تارتىنچاق بالىغا ياردەم قىلىش ئۇسۇللىرى

ئەركىن سىدىق

2015-يىلى 12-ئاينىڭ 11-كۈنى

مەن يېقىندا ئۇيغۇر دىيارىدىكى بىر سىڭلىمىزدىن تۆۋەندىكى خەتنى تاپشۇرۇپ ئالدىم:

(نەقىل) ئەسسالامۇ ـ ئەلەيكۇم ھۆرمەتلىك بىلىمخۇمار ئاكا! سىزدىن پەرزەنت تەربىيىسى توغرىسىدا بىر مەسلىھەت ئالاي دەپ، بۇ خەتنى يېزىۋاتىمەن. ھازىر مېنىڭ ئىككى قىزىم بار. بىرى 5 ياش، يەنە بىرى ئىككى يېرىم ياش. چوڭ قىزىم بەكلا ئەقىللىق، لېكىن ئۇ شۇنداق جىمغۇر چوڭ بولۇۋاتىدۇ. قىزىمنىڭ بۇ مىجەزىنى بايقىغاندىن بېرى، ھەر بىر دەم ئېلىش كۈنلىرى مەن ئۇنى ئەڭ ياخشى يەرلەرگە ئاپىرىپ ئوينىتىمەن. بارلىق ياخشى ئويۇنچۇقلارنى ئېلىپ بەردىم. ئېرىم بىلەن ئىككىمىز ئۆيدە بولساقلا ئاشۇ ئىككىسىگە بارلىق ۋاقتىمىزنى ئاجرىتىپ، ئۇلار بىلەن بىللە ئوينايمىز. يەسلىگە بەرگەندىن كېيىن ئوقۇتقۇچىسى چوڭ قىزىمنىڭ ئەقىللىقلىقىغە، ۋە تۇتۇۋېلىش قابىلىيىتىنىڭ يۇقىرىلىقىغا ھەيران قاپتۇ. لېكىن «بەك جىمغۇركەن، باللار بىلەن ئويناميدۇ، مەن سوئال سورىمىغۇچە ئۆزى تەشەببۇسكار بولمايدۇ» دەيدۇ. ئۆيگە كەلگەندىن كېيىن پاراڭلىششقا شۇنچىلىك ئۇرۇنساممۇ، پەقەت پاراڭ قىلىپ بەرمەيدۇ. «يەسلىدە قانداقراق ئويندىڭىز؟» دېگەندەك سوئاللارنى سورىسام، «ھەجەپ سوراۋېرىسىزكەن»، دەپ، ئۇنىڭدىن باشقا گەپ قىلغىلى ئۇنىمايدۇ. قېرىنداشلىرى ياكى يەسلىدە باشقا باللار ئۇرسىمۇ پەقەتلا دىمەي، ئۈنسىز يىغلاپ كېتىدۇ. مەن قىزلىرىمنى شوق، ئوچۇق ـ يورۇق چوڭ بولسىكەن، دەپ ئارزۇ قىلىمەن. شۇڭا قانداق قىلارمەن؟ ئۇنى بەك تارتىنچاق بولۇپ قالارمۇ، دەپ، بەك ئەنسىرەيمەن. بۇنى ئۆزەم بىلمەن. ئۇنداق ئادەم ئىچىدىن ئازاپلىنىپلا ئۆتۈپ كېتىدۇ. ئۇنۇملۇك ئۇسۇل بولسا ماڭا يول كۆرسەتسىڭىزكەن، دېگەن ئۈمىتتىمەن. رەخمەت! **(نەقىل تۈگىدى)**

1-رەسىم: تارتىنچاق قىز

مەن يۇقىرىدىكى خەتنى تاپشۇرۇپ ئالغاندىن كېيىن، تورلاردىكى تارتىنچاق باللار تەربىيىسى ھەققىدىكى ماقالىلەرنى ئىزدەپ كۆردۈم. ھەممىدە «دوكتور سىئېرزدىن سوراڭ» (www.askdrsears.com) دېگەن تور بېتىگە چىقىرىلغان بىر پارچە ياخشى ماقالىنى تاپتىم. مەزكۇر يازمىدا ئاشۇ ماقالىنىڭ مەزمۇنلىرىنى تونۇشتۇرىمەن.

«دوكتور سىئېرزدىن سوراڭ» دېگەن تور بەتنى دوكتورلۇق ئۇنۋانى بار بالا تەربىيىسى مۇتەخەسسىسلىرىدىن 5 كىشى بىرلىشىپ قۇرغان بولۇپ، بۇ مۇتەخەسسىسلەر ھازىرغىچە بالا تەربىيىسى ۋە ئاتا-ئانىلىققا ئائىت مەزمۇنلاردا 15

پارچەدەك كىتاب چىقىرىپ بولۇپتۇ. «دوكتور سىئېرزدىن سوراڭ» دېگەن ماقالىنى يازغان كىشى ئەمەلىيەتتە ھازىر كېسەل داۋالاۋاتقان باللار دوختۇرى ئىكەن.

2-رەسىم: «دوكتور سىئېرزدىن سوراڭ» دېگەن تور بېتىنىڭ قۇرغۇچىلىرى.

