



პოზიტიური მშობლობა



საგარეო ურთიერთობების
და საერთაშორისო
კავშირების სამსახური



Embassy of the Republic
of Bulgaria in Georgia

unicef 
for every child

პუბლიკაცია მომზადებულია გაეროს ბავშვთა ფონდის და ბულგარეთის მთავრობის ფინანსური მხარდაჭერით. პუბლიკაციაში გამოხატული მოსაზრებანი, შესაძლებელია, არ ასახავდეს გაეროს ბავშვთა ფონდის და ბულგარეთის მთავრობის ოფიციალურ თვალსაზრისს.

@ გაეროს ბავშვთა ფონდი, 2021 წელი

პოზიტიური მშობლობა

რას ნიშნავს პოზიტიური მშობლობა?

პოზიტიური მშობლობა ნიშნავს მშობლის ისეთ ქცევას, რომლითაც ის შვილის მიმართ უპირობო სიყვარულს და სიბოძს, ზრუნვასა და მხარდაჭერას, მიმღებლობასა და პატივისცემას გამოხატავს.

პოზიტიური მშობლობა გამორიცხავს ბავშვზე ნებისმიერი სახის ძალადობას, ისეთის, როგორიცაა, მაგალითად, ყვირილი, ცემა, დამცირება, იძულება, მუქარა ან დაშინება.



რა არის საჭირო პოზიტიური მშობლობისათვის?

ზრუნვა და მხარდაჭერა

დაბადების პირველივე დღიდან ბავშვს გვერდით მზრუნველი და მოსიყვარულე ადამიანი ესაჭიროება, რომლის იმედი და ნდობა ყოველთვის შეუძლია ჰქონდეს. ასეთ პირობებში, ბავშვი სწავლობს, რომ სამყარო, რომელშიც დაიბადა, უსაფრთხო და საიმედოა, ეს კი მას სიმშვიდეს და ბედნიერებას ანიჭებს.

მშობლის მხრიდან ასეთი მზრუნველობა და ერთგულება არა მხოლოდ ჩვილობის, არამედ ადრეულ ბავშვობასა და მოზარდობაშიც აუცილებელია.

ბავშვზე მზრუნველობა და მხარდაჭერა ნიშნავს:

- მის მიმართ ყურადღების გამოჩენას, როდესაც რაიმე აწუხებს - შია, სცივა, სტკივა თუ უბრალოდ, მშობელთან თამაში ან ჩახუტება უნდა;
- საკუთარ ჰიგიენაზე ზრუნვის სწავლებას, რათა არ დაავინყდეს ყოველ დილა კბილების გაწმენდა, ხელების ხშირად დაბანა, შხაპის მიღება და სუფთა ტანსაცმლის ტარება;

- დახმარებას, როდესაც რაიმე ახალს სწავლობს - სიარულს, კოვზის დამოუკიდებლად დაჭერას, პირველი სიტყვების წარმოთქმას თუ ახალ კომპიუტერულ პროგრამას;
- შეეებას, როდესაც ცდილობს რაიმე კარგად გამოუვიდეს. მაგალითად, როდესაც ცდილობს, დახატოს ან ლამაზად დაწეროს, კარგად მოამზადოს გაკვეთილი, ზრდილობიანად ესაუბროს გარშემომყოფებს, თქვას სიმართლე, დააღაგოს საკუთარი ნივთები ან ოჯახის ნევრებს რაიმე საქმეში დაეხმაროს.

შეეცადეთ, ხშირად უთხრათ თქვენს შვილს, რომ ის ძალიან გიყვართ და თქვენი მხარდაჭერის იმედი ყოველთვის შეიძლება ჰქონდეს.



ბავშვის უფლებების დაცვა

გახსოვდეთ, რომ ბავშვს აქვს უფლებები, რომელთა დაცვაც არა მხოლოდ მშობელი, არამედ, სახელმწიფოც ზრუნავს.

ყველა ბავშვს აქვს უფლება, იცხოვროს ისეთ გარემოში, სადაც დაცული იქნება მისი სიცოცხლე, ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება, გამოთქვას საკუთარი მოსაზრება ისეთ საკითხებზე, რომლებიც მის უფლებებს ეხება, იაროს სკოლაში და მიიღოს განათლება, ამასთანავე, ჰქონდეს თავისუფალი დრო, რომელსაც თამაშისა და დასვენებისთვის გამოიყენებს.

