эбэтэр дьиэ кэргэн доҕотторун сөбүлүү көрүү эмиэ маннык буолар. Ити көннөрү сөбүлүү көрүү буолар. Секс диэн манна суох.

Кэтээн көрүү түмүктэринэн кэнники уонча сылга оҕо кыра сааһыттан сексуальной сыһыаны ылына үөрүйэҕэ бэлиэтэнэр. Холобур, биир дьиэ кэргэннэ киһи сыгынньах этин-сиинин көрүү бэйэтэ туспа культуурунай үгэс курдук ылыныллар. Төрөппүттэр уонна оҕолор ис таҕаһынан, оттон ардыгар ону да кэппэккэ сылдыһыллара үөрүйэх буолбут үгүс дьиэ кэргэттэргэ бэйэ-бэйэттэн кыбыстыы, сүөргүлээһин суох. Оттон дьиэ кэргэннэ санга оҕону иитэ ылар түгэннэ кини олуонатык ылымматын туһугар ити үгэстэри санаттан көрөр наада.

Улахан киһи уонна сааһын ситэ илик оҕо (холобур, 16 саастаах кыыстыын) сексуальной сыһыанга кириилэрэ бэрдэ суох быһыынан аабыллар. Ордук улаатан эрэр оҕо төһө да эт-хаан уонна психологической өтгүнэн сиппитин иһин кини бэйэтин баҕа өтгүнэн буолбакка улахан киһи күһэйиитинэн итинник сыһыанга киирэр буоллабына.

Уол уолу кытта эбэтэр кыыс кыһы кытта сылдыһыыларын (гомосексуальность) араас көрүнүн ким эрэ сүөргүлүүн сөп, оттон ону аныгы наука ардыгар буолуохтаабын курдук быһаарар.

Уол уолга, кыыс кыыска тардыһыта хайаан да гомосексуализм диэн буолбат. Ити төрүүтүнэн психологической охсуу (кыһы эр киһи, уолу дьахтар атаҕастаабытыттан, бэйэтигэр эрэлэ суоҕуттан, кыра эрдэбинэ күүһүлээһин түмүгэр уо.д.а.), эбэтэр олобун хайа эрэ кэрчигиттэн (улаатан эрэр оҕо гомозеротизма), олорор усулуобуйатын уратыларыттан (уһуннук ангаардас уол эбэтэр кыыс коллективыгар сылдыартан) буолуон сөп. Ол иһин специалист сүбэтинэн туһанар тоҕоостоох. Ол кэнниттэн специалист оҕоҕут сексуальной ориентацията ураты эбит диэн быһаардабына, улахан дьон итини хайдах баарынан ылынан оҕоҕутун таптыахтааххыт.

Маннык кыра уонна улаатан эрэр оҕолорго кинилэр ити балаһыанньаларын өйдүүр, бэйэлэрин убаастанарга үөрэтэр, тулуурдаах иитээччилэр наадалар.

Оҕо сексуальной өтгүнэн ситэн-хотон тахсытыгар улахан дьон эппизитинэни сүгээлэр. Оҕолор улахан дьон «кирдээх» эбэтэр «сыһа» диэн сыаналыылыларын уонна тугу кинилэртэн

кистииллэрин өйдүүлэр. Кыра уонна улаатан эрэр оҕолор үксүгэр бэйэлэрин сексуальной ийиилэрэ биллэн хаалыа диэн уолуйаллар, буруйдаах курдук сананаллар. Ити санаа ордук секс туһунан аһаҕастык кэпсэтии, ырытыһыны суох түгэнигэр диригээн барыан сөп.

► Оҕолор улахан дьон секскэ сыһыаннаах толкуйдарын, сангаларын-ингэлэрин түргэнник ингэринэллэр. 5 эрэ саастаах оҕолор секс туһунан улахаттартан тугу истибиттэринэн дьахтар аймаҕы күлүү-элэк онгостуохтарын сөп.

► Секскэ туһааннаах сыһыан үгүс өрүттээх. Холобур, сексуальной өтгүнэн актыыбынай эдэр киһи «дьингээх эр киһинэн» аабыллыан, оттон кыыс итинник быһыылланнабына «чэпчэки бэрээдэктээбинэн» аатырыан сөп. Итинник икки өрүттээх сыһыан инникитин эр киһи, дьахтар буолуохтаах улаатан эрээччилэр бэйэ-бэйэлэрин икки ардыгар үтүө сыһыаны олохтонуутугар уустуктары үөскэтэр.

► Сорох улаатан эрэр оҕолор кинилэри долгутар боппуруостары аһаҕастык буолбакка, таайтаран ырыта сатыыллар. Холобур, гомосексуалист буоларыттан санаата оонньуур уол көстүүлээх сиргэ сыгыннаах эр дьон хартыыната баар сурунаалы хаалларыан эбэтэр «биир оннук киһини» билэрин туһунан кэпсиэн сөп. Манна болдомтолоох буолуу ирдэнэр уонна бу боппуруоска сэрэхтээхтик аһаҕас кэпсэтиини сабалыыр наада, ол кэнниттэн анал идэлээх дьонтон сүбэ ылыахха сөп.

► Сайдыылаах аныгы кэмнэ улаатан эрэр оҕолор икки ардыларыгар сексуальной сыһыан балачча киэнник тарбана турдабына кинилэргэ секс боппуруоһугар тус бэйэ сэрэхтээх, эппиэтинэстээх буолуутун, түмүгэр ити барыта туох содулланыан сөбүн туһунан сырдатыхха.

Улаатан эрэр оҕо сексуальной сыһыан эйгэтигэр үс куттал суоһуур



► Төрөшпүт улаатан эрэр оҗоҗо маннык сыһыан туох түмүктээх буолуобун, туох ньыманан хайдах харыстаныахха сөбүн быһаарыахтаах, наада буоллабына бырааска көрдөрүнэригэр көмөлөһүөхтээх. Оҗоҗо тиэрдиллэр секс боппуруостарыгар сыһыаннаах информация аныгы кэмнэ сөп түбэхэр уонна чуолкай буолуохтаах. Иммунодефицит вируһунан сутуллуу гомосексуалистар эрэ эргимтэлэригэр тахсыан сөп диэн секс уонна сексуальной сыһыанна олоһурбут уруккулуу өйдөбүлү төрдүттэн үрэйии улахан суолталаах.»

► Күн бүгүн сылдыһыны түмүгэр сыстар ыарыылартан уонна хат буолууттан харыстаныны туһунан информацияны булуу уустуга суох курдук. Ол эрэри, кэтээн көрүү түмүгэр улаатан эрэр оҗолор бу боппуруоска тугу да билбэтгэрэ киһини сөхтөрөр. Төрөшпүттэр уонна иитээччилэр итини ситэ сыаналаабаттарыттан буолар буолбутун кэннэ биридэ соһуйаллар.

► Улаатан эрэр оҗо сексуальной өттүнэн сыһыан түмүгэр психологической охсууну ылыан сөп. Билигин ордук кыргыттар сексуальной өттүнэн баһаран буолбакка, араас социальной төрүөтүнэн половой контакка киирэллэр «ити бары билэллэр, оттон мин...», «сөбүлэспэтэхпинэ кини миигин бырабыаба», «дьүөгэм күлүү оностоуба», о.д.а. санааттан. Иитээччи кыыс оҗоҗо сексынан икки өттүттэн сөбүлэхэн дьарыктаныы эрэ үчүгэйн, дуоһуйууну биэрэрин быһаарыахтаах. Оттон «күүс өттүнэн» саһаламмыт түгэн дьахтары олоһун тухары сексуальной сыһыантан астыныыттан матарыан сөп. Маннык балаһыанһа үксүгэр ханнык да маньяктартан буолбакка, бииргэ үөрэнэр уолаттартан, чугас табаарыстартан таһар. Кинилэр кыыс өттүттэн наһаа күүстээх утарсыыны көрсүбэтэхтэринэ, ону оонньоһуу курдук ылыныахтарын сөп. Манна иитээччи оруола улахан, кини оһону бэйэни убаастанарга, араас түгэннэ көмүскэнэргэ, «туһаныан» баһалаахтарга сөбүлэспэтин курдук такайахтаах. Оттон итинник балаһыанһаба түбэспит оҗо иитээччиттэн сирэй-харах анныыны буолбакка көмөнү, уоскутар тыллары, өйөбүлү ылыахтаах.

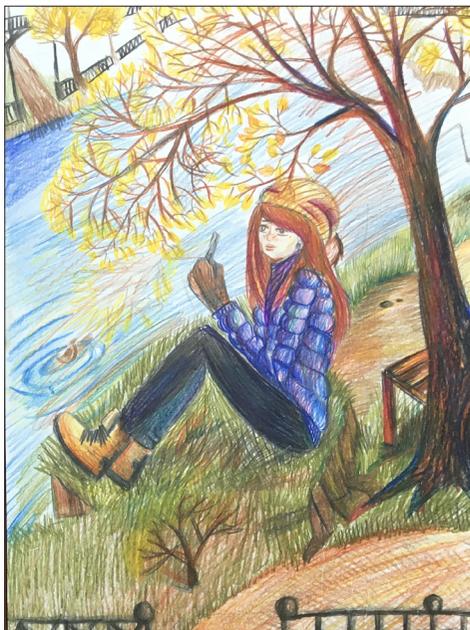
► Кыра уонна улаатан эрэр оҗолордуун дьиннээх секс туһунан ырытан кэпсэтиигэ бу сыһыан икки бэйэ-бэйэлэрин таптаһар эбэтэр сөбүлэхэр дьон сыһыаннара, ийиилэрэ буоларын быһааран өйдөтүллүөхтээх.

► Иитээччи уонна оҕо көлүөнэлэрин икки ардыгар уратылаһыыны аахсыбакка олоххо элбэх үөрүүэхтээх улахан киһи бэйэтин көрүүтүнэн эрэ салайтарбакка, оҕону «көннөрөр» эрэ сыалы туруоруммакка, кини олоххо бэлэмнээх буолуутугар, ыарахан түгэннэри туорууругар көмөлөһүөхтээх. Киһи сиэр-майгы өттүнэн сайдыыта бу «үчүгэй», бу «куһаҕан» диэн нотация аабынан мунурдаммат, хас биирдии оҕо личноһун убаастыыр улахан киһилиин алтыһытыгар олобулар. Манньык иитии оҕо үтүө тиһиктээх сайдыыны биэрэр.

Оҕо половой өттүнэн сайдыыта эбэтэр сексуальной хайысхаҕа уратылардааҕа сэрэхэдитэр түгэнигэр төрөһпүт анал сулууспа үлэһиттэриттэн көмө көрдүөн сөп.

ХVI ТҮҮМЭХ.

*Оо бэрээдэгэр тунгуктаах
буолуу дайвыта*



ПАВы туһаны уонна итилэр оҕо олобор дьайыылара

Оҕо улаатан эрэр кэмэ бэйэтэ туспа уратылаах – гормоннар уһуктуулара бэйэбэ сыана бэриниигэ тосту уларыйыны-тэ-лэрийиини, санаа түһүүтүн, ону тэнэ ардыгар майгыты-сиги-ли өттүгэр соччото суох дьайыылаах буолуон сөп. Оҕо улаатар сааһыгар көрсөр ити проблемаларын кытта психоактивной ве-ществолары туһаны курдук уустук кыһалҕаны бутуйбакка тугу арааран бэлиэтии көрүөххэ сөбүй?

Оҕолор тугу наркотикка көрдүүлэрий? Итинэн тугу ордук ситиһэ сатылларый:

► Тыһаабыт күүрүүнү устуу, холкутуйуу, суоһаабыт кутталтан, олоххо көрсүллэр уустук проблемалартан куотунуу. Кинилэр тоҕо арыгылыылларын, наркотигы туһаналларын туоһуластахха «Бэйэни холкутук сананаары» диэн быһаараллар.

► Тапталга, дьону кытта алтыһыыга, үтүө сыһыанга тардыһыы. ПАВы туһаны кыыс да, уол да буоллун бэйэ тэнгээхтэрин кыт-та алтыһыыны судургутутар «Атын дьоннуун алтыһыыбын чэпчэ-тэр». Үксүгэр ити арыгыга сыһыаннаах. Ордук саната-ингэтэ суох симик, түргэнник санаалара түһэр, кыраны да ыарыылаахтык ылынар оҕолор арыгыны иһэллэр.

► Олоххо тардыһыыны күүһүрдэр, өрө көтөбүллүүнү, көхтөөх буолууну ситиһэр туһуттан. Бэйэлэрин намтатына са-ныыр, күүстэригэр-кыахтарыгар эрэлэ суох оҕолор туохтан да куттаммат-саллыбат, киэн-холку буолууну ситиһэр инниттэн.

ПАВ диэн тугуй?

Психоактивной веществолар (ПАВ) диэн киһи психикатыгар дьайар ве-ществолары ааттыылар. Оннук веществолар олус элбэхтэр.

- Кинилэртэн сорохторо хааччаҕа суох туһанылаллар (кофе),
- Сорохторун санаатаҕын айы кыайан ылбаккын (табаҕы, арыгыны атыылаһы сааһынан хааччахтанар),
- Итилэртэн сорохторун туһаны аан дойду уонна государство таһымыгар хонтуруолланар (конопля бородуукталара, уо.д.а.).
- Киэнник ылан көрдөххө, аһара үлүһүйдэххэ, сокуон боборуттан ту-тулуга суох, ханнык баҕарар вещество ПАВ буолуон сөп.

Ону таһынан итинник ньыманан соботохсуйуутган, тэһийбэт буолуу туругуттан, дууһа кураанахсыйытыттан босхолонолор.

▶ Астынаары, психическэй уонна физическэй өттүнэн дуоһуууну ылаары «Мин манныгы сөбүлүүбүн». Атын ханнык да көрүнгүнэн бэйэтин аралдьытара кыаллыбат, спортивной да, атын айымньылаах дьарыкка көбө суох буоллабына.

▶ Кимиэхэ эрэ майгынны сатааһын, группа бэйэ кинитэ буолары ситиһэ сатааһын. Ол туһуттан кинилэр табаарыстарын толкуйдарын, тугу гыналларын бүтүннүүтүн тэнгэ үллэстэргэ тиийэллэр, ол иһигэр ПАВЫ эмиэ.

▶ Бэйэтин личность быһытынан туох эрэ итэбэстээх курдук сананытын толорунаары, майгытын соччото суох өрүтгэриттэн босхолоноору. Оскуола уонна дьиэбэ өйдөспөт буолууну ыарыылаахтык ылынар улаатан ээрэ оболорго наркотикка ыларыы куттала улахан. Ити түгэнгэ кинилэр санааларыгар бары уустуктар улахан охсуута суох судургутук быһаарыллаллар.

Обо психоактивной веществу туттарын хайдах билиэххэ сөбүй?

Сорох ПАВтар сыттаах буолаллар, холобур, арыгы, табах, канабиноидтар — конопля, гашиш.

Бобуулаах веществолары туһанааччы үксүгэр сокуону кэһэрин өйдүүр. Кини хохугар бүгүн, кэпсэппэт-ипсэппэт буоларын бэлиэти көрдөххө кинини кытта кэпсэтэр тобоостоох. ПАВЫ да кытта сибээстээх буолбатар, ол аата туох эрэ проблема син биир баар.

Обо туох да биричиинэтэ суох, эбэтэр ону бэйэтэ толкуйдан таһааран, үөрөбүн көтүтүн, учууталларыгар, аймахтарыгар, табаарыстарыгар сымыйалыан сөп. Маннык түгэнгэ обону кытта быһаарсар ордук.