تۆۋەندىكىسى «دوكتور سىئېرزدىن سوراڭ» دېگەن تور بەتتىكى «تارتىنچاق باللىغا ياردەم قىلىشنىڭ 8 خىل ئۇسۇلى» دېگەن ماقالىنىڭ مەزمۇنلىرى.

«تارتىنچاق بالا» دەپ ئاتالغان باللار ناھايىتى كۆپ. ئەگەر سىز بۇ سۆزنىڭ مەنىسىنى ھەققىي تۈردە چۈشەنسىڭىز، «باللىدىكى تارتىنچاقلىق ئۈنچىۋالا سەلبىي سۈپەتمۇ ئەمەس ئىكەن»، دېگەن ئىدىيىگە كېلىپ قېلىشىڭىز مۇمكىن. قانداق بىر تەرەپ قىلىنغانلىقىغا قاراپ، باللىدىكى تارتىنچاقلىق بىر ياردەمچىمۇ بولالايدۇ، ۋە بىر كەمتۈكلۈكمۇ بولالايدۇ.

1. تارتىنچاقلىقنىڭ ياخشى تەرىپى

تارتىنچاقلىق بىر خىل مىجەز-خاراكتېرى بولۇپ، ئۇ ھەرگىزمۇ بىر نۇقسان ياكى ئەيىب ئەمەس. تارتىنچاق كىشىلەر باشقىلارنىڭ گېپىنى زەن قويۇپ ئاڭلايدىغان، ھەمدە بىر توپ ئادەملەر بىلەن بىللە بولغاندا بىر ئېغىز گەپ قىلمىسىمۇ باشقىلار ناھايىتى ياقتۇرىدىغان كىشىلەردۇر.

بالىڭىز تارتىنچاق بولسا، باشقىلارغا «بۇ بالا بەك تارتىنچاق»، دەپ ئۆزرىخاھلىق ئېيتمىسىڭىزمۇ بولىدۇ. بولۇپمۇ بالىڭىزنىڭ ئالدىدا ئۇنداق دېمەڭ. تارتىنچاقلىق بىر خىل يامان ئىش ئەمەس، بەلكى، تارتىنچاقلىقنىڭ نۇرغۇن ياخشى

تەرپى بار. نۇرغۇن كىشلەر تارتىنچاقلىقنىڭ نېمە ئىكەنلىكىنى بىلمەي، ئۇنى بىر خىل نورمالسىزلىق، دەپ ئويلايدۇ. ئۇلارنىڭ قارىشىچە تارتىنچاق بالا ئۆزى ھەققىدە بىر خىل ناچار ئوبراز تىكلىۋالغان بولىدۇ. كۆپىنچە ۋاقىتلاردا بۇنداق باھا بىر خىل ئادالەتسىزلىكتىن باشقا نەرسە ئەمەس. كۆپلىگەن تارتىنچاق بالىلار ئۆزىنى ناھايىتى ساغلام ھېسابلايدۇ. ئۇلاردا نۇر چېچىپ تۇرىدىغان بىر خىل ئىچكى تىنچلىق بار بولىدۇ. ئەگەر ئوچۇق-يورۇق ياكى خۇشخۇي ئادەملەر بىر ئاز جىم تۇرۇپ قاراپ باقىدىغان بولسا، تارتىنچاق بالىلاردىكى ھېلىقى نۇرنىڭ پارلىداۋاتقانلىقىنى كۆرەلەيدۇ.

بالىسى بىر توپ بالىلارنىڭ ئارىسىدا جىمغۇرلىشىپ كەتكەندە، ئاتا-ئانىلار ئۇنىڭدىن ئەنسىرەيدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا بالا ئۆزىدىكى تارتىنچاقلىقنى نامايان قىلىۋاتقان بولۇشى مۇمكىن، ياكى ئۇنىڭدا بىر مەسىلە بار بولۇشىمۇ مۇمكىن. قايسى خىل ئەھۋال ئىكەنلىكىنى مۇنداق پەرقلەندۈرگىلى بولىدۇ: ئۆزىنى ساغلام ئادەم ھېسابلايدىغان تارتىنچاق بالا باشقا بالىلار بىلەن كۆز ئۇچرىشىشى قىلىپ تۇرىدۇ، ناھايىتى ئەدەپلىك كېلىدۇ، ھەمدە ئۆز-ئۆزىدىن خۇشال بولۇپ تۇرىدۇ. ئۇ پەقەت كەمسۆزلۈك قىلىدۇ. ئۇنىڭ يۈرۈش-تۇرۇشلىرى ياخشى بولىدۇ، ھەمدە باشقىلار ئۇنى ياقتۇرىدۇ.

بەزى «تارتىنچاق» بالىلار چوڭقۇر تەپەككۇر قىلىدىغان ۋە ئېھتىياتچان كېلىدۇ. ناتونۇش ئادەملەر بىلەن تېز يېقىنلاشمايدۇ. ئۇلار ناتونۇش ئادەملەرنى ئوبدان كۆزىتىپ، ئۇلار يېقىنلىششقا ئەرزىمدۇ-يوق، دېگەن ئىش ئۈستىدە ئوبدان ئويلىنىدۇ. تارتىنچاق بالىلار كۆپىنچە ۋاقىتلاردا بىر خىل ئىچكى تىنچلىققا ئىگە بولۇپ، تارتىنچاقلىق ئاشۇ تىنچلىقنى قوغداش ئۇسۇلى بولۇش رولىنى ئوينايدۇ.