- ბავშვის უფლებების დარღვევაა, როდესაც მშობელი ბავშვს სჯის ფიზიკურად - სცემს, აჯანჯლარებს, ჩემეტს ან როდესაც ფსიქოლოგიურად ძალადობს მასზე - უყვირის, ამცირებს, ემუქრება, იზოლაციაში აქცევს.

ზოგჯერ მშობლები მსგავს საქციელს ბავშვის არასასურველი ქცევის გამო გაბრაზებით ხსნიან. გაბრაზებისას კი, უჭირთ თავის შეკავება ბავშვზე ძალადობისგან.

ბრაზი მართლაც ძლიერი ემოციაა, რომელიც ყველა ადამიანს შეიძლება დაეუფლოს, თუმცა, აუცილებელია, ყველა შეეცადოს მართოს ეს ემოცია.



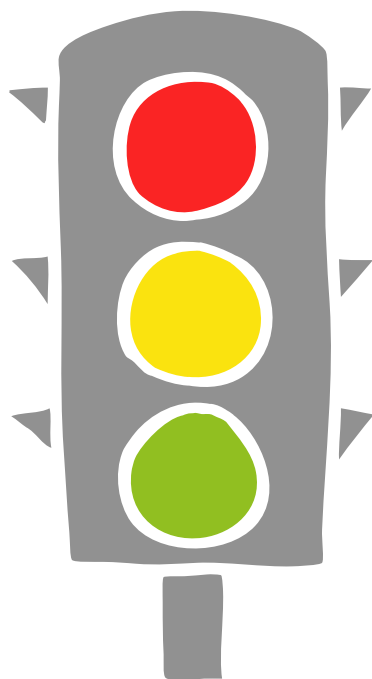
როდესაც ძალიან გაბრაებული ხართ, წარმოიდგინეთ
შუქნიშანი, რომელზეც წითელი შუქი ანთია და განიშნებთ:

შეჩერდი! არ იმოქმედოთ, არაფერი
თქვათ.

შემდეგ, შუქნიშანზე ყვითელი
შუქი ინთება და მოგიწოდებთ:

დამშვიდდი! დაფიქრდით, როგორ
შეიძლება მოიქცეთ? ყვირილის
ან ცემის ნაცვლად, უკეთესი ხომ
არ იქნება, ბავშვს მშვიდი, მაგრამ
თავდაჯერებული ტონით სთხოვოთ,
რის გაკეთებასაც მოელით მისგან?

მას შემდეგ, რაც დამშვიდდებით
და მიიღებთ გადანყვეტილებას, თუ
როგორ მოიქცეთ, შუქნიშანზე მწვანე
ფერი ინთება და გაძლევთ უფლებას:
იმოქმედო!



გაბრაზების დროს სცადეთ „შუენიშნის ტექნიკის“ გამოყენება. ეს აუცილებლად დაგეხმარებათ.

- ბავშვის უფლებების დარღვევაა, როდესაც სკოლაში არ დადის და არ იღებს შესაბამის განათლებას, რადგან სავალდებულო განათლების მიღებისა და შესაბამისი ატესტატის აღების გარეშე, იგი სასურველ პროფესიას ვერ დაეუფლება, ვერც მომავალში განაგრძობს სწავლას და დასაქმებაშიც ხელი შეეშლება.



სავალდებულო განათლება გულისხმობს სკოლაში სწავლას პირველიდან მეცხრე კლასის ჩათვლით. მეცხრე კლასის დასრულების შემდეგ, ბავშვს შეუძლია ჩაირიცხოს პროფესიულ სასწავლებელში და გახდეს იმ დარგის სპეციალისტი, რომელიც მას აინტერესებს. რასაკვირველია,

სურვილის შემთხვევაში, ბავშვს უმაღლესი განათლების მიღებაც შეუძლია ორი გზით:

1. პროფესიული სასწავლების დასრულების შემდეგ, სადაც პროფესიული განათლების პარალელურად სასკოლო პროგრამასაც გადის და იღებს როგორც 12 კლასის დასრულების ატესტატს, ისე პროფესიული განათლების დამადასტურებელ დიპლომს;
2. მას შემდეგ, რაც მე-12 კლასს დაასრულებს სკოლაში.

