

İBTİDAİ TƏHSİLİN AKTUAL PROBLEMLƏRİ
ACTUAL PROBLEMS OF PRIMARY EDUCATION
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

UOT 372.3/4

Sahilə Abdüləzim qızı Orucova

Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universitetinin dosenti,

pedaqogika üzrə fəlsəfə doktoru

<https://orcid.org/0009-0001-3926-480X>

E-mail: sahile.orucova@yahoo.com

[https://doi.org/10.69682/arti.2025.92\(6\).130-134](https://doi.org/10.69682/arti.2025.92(6).130-134)

**KİÇİK YAŞLI MƏKTƏBLİLƏRDƏ YARANAN ZƏRƏRLİ VƏRDIŞLƏR,
ONLARIN FƏSADLARI VƏ ARADAN QALDIRILMASI YOLLARI**

Sahila Abdulazim Orujova

associate professor at the Azerbaijan State Pedagogical University,

doctor of philosophy in pedagogy

**HARMFUL HABITS IN YOUNG SCHOOLCHILDREN, THEIR CONSEQUENCES
AND WAYS TO ELIMINATE THEM**

Сахила Абдулазим гызы Оруджева

доцент Азербайджанского Государственного Педагогического Университета,

доктор философии по педагогике

**ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ У ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА,
ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ И ПУТИ УСТРАНЕНИЯ**

Xülasə. Məktəblilərin heç də hamısı sağlamlığının qayğısına qalmır, müxtəlif zərərli vərdişlərin aludəçisinə çevrilirlər. Zərərli vərdişlərin qarşısının alınmasına ailədən başlanılmalıdır. Ailədə və təhsil müəssisələrində zərərli vərdişlərin fəsadları barədə səhih və dərk ediləcək tərzdə informasiya verilməlidir. Zərərli vərdişlərin aradan qaldırılması üçün görülən işlər müntəzəm, sisteməlik olmalı və kütləvi xarakter daşımalıdır. Müasir informasiya texnologiyalarının imkanlarından yararlanmaqla zərərli vərdişlərin cəmiyyətə və onun üzvlərinə vurduğu zərərlə bağlı sosial maarifləndirmə işlərinin daha da intensivləşdirilməsi, zərərli vərdişlərin məktəblilərə vurduğu mənfi təsirlər haqqında ictimaiyyətin davamlı məlumatlandırılmasına ehtiyac günü-gündən artmaqdadır.

Açar sözlər: məktəbli, zərərli vərdişlər, asılılıq, profilaktik işlər, sağlamlıq, valideynlər.

Abstract. Not all schoolchildren take care of their health and become addicted to various harmful habits. Prevention of bad habits should start from the family. Information about the consequences of harmful habits should be provided in a correct and understandable manner in the family and educational institutions. The work done to eliminate bad habits should be regular, systematic and of a mass nature. The need for further intensification of social awareness work on the harm caused by bad habits to society and its members by taking advantage of the opportunities of modern information technologies, and for continuous informing of the public about the negative effects of bad habits on schoolchildren, is increasing day by day.

Keywords: schoolchildren, bad and harmful habits, addiction, preventive measures, health, parents.

Аннотация. Не все школьники следят за своим здоровьем и пристрастились к различным вредным привычкам. Профилактика вредных привычек должна начинаться с семьи. Информация о последствиях вредных привычек должна предоставляться в корректной и понятной форме в семье и образовательных учреждениях. Работа по искоренению вредных привычек должна носить регулярный, систематический и массовый характер. С каждым днем возрастает необходимость в дальнейшем

усилении просветительской работы о вреде данных привычек для общества и его членов с использованием возможностей современных информационных технологий, в постоянном информировании населения о негативном влиянии вредных привычек на школьников.