2. تارتىنچاقلىقنىڭ ناچار تەرپى

بەزى بالىلار ئۈچۈن تارتىنچاقلىق ئىچكى تىنچلىقنىڭ ئەمەس، ئىچكى مەسىلىلەرنىڭ ئىپادىسى بولۇپ قالىدۇ. ئۇنداق بالىدا تارتىنچاقلىق چېكىدىن ھالقىپ كەتكەن بولۇپ، ھەممە ئىشتىن ئۆزىنى قاچۇرىدىغان بولىدۇ. ئۇ باشقىلار بىلەن كۆز ئۇچرىششى قىلمايدۇ، ھەمدە ھەر خىل نورمالسىز قىلىقلارنى قىلىدۇ. كىشلەر ئۇنداق بالا بىلەن بىللە بولۇشنى خالىمايدۇ. ئەگەر سىز ئۇنى ئوبدان كۆزەتسىڭىز، ئۇ ھەممە ئىشنى ئاچچىقلىنىش ۋە ئەندىشە ئىچىدە قىلىدىغانلىقىنى، ئۇنىڭ كۆڭلىدە تىنچلىق ۋە باشقىلارغا بولغان ئىشەنچ يوقلۇقىنى بايقايسىز. سىز تېخىمۇ چوڭقۇر كۆزەتسىڭىز، ئۇنىڭ كۆڭلىدە ئۆزىنى خاپا قىلىپ قويىدىغان نۇرغۇن ئىشلارنىڭ بارلىقىنى بايقايسىز.

3. تارتىنچاقلىق پەردىسىنىڭ كەينىگە مۆكۈنىۋېلىش

بەزى بالىلار ئۆزىنىڭ ئوبرازىنى ياخشى كۆرمەيدۇ. شۇنىڭ بىلەن ئاشۇ ئوبرازنى باشقىلارغا كۆرسىتىپ قويماسلىق ئۈچۈن بىر تارتىنچاقلىق پەردىسىنىڭ كەينىگە مۆكۈنىۋالىدۇ. ئەڭ بەختەر يول ھېچنېمىسىنى كۆرسەتمەسلىك بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇلار ئۆزلىرىنى قوغدايدىغان بىر تامنىڭ ئىچىگە كىرىۋالىدۇ. «تارتىنچاق» دېگەن قالپاق ئىجتىمائىي مۇناسىۋەت ماھارەتلىرىنى يېتىلدۈرمەسلىك ۋە ئۇلارنى ئىشقا سالماسلىقنىڭ باھانىسى بولۇپ قالىدۇ. يۇقىرى ئۆرلەشكە ئىنتىلمەيدىغان بالا «تارتىنچاق» دېگەن قالپاق بىلەن «قاتتىق تىرىشمىسامۇ بولىدۇ» دېگەن ئورۇنغا ئېرىشىپ، ئۇ قالپاقنى كىشىلىك تەرەققىياتنىڭ بىرلا بالدىقىدا تۇرۇۋېرىشنىڭ باھانىسى قىلىۋالىدۇ. بۇنداق بالىلار ئۈچۈن تارتىنچاقلىق بىر خىل ئەيىب بولۇپ، تارتىنچاقلىق ئۆزلىرىدىكى شەخسىي ئىززەت-ھۆرمەت (**self-esteem**) نىڭ تېخىمۇ تۆۋەنلەپ مېڭىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. ئۇنداق بالىلاردىكى تارتىنچاقلىقنى ساقايتىش ئۈچۈن، سىز چوقۇم ئۇلاردىكى شەخسىي ئىززەت-ھۆرمەتنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشىڭىز كېرەك. ئۇنداق بالا ئۆزى ياخشى ئىشىنىدىغان ئاپا ياكى دادىغا موھتاج بولۇپ، ئاشۇ ئاپا ياكى دادا بولغان كىشى بالىسىغا ناھايىتى ئېھتىياتچانلىق بىلەن تەربىيە قىلىشى، يەنى بالىدىكى ئىچكى خاپىلىق ۋە ئۆزى ھەققىدىكى ناچار ئوبرازنى بىر ئادەت بىلەن ئوخشاش نەرسىگە ئايلاندۇرۇپ قويۇشتىن قاتتىق ساقلانغان ئاساستا تەربىيە قىلىشى كېرەك.