Обо харчыга наадыан кэлиэн сөп. Сотору-сотору харчы көрдүүрүн, бииргэ үөрэнэр оболоруттан иэс ыларын, оннообор уорарын биллэххитинэ, итинтэн сэрэхэдийэр наада.

ПАВтан тугу эрэ боруобалаабыт обо майгыта-сигилитэ ыларыйар — конопля тардыбыт буоллабына төрүөтэ суох мээһэ күлүн-үөрүн, эбэтэр төттөрүтүн бэйэтигэр бүгүн, тыынара түргэтиэн, тиритиэн, харабын харата кыччыан сөп.

Төрөшпүт туох дьаһалы ылыахтаабый?

Оҕо ПАВЫ туһанарын биллэххитинэ, кинини кытта аһаҕастык кэпсэтэргит ордук. Кэпсэтии айдааннаахтык түмүктэнэр түгэнигэр эһиги психологы, социальной педагогу көмөҕө тардаргыт туһалаах буолуо.

Оҕо ПАВЫ кистээн хаһаанарын уонна атылыырын биллэххэ, полицияҕа биллэрэргэ бэлэм буолуохха наада. Төһө да ыараханын иһин тутатына бэйэбит ылсаргыт ордук, ыарахан буруйу онорон туора дьонтон үнсүү кириэн иннинэ. Бу наркотигы онорор, тарҕатар дьону уодьуганныырга, олорор оройуонгутун кинилэртэн ыраастыырга төһүү күүһүнэн буолуоҕа. Эһиги эрэ оҕобут буолбакка, атыыласпыт ыччаттар эмиэ төһөлөөх охсууну ыллаларын санаан көрүң.

Оҕону кытта хайдах кэпсэтиэхтээхпитий?

Үс хайысха баар: бу бобуулаах, доруобуйаҕа буортулаах уонна инники олобун сайдытыгар харгыстары онорор диэн өйдөтөн кэпсэтии.

ПАВ доруобуйаҕа буортутун туһунан. Наркоманнар тустарынан холобуру аҕалар наадата суох. Эһиги ортобутугар героины туһанааччылар суохтара буолуо. Ким эрэ ПАВЫ туттар да буоллабына, ити чэпчэки наркотической веществолар. Сүрэх, өй-санаа үлэтэ, болҕомто мөлтөөһүнүн туһунан кэпсэтин. Тоннельнай синдром диэн наркотиктан атыны толкуйдаабат буолуу ааттанар. Уолаттарга инникитин оҕото суох буолуохтары сөбүн туһунан өйдөтүң.

ПАВЫ туһаныны бобуу туһунан. Холубунай Кодекс туһунан быһааран кэпсээн –наркотигы (кып-кыра «от» да буоллун) кистээн хаһааны иһин сокуон ыстатыйатынан «түбэһиэххэ» сөп. Оҕо буруйданан усулубунай болдьоххо уурулуннабына, оттон төрөшпүт ыстарааптаныынан эрэ да мунурданнабына, үтүө аатысуолу төннөрүү олус уустук.

Инники сайдыыга харгыстар тустарынан.

Оҕолор олохторугар ситиһиилээх улахан дьон чэпчэки наркотигы туһаналларын туһунан эттэхтэринэ, ити биирдиилээн эрэ түгэн, олоххо үксүгэр оннук буолбат диэн быһаарыахха наада.

Үксүгэр чэпчэки наркотигы туһанар оҕолор араас кутталлаах, сокуону кэһэр компанияларга тиксиэхтэрин сөп. Олохтон, кирилэртэн, кинигэлэртэн холобурда кэпсээн, үчүгэй үрүк үөрэххэ кириэхтэрин баҕар дьон уулуссаҕа бэйдиэ сылдыар оҕолору кытта сибээстэһиэхтэрин баҕарбаттара чахчы.

ПАВы туттууну хайдах эрдэ сэрэтиэххэ сөбүй?

Төрөппүт учууталы, психологы, социальной педагогу кытта ыкса сибээстээх үлэни ыытара тобоостоох.

Кыаллыан сөптөөх үлэ үс көрүнгэ баар:

Кылааска ПАВы туттуон сөптөөх оҕолор баалларын быһаарар психологической диагностика;

ПАВ буортутун өйдөтөр лекциялар;

Чөл олобу тутуһууга анаммыт араас дьаһаллар (бэйэ күүһүнэн оноруохха сөп эрэри, биир санаалаахтар түмсэн ыыталлара ордук туһалаах)

Улаатан эрэр оҕоҕо үксүгэр тулалыыр эйгэтэ дьайар. Кимниин эрэ бодоруһума диэн бобор эмиэ сочото суох буолуо. Ол гынан баран кимниин алтыһарын хонтуруоллуохха сөп: оҕон доҕотторун дьиэжитигэр ыңгырын, бары бииргэ айылҕаба сынньанын, үтүө дьыаланан дьарыктанын.

Оҕо бэйэтэ табаҕы, арыгыны, пиибэни, наркотигы утарар буолуутун ситиһии улахан суолталаах. Оҕону эппиэтинэстээх буоларга үөрэтин. Биир саастыылаахтара арыгыны ис, табаҕы тарт диир түгэннэригэр бэйэтин санаатын, итини утарарын этиэхтээх. Кини иллэнг кэмин көдүүстээхтик атаарарыгар күүс-көмө буолун (спорт, музыка, айар үлэ). Хайа да уустук түгэнгэ оҕобутун өйүүргэ бэлэм буолун.

Оҕо ийтиитигэр бэйэлэрин тус холобурдарынан, олобу көрүүлэринэн быһаарар оруолу төрөппүттэр ылааллар.

Оҕолоргут үтүө суолу тутуһалларын баһарар буоллаххытына — бэйэбиттэн саҕалаан. Куһаҕан дьаллыктартан туора туттун!

Игромания диэн тугуй?

Игромания туһунан олохтоохтук кэпсэтии саҕаламмыта олус ыраата илик, компьютернай технологиялар сайдыылары кытта сибээстээх. Компьютернай оонньууларга оҕо аһырын, утуйарын, о.д.а. умнан туран тартарар. Бу түгэн мээһэ үлүһүйүү буолбаһын, дьиннээх патология буоларын көрдөрөр. Игромания улахан кыһалҕа буолара хас эмэ үйэ анараа өттүттэн биллэр. Ол гынан баран оччотообуга билингниттэн атын оонньуулар тэнийбит кэмнэрэ этэ — хаартылааһын, сүүйүүлээх оонньуулар араас көрүнгэрэ.

Уус-уран суруйууларга манньк оонньууларга ылларан, хаартылаан элбэх дьон баайдарын-дуолларын сүүйтэрбиттэрэ ойууланар.

Оччолортон манньк киһи бүтүн дьэиэ кэргэнин улахан эрэйгэ тэбэрэ, баайын-дуолун, малын-салын, үбүн-харчытын сүүйтэрэн, иэскэ киирэн дьонун ыал устун ыытара.

Игромания психической ыарыы быһыытынан

ОҕО ИГРОМАН БУОЛБУТУН ТУОХТАН БИЛИЭХХЭ СӨБҮЙ?

Оҕо олох кыдыгыран туран оонньууга тартарар, биир санаалаахтарын кытта ол эрэ туһунан кэпсэтэр буолар.

Оонньуутан арахсар кыаҕа суох буолар. Сөбүлүүр дьарыгын күүс өтгүнэн тохтоттоххо, улаханньк кыһырыр-абарар.

Утуйарын да, аһыырын да умнар.

Бэйэтин көрүммэт, суунарын-тараанарын да умнар, кирдээх таҕастаах сылдыар.

Алтыһар эйгэтэ уларыһар, чугас дьонун, доҕотторун кытта оонньуу эрэ туһунан кэпсэтиэн баҕарар.

Кинини урукку сөбүлүүр дьарыктара интэриэһиргэппэт, сүүрбэт-көппөт, мэлдьи компьютер иннигэр олорор.

Тоҕо игроманияны өр кэмгэ ыарыы быһыытынан билиммэт этилэрий? Арыгылааһын, наркомания (специалистар аан дойдуга 300 тийэ куһаҕан дьаллык араас көрүнгэ баарын этэллэр) олус тэнийбиттэринэн уонна олоххо кутталы үөскэтэллэринэн, маны утары охсуһууга государство элбэх үбү көрөр.

Игромания ыарыы буоларын уонна эмтээбэтэххэ өлүөххэ сөбүн туһунан кэпсэтии компьютерынан олус үлүһүйэн улахан дьон уонна оҕолор психическэй ыарыыларга ылларбыттарыттан саҕаламмыта. Төһө да билигин хаартыга, рулеткаҕа оонньооччулар баалларын иһин (билигин кинилэр интернеккэ оонньуулар), компьютернай оонньуулар бастакы миэстэҕэ сылдыбаллар.

Оҕону күннэ биир чаас оонньоотон, компьютерга пароль туруоран хааччахтаахха сөп буоллабына, улахан киһини оннук бобуу кыаллыбат.

Тоџо олус түргэнник оонньуунан аһара үлүһүйэллэрий? Эппиэтэ олус судургу. Виртуальной эйгэбэ киһи олус кылгас кэмнэ бэйэтин дьохуннаахтык сананар. Оонньуу биир таһымыгар табыста да – виртуальной бэлэх бэлэм. Дьиннээх олоххо тугу эмит ситиһэргэ дьүккүөрдээх үлэ ирдэнэр, оттон манна эр киһи бэйэтин герой курдук сананар.

Дьиэ кэргэннэ игромания кыһалҕатын хайдах быһаарыахха сөбүй?

Син биир арыгылааһын, наркомания курдук игроманияттан хайдах эмтэнэри психиатр-нарколог быраас быһаарар. Аймахтарын кытта кэпсэтэн, ыарыһабы көрөн баран, кини диагноз туруорар. Игроманы бырааска ильдэр судургута суох, бэйэтин ыарыһах курдук санаммат.

Ити кыһалҕа төһө дирингээбитин үксүгэр аймахтара уонна быраастар эрэ билэллэр. Кими да кытта букатын алтыспат буолар, кэхтэр, үлэтин, дьиэ кэргэнин сүтэриэн сөп. Харчыга оонньооччу иэскэ киирэр, онтун төлөөрү буруйу онорор, саарбах суолу тутуһар.

Ол эрэри, быһанар суол баар – быраастар, психологтар, туһаннаах специалистар көмөлөрүнэн толору эмтэниини ааһы.

Барыһах чугас дьоно оонньууну көннөрү үлүһүйүүнэн аахпакка, ыарахан ыарыы быһыытынан ылыналларын уонна киниэхэ бу дьаллыктан босхолоноругар көмөлөһөллөрүн туһугар үлэ барыахтаах.

Компьютернай оонньууттан тутулуктаныы хаһан сағаланарый?

Улахан тыастан, дьэрэкээн хамсыыр ойууттан ордук оҕону туох даҕаны умсугуппат. Ити ооннооҕор улахан дьон болҕомтотун тардар, оҕо туһунан этэ да барыллыбат. Кырачааннга бэйэтэ экраннга чабылхай өнгөөх массыналары салайары, куукулалары тангыннарары, кырааскалыбыр көрдөрүөхтэн ыла сайдыы атын таһыма сағаламмыта.

Оҕолор — фантазёрдар. Оонньуу нөнгүө оҕо принц, хорсун буйун, фея, араас аныгы массыналары салайааччы оруолугар киирэр. Кырачаан бэйэтин остуоруйа дойдутугар тийибит курдук сананар. Уһуяан иитиллээччигэ бэйэтэ оонньууну кыайан талбат буоллаҕына, улахан оҕолорго компьютернай оонньуу оройо аһаҕас. Үксүгэр оҕо наадыһар оонньуутун судургутук интернеттэн хачайдаан ылар.

Төрөппүт өттүтэн хонтуруол суох буоллаҕына, оҕо түргэнник ылларар, өйө-санаата барыта түргэнник ити эйгэбэ төннө охсор-

го талаһар. Үрдүк технологиялар сайдыбыт үйэлэригэр, ситэ-хото илик психикалаах оҕоҕо ахсаана биллибэт виртуальной эйгэ аһаҕас кэмигэр доруобай оҕону игроманна кубулутоохха сөп. Оҕо доруобуйатыгар уонна уонна кута-сүрэ чөл туруктанарыгар эппиэтинэни төрөппүттэр сүгэллэр.

ТӨРӨППҮТТЭРГЭ СҮБЭЛЭР

Бэйэни хонтуруолланыаха. Оҕо баарыгар виртуальной кыыллары экирээтинэн үлүһүйөн уһуннук компьютерга олорумуоха. Сынныалан биир көрүнэ буоларын оҕо билиэхтээх, ол эрэри манна элбэх бириэмэни барыыр наадата суох.

Компьютерга оонньоон оҕобун кытта дьарыктанартан куотунума. Оонньоургун тохтоппот түгэнгэр сотору кэминэн оҕон эмиэ бэйэн холобургун батыһыа.

Кыра да туһалаах дьыаланы онордобуна (илиитин сууннабына, үүтүн истэбинэ) компьютерга оонньотуунан манньалаама.

Компьютерга оонньоу олорорунааҕар төрөппүтү кытта атаарар бириэмэ оҕоҕо быдан умсугутуулаах. Кырачаан «Гонканан», «Передевалканан» оонньоон баҕардабына массынанан, куукуланан оонньот. Тыыннаах алтыһы үөрүүтүн уонна туһатын ханнык даҕаны виртуальной оонньоу солбуйбат.

Компьютернай оонньоуттан тутулуктаны кыһалбатын олус сытырхатар наадата суох. Мэлдьи ол туһунан санатар буоллаха, оҕо көрүүтүгэр компьютер суолтата өссө үрдүүр.

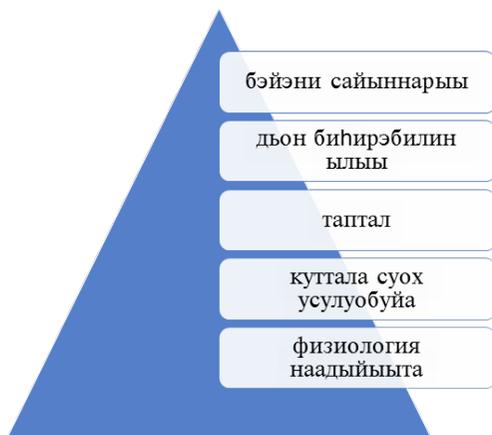
Итинник кыһалба оҕо улаатар кэмигэр үөскээтэбинэ, онтон босхолонон күчүмэбэйдэрдээх. Оҕону компьютертан тэйитэр наадата суох уонна ол кыаллыа да суоҕа. Иллэн кэмигэр оҕо бэйэтэ сөбүлүүр дьарыгар дьулуһар. Компьютерга оонньоурун интэриэһиргиир буоллабына, бириэмэнэн хааччахтаан көнүллэ. Хаалбыт бириэмэтэ биллибэтинэн суолталаах уонна туһалаах дьарыктарга анаар: дьиэҕэ үлэни оноруу, спордунан дьарыктаны, дьиэ үлэтигэр көмөлөһүү, куруһуоктарга сылдыы, төрөппүттэри кытта дьаарбайы.

XVII ТҮҮМЭХ.