Ключевые слова: *школьники, вредные привычки, наркомания, профилактика, здоровье, родители*

İnsan doğularkən zərərli vərdişlərlə dünyaya gəlir. O, heç bir mənfi xüsusiyyətlərin daşıyıcısı olmur. Yaşadığı mühit, aldığı tərbiyə və özünün fəaliyyəti nəticəsində insan daim dəyişib inkişaf edir, həyatı bacarıqlara yiyələnir. Məhz əldə etdiyi təcrübə sayəsində o, yaxşını pisdən ayıra bilir. Yaşam prosesində insanlar başa düşür ki, həyatda heç bir şey əbədi deyil. Odur ki, təbiətdən qənaətlə istifadə edilməli və istifadə edilən resurslar bərpa edilməlidir. Bu deyilənlər sağlamlığa da aiddir, çünki sağlamlıq hər kəsin əsas şəxsi sərvətidir.

Demək olmaz ki, insanlar sağlamlığın əhəmiyyətini dərk etmirlər, ona dəyər vermirlər. Təəssüf ki, insanların çoxu sağlamlığın dəyərini onu ya tamamilə, ya da qismən itirdikdən sonra dərk edir. Yalnız bundan sonra onlarda xəstəliyi müalicə etmək, pis vərdişlərdən qurtulmaq və sağlam olmaq üçün motivasiya yaranır. Buna nail olmaq isə çox çətin, bəzən də mümkünsüz olur.

Zərərli vərdişlərin sayı günü-gündən artır. Nə üçün belə olur? Bunun səbəbləri də çox müxtəlifdir. Ümumiyyətlə, pis vərdiş dedikdə nələr nəzərdə tutulur? İnsan sağlamlığına və yaşam tərzinə mənfi təsir etdiyini bilə-bilə imtina edə bilmədiyi vərdişlər zərərli vərdişlər hesab edilir. Bir hərəkətin vərdiş halına gəlməsi üçün müəyyən zaman lazımdır, vaxtın uzanması geri-yə dönüşü olmayan ağır fəsadlarla nəticələnir.

Hər bir vətəndaş kimi məktəblilərin də sağlamlığını qorumaq və tibbi yardım almaq hüququ vardır. Onlara sağlamlığa təsir göstərən müsbət və mənfi amillər haqqında ailədə müntəzəm və düzgün elmi məlumat verilməli və bu məlumatlar təhsil müəssisələrində və kütləvi informasiya vasitələri ilə fasiləsiz olaraq onlara çatdırılmalıdır. Sağlamlıq dəyərlər iyerarxiyasının ən yüksək pilləsində yer tutan ali dəyərlərdən biri, bəlkə də birincisidir. Sağlamlığı olan məktəblinin cəmiyyətin gələcək həyatında normal fəaliyyət göstərə biləcəyi mütəxəssislər tərəfindən həmişə vurğulanır.

Mütəxəssislər sağlamlığı insanın əmək, sosial və bioloji funksiyalarının dolğunluqla yerinə yetirilməsi, optimal iş qabiliyyəti və ictimai fəallığını təmin edən vəziyyət kimi səciyyələndirirlər.

Həmçinin sağlamlıq fərdin fiziki, emosional, əqli və sosial cəhətdən öz potensialına uyğun fəaliyyət göstərmək qabiliyyətinə malik olması, fiziki və əqli cəhətdən əlilliyinin və ya funksional pozğunluğunun olmaması kimi də təqdim edilir. [1, s. 37].

Tədqiqatçılar sağlamlığı üç növə ayırırlar. Fiziki sağlamlıq insan orqanlarının düzgün çalışması, insanın öz fiziki imkanlarından səmərəli istifadə etmək bacarığına sahib olması kimi dəyərləndirilir. Həmçinin insanın hər hansı bir xəstəliyinin, fiziki imkanlarından istifadə etməsini əngəlləyən, məhdudlaşdıran vəziyyətin olmaması başa düşülür.

Psixi sağlamlıq insanın zehni qabiliyyətlərindən faydalanmaq, stres, narahatlıq və digər bu kimi problemlərlə mübarizə aparmaq bacarığı, həmçinin onun zehni qabiliyyətlərinə təsir edən, stres və narahatlıq ilə mübarizə aparmasına mane olan hər hansı bir pozğunluğun və xəstəliyin olmadığı vəziyyətdir.