4. شوخ بولۇشتىن جىمغۇرلۇققا ئۆزگىرىش

بەزى باللار ئىككى ياشقا كىرگىچە ناھايىتى شوخ ۋە ئاكتىپ بولۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن جىمغۇرلۇققا ئۆزگىرىپ قالىدۇ. بۇنداق ئەھۋالغا ئۇچرىغان ئاتا-ئانىلار باللىرىدىن «نېمە بولغاندۇ؟» دەپ ئەنسىرەپ قالىدۇ. ئەمەلىيەتتە بۇ بالىغا ھېچ نېمە بولغان ئەمەس. ئىككى ياشقا كىرىشتىن بۇرۇن، نۇرغۇن باللار ئويلىماي تۇرۇپ ئىش قىلىدىغان بولىدۇ. ئىجتىمائىي مۇناسىۋەتتە تېخىمۇ شۇنداق بولىدۇ. ئىككى ياشتىن 4 ياشقىچە بولغان ئارىلىقتا باللار ناتونۇش كىشىلەردىن ئەنسىرەش قىلىشنىڭ ئىككىنچى باسقۇچىنى ئۆز بېشىدىن ئۆتكۈزۈپ، تونۇمايدىغان ئادەملەردىن قورقىدىغان بولۇپ قالىدۇ.

مەن ئۆزۈمنىڭ دوختۇرخانىسىدا ماڭا كۆرسىتىش ئۈچۈن ئەكەلگەن يېڭى باللارنىڭ «تارتىنىش» كۆرۈنۈشىنى داۋاملىق ئۇچرىتىپ تۇرىمەن. مەن تەكشۈرۈش ئۈچۈن ئۆيىگە كىرگىنىمدە بالا بېشىنى پەسكە ساڭگىلىتىپ، كۆزلىرىنى يېرىم يۇمۇپ، باش بارمىقىنى ئاغزىغا تىقىپ، ئاپىسىنىڭ ئارقىسىغا ئۆتۈپ، ئۇنىڭ پۇتىغا ئېسىلىپ، مەندىن يوشۇرۇنۇشقا ئۇرۇنىدۇ. مەن دەسلەپدە بالا بىلەن كارىم بولماي، ئۇنىڭ ئاپىسى بىلەن ناھايىتى ئەركىن ۋە يېقىملىق ھالەتتە سالاملىشىمەن. بالىنىڭ ئاپىسى مەن بىلەن قورۇنماي پاراڭلىششقا باشلىغاندىن كېيىن، بالا بىزنىڭ پارىڭىمىزغا قۇلاق سېلىشقا باشلايدۇ. ئاستا-ئاستا ئۇ «بۇ دوختۇر ئاپامغا ياخشى مۇناسىۋەتتە بولۇۋاتىدۇ، شۇڭا ماڭىمۇ ياخشى مۇئامىلە قىلىشى مۇمكىن» دەپ ئويلايدىغان بولىدۇ. ئەگەر بالا مۆكۈۋالغان يېرىدىن چىقمايدىكەن، مەن بىر تېپىشماق باشلايمەن: «شېرىن قېنى؟ مېنىڭ ئۇنى بەكمۇ كۆرگۈم كېلىپ كەتتى. قارىغاندا ئۇ بۇ يەردە يوق ئوخشايدۇ. شۇڭا مەن سەل تۇرۇپ كېلەي.» مەن تەكشۈرۈش ئۆيىدىن چىقىپ كېتىپ، بىر قانچە مىنۇتتىن كېيىن قايتا كىرسەم، ئۆزىنى ئەركىن قويىۋەتكەن بىر بالىنى كۆرىمەن. ئىجتىمائىي مۇناسىۋەتلەردىن ئۆزىنى تارتىش (social retreating) بالا تەرەققىياتىدىكى بىر نورمال باسقۇچ. سىز تۇغقانلىرىڭىزدىن ئەپۇ سوراش، بالىڭىزنىڭ قىلىقلىرىدىن خىجىل بولۇش، ياكى باللار دوختۇرىغا تېلېفون قىلىشتىن بۇرۇن، سەل سەۋرچان بولۇڭ. بالىڭىزنى رىغبەتلەندۈرۈپ، ئۇنىڭغا تەرەققىي قىلىش بوشلۇقى بېرىڭ. شۇنداق قىلسىڭىز ئۇ ئۇزۇن ئۆتمەيلا چېچەكلەشكە باشلايدۇ.

ئاتا-ئانىلار بالىسىنىڭ تارتىنچاقلىقىغا قارىتا نېمە ئىش قىلىشنى بىلەلمەي قالىدۇ. بۇ بىر ئۆتكۈنچى باسقۇچمۇ؟ بالىنى شوخراق بولۇشقا رىغبەتلەندۈرۈش كېرەكمۇ؟ تارتىنچاقلىققا يوشۇرۇنغان بىرەر ئېغىر مەسىلە بارمۇ؟ تۆۋەندىكى مەزمۇنلار ئاشۇ سوئاللارغا جاۋاب بېرىدۇ.

5. بالىڭىزنى پات-پات قۇچاقلاپ تۇرۇڭ

ئالدى بىلەن سىز ياراتقۇچىمىز سىزگە بىر سەزگۈر، مۇھەببىتى چوڭقۇر، ۋە جىمغۇر بالىنى سوۋغا قىلغانلىقىنى، بۇ بالا ناتونۇش كىشىلەر بىلەن ئالدىراپ يېقىنلاشمايدىغانلىقىنى، ئىجتىمائىي مۇناسىۋەتتە ناھايىتى ئېھتىياتچان ئىكەنلىكىنى، ئەمما ئادەتتە خۇشال ئۆتىدىغانلىقىنى چۈشىنىپ يېتىڭ. ئاشۇنداق بىر بالىنىڭ بولۇشى بىلەن بۇ دۇنيا بىر تېخىمۇ ئىناقلىققا تولغان جايغا ئايلىنىدۇ.