*Мулаагаар оролор оркуулаага
кэрсэр ыгарахаттара*



Тоџо тулаайах оџолор оскуолаџа олус элбэх ыарахаттары кѳрсѳллѳрѳй? Абрахам Маслоу ѳс муннугун кѳрдѳхпѳтѳнѳ, эппиѳтин тута билиѳхпит. Оџо ѳчѳгѳй ѳрѳхтѳх буоларыгар, сѳрѳн аллараа сытар усулуобуйалар тирѳх буолаллар.



Оџо ѳрѳбѳр ситиѳиилѳх буоларыгар бастатан туран куттала суох сиргѳ сылдыабын диѳн эрѳллѳх буолуохтаах. Ону таѳынан тот, уутун хаммыт, ол аата физиологическай наадыйыта суох уонна кѳмүскѳллѳхпин диѳн эрѳллѳх буоллаџына. Тулаайах оџолорго, хомойуох иѳин оннук эрѳллѳрѳ суох. Кинилѳртѳн ѳгүстѳрѳ тѳрѳппүттѳритѳн эбѳтѳр иитѳр дѳиѳбѳ улахан оџолортон хабыр сыѳыаны билбит буолаллар. ѳгүстѳрѳ аччыктыыр, утуйбат буолууну билѳллѳр, онтон улахан дѳн кѳѳамныта, таптала диѳни билбѳттѳр. Эрѳнѳр, ѳйѳнѳхтѳрин сѳп улахан дѳно суох буолаллар. Биллѳн туар, маннык кѳтаанах эйгѳбѳ улаатар оџо ѳрѳх диѳннѳ кѳѳаллыбат, наадыйбат. Кинилѳр иннилѳригѳр тыннаах хаалбыт киѳи – диѳн сыал сорук туар.

Оџо ѳрѳбѳр ситиѳиилѳх буоларыгар дѳоннѳ эрѳнѳрѳ, убана олу сѳулталаах. Дѳиѳ кѳргѳннѳ, таптала иитиллибит оџоџо даџаны, бастаан билбѳт сиригѳр оскуолаџа барара олу улахан охсуулаах буолар. Онтон ѳтѳѳ туруга суох дѳиѳ кѳргѳннѳ иитиллѳрѳ оџо санга эйгѳбѳ кѳирѳн ѳрѳрѳ ѳсѳ ыарахан, ол тѳмүгѳр оџо ѳрѳххѳ ѳсѳ кѳѳаллыбат буолар.

Тулааiah оџолор төрөппүттэрдэннэхтэринэ, дьиэлэннэхтэринэ даџаны өр кэмнэ сана олохторугар сатаан үөрэммэккэ үөрэхтэрин эмиэ иккис күөнгэ уураллар. Сана эйгэбэ үөрэнэллэригэр хас да сыл наада буолуон сөп. Ол бириэмэбэ дьэ чугас дьонугар эрэл үөскүүр, оџо ис санаата уоскуйар. Мин дьиэ кэргэн чилинэбин, миигин көмүскүүр дьон аттыбар бааллар диэн бигэ эрэллээх буоллаџына, аргыйы тулалыыр дьонугар, эйгэтигэр сыһыана уларыйан иһиэбэ.

Сороџор оскуола уонна уопастыба тулааiah оџолорго бэлэмэ суох буолар. Оџо үөрэбэр мөлтөх, кыһамнытын уурбат, эппиэтинэстэн куотунар буоллаџына, оџо төрөппүттэригэр: «Оџо иитэ ылан баран, атыны кэтэспиккит да?» диир дьон эмиэ көстүөн сөп.

Оџо тэн саастаахтарыттан, биир кылааска үөрэнэр оџолоруттан, сороџор учууталлартан даџаны сөбүлээбэттэрин, тэйитэллэрин билиэн сөп. Маннык түгэннэ, оџо этэннэ, саастыылаахтарын кытта тэннэ сайдарыгар урут ылбыт эчэйиитин аһарыммытын билиэххэ наада. Онно сытар уустуга. Ол иһин төрөппүттэртэн олус элбэх тулуур ирдэнэр.

Учууталлар тулааiah оџолору кытта үлэлиир бэлэмнэрэ суохтарын, уроукка оџолору угуйбаттарыттан, кинилэргэ наадыбаттарыттан билиэххэ сөп.

Оскуола администрацията, учууталлар уонна төрөппүттэр биир сүбэнэн оџону иитэллэрэ ордук.

Тулааiah хаалбыт оџолорго атын туспа сыһыан наада диэн сыал, сорук туруорбакка учууталлар, иитэр төрөппүттэр оџону өссө буккуйуохтарын сөп.

Сороџор учууталлар тулааiah оџону кытта хайдах кэпсэтэллэрин да билбэт буолуохтарын эмиэ сөп. Тулааiah оџо тас көрүнгүнэн атын оџолортон туох да атына суоџун иһин, олус улахан дьон болџомтотугар, хайџабылыгар, тапталыгар наадыар. Ол иһин тулааiah оџону кытта үлэлэһэргэ уопсай оџо уйулџатын үөрэбэр олобуран, саастарынан тэннээн үлэлиллэр. Оччоџуна тулааiah оџо ис туруга, уйулџата болџомтото суох хаалар.

Төрөппүттэргэ сүбэлэр

► Атын ньыманы талартан куттаныман, наада буоллаџына оџону эһиил да оскуолаџа биэриэххэ сөп, дьиэбэ олорон үөрэтиэххэ эмиэ сөп. Оскуола кыһалџата дьиэ кэргэн иһигэр киирэн сыһыаны алдыатара табыллыбат. Төрөппүттэр бирири өйдүөх тустаахтар: оџо

бэйэтэ быдан сыаналаах, үөрэххэ үрдүк ситиһииттэн. Биллэн турар оҕо үөрэбин ситиспэтэ кыһыылаах, өссө учууталлар «Төрөппүттэр быһаарың!», «Тугу эрэ гының!», «Күүскүтүнэн үөрэттэрин!» диэн этэ турдахтарына.

► Наһаа элбэби эрэнимэн. Хас биирдии төрөппүт, биллэн турар, оҕото үөрэбэр ситиһиилээх буолуон баҕарар. Кылааһыгар уратытын санаан, төрөппүттэригэр иэстээх курдук сананан оҕо долгуйара, айманара элбиир. Ситиһиэм суоҕа, төрөппүттэрбин кэлтиэм, оҕолор күлүү гыныахтара диэн санаалар үөскүүллэр. Ол куттана сылдьан интэриэһэ сүтэр, тугу да гыныан баҕарбат буолар. Маннык түгэнгэ, иитэр төрөппүттэр — өйөбүл буолан, хайа баҕар киһи хотторуон, кыайтарыан сөп диэни быһааран биэрэллэрэ ордук.

► Оҕо учууталын кытта ыкса ситими тутун. Хайдах үөрэттэххэ оҕо үгүс ситиһиилэниэн сөбүн быһаарсын, сүбэлэһин. Хайдах оҕо майгылаабын, хайдах кинини кытта биир тыл учуутала булуон сөбүн сүбэлээн.

► Иитэр төрөппүттэр оҕо куоттарбытын ситээри оҕону араас эбии дьарыкка суруйтарыахтарын сөп. Манна аһара барбакка оҕо кыабын суоттаан биэриэххэ наада. Оҕо аһара нагрукаланнабына, санганы билэр интэриэһэ, дьобура сүтүөн сөп. Дэгиттэр талааннаах киһини иитиэн баҕарар баҕаба туох да куһаҕан суох, ол эрэн оҕо сынныалангар, бэйэтигэр бириэмэтэ эмиэ хаалларын. Оҕо до-руобуйатыгар олобуран, быраастары, психологы кытта сүбэлэһэн дьарыгын талын.

► Оҕону кытта сүбэлэһэн күнүн былааннаан, утуйар уутун, аһыыр аһылыгын хонтуруолга тутун. Оҕо режим тутуһууга, до-руобуйатын туруга үөрэбэр олук булар, сылайарыгар, болҕомтого ыһылларыгар утарылаһар. Режими тутуһарга үөрэтин, биир кэмнэ утуйар, урок ааҕар, оонньуур буоллабына олоҕо бэрээдэктэниэ.

► Оҕо дьоллоох буолара оскуолаба ылбыт сыанатыттан туту-луктамат. Үгүс оскуолатын сатаан бүтэрбэтэх дьон дьоллоохтук, ситиһиилээхтик олороллор. Оскуолаба ылар билииттэн атын эйгэбэ да үлэлиэххэ, сайдыахха сөп: ырыаһыт, музыкант, хаартыскаба түһэрээччи, көмүс ууһа, мас ууһа, уонна да атын айар үлэбэ. Ол аата хас биирдии киһи бэйэтэ талаанын, дьобурун булуохтаах.

► Оскуоланы бүтэрбитин туһунан туһуну кэлин даҕаны ылыахха сөп. Ол ыларга араас ньыма баар — киэһээнни оскуола-ба үөрэниэххэ сөп, дистанционно эбэтэр оҕо бэйэтэ үөрэниэн эмиэ сөп.

XVIII ТҮҮМЭХ.

*Мөрөнцүт уонна иштэр оҕо
икки ардыгар сыһыан*



Төрөппүттэр оҕо иитэ ылыахтарын иннинэ олус элбэх толкуйга түһэллэр, саарбахтыылар, эппиэтинэстэн толлолор. Онтон бэйэлэрин оҕолоро тугу саныыллара буолуой? Кинилэр баар усулуобуйаны ылыналларыгар эрэ тийэйэллэр Билигин төрөппүттэр бэйэлэрин оҕолоруттан тугу күүтэллэрин, эрэйэллэрин ырытан көрүөхпүт.

«Кинилэр хайаатар да добордуу буолуохтара, тобо диэтэр биир саастаахтар».	Дьыгнээбэ
<p>Быраабыла быһыытынан, оҕо ыла кэлбит төрөппүттэр, бэйэлэрин оҕолорун кытта саастыы оҕону көрдүүлэр. Оччобуна төрөппүттэр өссө биир оҕололор, оҕолоро бииргэ оонньоур табаарыстанар.</p>	<p>Дьыэ кэргэн ийэтин кэпсээниттэн. Мин бэйэм төрөппүт 11 саастаах уол оҕолоохпун. Кэргэним бастакы кэргэниттэн икки кыыс оҕолоох (7 уонна 12 саастаахтар). Билигини кытта ололорботтор, эрэри, наар күүлэйди кэлэллэр. Төһө да оҕо иитэ ылыахпыт диэн бэлэмнээтэрбит, сөбүлээбэттэр этэ. Бастакы кэмнэ мин уолум уонна кыра кыыс добордоспуттара, иитэ ылбыт уолбут Пашка «утары» буолаллар этэ. Мин уолум 10 сыл тухары соботох оҕо этэ, кыра кыыс билигин да атаах, ону таһынан өссө ийэлээх аҕаларын өссө атын оҕону кытта үллэстиэхтэрин наада буолан тахсар. Этиһии, ытаһыы элбэхтэ тахсар этэ, эйэлэһиннэртээн баран, араас хосторунан олодооччубут. Пашка барыларын кытта оонньоон баҕарара, ол эрэн элэккэйдик сатаабата, ол иһин наар оонньоуттан үүрүллэн тахсар этэ. Оччобуна хомойон туох баар оонньоурдарын ыһан кэбиһээччи, оҕолору кытта охсуһааччы, ытырааччы, араастаан быһыыланааччы. Улахан уол наар күлүү оностооччу, дьээбэлээн тахсааччы, Пашка оһу</p>

	<p>өйдөөбөккө, илиитигэр туох түбэспитинэн киирэрэ, тамнааттанара, кыыһыра, ыгыыра. Түөрт ый бииргэ олорон, бэйэ-бэйлэригэр үөрэнэн баран, дьэ эйэлээхтик оонньуур буолбуттара. Билигин Пашка биһиэхэ кэлбитэ аҕыс ый буолла, оҕолор тапсаллар, баракаас да онгоруохтарын сөп, сороҕор куустуһан да ыллаллар.</p>
<p>«Улахан оҕолор көмө булуохтара».</p>	<p>Дьингнээбэ</p>
<p>Биһиги оҕо иитэ ылыахпытын баҕарбыппыт ыраатта, кыыс оҕобут хайыы-үйөбү улаата охсубут, 11 кылааска үөрэнэр. Бэйэтэ бырааттаныахпын дуу, балтыланыахпын дуу баҕарабын диэн баҕа санаатын эппитэ ыраатта, көмөлөһүөм диэн эрэннэрбитэ.</p>	<p>Психолог өнөтүгэр наадыйан биир эдэркээн, кыраһыабай баҕайы 17 саастаах кыыс кэлбит. Кини төрөппүттэрэ соторутааҕыта оҕо ииттэ ылбыттар үһү. Ол иннинэ кыыс оҕо дьэ кэргэннэ соботох иитилибит, билигин сана эйгэбэ үөрэнэ сатыы сылдыра. Кини ийэтин хомотумаары, ийэтэ оҕо ылабыт диэн эппитин akkaастаабатах. Бу барыта кыыс оҕо олоҕор олус улахан суолталаах, тас дойдуга үөрэнэ барыахтаах кэмэ эбит. Биллэн турар, кыыс төрөппүттэриттэн өйөбүлү эрэйэр, наадыйар кэмэ эбит. Онтон төрөппүттэрэ кыыһы кытта кэпсэтэр да бириэмэлэр суох, сана дьэ кэргэн чилиэнин кытта бодуустаһа сылдылар. Мантан ыла кинилэр дьыэлэрин иһигэр олус элбэх айманыы, тыас-уус, ыһыллыы-тобуллуу баар буолбута. Кыыс оҕо төрөппүттэриттэн ити кэмнэ тэйэн хаалар уонна үөрэбин бүтэрэ охсон кинилэртэн атын сиргэ көһүөбүн баҕарар.</p>

«Бэйэмсэбэ суох буола улаатыа».	Дьынгнээбэ
<p>Биниги оҕобутун олус атаахтык иитэбит, ол эрэн бэйэмсэх буола улаатын бабарбаптыг. Туга барыта баар, олус сыаналаах оҕолор ымсыыраар оонньуурдарыттан саҕалаан, саамай муодунай танаска тийэ. Ол эрэн оҕобут онно наадыан да көрбөт, иитэр оҕо ыллахпытына, сээкэйин сыаналыырга үөрэниэ, бэрсэри, үллэстэри сатыыр буолуо диэн эрэнэбит.</p>	<p>Биир 9 саастаах уол бэйэтин олобун туһунан кэпсээбиттээх, ол кэмнэ кини төрөппүттэрэ икки подросток саастаах уоллаах кыыһы иитэ ылбыттар. Кыыс сотору-сотору дьыэтиттэн күрүүр үһү, ону төрөппүттэрэ аан дойдуну биир гына көрдүүллэригэр тийээллэр үһү. Онтон уол оҕо үөрэниэн олус баҕарбат, кыһырымтабай майгылаах эбит. Төрөппүттэр сана оҕолору ылыахтарыттан ыла кинилэр кыһалбаларын быһааран тахсаллар үһү. Ону таһынан бэйэлэрин уоллара соботох хаалар, өйүн-төйүн сааһылыыр сирэ суох хаалбыт, ол иитэр уолу кини хохугар киллэрбиттэр. 9 саастаах уол оҕо кэпсиригэр: «бэйэм эмиэ бэрээдэгэ суох буоллахпына, баҕар, миигин эмиэ өйдөөн көрүөхтэрэ. Өскөтүн маннык буолуо диэн билбитим буоллар, хаһан да сөбүлэһиэм суоҕа этэ».</p>
Улааппыт оҕолор бэйэлэр туспа олохтоох буолуохтара.	Дьынгнээбэ.
<p>Оҕолор хаһан эмэ син биир улаатан төрөөбүт дьыэлэриттэн тэйээллэр. Оччобуна бэйэлэрин олохторун онгостоору үөрэнэ бараллар, ким эрэ үлэһит буолар, сорохтор бэйэлэрэ дьыэ кэргэн тэринээллэр. Олохторун тухары оҕолоругар кыһамны уурбут төрөппүттэр дьыэбэ оҕо күлэрин</p>	<p>Мин улахан 25 саастаах кыыстаахпын, кини бэйэтэ ыал, уонна сотору ийэ буоларга бэлэмнэнэ сылдьар. Кини оҕо ылыам диэн санаабын олус күнүүлээбиттии ылыммыта. Бастаан барыта үчүгэй курдук этэ, ылыахха сөп диэн сүбэлэспиппит, мин докумуон хомууан</p>