Sosial sağlamlıq isə insanın cəmiyyətin digər üzvləri ilə qarşılıqlı-normal münasibət qura bilməsidir. Sağlam həyat tərz - başqalarının sağlamlığına zərər vurmadan öz qayğısına yönəldilmiş fəaliyyətlər kompleksidir. Sağlam həyat tərzini bildiyimiz bir çox sadə qaydalara əməl edilməsini nəzərdə tutur: fiziki fəallıq, gigiyena qaydalarının gözlənilməsi, səmərəli qidalanma, orqanizmin möhkəmləndirilməsi, normal yuxu, əmək və istirahətin düzgün tənzimlənməsi, sinir sisteminin hər növ streslərdən qorunması, zərərli vərdişlərdən çəkinmək və s.

Hazırda ölkəmizdə quruculuq işləri, infrastruktur layihələri və davamlı inkişafın təmin olunması istiqamətində önəmli işlər görülür. Həmin işlərin uğurlu davamını yetişməkdə olan gənc nəsil reallaşdıracaq. Odur ki, onların savadlı, intellektual, geniş elmi dünyagörüşə malik, fiziki və mənəvi cəhətdən sağlam böyümələri son dərəcə vacib bir məsələdir.

Tədqiqatlar bir çox pis vərdişlərin növlərini diqqətə çatdırır. Onların bəzilərinin kökləri qədim zamanlardan gəlib, bəziləri isə müasir dövrün fəsadlarıdır. Pis vərdişlərin siyahısı böyükdür. Daha təhlükəli pis vərdişlərə alkoqo-

lizm, tütündən istifadə, narkomaniya aid edilir. Bununla yanaşı düzgün qidalanmama, oturmaq həyat tərz, telefon, internet, qumar asılılığı, dırnaqların çeynənməsi, burunun eşələnməsi, ictimai yerlərdə barmaqların şaqqıldadılması, düzgün oturmamaq, səs-küylü söhbət, söyüş söymək, yalan danışmaq, ayaqların əsdirilməsi və s. də pis vərdislərə aid edilir.

Sadələndirən bu pis vərdislərin hər biri müxtəlif dərəcədə təhlükəlidir. Zərərli vərdislər tək-cə insanın özü üçün deyil, onu əhatə edən insanlara da narahatçılıq, təhlükə yaradır. Zərərli vərdislərin təhlükəliliyi məktəbli orqanizminə, psixikasına, onun sosial həyat tərzinə və cəmiyyətə vurduğu ziyanla bağlıdır. Pis vərdislər insanın erkən əlliliyinə və qəfil ölümə nəticələnən xəstəliklərin yaranmasına və inkişafına səbəb ola bilər. Həmçinin, pis vərdislər vaxtından əvvəl qocalmağa, təfəkkür pozğunluğuna, motivasiyanın aşağı düşməsinə, normal ünsiyyət qurmağa, sağlam həyat tərzinin pozulmasına, hətta cinayətlərin baş verməsinə belə səbəb ola bilər.

Pis vərdislərin yaranma səbəbləri hansılardır? Bu şəxsə görə dəyişə bilər. Ailə, dostlar çevrəsi, sinif yoldaşları, küçə mühiti də daxil olmaqla ətrafımızda olan insanlar, hadisələr pis vərdislərə güclü təsir göstərə bilər. Zərərli vərdislərin formalaşmasında digər faktorlar da iştirak edə bilər. Məsələn, erkən yaşlarda yaşanmış psixi və fiziki travmalar, yaş və global böhranlar, məyusluq, reallaşmayan istəklər, tənəbbəlik, şəxsi həyatındakı maddi sıxıntılar, yaşadığı cəmiyyətin və tanıdığı insanların ondan üstün olan yaşam səviyyəsi və s.

Zərərli vərdislərdən tamamilə xilas olmaq həddən artıq çətin, lakin, mümkünsüz deyildir. Bunun üçün onun yaranma səbəblərini müəyyənəlmək, fəsadlarını dərk etmək və doğru metodlardan istifadə etmək önəmlidir.