6. تارتىنچاق بالىنى قانچىلىك تارتىسىڭىز، ئۇ شۇنچىلىك مۆكۈنىۋالىدۇ

ھەممە ئاتا-ئانىلارنىڭ تارتىنچاق بالىسىغا ياردەم قىلغۇسى كېلىدۇ. ئەمما مۇنداق بىر ئىشقا دىققەت قىلىش كېرەك: بىر قىسىم باللار تارتقانسېرى تېخىمۇ بەك مۆكۈنىۋالىدۇ. سىز بىر بالىنى تارتىنچاقلىق ئىچىدىن تارتىپ چىقىرالمايسىز. ئۇنىڭ ئورنىغا بالىڭىز ئۈچۈن ئۇنىڭ ئىجتىمائىي مۇناسىۋەتتىكى ياخشى مىجەزىنىڭ تەبىئىي ھالدا يېتىلىشى ئۈچۈن بىر راھەت مۇھىت يارىتىپ بېرىڭ. ھەرگىز بىر بالىغا «تارتىنچاق» دېگەن قالپاقنى كىيدۈرمەڭ. ئەگەر بالىڭىز بۇنداق گەپلەرنى ئاڭلىسا، ئۇ ئۆزىدە بىرەر مەسىلە باردەك ھېس قىلىپ، تېخىمۇ بەك تارتىنچاق بولۇپ كېتىدۇ. ئەگەر بالىڭىزنى باشقىلارغا تەسۋىرلەشكە مەجبۇرى بولۇپ قالىدىكەنسىز، «ئايرىم يۈرۈشنى ياخشى كۆرىدۇ» (private, reserved) دېگەندەك سۆزلەرنى ئىشلىتىڭ. قالپاق باشقىلارنىڭ بالىڭىزغا بولغان مۇئامىلىسىنى ئۆزگەرتىپ قويىدۇ. بالىڭىزنى «تارتىنچاق» دېسىڭىز، باشقىلارنىڭ بالىڭىزغا «ياردەم قىلىش» قا ئۇرۇنۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ. بالىڭىزنى بىرەر تۇغقانلىرىڭىزنىڭ ئۆيىگە ئاپىرىپ، دەسلەپدە ياخشى تەسىر بېرىش ئۈچۈن بالىڭىزغا «تارتىنماڭ، ئۇ سىزنى

چىشلىۋالمايدۇ» دېگەندەك سۆزلەرنى قىلماڭ. ئۇنداق سۆزلەر چوقۇم بالىڭىزنى تېخىمۇ جىمغۇر قىلىۋېتىدۇ. ئۆزىنىڭ قانداقلىقىغا ناھايىتى سەزگۈر بولۇپ كەتكەن بالا تېخىمۇ بەك تارتىنچاق بولۇپ كېتىشى مۇمكىن. بىر كىمنىڭ ئۆيىگە بارغاندا، بالىڭىزغا كۆرۈشكەن كىشىلەرگە ئاددىي سالام بېرىپ قويۇشنى ئالدىنئالا دەپ قويۇڭ. باشقىلار بىلەن كۆرۈشكەندە ھەرگىزمۇ بالىڭىزدىن كۆپ نەرسىلەرنى تەلەپ قىلماڭ. باشقىلارنىڭ دىققىتىنى بالىڭىزغا قارىتىۋالماڭ. شۇنداق قىلسىڭىز، ۋاقتىنىڭ ئۆتۈشى بىلەن بالا ئۆزىنى ئەركىن ھېس قىلىپ، باشقىلار بىلەن ئاستا-ئاستا يېقىنلىشىدۇ. بولسا باشقىلارنىڭ ئۆيىگە بارغاندا بالىڭىز ياخشى كۆرىدىغان، باشقىلار بىلەن مۇناسىۋەت باغلاشقا ياردەم قىلالايدىغان بىرەر ئويۇنچۇقنى بىللە ئالغاچ بېرىڭ.