<p>ахтан бараллар. Ол иһин ол санааларын толороору улааппыт оҕолоох дьон оҕо көрдүү кэлэллэр. Кинилэр бэйэлэрин өссө хас да оҕону иитиэхпитин сөп, сэниэлээхпит диэн оҕо ыла сатыыллар. Ыллахпытына өссө тапталбытын, сылаас сыһыаммытын бэлэхтиэхпит, улахан оҕолор күүс-көмө буолуохтара дии саныыллар.</p>	<p>сағалаабытым. Кыыһым ити боппуруостарга орооспот этэ, ээр-сэмээр хайдах баран иһэрин ыйытааччы. Кыыһым хоһун оҕо кэлэригэр бэлэмнээбитим, ол эрэн кини кэллэбинэ ол хос син биир кини хоһо буоларын биллэрбитим. Онтон оҕону ылбытым кэннэ, сэрэппэккэ эрэ тийээн кэлбитэ уонна улахан айдаан таһаарбыта. Ол кэннэ өр собус кэпсэппэккэ сылдыбыппыт. Онтон кып-кыра оҕо миигин күнүүлүүр буолбута. Иитэр оҕо ордук элбэх болҕомто уурабын диэн кыһыра.</p>
---	---

► Оҕо дьэ кэргэн сана чилиэнигэр күнүүлүүрү сөп. Төрөппүттэр санааларыгар улахан оҕо күнүүлүө суохтаах, ол сытар сыһа санааһын. Оҕо син биир бэйэтигэр уонна сана киһиэхэ сыһыангытын тэннээн көрөр. Толору төрөппүт тапталын ылбыт эрэ оҕо салгы олох устун айанныыр уонна атын киһини кытта ол тапталын үллэстэр кыахтанар.

► Тулаайах оҕолор саҕа үөрэнэллэригэр этиһии, охсуһуу нөнүө быһаарса үөрүйэх буолаллар. Оччобуна оҕолор уолуйан хаалыахтарын сөп, урукку олохторун, төрөппүттэрин тапталларын төттөрү төннөрөөрү. Ол иһин оҕолор бэйэ-бэйэлэригэр үөрэнэллэригэр син биир этиһэллэр.

► Сорох төрөппүттэр оҕолор санааларын ыйытан, оҕо иитэ ылар түгэннэригэр сөпсөһөллөр дуу, утараллар дуу диэн. Оҕолор сөбүлэхэр эбэтэр үөрэр түгэннэригэр, төрөппүт харабар улахан, дьоллоох дьэ кэргэни харахтарыгар ойуулаан көрөллөр. Сана киһини ыллылар эрэ, ыарахаттары көрсөллөр, ол төрөппүт оҕолорун өтүттэн тахсыан сөп «кини биһиэхэ көмөлөспөт», «үөрэбэр мөлтөөтө», «дьиэтиттэн куотар», «оҕотугар түспүттүү, көтөхтөрө сатыыр», «ыарыта көбөн табыста».

► Тоҕо оҕо сөбүлэспитин кэннэ, дыһыннээбэр кыһалҕа көрсөллөрүй? Оҕо санаатыгар бэһиэлэй буолуо, бииргэ оонньуур буолуохпут, кэпсэтэр киһилэниэм диір. Ол сылдьан атын сорукутаах буолуом дии санаабат, эбиитин сана киһини кытта тугу барытын: хоһун, оонньуурдарын, төрөппүттэрин тапталын үллэстиэн наада буолар. Төрөппүттэр бэйэлэрэ иитэр оҕо ыллахтарына туох

күүтэрин билбэт буолаллар. Өссө кинилэр сүрдээбин эрдэттэн бэлэмнэнэллэр, кинигэ аабаллар, иитэр төрөппүттэр оскуолаларыгар үөрэнэллэр, иитэ ылбыт төрөппүттэри кытта алтыһан, туох ыараханы көрсүөхтэрин сөбүн быһаарсаллар.

► **Онтон бэйэлэрин оҕолоро?** Оҕолору хайдах ыарахаттар баарыгар, хайдах түгэннэ, тугу гыныахтаахтарыгар ким да үөрөспөт. Бу барыта төрөппүттэр эбээһинэстэрэ буолар. Оҕолорго туох күүтэрин, сана киһи хайдах майгылаах буолуон сөбүн, оҕолор күүтэр хартыыналара табыллымыан сөбүн барытын быһааран биэриэх тустаахтар. Бириэмэ ааһа түспүтүн кэннэ, оҕолор бэйэ-бэйэлэригэр үөрэммиттэрин кэннэ дьэ дьиннээх табаарыстаныахтарын, бырааттаныахтарын, балтыланыахтарын сөп.

Маньык түгэнгэ тугу билэр уонна онгорор нааданы?

Оҕолор икки ардыларыгар иерархияны тутун. Бастаан дьэ кэргэнгэ кэлбит киһи, таһыма үрдүк буолар, сааһынан кыра да буоллар.

Бэйэбит оҕобутугар болҕомтобутун уурааргытын абыайатыман. Сана кэлбит киһи баар эйгэбэ үөрэнэр, онтон уруккуттан баар киһи тэнниир, сүтэрэрин сыаналыыр буолар.

Дьэ кэргэн үгэстэрин умнуман, сана кэлбит дьону аргый ол үгэскэ үөрэтин.

Оҕо ис санаатын арыыйыҥ, аһаҕастык кэпсэтин. Ис санаа куһаҕан дуу, үчүгэй дуу буолбат, кини баар эрэ. Оҕолор кыһыһар, өһүргэнэр бырааптаахтар.

Оҕолору барыларын тэннии сатааман, оннукка оҕолор сымыйаччы дии саныахтара. Барыларын тэбис-тэнник таптыыр кыахыт суобун билэллэр, тоҕо диэтэр бары атын атыттар. Хас биирдии оҕо күүстээх өттүн булан хайбаан.

Төрөппүттэр икки ардыгытыгар сыһыангытын көрүнүн, бэйэ-бэйэбитигэр таптал тылларын этин, ону таһынан атын аймахтаргытыгар сыһыангытын сыаналаан көрүн. Бэйэбит бииргэ төрөөбүттэргитин кытта кыһыһарса сылдьан, оҕолортон убаастаһыны ирдээмэн.

Элэккэй буолун, кыһыһарсааччылар иккиэн сөбүлэхэр түмүгү көрдөөн.

ХИХ ТҮҮМЭХ.

*Бурга төрөөдүт
огоолор ишээр дүйс кэргэннэ*



Өссө биир төрөппүтэри долгутар боппуруоһунан буолар – бииргэ төрөөбүт оҕолору иитэ ылааһын, туохха болҕомто ууруллуохтаабы уонна хайдах ньыманан иитэр үчүгэийи? Хайа баҕар дьэ кэргэнгэ этиһии тахсар, ол курдук төрөппүттэр бэйэлэрин оҕолоро уонна иитиллэр оҕолор тапсымыахтарын сөп. Киһилэртэн эйэлээх буолууну кэтэһэр сөп дуо?

Бастатан туран «сиблинги» диэн тугун быһаарыахха.

Сиблинги	<i>Биир төрөппүттээх оҕолор</i>
Балаһыанньа	<i>Сиблинговай балаһыанньа диэн киһи бииргэ төрөөбүттэригэр сыһыана. Балаһыанньа: улахан оҕо, орто оҕо, кыра оҕо, иигирэ .</i>
Фактордар	<i>Сиблинговай балаһыанньаны быһаарарга: дьэ кэргэн улахана, оҕолор икки ардыларыгар саастарынан араастара, уолаттар уонна кыргызтар ахсааннара, омуктара, майгылара, төрөппүт иитэр матыыба, ким эрэ олбүтэ, выкидыш уонна да атыны суоттуулар.</i>

Альфред Адлер бу сиблингилэр икки арыларыгар сыһыаны, сайдыыларын үөрөппит учуонай буолар. Биир төрөппүттээх, биир дьэ кэргэнгэ улаатар икки оҕо уратыта олус элбэх буолар. Дьэ кэргэн сайдан истэбин аайы, наадыар кыһалбата уларыян иһэр, ол иһин хас биирдии оҕо оҕо сыһыана эмиэ атын-атын буолар.

1. Биир дьэ кэргэнгэ төрөөбүт оҕолор тус-туспа усулуобуйага төрүүллэр. Иккис төрөөбүт оҕо, бастакы оҕоттон атын психологическай эйгэбэ төрүүр.

2. Оҕо бэйэтин ылыныта уонна олоххо сыһыана төрөөбүт учаратыттан тутулуктанар.

3. Оҕолор оруолларын атастаһахтарын сөп. Холобур, бастакы оҕо сайдыта мөлтөх буоллабына, иккис оҕо улахан оҕо оруолун ылынар.

4. Оҕолор саастарынан арыттара төһөнөн улахан да, соччонон бэрт былдьааллара аҕыйах буолар.

5. Төрөппүттэр иитэр матыыптара уонна сыһыаннара оҕо сайдарыгар олук буолар.

6. Оҕолор саастарын арыта үс сылтан элбэх буоллабына, бииргэ төрөөбүттэр хас дажаны чөмөх олохтуохтарын сөп.

Адлер этэринэн, оҕо төрөөбүт уочаратынан майгытын, уйулбатын туругун быһаарыахха сөп. Кини түөрт хайысхаҕа араарбыта: бастакы төрөөбүт оҕо, иккис оҕо, саамай кыра оҕо уонна соботох оҕо:

Бастакы оҕо 200% төрөппүт болҕомтотун ылар, кини дьиэ кэргэн чопчута буолар. Кинини олус атаахтаталлар уонна олус оҕо туһугар кыһаллаллар. Иккис оҕо төрөөтөбүнэ, кини төрүүбүттэн баар былааһын сүтэрэр. Адлер ону быһаарарыгар «пьедестал сүтэриитэ» диир. Ону бастакы оҕо олус ыарыылаахтык ылынар, бэйэтин көмүскэлин сүтэрбит курдук сананыан сөп. Былааһын албас сүтэрбит курдук санаан, иккис оҕону кытта төрөппүт болҕомтотун былдыаһыан, күнүүлүөн сөп. Биллэн турар, быраата дуу, балта дуу төрүүн иннинэ тапталы барытын ыла сылдыбыт оҕо хараастар уонна күнүүлүүр. Түмүгэр, бастакы оҕолор кытааннах уонна былааска дьулуурдаах буоллаллар.

Иккис оҕо — кини балаһыанньата уһулуччу уонна хатыламат. Кини наар холобурдаах уонна батыһыннарар эдьийдээх эбэтэр убаайдаах. Иккис наар кинини кытта бэрт былдыһар, күөн көрсөр уонна ситэ сатыыр. Кини былааһы уларыта сатыыр — аптарыгыаты билиммэт революционер. Соробор бастакы оҕону ситэр да кэмнэрдээх. Ол улахан оҕо кыраны кытта күөн көрсүүн баҕарбатыттан тутулуктанар буолуон сөп. Ол күрэхтэһииттэн толлон куотунар. Ол иһин иккис оҕону бииргэ үлэлэһэргэ чэпчэки, кэпсэтиини холкутук олохтуур. Ол кини төрүүбүттэн төрөппүттэрин болҕомтотун үллэстэн ыларыгар үөрүйэбиттэн сибээстээх буолуон сөп.

Саамай кыра оҕо дьиэ кэргэннэ — ураты сыһыаннаах буолар. Кини кэнниттэн батыһыннарыыта суох буолар, кини былааһын ким да былдыаспат. Кини улаатарыгар уонна сайдарыгар саамай үчүгэй эйгэ тулаллыыр: саамай кыра уонна саамай көмөҕө наадыһар буолан, кини туһугар бары кыһаллаллар. Кинини наар сылаас сыһыан тулалыыр, инники оҕолор курдук бэрт былдыаһы суох буолар. Кыра оҕо иккис төрөөбүт оҕоҕо майгытынан, атыттары ситэ сатыырынан майгынныыр буолуон сөп. Ол эрэн күөн көрсөргө кыаҕа тиййиминэн сөп. Оччобуна барылартан ураты туспа суолу талыан сөп.

Дьиэ кэргэннэ **соботох оҕо** бэйэтэ туспа кыһалбалаах киһи буолар. Оҕо сылдьан болҕомто чопчута буолан, улаатан да баран эмиэ ол болҕомтоҕо наадыһар. Кинини оҕо сааһын тухары атаахташпыт буоланнар, олох ыарахаттарыгар бэлэмэ суох буолар, бэйэтэ быһаарыныы ыларын ыарырбатыан сөп. Утаатан да баран, оҕо

сылдьан төрөппүттэриттэн ылбыт өйөбүлүн, атын дьонтон көрдүүр буолар. Онтуката суох бэйэтин ситэтэ суохтук сананыан сөп.

Төрөппүттэрин көрүүтэ суох хаалбыт бииргэ төрөөбүт оҕолор бэйэ-бэйэлэригэр сыһыаннара атын буолар, ону иитэ ылар дьон болҕомтолоругар уураллара ордук.

► Кыра оҕолор бииргэ төрөөбүт улахан оҕолору, атын тэрилтэбэ, эбэтэр атын дьиэ кэргэннэ иитиллэр буоллахтарына, убаай уонна эдьийи курдук сатаан ылымматтар. Кинилэр кыратын эбэтэр сайдыылары бытаанын иһин ону сатаан ылымматтар. Сааһа кыратын иһин оҕо бииргэ төрөөбүттэрин кытта сибээһэ быстара чэпчэки эбэтэр ол сибээс төрүт суох буолуон сөп.

► Улахан оҕолор бырааттарыгар дуу, балтыларыгар дуу сыһыаннар иитэр дьиэбэ ураты буолар. Кинилэр кыралар группаларыгар кэлэн бииргэ төрөөбүт бырааттарыгар дуу, балтыларыгар дуу таньыннаран, үөрэбэр көмөлөһөн ааһыахтарын сөп. Ол сылдьан төрөппүт курдук сыһыаннаһаллар, бэйэлэригэр көмө эппиэти эрэйбэккэ. Кыралар улахаттар болҕомтолоругар олус наадыйаллар, ол эрэн улахаттар онно наадыйбакка, наар онорор көмөлөрүнэн тохтуулар. Ол аата оҕо уонна төрөппүт сыһыаныгар майгыннаталлар.