Bu gün bütün dünyada olduğu kimi, ölkəmizdə də məktəblilər arasında zərərli vərdislər əvvəlki dövrlərdən fərqli olaraq daha çox artmışdır. Maraqlıdır ki, baş verən bu artım xüsusilə uşaq və yeniyetmələr arasında özünü daha çox göstərir. Aparılan çox saylı araşdırmalardan məlum olur ki, uşaqların zərərli vərdislərə yiyələnməsinin əsas səbəbini onların ailələrində axtarmaq lazımdır. Daha sonra isə ətraf mühit, həmyaşıdlar dairəsi, müəyyən dərəcədə iqtisadi amillər gəlir. Məhz buna görə də məktəblilər arasında zərərli vərdislərin qarşısının alınmasının

da əsas məsuliyyət ailənin üzərinə düşür. Bu baxımdan da ailələrin təhsil və məlumatlılıq səviyyəsi artırılmalı və ailələrdə olan iqtisadi problemlər mümkün qədər aradan qaldırılmalıdır. Ailə mühitində ehtiyacı olan xoş münasibətləri tapabilməyən məktəbli bu tələbatlarını ödəmək üçün istədiklərini ailədən kənarda axtarmağa başlayır. Kiçik yaşlı məktəblilərin əqli, fiziki və mənəvi baxımdan yetərinə inkişaf edib formalaşmadığını nəzərə alsaq onların hər birinin mənəvi yardımı, qayğıya, sevgiyə və dəstəyə ehtiyacı olduğunu şahidi ola bilərik. Sevgidə yetərsizlik, ailədə xili münasibətlərdə olan çatışmazlıqlar, dağılmış ailə problemləri və ailədəki pis nümunələr və s. problemlər kiçik yaşlı məktəbliləri zərərli vərdislərə sövq edən əsas amillər sırasındadır.

Kiçik yaşlı məktəblilər arasında ən çox rastlanan zərərli vərdislərə aşağıdakıları aid etmək olar: ictimai yerlərdə barmaqlarını gəmir-mək, burnunu eşələmək, ayaqlarını yelləmək, barmaqlarını şaqqılatmaq, yüksək səsle söhbət etmək, kobud söyüşlər söymək, gecikmək, yalan danışmaq, həddən artıq çox yemək, düzgün oturmamaq, televiziya, planşet, telefondan həddən çox istifadə etmək və s.

Dirnaqları çeynəmək kiçik məktəb yaşlı şagirdlər arasında tez-tez rast gəlinən pis vərdislərdəndir. Bu vərdişin yaranma səbəbini şüurlu olaraq stressə qədər üzə çıxaran bir çox nəzəriyyələr vardır. Ən çox yayılmış nəzəriyyələrdən biri, bunun stresslə bağlı olduğunu göstərir. Kiçik yaşlı məktəblilər rahatlamaq üçün, daha yaxşı düşünmək üçün, əsəbi olanda dirnaqlarını ağızlarına alaraq çeynəyirlər.

Qədim zamanlarda bu pis vərdişin qarşısını almaq üçün barmaqların və dirnaqların uclarına qırmızı acı bibər sürtərmişlər. Bu metod o qədər də effektiv bir metod deyildir. Çünki bu cür "dərmanlar" sayəsində ağız qıcıqlana bilər. Müasir dövrdə bu problemi həll etmək üçün xüsusi rəngsiz lakdan istifadə edilir.

Barmaqların şaqqıldadılması da kiçik yaşlı məktəblilər arasında tez-tez rast gəlinən pis vərdislər sırasındadır. Barmaqların şaqqıldadılması yalnız ətrafdakı insanları qıcıqlandırmır, həm də oynaqları zədələyir. Bu vərdiş uşaqlıqdan başlayır. Uşaqlar tez-tez kimin oynaqlarını daha yaxşı və daha yüksək səsle şaqqıllada biləcəyini görmək üçün bir-biri ilə yarışırırlar. Lakin uşaqlıq keçir, pis vərdislər isə qalır. Yalnız iradənin köməyi ilə uşaq bu pis vərdisdən xilas ola bilər.