7. بالىڭىزنى ھەممە كىشى تەڭ دىققەت قىلىدىغان بىر ئورۇنغا چىقىرىپ قويماڭ

ئۆيىڭىزگە 5 ياشلىق بالىڭىزنىڭ بوۋا-مومىلىرى كەلگەندە، بالىڭىزنى ئۇلار ئۇچۇن پىئانىنو چالدۇرۇشقا ئالدىراپ كېتىسىز. ئەمما بالىڭىزغا ئالدىن دەپ قويماي تۇرۇپ، ئۇنىڭدىن بۇنداق ئىشنى تەلەپ قىلماڭ. ئەگەر ئۇنداق قىلمايدىكەنسىز، بالىڭىز سىزنىڭ تەلىپىڭىزنى بىر ياققا قايرىپ قويۇپ قېچىپ كېتىشى، سىزنى ئەپۇ سوراش ئورنىغا چۈشۈرۈپ قويۇشى، ھەمدە بوۋا-مومىلىرىنى «بۇ بالا نېمانداق تارتىنچاق!» دەپ ھەيران قالدۇرۇشى مۇمكىن. ئۇنىڭ ئورنىغا، سىز بالىڭىز بىلەن ئايرىم سۆزلىشىپ، ئۇنىڭغا مۇنداق دەڭ: «سىز پىئانىنونى ئاجايىپ ياخشى چالىسىز، شۇڭا بوۋا-مومىلىرىڭىزنىڭ سىز چالغان پىئانىنونى بەكمۇ ئاڭلىغۇسى بار ئىكەن. شۇڭلاشقا ئۇلارغا ئازراق پىئانىنو چېلىپ بەرسىڭىز بولامدۇ؟» مۇشۇ ئارقىلىق كىشىلەر ئالدىدا ماھارەت كۆرسىتىش ئىشىدا سىز بالىڭىزنىڭ راھەت ھېس قىلىش ئىستىكىگە ھۆرمەت قىلغان بولىسىز. بەزى بالىلار كىشىلەر ئالدىدا نومۇر كۆرسىتىشنى ناھايىتى ياخشى كۆرىدىغان بولۇپ، ئۇلار پۇرسەت بولسىلا ئۆز ماھارىتىنى كۆرسىتىشكە ئامراق كېلىدۇ. يەنە بىر قىسىم بالىلار بولسا ئۆزىنىڭ ماھارەتلىرىنى ئېھتىياتچانلىق بىلەن قوغداپ، بىر ئىشنى قىلىشتا ناھايىتى ياخشى بولغاندىلا ئاندىن ئۆز ماھارىتىنى باشقىلارغا كۆرسىتىشتىن تارتىنمايدىغان بولىدۇ. ئۇلار ئەڭ ئالدىدا پىئانىنونى پەقەت ئۆزىگە چېلىپ بېرىشتىلا راھەت ھېس قىلىدۇ. ئاندىن ئۇلار ئاتا-ئانىسىغا چېلىپ بېرىشنى خالايدۇ. بۇنىڭ سەۋەبى، ئۇلار خاتا چېلىپ قويسىمۇ ئاتا-ئانىسى ئۇلارنى ئالقىشلاپ تۇرىدۇ. ئۇلاردا بىر چوڭ سەكرەش يۈز بەرگەندىن كېيىنلا ئاندىن پىئانىنونى باشقا كىشىلەرگە چېلىپ بېرىشكە ماقۇل بولىدۇ.

8. تولا گەپ قىلىدىغان ئانا ۋە جىمغۇر بالا

بىر ئوچۇق-يورۇق ۋە بۇيرۇقۋاز ئانا بىلەن بىر جىمغۇر بالا بىرلەشسە، بالىنى تارتىنچاق قىلىپ قويۇش شەرتىنى ئەڭ تولۇق ھازىرلىغان بولىدۇ. مەن بىر قېتىم «سۇزى» (Susy) ئىسىملىك بىر 5 ياشلىق قىزنى داۋالىدىم. ئۇ بىر ناھايىتى ئەدەپلىك، ئادەم ئاسانلا يېقىنلاشقىلى بولىدىغان قىز بولۇپ، ئاپىسى ئۇنى مەكتەپكە بېرىشتىن بۇرۇنقى تەكشۈرۈش ئۈچۈن ئېلىپ كەلگەن ئىكەن. مەن سۇزىدىن ماڭا دەيدىغان بىرەر ئاغرىقى ياكى مەسىلىسى بار-يوقلۇقىنى سورىدىم. ئۇ ئاغزىنى ئېچىپ گەپ قىلىپ بولغۇچە ئۇنىڭ ئاپىسى گەپنى تارتىۋېلىپ، ماڭا ئۇنىڭ بىر تالاي ئىشلىرىنى دەپ بەردى. مەن سۇزىدىن «سىز ھەقىقەتەن ئاپىڭىز دېگەندەكمۇ؟» دەپ سورىشىمغا، ئاپىسى گەپنى يەنە تارتىۋالدى. شۇنىڭ بىلەن بۇ سۇزى ئۇستىدىكى سالامەتلىك تەكشۈرۈش بولماي، ئاپىسى ئۇستىدىكى سالامەتلىك تەكشۈرۈش بولۇپ قالدى. سۇزىنىڭ ئالدىمغا يېڭى كىرگەندىكى خۇشاللىقى پۈتۈنلەي يوقاپ، ئاپىسىنىڭ ئاغزى يۇمۇلمىغانسېرى سۇزىنىڭ ئاۋازى يوقاپ، بىر جىمغۇر بالىغا ئايلىنىپ قالدى. تەكشۈرۈش ئاخىرلىشاي دېگەندە، ئاپىسى ئۇنىڭغا: «سۇزى، ئەمدى تارتىنماي، دوختۇرغا نېمە مەسىلەڭ بارلىقىنى دېگىن»، دېدى. ئەمما ئاپىسىنىڭ ۋات-ۋاتلىقى تۈپەيلىدىن، سۇزىنىڭ ئاۋازىمۇ يوقاپ، روھىمۇ چۈشۈپ كەتتى. بىر سېسترا سۇزىنى ئوكۇل ئۇرۇشقا ئېلىپ چىقىپ كەتكەندە، ئاپىسى «دوختۇر، ئۇ ناھايىتى تارتىنچاق. مەن قانداق قىلىشىمنى بىلەلمەي قالدىم»، دېدى. سۇزىنىڭ ئاپىسى بالىغا ناھايىتى قاتتىق كۆيىدىغان، بالىسى ئۈچۈن ئۆزىنىڭ بارلىقىنى ئاتىۋەتكەن ئانا بولۇپ، ئۇ ھەرگىزمۇ سۇزىنىڭ ئىجتىمائىي مۇناسىۋەت ئىقتىدارلىرىنىڭ تەرەققىي قىلىشىنى قەستەن توسۇپ قويغان ئەمەس. ئۇنىڭ مىجەزى ئاشۇنداق ئىكەن. سۇزىمۇ تارتىنچاقلىق قىلىشقا ئۇرۇنۇۋاتقان بولماستىن، سەل جىمغۇر بالا بولۇپ تۇغۇلۇپ قالغان ئىكەن. ئەمما بۇ ئىككىيلەننىڭ مىجەزىدىكى ماسلاشماسلىق سۇزىنىڭ ئالاقە ئىقتىدارلىرىنىڭ تەرەققىي قىلىشىغا ۋە ئاپىسىنىڭ باشقىلارنىڭ گېپىگە قۇلاق