თუ თქვენი შვილი რაიმე მიზეზის გამო სკოლის მიღმა დარჩა, გახსოვდეთ, მას შეუძლია ამ დანაკლისის ანაზღაურება და განათლების მიღება, თუ ჩაერთვება განათლების მიღების მეორე შესაძლებლობის პროგრამაში, რომელსაც სახელმწიფო სთავაზობს მას. ინფორმაცია ამ პროგრამასთან დაკავშირებით, შეგიძლიათ მიიღოთ განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტროს ცხელ ხაზზე. ცხელი ხაზის ნომერი მითითებულია ბუკლეტის ბოლო გვერდზე.

- ბავშვის უფლებების დარღვევაა, როდესაც მას აიძულებენ შეასრულოს ისეთი სამუშაო, რომელიც არ შეესაბამება მის ასაკს და მას ფიზიკურ ან ფსიქოლოგიურ ზიანს აყენებს. მაგალითად, მძიმე სამშენებლო ან სასოფლო-სამეურნეო სამუშაოები, ქუჩაში მოწყალების თხოვნის იძულება, პროსტიტუციაში ან კრიმინალურ საქმიანობაში ჩაბმა.



შვილისთვის შრომისმოყვარეობის სწავლება მშობლის მოვალეობაა. ამიტომ, მშობელმა შვილს შეიძლება სთხოვოს მისი ასაკის შესაბამისი საქმის შესრულება, რომელიც ხელს არ შეუშლის მის განათლებასა და განვითარებას. მაგალითად, ბავშვმა ან მოზარდმა შეიძლება დააღაგოს საკუთარი ნივთები, პერიოდულად ეთამაშოს ან ამეცადინოს უმცროსი და-ძმა, დაეხმაროს მშობელს მსუბუქი საოჯახო ან სასოფლო-სამეურნეო საქმეების შესრულებაში.

შესაძლოა, ბევრი შრომის მიუხედავად, ბავშვს ყველაფერი ისე კარგად არ გამოუვიდეს, როგორც ამას თავად ისურვებდით. თუმცა, გახსოვდეთ, უფრო მნიშვნელოვანია მის მიერ გაწეული შრომა და ძალისხმევა და ამისთვის აუცილებლად შეაქეთ, რა ასაკშიც არ უნდა იყოს იგი. უთხარით, რომ ამაყობთ მისით და დარწმუნებული ხართ მის წარმატებაში.

პოზიტიური ურთიერთობების ჩამოყალიბება

მოუსმინეთ თქვენს შვილს კრიტიკისა და საყვედურების გარეშე. თუბავშვს ყურადღებით მოუსმენთ, არ გააკრიტიკებთ ან დასჯით იმის გამო, რომ მას თქვენგან განსხვავებული ფიქრები და მოსაზრებები აქვს, ის ყოველთვის გაგიზიარებთ თავისი ცხოვრების მნიშვნელოვან ამბებს და იმას, თუ რას ფიქრობს მათ შესახებ.

თუ კარგი მსმენელი იქნებით, თქვენი შვილიც ისწავლის თქვენს მოსმენას. თქვენ კი, მშვიდად შეძლებთ აუხსნათ, რაში ეთანხმებით მას, რაში - არ ეთანხმებით და რატომ და რის შესახებ უნდა დაფიქრდეს, ვიდრე რაიმე გადანყვეტილებას მიიღებდეს. ასეთი ურთიერთობით უკეთ გაიცნობთ თქვენს შვილს და შეძლებთ დაიცვათ იგი შესაძლო უსიამოვნებებისგან.

ყველა ადამიანი უშვებს შეცდომას. მოუყევით თქვენს შვილს თქვენი შეცდომების შესახებ. უთხარით, რა ისწავლეთ ამ შეცდომებისგან და რას აკეთებთ იმისთვის, რათა ისინი აღარ გაიმეოროთ. უთხარით, რომ ყოველთვის შეუძლია ჰქონდეს იმედი, რომ დაშვებული შეცდომების გამოსწორებაში დაეხმარებით.

მოუყვებით ბავშვს თქვენი წარმატებების შესახებ. აუხსენით, როგორ შეძელით მიზნების მიღწევა, რა დაგჭირდათ ამისთვის და რა გამოცდილება შეგძინათ. გახსოვდეთ, წარმატება ნიშნავს ნებისმიერი, დიდი თუ პატარა მიზნის მიღწევას, ამიტომ, დაეხმარეთ თქვენს შვილს მიზნების დასახვასა და მათ განხორციელებაში.