Son dövrlər istər böyüklər, istərsə də məktəblilər arasında geniş yayılan shopaholizm (Oniomaniya və ya shopaholizm, zərurət və nəticələrə əhəmiyyət vermədən bir şey almaq üçün qarşısını alınmaz bir istək) pis vərdişlər sırasında yer alır. Bu pis vərdiş nəticəsində uşaqlar alış-verişi istirahətə, əyləncəyə çevirirlər. Shopaholizmin ən çox qadınlarda rastlandığı deyilsə də son vaxtlar bu pis vərdiş məktəblilər arasında da çox yayılmışdır. Onunla mübarizə aparmaq üçün valideynlər mağazaya gedərkən uşaqlarla birlikdə zəruri alış-verişlərin siyahısını tərtib etməli və heç bir halda ondan yayınmayacaqlarını bilməlidirlər. Shopaholizmlə mübarizənin digər effektiv yolu bütün qəbzləri saxlamaq və həftənin sonunda xərcləri uşaqlarla birlikdə hesablamaqdır. Kiçik yaşlardan uşaqlara başa salınmalıdır ki, ehtiyac olmayan şeyləri almaq düzgün deyildir. Başqalarını heyran etmək, acıq vermək üçün pul xərcləməyə dəyməz.

Həddindən artıq yemək bu gün məktəblilər arasında sürətlə yayılan pis vərdişlərdəndir. Həddindən artıq yemək sıxıntıya və artıq çəkiyə səbəb olan bir xəstəlikdir. Düzgün qidalardan istifa etməmək və həddindən artıq yemək həm psixoloji, həm də fizioloji amilləri birləşdirən mürəkkəb problemdir. Dietoloqlar bu pis vərdişlə mübarizə aparmaq üçün gündə 4-6 dəfə müntəzəm yemək, yeməkdən əvvəl bir stəkan adi su içməyi, heç vaxt yeməklə su içməyi eyni vaxtda etməməyi, yemək yeyərkən televizora baxmamağı məsləhət görürlər.

İbtidai sinif şagirdlərinin düzgün qidalanma ilə bağlı təsəvvürləri natamamdır. Həddən artıq yemək – piylənmə riskini yüksəkdir və mədədə artan yük mədə-bağırsaq xəstəliklərinə səbəb ola bilər. Düzgün qidalanma sağlamlığın və rifahın qorunmasının əsasıdır. Vitamin və minerallarla zəngin qidaların qəbulu sağlam həyat tərzini keçirməyə və müxtəlif xəstəliklərin qarşısını almağa kömək edir. Düzgün qidalanma həm də orqanların daha yaxşı işləməsinə kömək edir.

Yuxusuzluq "zərərsiz" bir vərdiş kimi görünsə də əslində uşağın fəallığını, hərəkətliliyini əlindən alan, həyatı qısaldan pis vərdişlərdən biridir. Daim dəyişən, inkişaf edən, əyləncələrlə dolu həyat tərzini, müasir texnologiyalardan səmərəsiz istifadə uşaqların az yatmasına səbəb olur. Yuxu həyatı bir ehtiyac olsa da, onun azalması və ya yetərinə olmaması çox ciddi fəsadlara səbəb ola bilər. Bütün bunların qarşısının alınması üçün məktəbli vaxtında və yetəri qədər yatmalıdır.

Kiçik yaşlı məktəblilərin onurğa sütununu dik saxlayaraq düzgün oturması ən gözəl vərdişlərdən biridir. Uşaqlar duruşun sağlamlıq üçün o qədər də vacib olmadığına inanır. Lakin onlar unudur ki, duruşumuz yalnız sağlamlığın açarı deyil, həm də gözəllikdir. Onlar bilməlidir ki, bədəndəki ciddi problemlər onurğada yaranan bir pozuntu ilə başlayır. Uşaqlıqdan düzgün duruşun öyrədilməsi onurğa sütunu pozğunluqlarının qarşısını almaq üçün əsas profilaktik tədbirdir. Kiçik yaşlı məktəblilər parta arxasında əyləmiş vəziyyətdə oturur və ya uzanaraq ev tapşırığı edirlər. Bu, bədənin yorğunluğuna, hipertoniya, qastrit, mədə xorası, piylənmə və skolyoz kimi ən çox görünən xəstəliklərə səbəb olur.