سىلىش ئىقتىدارىنىڭ يېتىلىشىگە توسقۇنلۇق قىلىپ كېلىپتۇ. مەن قايسى مىجەزنىڭ «ياخشىراق» ئىكەنلىكى ھەققىدە بىر ھۆكۈمنى ئوتتۇرىغا قويماي تۇرۇپ، سۆزنىڭ ئاپىسىغا كىشىلەرنىڭ بەزى مىجەزلىرى بالىسىدىكى بىر قىسىم ئىقتىدارلارنىڭ ئۆسۈپ يېتىلىشىگە توسقۇنلۇق قىلىدىغانلىقىنى چۈشەندۈرۈپ قويدۇم. ھەممىدە ئۇنىڭغا قىزىنىڭ ئالدىدا سەل ئۆزىنى تۇتۇۋالسا، قىزى ھازىرقىغا قارىغاندا بەكرەك ئوچۇق-يورۇق بولۇشقا باشلايدىغانلىقىنى دەپ قويدۇم. سۆزى كېيىنكى قېتىم قېشىمغا ساغلاملىق تەكشۈرۈشكە كەلگەندە، ئۇنىڭدا خېلى زور ئۆلگىرىلەش بولغانلىقىنى ھېس قىلدىم. بۇ قېتىم گەپنىڭ ھەممىسىنى سۆزى قىلدى، ئاپىسى بولسا قىزىنىڭ ئارقىسىدا قىزىنىڭ دېگەنلىرىنى بېشىنى لىڭشىتىپ ماقۇللاپ ئولتۇردى.

«تارتىنچاق بالىغا ياردەم قىلىشنىڭ 8 خىل ئۇسۇلى» دېگەن ماقالىنىڭ مەزمۇنلىرى مۇشۇ يەردە ئاخىرلاشتى.

ئاخىرقى سۆز

مەن مەزكۇر تېمىغا ئوخشاش يازمىلارنى قانچە كۆپ تەييارلىغانسېرى، ئۆزىمىزدىكى ھازىرقى زامان تۇرمۇشىنىڭ ئوخشىمىغان ساھەلىرىدىكى ئىختىساسلىق كىشىلىرىمىزنىڭ نەقەدەر كەمچىل ئىكەنلىكىنى ھېس قىلىۋاتىمەن. يېقىندىن بۇيان ماڭا كېلىۋاتقان يېڭى ماقالە تەلەپلىرىنىڭ سانى ناھايىتى تېز كۆپىيىۋاتىدۇ. ماڭا ھازىرغىچە كېلىپ بولغان تېمىنىڭ سانى 30 دىن ئاشىدۇ. ئەگەر مەن ھازىرقىدەك ھەر ھەپتىسى بىردىن ماقالە تەييارلىسام، بىر يىلدا ئاران 54 پارچە ماقالە تەييارلىيالايمەن. ھازىر دۇنيادىكى تەرەققىي قىلغان ئەللەردە ئوقۇپ، ئوقۇشلىرىنى تاماملاپ خىزمەت قىلىۋاتقان، بىرەر كەسپىي ساھەدە بىر مۇتەخەسسىس دەرىجىسىگە كۆتۈرۈلۈپ بولغان قېرىنداشلارنىڭ سانى ئاز ئەمەس. مەن ئاشۇ قېرىنداشلارنىڭمۇ ئۆز ئىمكانىيىتى دائىرىسى ئىچىدە ۋەتەندىكىلەر ئۈچۈن خالىسانە خىزمەت قىلىشىنى تولىمۇ ئارزۇ قىلىمەن. مەن ئالدىنقى بىر پارچە ماقالىدە دوكتور ياسىر قازىنىڭ مۇنۇ سۆزلىرىنى نەقىل قىلغان ئىدىم:

--بىر تال شامنىڭ مەقستى ئۆزىنى كۆيدۈرۈش ئەمەس، بەلكى باشقىلارنىڭ يولىنى يورۇتۇپ بېرىش.
--سىزدىكى بىلىملەرنىڭ مەقستى ئۆزىڭىزنىڭ قورسىقىدا ساقلىنىش ئەمەس، بەلكى باشقىلارغا تارقىلىش.