► Атын бииргэ төрөөбүт оҕолор бэйэ-бэйэлэриттэн тус-туспа тутта сылдьаллар. Ол бэйэ-бэйэлэриттэн куотунар кэмнэрэ санга эйгэбэ адаптация ааһар кэмнэригэр көстүүн сөп. Ол оҕо урукку куһаҥан усулуобуйаҥа сылдыбытыттан куотунуутун кытта сибээстиэххэ сөп. Ол куотунуулара, иитэр үлэһиттэр болҕомто уурбакка хаалларан кэбистэхтэринэ, олохторун тухары хаалан хаалыан да сөп.

► Бииргэ төрөөбүт оҕолор сибээстэрин сүтэрбэтэхтэринэ, улаатан баран, бэйэлэр ыал буолан, дьиэ кэргэн тэринэллэригэр көмө буолар. Бииргэ төрөөбүттэрин кытта чугас, истин сыһыаннарын харыстаан идэ сырыттаһтарына, ол сибээһи олус сыаналыыр буолаллар. Хаан-уруу аймахтарын кытта сибээс сүтэрбэтэхтэринэ, оҕолор көмүскэллээх курдук сананаллар.

► Сороҕор бэйэлэрэ оҕолоох төрөппүттэр тулаайах оҕону иитэ ылан баран, манньк ыараханы көрсүөхтэрин сөп: бэйэлэрин оҕолоро оҕо иитэр ылалларыгар бэлэм уонна оҕону үөрэ көрсөр, онтон иитэр оҕолоро наар бэрт былдыһаһар, төрөппүттэр болҕомтолорун бэйэтигэр тарда сатыыр.

Хайдах оџолор бэрт былдыаһыларын тохтотуохха сөбүй

▶ Оџо кыыһа дуу, уола дуу? Быраабыла быһыытынан кыргыттар (эбэтэр уолаттар) икки ардыларыгар бэрт былдыаһаллара үгүс буолар.

▶ Саастарын уратыта. Төрөппүттэр санааларыгар, төһөнөн оџолор биир саастаахтар да, соччонон тапсаллар. 5-6 сыл араастаах буолаллара ордук. 1. Ийэ доруобуйата ити кэмнэ чөлүгэр түһэр. 2. Оџо бэйэтин ийэтиттэн арааран, бэйэтин иннин көрүнэр киһи буолар.

▶ «Туоратыллыбыттар» уонна «тапталлаахтар». Сороџор төрөппүттэр оџолорго итинник оруоллары биэрэллэр. Маннык түгэннэ болџомтото, таптала суох хаалбыт оџо ыарахан бөџөтүн көрсөр. Ол эрэн «тапталлаах оџо» ол тапталыгар эппиэттэһэрин дакаастыы сатаан сэниэ бөџөтүн ууар. Бу икки оруоллаах оџолор улаатан баран, бэйэлэрин көрүнэргэ бэлэмэ суох буолаллар.

▶ Бэйэ кыраныссата. Оџоџо толору сайдарыгар бэйэтэ маллардаах, миэстэлээх буолуохтаах. Өскөтүн бииргэ төрөөбүттэрэ наар онтукайын былдыбыр буоллахтарына, оџо бэйэтин халаммыт дуу, хаҕыс сыһыаны тулуйбут кэриэтэ сананар.

▶ Төрөппүттэр болџомтолоро. Хас биирдии оџону кытта кэпсэтэргэ, алтыһарга туспа бириэмэтэ анаан. Оџолор төрөппүтүн кытта кэпсэтэр бириэмэлээхпин диэн санаалаах сылдыара ордук.

▶ Этиһиигэ арбитр. Оџолор икки ардыларыгар иирсиигэ орооһо сатааман, бэйэлэрэ быһаарсалларыгар бириэмэтэ биэрин. өскөтүн этиһиигэ киирбит буоллаххытына, хас биирдиилэрин истин, ол кэннэ хайдах эйэлэһэр ньымалар баалларын ырытан көрүн. Бииргэ үлэлэһэн, оџолор элбэби ситиһиэхтэрин сөбүн өйдөтүн.

Бииргэ төрөөбүт оҕолор сибээстэрин туталларыгар уопуттаах иитэр төрөппүтгэр туттар ньымалара:

Оҕолорго биир сорук биэрэллэр.

Оҕолор бэйэ-бэйэлэрин кытта уонна атын дьону кытта алтыһалларыгар быраабыла олохтуулар.

Биир үгэс тэрийэлэр (Бииргэ остуолга олорон аһылар).

Иллэнг кэмнэрин туһалаахтык атаараллар.

Хас биирдии оҕо бэйэтин кыранысбатын онорон биэрэллэр.

XX ТҮҮМЭХ.

*Одо илникитин
агностаругар комолоходум*



Оболор — биһиги кэлэр кэскилбит, хайдах кинилэри ылынарбытыттан, иитэрбититтэн, көрүөхпүтүн баҕарарбытыттан тутулуктанан инники олохторо салҕанар. Чугас сыһыан, истин таптал, төрөппүт кыһаллыыта, чугас киһитин болҕомтото, көмүскэллээхпин диэн сананыыта хас биирдии оҕоҕо олус сыаналаах. Билигин улаатар оболор арыый уратылар, кинилэр өссө өйөбүлгэ уонна өйдөбүлгэ наадылаллар.

▶ Оболор инникилэрин өтө көрөр кыахпыт суох, ол эрэн бэлэмниирбит наадалаах. Дьону кытта тэннэ алтыһарга, уопастыбаҕа туһалаах буоларга хас биирдии киһи талаһыахтаах. Ол иһин хас биирдии төрөппүт оҕоҕо сыал-сорук туруорунарыгар көмө буолуохтаах.

▶ Тулаайах, төрөппүттэрэ суох оболорго инники сыал туруоруналларыгар ыарахаттары көрсүөхтэрин сөп. Санааларыгар уруккулара ыыппат, билингилэрэ соччото суох, ол барыта инникилэрин онгостоллоругар мэнэй эрэ буолаллар. Оҕо социальной уонна культуурунай нуорманы ылынарыгар ыарахаттары көрсөрө биллэр. Ол иһин тулаайах оболор инникилэрин онгостоллоро билигин даҕаны уопастыба улахан кыһалҕата буолар.

▶ Оҕо социализацияланара дьону кытта кэпсэтэн, алтыһан, уопастыба быраабылатын, культууратын үөрэтэриттэн тутулуктаах. Хомойуох иһин, тулаайах оболор эйгэлэрэ, төрөөбүт дьэ кэргэнигэр даҕаны, иитэр тэрилтэҕэ даҕаны соччото суох. Ол эйгэ социальной нуорматтан олус элбэх уратылаах.

▶ Тулаайах оҕо уопастыба нуорматыгар киирэригэр кини олобун хартыынатын, бэйэтигэр, уруккутугар, билингитигэр, инникитигэр, чугас эйгэтигэр сыһыанын барытын уларытыахха наада. Өскөтүн иитэр дьэ кэргэннэ ити сыал өссө ситиһилиэн сөп буоллабына, иитэр тэрилтэҕэ улаатар оҕоҕо, кыһалҕа син биир баар буолар. Ону таһынан дьэ кэргэн өйөбүлэ суох сылдыллар, хаан уруу аймахтарыттан даҕаны көмө ылаллара биллибэт.

Уопсай билиини хантатарга, Москуба куорат быраап уонна интэриэс көмүскэлин сыантырын үөрэтиитин түмүгүн көрүүххэ. Бу сыантыр дьэ кэргэнгэ эбэтэр тэрилтэбэ иитилибит оҕолор оскуоланы бүтэрэн туох ыарахаттары көрсөллөрүн көрүүххэ.

Оскуоланы бүтэрбит эдэр дьон тугу ыарахан диэн ааттаабыттары билсиэххэ:



Ааттаммыт биэс кыһалҕаны ырытан көрүүххэ?

Бэйэлэрин бырааптары туһунан үчүгэйдик билбэттэр

Быраап туһунан билии боппуруоһа, хомойуох иһин олус тарҕаммыт кыһалҕа буолар, тулаайах оҕолору эрэ таарыйар буолбатах. Арасыйыа Бэдэрээссийэтин сокуонун хас биирдии гражданина билэрэ буоллар, олобор олус туһаныа этэ. Ол эрэн иитиллэр оҕону сокуону барытын билиэхтээх диэн үөрөшпэккэ, наадыйар сокуонун хантан булан, олобор туһаныан сөбүн билэр гына иитиэххэ наада. Оҕону дьону кытта кэпсэтэн, тэнгэ алтыһарга үөрэтин, бэйэтэ билбэт буоллабына кыбыстыбакка улахан дьонтон, специалистартан, эпиикэ уонна попечительство үлэһиттэриттэн, тулаайах оҕолор арыаллыыр сулуспаттан, Саха өрөспүүбүлүкэтин үлэбэ уонна социальной сайдыыга министиэристибэтибэттэриттэн, араас фондалартан юридической өгөнү көрдөһүөхтэрин билэр гына иитин.

Бу тэрилтэлэр үлэлэрин, өнгөлөрүн оҕо интернет ситим нөнгүө көрдүү үөрэннин, билингни кэмнэ көрсүбэккэ да өнгөнөн туһаныахха сөп.

Эпшиэтинэстээх киһи буоларгыт быһыытынан, оҕо инникитигэр интэриэскитин оскуолаҕа үөрэбиттэн саҕалаан хонтуруоллуу сатаан. Арыый аҕа саастаах, үчүгэй холобур буолуон сөп оҕону кытта алтыһыннарын.

Льготалар, төлөбүрдэр туһунан билбэттэр

Сорох оҕолор кырдыктыы бэйэлэрин бырааптарын, туох төлөнүөхтээбин билбэттэр эбит.

Оҕо үөрэнэрин тухары судаарыстыба биирдэ, эбэтэр ый аайы арааһынай көмө онорор. Аллара интернакка улааппыт оҕолорго судаарыстыба 2019 сыллаахха туох көмө онорбутун көрүөхпүт. Биир чопчу тулаайах эбэтэр төрөппүттэрин көрүүтэ-истиитэ суох хаалбыт оҕолорго льгота уонна төрөбүр испиэһэгин онорор кыаллыбат, көмө сыл аайы уларыйа турарын иһин. Тулаайах хаалбыт усудьуон оҕолор төлөбүрдэрин үөрэх тэрилтэтэ бэйэтэ төлүүр диэн чопчу билэбит. Туох төлөбүр баарын чопчу билэргитигэр, эпиэкэ уонна попечительство үлэһиттэриттэн юридическай көмө көрдүөххүтүн сөп, ол кэннэ оҕо киирбит үөрэбин социальная педагогттан туох төлөбүр баарын билиэххитин сөп

Профессиональной үөрэх тэрилтэтэ (бюджет суотугар үөрэх)

- ▶ Таннар танас, атах таһаһа, утуйар танас уонна оборудование (тэрилтэттэн тахсытыгар)
- ▶ Уопсайга олоруу
- ▶ Куратор
- ▶ Күннээби аһылык
- ▶ Стипендия
- ▶ Куорат иһигэр-таһыгар босхо айан(проезд) ону таһынан сылга биирдэ дойдутугар баран кэлэр проезд
- ▶ Таннар танас, атах таһаһа, утуйар танас
- ▶ Харчынан төлөнөр пособие (тэрилтэттэн тахсарыгар)
- ▶ Үөрэнэр кинигэтин, тэриллэрин ыларыгар пособие
- ▶ Үөрэххэ киириэн иннинэ (подготовкаҕа) үөрэнэригэр бюджет суотуттан көрүллэр харчы

Чугас өйүүр улахан киһи суобар

Тулаайах оҕоҕо чугас, өйдүүр, өйүүр киһилээбэ олус улахан суолталаах. Ол иһин үгүс оҕолор чугас киһилэринэн буолар опе-кун эбэтэр попечитель. Кинилэр көмүскүүр, харыстыыр, өйүүр киһилээхтэр, ол иһин чугас киһилэрин сыаналыбыллар, эппитин истэллэр. Онтон иитэр тэрилтэттэн тахсар тулаайах оҕоҕо өссө ыарахан буолар. Кини көмө көрдүүр, өйүүр киһитэ суох буолар. Аймахтара баар да буоллахтарына, оҕоҕо сатаан көмө, үчүгэй холобур буолбат дьон буолуохтарын сөп. Ыарахан олохтоох оҕоҕо чугас киһи буолар эмиэ уустуктардаах, аңаардас таптал уонна кыһаллыы тийибэт, оҕо эрэлин ыларга элбэх күүс, сэниэ наада. Хайдах киһиэхэ бэйэн эрэнэбиний? Хайдах майгылаах буолуохтаабый? Эһиэхэ сыһыана хайдах буолуохтаабый? Ити боппуруостарга эппиэтээбит буоллаххытына, ол киһи уобараһа оҕоҕо эмиэ чугас киһитэ буолуон сөп.

Социальной инфраструктура туһунан билбэттэр

Оҕо иитэр дьиэттэн тахсарыгар ханна үлэбэ кириэн сөбүй? Бэйэтин быраабын көмүскүүрүй? Юрист өнгөтүн ханна туһаныан сөбүй? Коммунальной өнгөнү ханна төлүүрүй? Атын куоракка тахсарыгар хантан харчы ылыан сөбүй?

Төһөнөн олоҕо элбэх араас түгэннээх даҕаны, соччонон элбэх специалиһы кытта үлэлэхэр.

Оҕо устудьуоннаан дуу, аармыйаҕа сулууспалаан дуу самостоя-тельной олоҕо саҕаланыан иннинэ ханнык тэрилтэбэ туох көмөнү ылыан сөбүн кэпсээн.

Саамай сүрүн, оҕо көмө ылыан сөп тэрилтэтинэн буолар – эһиэ-кэ уонна попечительство тэрилтэтэ. Хайа баҕар балаһыанньаҕа, хайдах баҕар түгэннэ бу тэрилтэ үлэһиттэриттэн көмө эбэтэр ханна барыан сөп сүбэтин ылар бырааптаах. Үлэ буларыгар анал-лаах нэһилиэнньэ дьарыктаах буолуутун хааччыйар сулууспа өнгөтүнэн туһаныахтарын сөп. Харчынан, материальной өттүнэн көмөнү араас фондалар, администрация онороллор (араас форум-нарга, спартакиадаларга кыттыыны ылалларыгар). Араас ыспы-раапка ылалларыгар олохтоох салалтаттан көрдүүлэр, эбэтэр call-сыантырдартан ыйытыахтарын сөп. Кыһалба дуу, ыарахан балаһыанньа дуу үөскээтэбинэ тоҕоостоох тэрилтэбэ бараргы-тын куттаныман, кыбыстыман, эһиги оҕоҕо кыһалҕаны хайдах быһаарар холобурун көрдөрөбүт.

государственной	<ul style="list-style-type: none">• эпизэк уонна попечительство уоргана• мфц• пизнсийэ фондата• суд• загс• нэһилиэнньэ дьарыктаах буолуугун хааччыйар сулууспа• балыаһалар• интернат кэнниттэн арыаллыыр сулууспалар
негосударственной	<ul style="list-style-type: none">• интернат кэнниттэн арыаллыыр сулууспалар• балыаһалар• общественной түмсүүлэр• благотворительнай фондалар• юрист өнөтө• салайар хампаанньалар• единой расчетнай сыантыр• үөрэби тэрийэр тэрилтэлэр• социальной көмөнү онорор сыантырлар
көмө буолар эйгэ	<ul style="list-style-type: none">• дьиз кэргэн• чугас өйөбүл буолар кини• табаарыстар

Дьону кытта алтыһарга ырахаттары көрсөллөр.