"Söyüş" vərdişini uşaq birinci sinfə getməzdən çox əvvəl öyrənir və bunun nalayiq olduğunu anlayana qədər söyüş söyməyə davam edir. Yeniyetməlik dövründə isə uşaq özünü yetkin və müstəqil göstərmək üçün tez-tez söyüş söyür. Vəziyyəti düzəltmək üçün ata-ana və doğmaların üzərinə böyük məsuliyyət düşür. Onlar çalışmalıdır ki, söyüş və kobud sözlərdən istifadə etməsinlər. Uşaq hər dəfə söyüş və kobud sözlərdən istifadə edərsə ona izah edilməlidir ki, bu nəzakətsizlikdir.

Televiziya asılılığı. Televiziya real dünyadan xəyallar aləminə qaçmağın ən geniş yayılmış yoludur. İndi hər bir evdə televizor var. İnternet bağlantısı olmayan evlərdə uşaqlar daha çox televiziya verlişlərinə baxır. Statistika görə, orta hesabla hər bir insan gündə təxminən 3 saat televizor qarşısında vaxt keçirir. Bu, onların boş vaxtının təxminən yarısı və ömürdən atılan 9 il deməkdir. Televiziya və kompüter aludəçiliyi uşaqların görmə qabiliyyətini zəiflədir, onurğa sütununu əyir, anemiya (qanın oksigen daşıma qabiliyyətinin azalması), həzm və artıq çəki problemi yaradır. Onların tez-tez başları ağrıyır, yorğunluq nəticəsində dərstdən yayınır və zəif akademik performans nümayiş etdirirlər. Bu vəziyyətdən həyat tərzində dəyişiklik, idmanla məşğul olmaq, valideyn və həmyaşıdlarla təmiz havada müntəzəm gəzintilər, birgə aktiv istirahət çıxış yolu ola bilər.

İnternet asılılığı. Müasir dövrdə insanlar, o cümlədən kiçik yaşlı məktəblilər arasında ən çox rast gəlinən neqativ hallardan biridir. İnternet asılılığı psixi pozğunluqdur, internetdən vaxtında imtina edə bilməməkdir. Mütəxəssislərin fikrincə, həddindən artıq internetə bağlanmaq

depressiyaya gətirib çıxarır. İnternetdə çox vaxt keçirən uşaqlar dərslərinə foksana bilmir, pis əhval-ruhiyyəyə meylli, aqressiv olur və daha tez-tez özlərini bədbəxt hiss edirlər.

Həyatımızı telefon, kompüter və internet-siz təsəvvür etmək bu gün mümkünsüz görünür. İndi hamımız ünsiyyəti daha çox telefonla qurur, sosial şəbəkələrdəki nəşrlərə baxır, internetdən xəbərləri öyrənirik. Əgər əvvəllər uşaqlıq həyatdakı oyunlarla bağlı idisə, indi kompüter aludəliyi geniş vüsət alır.

Qadjetlərin (əldə gəzdirilə bilən orijinal, qeyri-standart texniki qurğular) uşaqlara mənfi təsirini araşdıran alimlərin fikrincə uşaq və yeniyetmələrin sağlamlığına ən çox zərər verən smartfonlar, noutbuklar və planşetlərdir. Ekran qarşısında çox vaxt keçirən uşaqlarda yuxu pozğunluğuna tez-tez rast gəlinir. Buna təkcə ekranlı qurğulardan istifadə zamanı deyil, hətta yataq otağında həmin qurğuların olması da kifayətdir. Məktəbli yatmadan əvvəl zorakılıq elementləri ilə müşayiət olunan səhnələrə baxarsa bu onda narahatçılıq və yuxusuzluq problemi yarada bilər. Mütəxəssislərin rəyinə görə yatmadan bir saat əvvəl uşağa mobil telefonlardan istifadə qadağan edilməli, otaqdakı bütün elektron qurğular söndürülməli, uşaq yatan otaqda heç bir qadjet saxlanılmamalıdır. Gadget asılılığının üç növü var: oyun, onlayn sörfinq və internet asılılığı. İnternetdən istifadə çox faydalıdır. Ancaq kiçik yaşlı məktəblinin sadəcə ekran qurğuları qarşısında səmərəsiz vaxt keçirməsi zərərli vərdişlərdəndir.