بولسا سىزنىڭ مەۋجۇتلۇقىڭىزنى ۋەتەندىكىلەر ھېس قىلسۇن. سىزنىڭ مەۋجۇتلۇقىڭىزنى ۋەتەندىكىلەر بىلسۇن. مەن تەييارلاۋاتقان «نەتىجىلىك ئۇيغۇرلار» دېگەن تېما تېخى توختاپ قالمىدى. مەن ئۆزىڭىز خالىغان ھەر قانداق بىر ۋاقىتتا سىزنى ۋە سىزنىڭ قولىغا كەلتۈرگەن نەتىجىلىرىڭىزنى ۋەتەندىكىلەرگە تونۇشتۇرۇپ قويۇشنى ئۆزۈم ئۈچۈن بىر خۇشاللىق ئىش، دەپ بىلىمەن. بولسا ۋەتەندىكىلەرگە خالىسانە خىزمەت قىلىش، بىلىمىڭ زاكىتىنى بېرىش ئىشىدا ھەممىمىز بىللە تىرىشساق. ۋەتەندىن، ئۇيغۇر تىلى مۇھىتىدا ياشايدىغان شارائىتتىن ئايرىلغىلى ئۇزۇن بولغان ھەر قانداق بىر ئادەم ئۈچۈن 1-پارچە ئۇيغۇرچە ماقالىنى تەييارلاش ئىنتايىن قىيىنغا توختايدۇ. ئەمما بۇ ئىش قىلغانسېرى ئاسانلىشىپ ماڭىدۇ. سىز ھازىرغىچە شۇنچە ئۇزۇن سەپەرنى بېسىپ، شۇنچە كۆپ قىيىنچىلىقلار ئۈستىدىن غالىپ كېلىپ، دۇنيادا ئەڭ تەرەققىي قىلغان ئەللەرنىڭ بىرىدە يەرلىك مىللەت كىشىلىرى بىلەن رىقابەتلىشىپ، بۈگۈنكىدەك بىر يۇقىرى دەرىجىلىك كەسپىي ئورۇنغا ئېرىشەلىدىڭىز. سىز ئاشۇنداق قىيىن ئىشنى قىلالىدىڭىز. شۇڭلاشقا سىز چوقۇم ئۆز بىلىمىڭىزنى خەلقىمىزگە يەتكۈزەلەيسىز. بۇ ئىش سىز بۇرۇن قىلىپ باققان ئىشلاردەك قىيىن ئەمەس. ئەمما ئۇ بەدەل تەلەپ قىلىدۇ. ھەقىقەتەنمۇ ۋاقىت جەھەتتە خېلى ئېغىر بەدەللەرنى تەلەپ قىلىدۇ. مېنىڭ ئايالىم داۋاملىق «ھازىر كومپيۇتېر سىزنىڭ 2-خوتۇنىڭىز بولۇپ قالدى» دەپ ماڭا نارازىلىق بىلدۈرىدۇ. ئەمەلىيەتتە مەن ئۈچۈن كومپيۇتېر مېنىڭ «1-خوتۇنۇم» بولۇپ قالىدىغان ۋاقىتلار ئاز ئەمەس. شۇڭا سىزدە بۇ جەھەتتە يېتەرلىك دەرىجىدىكى ئىدىيىۋى تەييارلىق بار بولسۇن. ئويلىنىپ بېقىڭ. ھەممىدە ئەمەلىي ئىش باشلاپ بېقىڭ. ئەگەر مەن بىلەن ھەمكارلىششنى خالىسىڭىز، مەن ئۇنىمۇ قىزغىن قارشى ئالىمەن. ئۇنداق ئەھۋالدا مەن بىلەن «bilim.humar@yahoo.com» ئارقىلىق ئالاقىلەشسىڭىز بولىدۇ. مەن سىزنىڭ تەلىپىڭىزگە ئاساسەن ئۆزۈم يېتىشىپ بولالمىغان تېمىنى سىزگە ئۆتكۈزۈپ بېرىمەن. رەھمەت!

پايدىلىنىش ماتېرىيالى:

[1] Eight Ways to Help the Shy Child
http://www.askdrsears.com/topics/parenting/child-rearing-and-development/8-ways-help-shy-child#

بۇ ماقالىنى ئىنمىز «پىداكار» تەھرىرلىدى.

بۇ ماقالىنى ھېچكىمدىن سورىماي، مەنبەسىنى بەرگەن ئاساستا باشقا ھەر قانداق تورغا چىقارسىڭىز، ياكى ئېلكتابقا ئوخشاش باشقا ھەر قانداق شەكىلدە ئىشلەتسىڭىز بولۇۋېرىدۇ. بۇ ماقالە بارلىق ئۇيغۇرلارغا مەنسۇپ.