

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Баланың психологиялық саулығы - басты құндылықЖАРИЯЛАНДЫ
23.02.2025СІЛТЕМЕ
https://bilimger.kz/176162/**Ерланқызы Азиза**

Жаңаөзен қаласы, № 5 мектеп гимназия КММ

Педагог психолог

Аннотация

Бұл мақалада баланың психологиялық саулығының маңыздылығы, оған әсер ететін негізгі факторлар және оны қорғаудың жолдары қарастырылады. Баланың қауіпсіз ортада, махаббат пен қамқорлықта өсуі оның тұлғалық дамуына әсер етеді. Отбасы, мектеп, әлеуметтік орта және заманауи технологиялардың психологиялық жағдайға ықпалы талданады. Сонымен қатар, баланың психологиялық денсаулығын сақтауға арналған тиімді әдістер ұсынылады.

Түйін сөздер:

Бала психологиясы, психологиялық саулық, отбасы, мектеп, әлеуметтік орта, тәрбиелеу, мейірім, қауіпсіздік, қолдау.

Кіріспе

Қазіргі заманғы қоғамда баланың психологиялық саулығы басты назарда болуы тиіс. Өйткені ол баланың болашақтағы тұлғалық дамуы мен табысты өмір сүруінің негізін қалайды. Егер бала өзін қауіпсіз сезініп, эмоционалды тұрақтылыққа ие болса, ол қоғамда өз орнын тауып, өмірдің түрлі сынақтарына төтеп бере алады. Баланың психологиялық саулығы тек оның жеке басының мәселесі емес, бұл - отбасының, мектептің және жалпы қоғамның ортақ міндеті.

Балалық шақ - адамның дамуындағы ең маңызды кезеңдердің бірі. Осы кезеңде бала айналасындағы адамдармен қарым-қатынас жасап, өмірге деген көзқарасын қалыптастырады. Оның өзін-өзі бағалауы, эмоционалды интеллектісі, сенімділігі және әлеуметтенуі көбіне отбасындағы тәрбие мен қоршаған ортаның әсеріне байланысты. Сондықтан баланың психологиялық саулығына әсер ететін негізгі факторларды анықтап, оны қорғау жолдарын қарастыру маңызды.

Негізгі бөлім

1. Баланың психологиялық саулығына әсер ететін факторлар

1.1. Отбасылық орта

Отбасы – баланың алғашқы тәрбие ортасы. Ата-ананың махаббаты, қамқорлығы, түсіністігі мен қолдауы баланың өзін қауіпсіз әрі бағалы сезінуіне көмектеседі. Егер бала ата-анасының мейірімін сезінбесе, оның бойында сенімсіздік, тұйықтық немесе агрессия пайда болуы мүмкін. Отбасындағы ұрыс-керіс, баланың пікірі еленбеуі, ата-ананың шамадан тыс қатаңдығы психологиялық жарақаттарға әкелуі мүмкін.

1.2. Мектеп және достық қарым-қатынастар

Мектеп – баланың әлеуметтенетін негізгі ортасы. Мұнда ол мұғалімдермен, сыныптастарымен қарым-қатынас жасап, өз орнын табуға тырысады. Егер бала мектепте өзіне сенімді сезінбесе, қысымға ұшыраса немесе мазақталса, бұл оның психологиялық саулығына кері әсер етеді. Сондықтан мұғалімдер мен ата-аналар балаға қолдау көрсетіп, оның мектептегі жағдайын қадағалап отыруы керек.

1.3. Әлеуметтік желілер мен ақпараттық орта

Қазіргі балалар гаджеттермен көп уақыт өткізеді. Интернеттегі ақпараттар, әлеуметтік желілердегі негативті контент, кибербуллинг баланың психикалық денсаулығына зиян тигізуі мүмкін. Сондықтан ата-аналар баланың интернеттегі белсенділігін бақылап, оны дұрыс ақпараттық ортаға бағыттауы қажет.

2. Баланың психологиялық саулығын қорғау жолдары

✓ Баланы тыңдау және түсіну – Оның сезімдерін елемей қоймай, әрдайым қолдау көрсету.

✓ Қолдау көрсету – Баланың қателіктеріне түсіністікпен қарап, оны жазғырмай, дұрыс шешім табуға көмектесу.

✓ Жылы қарым-қатынас орнату – Бала ата-анасына сеніп, кез келген мәселе бойынша ашық сөйлесе алатындай жағдай жасау.

✓ Мейірім мен сүйіспеншілік таныту – Жылы сөз айту, құшақтау, оның қаншалықты маңызды екенін сезіндіру.

✓ Кәсіби көмекке жүгіну – Егер бала ұзақ уақыт мазасыз күйде жүрсе немесе күйзеліс белгілері байқалса, маманың көмегіне жүгіну қажет.

Қорытынды

Баланың психологиялық саулығы – оның болашағының кепілі. Бұл тек ата-ананың

ғана емес, бүкіл қоғамның міндеті. Баланың өзін қауіпсіз, сүйікті және бағалы сезінуі үшін оған дұрыс бағыт-бағдар беру қажет. Отбасыдан басталатын жылы қарым-қатынас, мектептегі қолайлы орта, интернеттегі қауіпсіздік – барлығы баланың жан дүниесінің тұрақтылығына әсер етеді. Әр бала сүйіспеншілікке, қамқорлыққа және қолдауға лайық.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. *Выготский Л. С. Психология развития ребенка. – М.: Педагогика, 1984.*
2. *Бозжанов Қ. Бала психологиясы. – Алматы: Рауан, 1997.*
3. *Коломинский Я. Л., Матыцин В. Н. Психология детства. – Минск: Университетское, 2000.*
4. *Макаренко А. С. Тәрбие жұмысындағы ата-ана рөлі. – Алматы: Мектеп, 1986.*
5. *Қазақстан Республикасының Білім туралы заңы. – 2007.*

ҚМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.