Məktəblilərin siqaret çəkmək, spirtli və energetik içkilər, narkotik qəbul etmək vərdişi valideynlər üçün ən qorxulu və narahat edən pis vərdişlərdəndir. Bunlar kiçik yaşlı məktəblilər arasında geniş yayılmamışdır. Lakin qloballaşan dünyada bu, məktəblilər arasında da geniş yayılır və uşaqlar tez-tez məktəbəqədər və kiçik məktəb yaş dövrlərindən bu pis vərdişlərə cəlb olunurlar.

Bəzən sadəcə bir maraq, “hər şeyi sınamaq” istəyi sonda faciəli nəticələrə gətirib çıxarır.

Uşaqlarda pis vərdişlərin yaranması səbəblərindən biri, bəlkə də birincisi valideynlər, qohumlar, dostlar tərəfindən uşağa diqqətin yə-təri qədər ayrılmasındır. Başqa səbəblər də ola bilər: uşağın başqalarının diqqətini özünə cəlb etmək istəyi; psixoloji və ya fiziki problemlər; darıxmaqdan qurtulmaq və ya sakitləşmək üçün; uşağın xarakter xüsusiyyətləri və uşaqlıqda ona göstərilən düzgün olmayan tərbiyə üsulları; bö-yüklərin yanlış nümunəsi və s.

Əgər uşağa artıq pis vərdiş formalaşıbsa və bu, davamlı xarakter alıbsa, o zaman valideynlər bilməlidir ki, onlar uşaqla deyil, pis vərdişlərlə mübarizə aparmalıdırlar. Bu isə mütə-xəssis, valideyn və uşağın özünün istək və əmə-yi ilə mümkündür.

Uşaqlar pis vərdişlərin mahiyyətini başa düşürlər, lakin həmişə onların təhlükəsini görmürlər. Zərərli vərdişlərin qarşısını almağın ən mühüm yolu uşağa etibarlı münasibətdir. Bu, məktəbliyə lazım olduqda kömək üçün valideynlərinə müraciət etməyə imkan verir. Valideynlər yeniyetmənin həmyaşıdları arasında davranışından xəbərdar olmaq üçün müəllimlərlə əlaqə saxlamalıdırlar. Onlar övladlarının problemlərini dəstəkləməyə, həll və kömək etməyə borcludurlar. Sonda bu qənaətə gələ bilə-rik ki, əgər uşağın həyatda əldə etdiyi təcrübə düzgün qaynaqlara əsaslanarsa, onun gələcək həyatı sığortalananmış olacaq.

Problemə aktuallığı. Kiçik yaşlı məktəblilərin fiziki və mənəvi cəhətdən sağlam böyümələri hər zaman olduğu kimi bu gün də öz aktuallığını qoruyur.

Problemə yeniliyi. Kiçik yaşlı məktəblilər arasında rastlanılan zərərli vərdişlər, onları yaradan səbəblər və onların aradan qaldırılması yolları diqqətə çatdırılır.

Problemə praktik əhəmiyyəti. Məqalə kiçik yaşlı məktəblilərin tərbiyəsi ilə məşğul olan valideyn və müəllimlər üçün faydalı ola bilər.

Ədəbiyyat

1. Tunçer P. Sağlamlıq. Temel bilgiler. 8-ci baskı. – Ankara: Adalet yayınevi, 2024. – 292 s.
2. Tağıyeva S. Uşaqlarımızı pis vərdişlərdən necə qoruyaq // Samirə Tağıyeva. İki sahil.- 07.IX.2021
3. Еременко Н.И.- Профилактика вредных привычек / Н.И. Еременко -М.: Панорама, 2012 -148 с.
4. Шилова М.А. Профилактика алкогольной и наркотической зависимости у подростков в школе / М.А. Шилова. – М.: Айрес – Пресс, 2012 – 296 с.

Redaksiyaya daxil olub: 16.10.2025