Төрөппүттэртэн ордук оҕо кыабын, дьону кытта алтыһар дьобурун ким да билбэт. Өскөтүн, оҕо эһигини кытта олорор кэмигэр дьону кытта кэпсэппэт, бэйэтин быраабын көмүскээбэт буоллабына, бастакы туспа олоруутугар эһиги көмөбүт наада. Ол эрэн барытын кини оннугар быһаарыман, сүбэлэһинг, көмөлөһүң.

Мөбүмэнг, күлүү гыныманг, эппиэтинэһи барытын бэйэбитигэр ылыманг. Туора дьону, исписэлиистэри кытта хайдах кэпсэтэргэ холобур буолан көрдөрөн биэринг. Оҕо бэйэтэ эмиэ кыттыыны ылын. Холобур: эһиги — оҕо олорор уопсайын ыйытын, кини — туох докумуон ирдэнэрин сурастың.

Обону улахан киһи олобор бэлэмнээн

Биллэн турар, обону иитэргит тухары бэйэтин иннин быһаарынар, көрүнэр гына үөрэтиэххэ наада. Бэйэлэрэ улаатан, улахан дьон буолуохтара, ыал буолуохтара, оболонуохтара, туспа түбүктээх хаһаайыстыбалаах, үптээх-харчылаах буолуохтара. Өскөгүн эһиэхэ үчүгэйи эрэ үллэстэ кэлиэхтэрин бабарар буоллаххытына, билигин элбэх үлэни ытыаххытын наада.

► Үлэбэ сыһыаран үөрэтиини, күннэби эбээһинэстэрин уонна дьэиэ түбүгүн үллэриини, эрһиими уонна үөрэххэ анал бириэмэни тутуһууну, доруобуйаларын барытын холтуруоллаан иитиэххэ наада. Дьону кытта сөптөөхтүк кэпсэтэн бэйэтин көмүскэнэргэ, биир тылы буларга үөрэтиэххэ наада.

► Саамай сүрүнэ оҕо бэйэтин идэтин таларыгар ойүөххэ наада. Обону кытта бииргэ үлэ ырыынагын, хайдах орто уонна үрдүк үөрэхтэр баалларын уонна ханнык экзамен туттарыллыахтаабын бииргэ үөрэтин. Сатаан үөрэххэ киирбэтэбинэ тугунан дьарыктаныан сөбүн эмиэ билээрин(бэлэмниир курстарга үөрэнэр дуу? Үлэлии барар дуу? Аармыйаҕа сулуускаан кэлэр дуу?).

► Үөрэх көрдүүргэ кылаас салайааччыта, үөрэх өттүнэн дириэктэр солбуйааччыта, учууталлар, психологтар, эбэтэр ити боппуруска быһаарсар киһиинэн көмө көрдүүргүтүн кыбыстыманг.

► Хайаатар да оскуола психологар барын. Оҕобут туохха талааннаабын, ханнык идэни ордорорун, киниэхэ сөп түбэһэр идэни буларгытын, араас бэйэтин ньымаларынан, ыйан көрдөрөн биэриэбэ. Ол аата хайа эйгэбэ оҕо талаана арыллан, бэйэтин сайыннарар идэтин таларыгар көмөлөһүөбэ. Идэ хайысхата олус элбэх: айар-тутар өттүнэн, өй, наука салаатынан, күүс, доруобуйа сайдыытынан. Психолог бэйэтин тестэринэн, обону кытта кэпсэтиитинэн хайа уобалаһы талара ордугун көрдөрүө. Ол сүбэтин, үбүхарчы, оҕо баҕатын суоттаан үөрэнэр сирин талыаххыт.

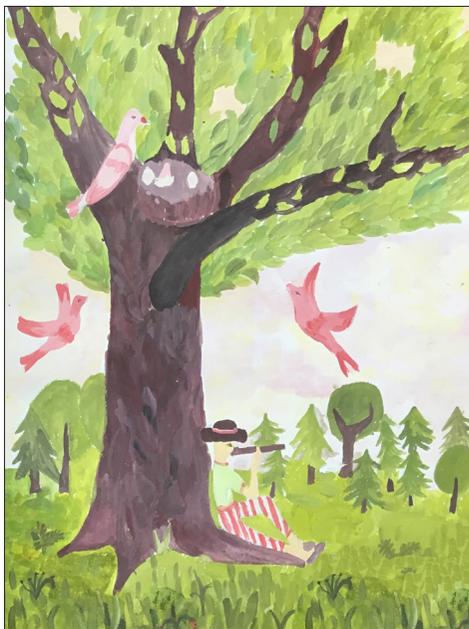
► Өскөгүн оҕобут быраас буолуон бабарар, ол эрэн экзаменын түмүгүнэн сатаан үрдүк медицинскэй үөрэххэ сатаан киирэр кыаҕа суобун билэр буоллаххытына, кини баҕа санаатыгар кириэс туруоруманг. Быраас буоларга өссө да элбэх ньыма баар, холобур бастаан орто үөрэххэ үөрэнэн баран, үрдэтининэн сөп, эбэтэр ветеринар идэтэ баар. Үлэһит ирдэнэрин көрдөххө ветеринар идэтэ үрдүк хамнастаах уонна хаһан бабарар наада буолуо суоҕа.

► Улахан оџолоргутун, устудьуоннары, табаарыстаргытын эбэтэр билэр дьоннутун кытта кэпсэтэн сүбэтэ ылын. Кинилэр бэйэлэрэ ааспыт ыарахаттарын, кыһалбаларын үллэстэн оџоџо сөп суолун таларыгар көмө буолуохтара. Оџоџо идэ үчүгэйин, куһаџанын үлэлии сылдыар дьонтон билэрэ быдан таһаарыылаах буолуоџа. Оџо бэйэтин баџатын батыһарын хонтуруоллаан, кэлин эһиги сүбэлээбит идэбитин талан сордоммотун туһугар.

Бэйэбит кини иннигэр идэ талар быраапкыт суоџун өйдөөн, оџо бэйэтин баџатын, кыаџын суоттаан туран талара ордук. Эһиги оџоџо өйөбүл буоларгыт саамай улахан көмө буолуоџа.

XXI ТҮҮМЭХ.

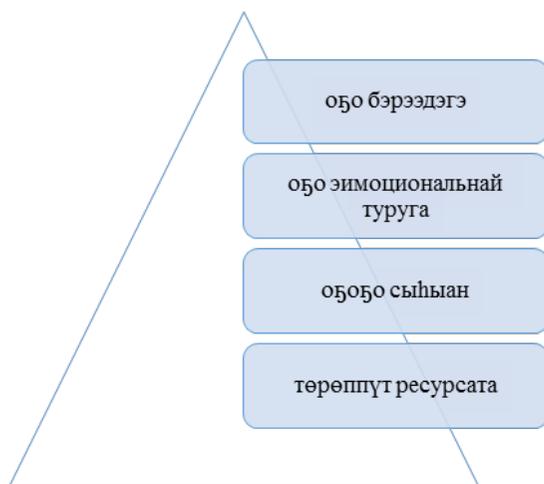
*Ого бэрээдэгийн төрдө -
төрөлнүүт ресурсаа*



Ресурстар – киһи бэйэтигэр итэбэйэригэр, инникитин эрэллээхтик көрөрүгэр, олох ыарахан түгэннэригэр санааны түһэрбэтигэр көбүлүүр ис күүһэ.

Итиннэ сүрүннүүр күүһүнэн төрөппүттэрбит уонна кинилэр биһигини ылыныыллара, тапталлара, өйөбүллэрэ, олох үтүө өрүттэрин эрэ көрөр дьобурдара, сарсынныга эрэллэрэ, хорсун санаалара буолаллар.

Төрөппүттэр ресурсаларын базата төһө бөбөтүттэн-табатыттан оҕо туруктаах бэрээдэгэ тутулуктаах. Оттон кинилэр ресурсалара мөлтөбө оҕо психоэмоциональной туругар, бэрээдэгэр бүтүннүүтүгэр дьайар.



Хайдах ресурсалаах буолуохха сөбүй?

Хантан ресурсаланабыт? Үтүө дьоннуун алтыһыы, сөбүлүүр дьарык, үлэ, хамсаныы, айылҕаба сылдыы... бу барыта толору олоххо көбүлүүр күүһү-уоҕу биэрэр. Күннээҕи олоххо билэр үөрүүбүт, дуохуйуубут төрдө манна сытар.

Дьэ кэргэнинэн бары бииргэ сылдыы, күннээҕи дьарыгы, сынныалангы сөпкө аттарыы — ресурсалаах буолуу туругун кистэлэнэ. Ресурсалары сөпкө туһанан күүстээх-уохтаах, үтүө туруктаах буолары ситиһиэххэ сөп.

Ардыгар санаа түһүүлээх, туоххаһыйар кэмнитигэр кыһалҕаны умна сатаан чэйдэ, кофета иһин уонна үөһэ ыйыллыбыт боппуруостарга эппиэттэн. Ресурсаларгыт кыабын билэр туһуттан бэйэбит боппуруостары толкуйдуоххутун сөп.

Бэйэбитин харыстанын, эһигинэ суох үгүс дьонно, ордук оҕолоргутугар куһаҥан буоларын өйдөөн туран, соччото да суох түгэннэ үчүгэйи бэлиэтииргэ кыһалын. Сүрүннээн манныгы өйдүөххэ «хайыы-үйэ буолан хаалбыты көннөрбөккүн» уонна «барытын кыайан хотуруоллаабаккын». Хайдахтаах да ыарахан түгэннэ төрөппүт улахан киһи буоларын умнуо суохтаах, иирсээни-айдааны тохторору сатыахтаах, оҕолорун көмүскүөхтээх, итинтэн үөрүйэхтэри ылыахтаах.

Ресурснай туругу сүтэрбэт буолуу кистэлэнэ

► Чугас дьоннутуттан көмө көрдүөххүтүн сөбүн умнуман. Кырдык, ким да эһиэхэ көмөлөһөр, оҕолоргутун көрөн олорор эбээһинэһэ суох. Ол эрээри, көрдөһүөххүтүн сөп. Кинилэр эһиэхэ көмөлөһөргө бэлэм буоллахтарына, олус бэрт.

► Үчүгэйдик утуйууну, сынньаныыны умнуман, 8 чаастан итэбэ суох утуйары ситиһэ сатаан.

► Дьэ кэргэннэ улахан дьонно аналлаах күн тэрийэр буоллаххытына, төрөппүттэр иккиэн эрдэттэн сүбэлэһиэхтээхтэр. Ханнык кэмнэ ийэ, ханнык кэмнэ аҕа сынньанарын эрдэттэн быһаарын сонноһуу, өйдөспөт буолуу түгэннэрин таһаарбат сыалтан. Төрөппүттэр бэйэлэрин хайдах сананаллара дьэ кэргэн сыһыаныгар улахан оруоллаах.

► Бэйэбитигэр уонна сөбүлүүр дьарыккытыгар (хобби) бириэмэтэ ордорунун. Баҕар, оҕолоргут эһиги дьарыккытыгар тардыһан дьэ кэргэн бүтүүн бириэмэни бииргэ үөрэ-көтө атаарыытыгар кубулуйуо.

► Өскөтүн эһиги сөбүлүүр дьарыккытын чопчу быһаараргыт уустук буолабына, оҕо сылдьан тугунан таптаан үлүһүйэн баран бырахпыккытын өйдөөн ылын. Эбэтэр бириэмэ олох тийибэт дии саныыр дьарыккытын ылын. Холобур: бэлисиэтинэн хатааһылааһын, хачыаллааһын, айылҕаны уруһуйдааһын, үнкүүнэн дьарыгырыы, сэһэн суруйуу, хатын чаранна дьаарбайыы, балыктааһын.

► Бэйэ да, уулусса да, ыа да кыылларын кытта алтыһыы үчүгэй дьайыылаах... Кинилэри элбэхтик кэтээн көрүҥ.

▶ Үгүс бириэмэбитин таһырдыа, күннээх сиргэ атаарарга кыһаллын. Ордук биһиги тыйыс кыраайбыгыгар саас уонна сайын суолталара олус улахан. «Д» витамин тийибэтэ киһини санаа түһүүтүгэр тиэрдэрин умнар эмиз саамаат.

▶ Өскөгүн эһиги бэйэбитин иһилтэнэр, ис туруккутун кэтээн көрөр уонна салайынар баҕалаах буоллахтына медитациялыаххытын сөп.

▶ Бэйэбитигэр, чугас дьоннугутар уонна оҕолоргутугар туһайан ханнык тыллары туттаргытын, тылгытын-өскүтүн көрүнүн. Үтүөбэ угууар, ситиһини түстүүр, эрэли сабар тыллары туттарга кыһаллын. Бэйэбит уонна оҕолоргут дьайыыларыгар үчүгэй өрүттэри бэлиэтииргэ уонна ону этэ үөрөһүн. Ити туһунан толкуйдаан, суруйан саҕалаатыгыт да эһиги олоххутугар кинилэр олус элбэхтэрин өйдөөн көрүөххүт.

▶ Көмөнү эрэйэр түгэннэртэн ураты оҕолор кыра сыһаларын аахсыман, ити кинилэр бэйэрин албаастара буоллун.

▶ Бэйэбитин уонна бириэмэбитин сыаналыырга үөрөһүн. Үтүөнү онорбуккутун, туһалаах өттүгүтүгэр уларыыыларгытын бэйэбэр эбэтэр чугас киһигэр бэлиэтээн эт. Ол бэйэбэ эрэли үөскэтиэ. Бэйэтигэр эрэлээх төрөппүт оҕото ситиһиилэнэригэр төһүү күүс буолар.

▶ Оннообор улуу өйдөөхтөр сыһаллар, кинилэр теорияларын үгүстүк ылынар да, ылыммат да этилэр. Эһиги да онтон туора турбаккыт. Биһиги бары сыһабыт. Бэйэбитигэр олус үрдүк ирдэбил туруорунуман. Ардыгар сыһаахха да сөп. Мэлдьи албаһыам, олуонатык көстүөм дэһии киһи санаатын баттыыр... Ити кэмнэ сыһаны элбэхтэ онороуоха сөп.

▶ Киһи махтанары сатыахтаах. Көмөлөһөр, өйүүр дьоннугутар махтал тылларын харыстааман.

▶ Олоххо хас бирдии түгэн улахан суолталаах. Сөбүлүүүр дьарык-

Ресурснай туруруктаах буолууга туһалаах уонна сурдуу ньымалар. Маны барытын эһиги билэбит, сатыыгыт эрэри суолта биэрбэккит, солуута суох курдук саныыгыт, ол гынан баран олохпут биһигиттэн олус улахань ирдээбэт, бэйэбит көрүүбүтүнэн айан онорбут олохпутугар олорбут. Олохпутун хайдах өгүнэн көрөрбүтүттэн биһиги майгыбыт-сигилибит, дьайыыларбыт тутуруктаахта. Ол иһин норуокка маньык өйдөбүл баар: ыстакаан анаара ууну мынара киһитээбэр ыстакаан анаара ууттан астынар киһи быдан дьоллоох.

кытын үгэскэ кубулутун. Таптыыр музыкабыт добуһуолунан ылаанг, үнкүүлээнг, бүгүн сиэххитин бабарар аскытын астанынг. Дьол гормоннара күннээби олоххутун чэпчэтиэхтэрэ, оттон тулалыыр дьоннуг эһиэхэ тардыһан холобур ыһахтара.