მაგალითის მიცემა

შეეცადეთ, თავად იყოთ ისეთი ადამიანი, როგორიც თქვენი შვილი გინდათ რომ იყოს. თუ გინდათ, რომ ბავშვი არ იტყუებოდეს, თავად უთხარით ყოველთვის სიმართლე; თუ გინდათ, რომ ბავშვმა საკუთარი დანაპირების შესრულება ისწავლოს, ეცადეთ, ყოველთვის შეასრულოთ თქვენი დანაპირები. ამიტომ, მხოლოდ იმას დაპირდით, რისი შესრულებაც ნამდვილად შეგიძლიათ.

აჩვენეთ თქვენს შვილს, როგორ უმკლავდებით საკუთარ ბრაზს ან სტრესს, როგორ ჭრით პრობლემებს, როგორ მიჰყვებით ცხოვრების ჯანსაღ წესს, როგორ ზრუნავთ გარშემომყოფებზე და როგორ სამართლიანად ეპყრობით მათ.



ეცადეთ, თქვენმა შვილმა დაინახოს, თუ როგორ ცდილობთ შეცვალოთ თქვენს თავში ის, რაც არ მოგწონთ. არვენეთ, რომ სიამოვნებას განიჭებთ რაღაც ახლის სწავლა და აუხსენით ბავშვს, რომ ადამიანები ნებისმიერ ასაკში უნდა ცდილობდნენ განვითარდნენ და მეტი ისწავლონ, რადგან სამყარო ჩვენს გარშემო მუდმივად ვითარდება.

და ბოლოს: მშობლობას ბევრი სასიამოვნო ემოცია და ბედნიერი წუთები მოაქვს, თუმცა, ამასთანავე, ის დიდ პასუხისმგებლობას და შრომას მოითხოვს. ზოგჯერ შეიძლება ისეთი სირთულის ან პრობლემის წინაშე აღმოჩნდეთ, რომელსაც არ იცით, როგორ გაუმკლავდეთ.

არა უშავს! თქვენს გარშემო ყოველთვის შეიძლება მოიძებნოს ვინმე, ვინც თქვენთვის დახმარების გაწევას შეძლებს. დასახმარებლად შეიძლება მიმართოთ:

- სხვა მშობლებს;
- ოჯახის წევრებს ან ნათესავებს;
- მეგობრებს;
- ბავშვის ექიმს ან სკოლის ექთანს;
- სკოლის მასწავლებელს;
- სოციალურ მუშაკს;
- ფსიქოლოგს ან ფსიქიატრს;
- ადგილობრივი ხელისუფლების წარმომადგენელს;

თუ არ გაქვთ ინფორმაცია, როგორ დაუკავშირდეთ სხვადასხვა სახელმწიფო სტრუქტურას საჭირო მომსახურების მისაღებად, დარეკეთ სახელმწიფო ზრუნვისა და ტრეფიკინგის მსხვერპლთა, დაზარალებულთა დახმარების სააგენტოს ცხელ ხაზზე: **116 006**.

სამწუხაროდ, ზოგჯერ ადამიანი სხვა ადამიანისგან ძალადობის მსხვერპლი ხდება. ეს შეიძლება იყოს როგორც ზრდასრული, ისე ბავშვი. თუ ძალადობისგან დაცვა გესაჭიროებათ, ისევ სახელმწიფო ზრუნვისა და ტრეფიკინგის მსხვერპლთა, დაზარალებულთა დახმარების სააგენტოს შეუძლია გაგინიოთ დახმარება. ამისათვის, დარეკეთ ცხელ ხაზზე: **111** ან **116 006**.

როდესაც ბავშვი ხდება ძალადობის მსხვერპლი, მას ხშირად არ შეუძლია დაიცვას საკუთარი თავი, თუმცა, ნებისმიერ ადამიანს, ვისაც აქვს ძალადობის შემთხვევაზე ინფორმაცია, შეუძლია მისი დაცვა შეტყობინების გაგზავნით ცხელ ხაზზე - **111** ან **116 006**. უფრო მეტიც, თავად ბავშვს შეუძლია დარეკოს ამავე ნომერზე და მოითხოვოს დახმარება, რომელსაც აუცილებლად აღმოუჩენენ.

განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტროს ცხელი ხაზი:
(995 32) 2 200 220.

ბავშვის უფლებების დაცვის ცხელი ხაზი:
111.

სახელმწიფო ზრუნვისა და ტრეფიკინგის მსხვერპლთა, დაზარალებულთა დახმარების სააგენტოს ცხელი ხაზი:
116 006.