Төрөппүттэр холобур буолаллар

*Оболор улахан дьону болдойон истибэттэр эрэри,
тугу да хааларбакка барытын чопчу үтүктэллэр.*

Джеймс Болдуин

Биһиги өйбүт-санаабыт, олоххо көрүүлэрбит үгэстэрбитин кытта дьүөрэлээн оболорбутугар күннэтэ бэриллэр олукпут буолар. Биһиги куһаҕан да, үчүгэй да өрүттэрбитин кинилэр барытын үтүктэллэр. Оболорбутугар көрүөхпүтүн бабарар майгыбытын-сигилибитин бэйэбитинэн холобур буолан көрдөрөрбүт хайбаллаах суол. Ол эрэри, ардыгар бэйэбит үтүнү бабаран ылсыбыппыт оҕо төттөрү өттүнэн дьайыан сөп.

Холобур, ыарахан түгэн тирээтэбинэ куттанан куотунарбытын оҕо көрөн уустук түгэнтэн салла, бэринэ үөрэнэр.

Оттон бэйэбит туохтан да саллыбат санааны ылыннахпытына оболорбутугар хорсун санааны ингэрэбит.

Хас биірдиибит «табыллар» уонна «табыллыбат» күннэрдээх. Уһулччу үчүгэй киһи диэн суох, онон бэйэттэн итини ирдиир сааммат. Ол эрэри, оболорбут биһигини холобур онгостоллорун умнуо суохтаахпыт.

Оболорбут туох дьон буолан тахсаллара бэйэбититтэн тутулуктаах.

Кинилэр тулуурдаах буолалларын туһугар күннэтэ тулуурбутун, дулуурбутун көрдөрүөхтээхпит. Өскөтүн биһиги элбэх добордоох-атастаах буолар түгэммитигэр оболорбут эмиэ оннук буолуохтара. Атын дьону өйүүр-өйдүүр буола эмиэ бэйэбититтэн үөрэниэхтэрэ.

Өскөтүн, оҕо кыһамныһаах буолуон бабарар буоллаххытына, бэйэбит үтүө холобур буолунг.

Ганди эппитэ: «Тулалыыр эйгэбитин уларытааччыларынан бэйэбит буолабыт».

Оболор улахан дьону үтүктэллэрин быһыытынан майгыбытын-сигилибитин көрүнүөхтээхпит. Бэйэбитин диринник билэн,

үчүгэйбитин-куһаҕаммытын күүркэппэккэ олорон оҕолорбутун иитиэххэ.

Бэйэ туһугар буолбакка, оҕолор тустарыгар үтүө өттүгэр уларыйарга кыһаллыахтаахпыт. Ити курдук, оҕолорбут өссө биир соһуччу бэлэби онгороллор — үчүгэй өрүттэрбитин көрдөрөргө көбүлүүллэр.

Ожону ийтиигэ ситиһилэри баҕарабыт!

Ожону сөптөөхтүк ийтиигэ ирдэбил улахана суох – дьиэ кэргэн туруктаах уонна дьоллоох буолуута. Ол да буоллар ыал айы итинни тэнгинэн ситиһии кырата суох дьыала. Кимнээххэ эрэ сылаас сыһыан тийбэт, ханна эрэ төрөппүттэр бэйэлэрин кыһалбаларын инники күөнгэ туталлар, ким эрэ кыраны да тулуйабат, атыттарга ожону хайдах баарынан ылыны кыаллыбат уо.д.а.

Букатын табыллыбатах олохтоох ыаллар эмиэ бааллар. Манна туох баар мөкү мунһустубутун курдук буолар. Маннык усулуобуйа ордук оҕо охсуулаах. Кинилэр дьоллоох уйаҕа буолбакка, ханнык да үөрүүнү билбэккэ, ким да наадыйбат, аһыммат, кырыктаах Ожо саас Ыар дойдутугар олоролор.

Ожо көрсөр ыарахаттара, бастатан туран, дьиэ кэргэн, улахан дьон, тус сыһыаннаһы кыһалбалара. Ожолорун туһугар итинни туоратыыга төрөппүттэр үлэлэһиэхтээхтэр уонна ол кыаллар суол. Тус бэйэ икки ардыгар сыһыаны тупсаран, көрүүнү уларытан, сыһыаны-халтыны көннөрүнэн бу балаһыанньаттан тахсыаха сөп. Итинэн эһиги дьиэ кэргэн иэдээнигэр оҕустарбыт ожону быһыаххытын сөп.

Барыта ожо эрдэхтэн саҕаланар, ожо саас убаастабыллаах төрөппүттэртэн, эһигиттэн тутулуктаах. Онон, оҕо, үлэ, хаһаайыстыба, сынныаланна барытыгар бириэмэ тийээрин курдук дьаһаллары маннык аттаран туруоруохха сөп:

- сүрүн дьаһаллар;
- суолталаах дьаһаллар;
- уталытыллыбат дьаһаллар.

Уталытыллыбат дьаһаллар хас түгэн айы бааллар. Сорох ардыгар иһит сууйуутун, дьиэ хомуйуутун, муоста харбааһынын, телефонунан кэпсэтиини, хаһыат ыстатыйатын аабыны тутатына оңоһуллуохтаабын курдук саныбыт. Үксүгэр итинник буолар эрэри, дьин иһигэр киирдэххэ, итилэри тохото түһэн ожону кытта күүлэйдэххэ, кэпсэтиэххэ, оонньоохха эмиэ сөп.

Улахан дьон ожону кытта эрэ алтыспат туһуттан араас төрүөтү була сатыллар (сылайы, сүрэхтээһин, түбүгүрүмээри).

Улахан дьон араас дьаһаллара, үлэлэрэ элбэбиттэн уонна бүппэтиттэн ожолоругар букатын да болжомто уурбат кутталлара суоһуур. Өскөгүн бэйэлэрэ бу уталытыллыбат эбэтэр соччо суолтата суох диэн дьаһаллары араара үөрэммэтэхтэринэ. Ожо туһугар бириэмэ булуллуохтаах.

Бу кинигэ оҕобутун иитэргитигэр көмө буолуо диэн эрэнэбит!



Винокурова Алина, 10 лет, с.Хатассы

Использованная литература

1. Петрановская Л. Дитя двух семей: Книга для приемных родителей – М.: Независимая форма «Класс», 2016. – 109 с.
2. Капилина (Пичугина) М.В., Панюшина Т.Д. Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка – М.: Никая, 2015. – 432 с.
3. Андреева Ю. Хотите усыновить ребенка? – СПб.: Питер, 2004 – 224 с.
4. Защита детства. Профилактика социального сиротства: Методическое пособие для социального ориентированных некоммерческих организаций. – М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2012. – 1996 с.
5. Комплексный подход в работе с приемной семьей. Сборник материалов: региональный опыт, интересные пруттики, рассказы приемных родителей. – М.: БФ «Здесь и сейчас», 2012 г.
6. Хрестоматия для принимающих родителей. Новые возможности воспитания. ГКОУ Калужской области. г.Калуга.
7. Настольная книга приемного родителя. Практическое пособие. СПБОО «Врачи детям», 2007 г.
8. Трудное поведение приемных детей: причины, профилактика, пути помощи. Сборник материалов: региональный опыт, интересные практики, рассказы приемных родителей. Москва 2017г. БФ помощи детям-сиротам «Здесь и сейчас».
9. Якимова Т.В. Особенности общения сиблингов в условиях детского дома.2011, №2
10. Есина О.Б. ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО У ДЕТЕЙ: ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ, КЛИНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И ПРОБЛЕМЫ ДИАГНОСТИКИ. Санкт-Петербург-2017
11. Алан Фромм. Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации. Екатеринбург, 1996. 319 с.
12. Алексеева Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. СПб. : Речь, 2007. 224 с.
13. Аникеева Н. П. Воспитание игрой. Новосибирск, 1999.
14. Арцишевская И. Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. Изд. 2-е, доп. М.: Книголюб, 2005. 64 с.
15. Байярд Р. Т., Байярд Д. Ваш беспокойный ребенок. М., 1995.

16. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонение. М., 1990.
17. Воспитание трудного ребенка: дети с девиантным поведением / Под ред. М. И. Рожкова. М., 2001
18. Головей Л. А. Развитие личности ребенка от семи до одиннадцати. Екатеринбург: У-Фактория, 2006. 640с. (Серия «Психология детства»).
19. Зажигина М. А. Чего не стоит делать родителям, но что они все равно делают. М.: Генезис, 2008. 240 с.
20. Зимбардо Ф. Застенчивость. СПб., 1996.
21. Кравцова М. М. Если ребенок берет чужие вещи. М., 2002.
22. Как построить свое «Я» / Под ред. В. П. Зинченко. М., 1991.
23. Медведева П., Шишова Т. Застенчивый невидимка. М., 1997.
24. Росс А. Наши дети наши проблемы. Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2002. 320 с.
25. Сергееenkova И. В. Психологическое развитие детей. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 125 с.
26. Спиваковская А. С. Популярная психология для родителей. СПб. : СОЮЗ, 1997.
27. Статьи из сайтов <http://www.usynovite.ru/>, <https://psychology-ua.livejournal.com>
28. Психология современного подростка [Текст] / Под ред. Л.А. Регуш. — СПб., 2005 — 245 с.
29. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде [Текст] / Под ред. В.Л. Белова. — М.: Нарконт, 2002. — 502 с.
30. Практическое пособие для замещающих родителей. «Центр социальной помощи семье и детям «Гнездышко» г. Екатеринбург.

Приложение 1

Телефонный справочник организаций	
Организация	Телефон
Министерство труда и социального развития Республики Саха (Якутия) Департамент демографической и семейной политики, опеки и попечительства	8 (4112) 50-80-58
Отдел опеки и попечительства Окружной администрации г. Якутска	8 (4112) 40-88-32
Уполномоченный по правам ребенка в Республике Саха (Якутия)	8 (4112) 508-370
Министерство здравоохранения Республики Саха (Якутия)	8 (4112) 42-40-22
Министерство внутренних дел по Республике Саха (Якутия)	8 (4112) 45-44-06
Республиканская (межведомственная) комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при Правительстве Республики Саха (Якутия)	8 (4112) 43-55-85
ГБУ РС(Я) «Республиканский центр содействия семейному воспитанию»	8 (4112) 405-091
ГБУ РС(Я) «Республиканский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья», г. Якутск	8 (4112) 42-40-34 факс 8(4112) 34-04-25
ГБУ РС(Я) «Республиканский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями слуха и речи «СУВАГ»»	8 (41147) 46433
ГБУ РС(Я) «Республиканский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями г. Нерюнгри»	8 (4112) 42-40-34, факс 8(4112) 34-04-25

ГБУ РС(Я) «Нюрбинский республиканский реабилитационный центр для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями»	8 (4112) 42-40-34 факс 8(4112) 34-04-25
ГБУ РС(Я) «Центр социально-психологической поддержки семьи и молодежи Республики Саха (Якутия)»	8 (4112) 351-046
ГБУ ДО РС (Я) «Республиканский центр психолого-медико-социального сопровождения»	8 (4112) 40-35-17
МБОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения» городского округа г. Якутск	8 (4112) 43-09-08
ГБУ РС(Я) Якутский республиканский психоневрологический диспансер	8 (4112) 507-899
Международный детский фонд «Дети Саха-Азия»	8 (4112) 42-20-90
Некоммерческая организация (фонд) «Семья для ребенка»	8-914-275-99-41
Благотворительный фонд поддержки детей инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья Республики Саха (Якутия) «Харысхал» («Милосердие»)	8 (4112) 40-20-69
Список муниципальных отделов опеки и попечительства РС(Я)	
«Абыйский район»	8 (411) (59) 21-552
«Алданский район»	8 (411) (45) 3-19-23, 8 (411) (45) 3-63-95
«Верхневилуйский район»	8 (411) (33)4-26-19
«Верхоянский район»	8 (411) (65) 2-13-57
«Вилуйский район»	8 (411) (32) 44-107 8 (411) (32) 4-12-95
«Горный район»	8 (411) (31) 4-19-00
«Жиганский нац. эвенкийский район»	8 (411) (64) 2-11-11
«Кобяйский район»	8 (411) (63) 2-10-25

«Ленский район»	8 (411) (37) 4-34-59
«Мегино-Кангаласский район»	8 (411) (43) 4-75-63
«Мирнинский район»	8 (411) (36) 4-62-46 8 (411) (36) 3-20-49 факс
«Момский район»	8 (411) (50)2-19-32
«Намский район»	8 (411) (62)4-26-05
«Нерюнгринский район»	8 (411) (47) 3-31-54
«Нюрбинский район»	8 (411) (34) 2-34-58
«Оймяконский улус (район)»	8 (411) (54) 2-23-83
«Олекминский район»	8 (411) (38) 4-18-24
«Оленекский эвенкийский национальный район»	8 (411) (69)2-17-64
«Среднеколымский район»	8 (411) (56)4-21-76 8 (411) (56) 41-152 (приемная)
«Сунтарский район»	8 (4112) (35)2-24-02
«Таттинский район»	8 (4112) (52) 4-14-58
«Усть-Алданский район»	8 (4112) (61)4-10-32
«Усть- Майский район»	8 (4112) (41) 4-32-72, 8 (4112) (41) 4-29-56
«Хангаласский район»	8 (4112) (44)4-12-52
«Чурапчинский район»	8 (4112) (51)4-12-80
ГО «г. Якутск»	8 (4112) 40-88-32 8 (4112) 40-88-39 8 (4112) 40-88-79

Приложение 2

Договор N _____

О ПРИЕМНОЙ СЕМЬЕ

г. _____ "___" _____ 20__ г.

_____,
(полное наименование органа опеки и попечительства по месту жительства
(нахождения) ребенка)

В лице _____,

(должность, ф.и.о. должностного лица)

действующего(ей) на основании

_____,
(документ, в том числе нормативный правовой акт, на основании которого
осуществляет деятельность должностное лицо)

и граждане(ин/ка):

(ф.и.о. лиц(а), желающих(его) взять ребенка (детей) на воспитание в семью)
далее именуемые(ый/ая) "приемные родители (родитель)", заключили настоя-
щий Договор о нижеследующем:

1. Предмет Договора

1.1. В соответствии с настоящим Договором приемные родите-
ли (родитель)
обязуются(ется) принять на воспитание в свою семью

(сведения о ребенке (детях), передаваемом(ых) на воспитание в приемную

семью (ф.и.о., возраст, состояние здоровья, физическое и умственное развитие)
далее именуемого(ых) "приемный ребенок (дети)", а орган опеки и
попечительства обязуется передать приемного ребенка (де-
тей) на воспитание в приемную семью, производить выпла-
ту приемным родителям (родителю) денежного вознаграж-
дения и денежных средств на содержание приемного ребен-

ка (детей) и иных выплат, а также предоставлять меры социальной поддержки в соответствии с настоящим Договором.

2. Права и обязанности приемных родителей

2.1. Приемные родители (родитель) по отношению к приемному ребенку (детям) обладают правами и обязанностями опекуна (попечителя).

2.2. Приемные родители (родитель) являются законными представителями приемного ребенка (детей).

2.3. Приемные родители (родитель) получают денежное вознаграждение, предварительное разрешение на распоряжение счетом приемного ребенка (детей) в части расходования средств, причитающихся приемному ребенку (детям) в качестве алиментов, пенсий, пособий и иных предоставляемых на его (их) содержание социальных выплат, пользуются мерами социальной поддержки в порядке, установленном законодательством Российской Федерации и _____ <*>.

<*> Указывается наименование субъекта Российской Федерации, а также делается ссылка на муниципальные правовые акты соответствующего муниципального образования.

2.4. Приемные родители (родитель) обязаны воспитывать приемного ребенка (детей), заботиться о его (их) здоровье, нравственном и физическом развитии, создавать необходимые условия для получения образования, готовить его (их) к самостоятельной жизни, в том числе:

защищать жизнь и здоровье, уважать человеческое достоинство приемного ребенка (детей), соблюдать и защищать его (их) права и интересы;

совместно проживать с приемным ребенком (детьми), поставить его (их) на регистрационный учет по месту жительства;

обеспечивать полноценный регулярный уход за приемным ребенком (детьми) в соответствии с его (их) индивидуальными потребностями, в том числе обеспечивать прохождение приемным ребенком (детьми) регулярной диспансеризации, при необходимости своевременно направлять на медицинское обследование, а также организовывать лечение;

организовывать получение образования приемным ребенком (детьми);

следить за успеваемостью и посещаемостью образовательных учреждений приемным ребенком (детьми);

выполнять обязанности по защите прав и законных интересов приемного ребенка (детей), предоставлять по запросу органа опеки и попечительства информацию о выполнении своих обязанностей;

выполнять индивидуальную программу реабилитации ребенка (детей) в приемной семье, разработанную совместно с органом опеки и попечительства (при ее наличии);

не препятствовать личному общению приемного ребенка (детей) с его (их) кровными родственниками, если это не противоречит интересам приемного ребенка (детей), его (их) нормальному развитию и воспитанию <*>;

<*> Данный пункт исключается из договора в случае отсутствия у приемного ребенка (детей) кровных родственников.

принять имущество приемного ребенка (детей) по описи, принимать меры по обеспечению сохранности имущества приемного ребенка (детей) в соответствии с законодательством Российской Федерации и _____ <*>, в том числе расходовать суммы алиментов, пенсий, пособий и иных социальных выплат, предоставляемых на содержание приемного ребенка (детей), только в его (их) интересах;

<*> Указывается наименование субъекта Российской Федерации, а также делается ссылка на муниципальные правовые акты соответствующего муниципального образования.

незамедлительно извещать орган опеки и попечительства о возникновении в приемной семье неблагоприятных условий для содержания, воспитания и образования приемного ребенка (детей).

2.5. Приемный родитель (родители) ежегодно не позднее _____ текущего года представляет(ют) в орган опеки и попечительства отчет в письменной форме за предыдущий год о хранении, об использовании имущества приемного ребенка (детей) и об управлении таким имуществом.

2.6. В случае отстранения от своих обязанностей по основанию, предусмотренным настоящим Договором, приемные родители

(родитель) должны представить отчет не позднее трех дней с момента, когда его (их) известили об указанном отстранении.

2.7. Приемные родители (родитель) имеют следующие права:
получать информацию о состоянии физического и умственного развития приемного ребенка (детей), сведения о его (их) родителях;

получать консультативную помощь в вопросах воспитания, образования, защиты прав и законных интересов приемного ребенка (детей);

самостоятельно определять формы содержания, воспитания и образования приемного ребенка (детей), включая его (их) распорядок дня, с соблюдением требований, установленных законодательством Российской Федерации и _____ <*>, а также настоящим Договором;

<*> Указывается наименование субъекта Российской Федерации, а также делается ссылка на муниципальные правовые акты соответствующего муниципального образования.

решать текущие вопросы жизнедеятельности приемного ребенка (детей).

2.8. Права приемных родителей (родителя) не могут осуществляться в противоречии с интересами и правами приемного ребенка (детей).

2.9. При осуществлении своих прав и обязанностей приемные родители (родитель) не вправе причинять вред физическому и психическому здоровью приемного ребенка (детей), его (их) нравственному развитию.

2.10. При временном отсутствии приемного ребенка (детей) в месте жительства, в частности, в связи с учебой или пребыванием в медицинской организации, пребыванием в местах отбывания наказания, права и обязанности приемных родителей(ля) не прекращаются.

3. Условия содержания, воспитания и образования приемного ребенка (детей)

3.1. Приемные родители (родитель) воспитывают приемного ребенка (детей) на основе взаимоуважения, организуя общий быт, досуг, взаимопомощь, создают условия для получения приемным ребенком (детьми) образования, заботятся о его (их) здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии.

3.2. Приемные родители (родитель) создают приемному ребенку (детям) соответствующие санитарно-гигиеническим нормам жилищно-бытовые условия, а также обеспечивают полноценное качественное питание в соответствии с установленными нормами и санитарными, гигиеническими требованиями.

3.3. Способы воспитания приемного ребенка (детей) должны исключать пренебрежительное, жестокое, грубое, унижающее человеческое достоинство обращение, оскорбление или эксплуатацию приемного ребенка (детей).

3.4. Развитие способностей приемного ребенка (детей) обеспечивается методами, позволяющими развивать его (их) самостоятельность в решении творческих и других задач, а также позволяющими ему (им) быть успешным(и) в разных видах деятельности, в том числе учебной.

3.5. Деятельность приемного ребенка (детей) в свободное время организуется с учетом особенностей состояния его (их) здоровья, интересов и должна быть направлена на удовлетворение потребностей приемного ребенка (детей), в том числе физиологических (в сне, питании, отдыхе, пребывании на свежем воздухе), познавательных, творческих, потребностей в общении.

3.6. Приемный ребенок (дети) вправе пользоваться имуществом приемных родителей (родителя) с их (его) согласия.

3.7. Приемный ребенок (дети) не имеет права собственности на имущество приемных родителей (родителя), а приемные родители (родитель) не имеют права собственности на имущество приемного ребенка (детей).

4. Права и обязанности органа опеки и попечительства в отношении приемных родителей (родителя)

4.1. Орган опеки и попечительства обязуется:

осуществлять в порядке и в сроки, установленные законодательством Российской Федерации и _____ <*>, проверку условий жизни приемного ребенка (детей), соблюдения приемными родителями (родителем) прав и законных интересов приемного ребенка (детей), обеспечения сохранности его (их) имущества, а также выполнения приемными родителями (родителем) требований к осуществлению своих прав и исполнению своих обязанностей, а также условий настоящего Договора;

<*> Указывается наименование субъекта Российской Федерации, а также делается ссылка на муниципальные правовые акты соответствующего муниципального образования.

способствовать созданию надлежащих условий жизни и воспитания приемного ребенка (детей) в приемной семье;

при необходимости незамедлительно оказывать приемной семье помощь, включая психолого-педагогическую;

рассматривать споры и определять порядок общения приемного ребенка (детей) с кровными родственниками исходя из интересов приемного ребенка (детей) и с учетом интересов приемной семьи;

своевременно и в полном объеме выплачивать денежное вознаграждение приемным родителям (родителю) и денежные средства на содержание приемного ребенка (детей) и предоставлять меры социальной поддержки приемной семье в соответствии с условиями настоящего Договора.

4.2. Орган опеки и попечительства имеет право:

запрашивать у приемного родителя (родителей) любую информацию, необходимую для осуществления прав и обязанностей по настоящему Договору;

обязать приемного родителя (родителей) устранить нарушенные права и законные интересы приемного ребенка (детей);

в целях учета индивидуальных особенностей личности приемного ребенка (детей) устанавливать обязательные требования и ограничения к осуществлению прав и исполнению обязанностей приемных родителей (родителя), в том числе конкретные условия воспитания приемного ребенка (детей).

4.3. Орган опеки и попечительства вправе отстранить приемных родителей (родителя) от исполнения возложенных на них (него) обязанностей в случае:

ненадлежащего исполнения возложенных на них (него) обязанностей;

нарушения прав и законных интересов приемного ребенка (детей), в том числе при осуществлении приемными родителями (родителем) действий в корыстных целях либо при оставлении приемного ребенка (детей) без надзора и необходимой помощи;

выявления органом опеки и попечительства фактов существенного нарушения приемными родителями (родителем) установленных федеральным законом или настоящим Договором правил ох-

раны имущества приемного ребенка (детей) и (или) распоряжения их имуществом.

4.4. Орган опеки и попечительства дает приемным родителям (родителю) разрешения и обязательные для исполнения указания в письменной форме в отношении распоряжения имуществом приемного ребенка (детей).

5. Выплата денежного вознаграждения приемным родителям (родителю), денежных средств на содержание приемного ребенка (детей) и предоставление мер социальной поддержки <*>

<*> Размер вознаграждения, причитающегося приемным родителям, размер денежных средств на содержание каждого ребенка, а также меры социальной поддержки, предоставляемые приемной семье в зависимости от количества принятых на воспитание детей, определяются в соответствии с законами субъектов Российской Федерации.

5.1. Орган опеки и попечительства выплачивает приемным родителям (родителю) денежное вознаграждение:

_____ <*>.

<*> Указывается размер и порядок выплаты вознаграждения.

5.2. Орган опеки и попечительства назначает денежные средства на содержание каждого ребенка:

_____ <*>.

<*> Указывается размер и порядок выплаты денежных средств.

5.3. Орган опеки и попечительства предоставляет и оказывает содействие в получении приемной семье следующих мер социальной поддержки:

5.4. Приемные родители (родитель) обязаны использовать денежные средства по указанному в настоящем Договоре целевому назначению в рамках осуществления своих прав и обязанностей.

6. Ответственность сторон

6.1. Приемные родители (родитель) несут ответственность за жизнь, физическое, психическое и нравственное здоровье и развитие приемного ребенка (детей), надлежащее выполнение своих обязанностей и целевое расходование средств.

6.2. Орган опеки и попечительства несет ответственность за надлежащее выполнение своих обязательств по отношению к приемной семье.

6.3. В случае неисполнения либо ненадлежащего исполнения одной из сторон своих обязательств по настоящему Договору другая сторона вправе обратиться за защитой своих прав и интересов в суд в установленном законом порядке.

7. Срок Договора, основания и последствия прекращения Договора

7.1. Настоящий Договор заключается со дня подписания и действует в течение _____.

7.2. Настоящий Договор может быть расторгнут досрочно:

по инициативе приемных родителей (родителя) при наличии уважительных причин, таких как болезнь, изменение семейного или имущественного положения, отсутствия взаимопонимания с приемным ребенком (детьми), конфликтных отношений между приемными детьми и др.;

по инициативе органа опеки и попечительства в случае возникновения в приемной семье неблагоприятных условий для содержания, воспитания и образования приемного ребенка (детей), в случае возвращения приемного ребенка (детей) кровным родителям или усыновления, а также в иных случаях, установленных законодательством Российской Федерации и _____ <*>, настоящим Договором.

<*> Указывается наименование субъекта Российской Федерации, а также делается ссылка на муниципальные правовые акты соответствующего муниципального образования.

7.3. Все возникающие в результате досрочного расторжения настоящего Договора имущественные и финансовые вопросы решаются по согласию сторон, а при возникновении спора - судом в установленном порядке.

8. Заключительные положения

8.1. Любые изменения и дополнения к настоящему Договору имеют силу, если они оформлены в письменном виде, подписаны обеими сторонами и не противоречат законодательству Российской Федерации и _____ <*>, настоящему Договору.

<*> Указывается наименование субъекта Российской Федерации, а также делается ссылка на муниципальные правовые акты соответствующего муниципального образования.

8.2. Договор составлен в двух экземплярах, каждый из которых имеет одинаковую юридическую силу.

9. Реквизиты и подписи сторон

Орган опеки и
попечительства:

Приемные родители (родитель):

ФИО _____

адрес места жительства _____

данные паспорта (серия, номер,
дата и место выдачи)

Банковский счет:

М.П.

_____ ПОДПИСЬ

" __ " _____ 20__ г. " __ " _____ 20__ г.

Содержание

В начале пути.....	6
С чего начать родителям, которые хотят принять ребенка в семью?....	12
Меры поддержки приемных семей	20
Утрата семьи: что теряют дети?.....	30
Место кровной семьи в жизни ребенка	36
Адаптация ребенка в семье.....	44
Все о волшебстве привязанности.....	52
Право на личную границу	62
Жестокое обращение с ребенком и его последствия	70
Психотравмы у детей	76
Типичные формы поведения, и что делать, если... ..	80
Подросток в приемной семье.....	88
Если ребёнок проявляет агрессию	94
Если ребенок ворует.....	100
Психосексуальное развитие ребенка	108
Зависимое поведение ребенка.....	114
Школьные проблемы детей сирот	122
Отношения кровных и приемных детей	128
Сиблинги в приемной семье	136
Помогаем детям строить будущее	142
Основа поведения ребёнка — ресурсы родителя	152
Бастаки харды.....	162
Оџо ылыан баџалаах төрөшпүттэр туохтан саџалыхтарын нааданый?..	168
Иитэр ыалга көмө миэрэлэр.....	176
Оџо дьиэ кэргэнин кытта ситимин быстабына, тугу сүтэрэрий?.....	184
Оџо үөскээбит дьиэ кэргэнэ олоџор оруола	190

Ожо санга дьизэ кэргэнгэ адаптацията	198
Иһирэх сыһыан абылана	206
Ожо тус бэйэтин кыраныссата	216
Ожоо хабыс сыһыан уонна ол түмүгэ	222
Ожо уйулбатын алдьаныыта (психотравма)	226
Ожолорго элбэхтэ көстөр поведение көрүгүнэрэ уонна тугу гынабыт арай....	230
Иитэр дьизэ — кэргэнгэ подросток	238
Арай ожо агрессивнай быһыыланар буоллабына	244
Ожо уорар буоллабына	250
Ожо психосексуальной өтүнэн сайдыыта	258
Ожо бэрээдэгэр тутуруктаах буолуу дьайыыта	264
Тулаайах оҕолор оскуолаба көрсөр ыарахаттара	272
Төрөппүт уонна иитэр ожо икки ардыгар сыһыан	276
Биргэ төрөөбүт оҕолор иитэр дьизэ кэргэнгэ	282
Ожо инникитин онгосторугар көмөлөһөбүт	288
Ожо бэрээдэгин төрдө — төрөппүт ресурсата	296
Литература	304
Приложение	306



677027, г. Якутск, ул. Кирова, 18, блок В, офис 702.

тел.: 8(4112)42-20-90; 8(4112)42-13-37

Sakhaasia.ru

Sakha-asia@yandex.ru

Инстаграм: detisakhaasia

YouTube: МДФ Дети Саха-Азия

Массово-популярное издание

НАСТОЛЬНАЯ КНИГА МАМЫ И ПАПЫ «БИИР СУБЭНЭН»

На якутском, русском языках

Составители:

*З.С. Шахурдина, О.П. Петухова, А.Н. Жапарова, Н.Ф. Тарабукина,
А.А. Жиркова, И.М. Оконосова*

Редактор А.М. Семенова

Техн. редактор М.Д. Колодезникова

Комп. верстка и дизайн Т.К. Саввинов

Подписано в печать 28.08.2020 Формат 60x84 1/16.

Объем 8,74 усл.пл. Тираж - 250 экз.

ООО Издательско-информационно-технологический центр «Алаас»

677000, г. Якутск, ул. Тургенева, 10.

тел.: 89142286417, 89142248027, 89248793010

E-mail: pitc_alaa@mail.ru

Отпечатано в типографии ООО «Алаас»

г. Якутск, ул. Тургенева, 10

Тел.: 89644178284, 89659968233