Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti Musiqi elmi, mədəniyyəti və təhsilinin aktual problemləri №1, 2019, **s. 144-147**
Азербайджанский Государственный Педагогический Университет Актуальные проблемы музыкальной науки, культуры и образования №1, 2019, **c. 144-147**
Azerbaijan State Pedagogical University Actual problems of the science, culture and education of music №1, 2019, **pp. 144-147**

UOT 378.147

H.E.İsgəndərzadə
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti, magistrant
AZ 1000, Bakı ş., Üzeyir Hacıbəyli küçəsi, 68
E-mail: anjeli.srk@gmail.com

AİLƏDƏ UŞAQLAR ÜÇÜN SAĞLAM MÜHİTİN YARADILMASI

Açar sözlər: *ailə; uşaqlar; sağlamlıq; neqativ təsirlər; mühit*

Ailədə uşaqların sağlam böyüdülməsi valideynlərin üzərinə düşən ən mühüm, ən məsuliyyətli vəzifələrdən biridir. Uşaqların həm mənəvi, həm də fiziki sağlamlığına valideynlər ciddi yanaşmalı, buna mənfi təsir göstərən amillərin aradan qaldırılmasına məsuliyyətli münasibət göstərməlidirlər. Baş vermiş neqativ halların isə tez bir zamanda aradan qaldırılmasına nail olmalıdırlar. Məqalədə bu istiqamətdə əsas yer tutan məsələlərdən biri haqqında – ailədə sağlam mühitin yaradılmasından, ona necə nail olunmasından danışılır.

Х.Е.Искандарзаде

СОЗДАНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ ЗДОРОВОЙ СРЕДЫ

Ключевые слова: *семья; дети; здоровья; негативное влияние; среда*

Здоровое воспитание в семье – одна из важнейших обязанностей родителей. Родители должны серьезно относиться к моральному и физическому благополучию своих детей и нести ответственность за устранение негативных факторов, которые их затрагивают. Они должны быть в состоянии устранить негативные последствия как можно скорее. В статье рассматривается один из ключевых вопросов в этой области – как создать здоровую семейную среду и как этого добиться.

H.E.Isgenderzade

CREATING A HEALTHY ENVIRONMENT FOR CHILDREN IN THE FAMILY

Key words: *family; children; health; adverse effects; environment*

Raising children well within the family is one of the most important responsibilities that parents have. Parents should take seriously the moral and physical well-being of their children, with a responsible attitude to address the negative factors that affect them. In the event of negative consequences, they

should be promptly eliminated. The article discusses one of the key issues in this area-how to create a healthy family environment and how to achieve it.

Ailə cəmiyyətin özəyini təşkil etməklə təkcə uşaqları dünyaya gətirmək və onları tərbiyə etmək funksiyasını yerinə yetirmir. Ailənin bir çox funksiyaları və vəzifələri içərisində uşaqların sağlam böyüdülməsi vəzifəsi olduqca mühüm əhəmiyyət kəsb edir. "Məktəbəqədər təhsil haqqında Azərbaycan Respublikasının Qanunu"nda uşaqlarda formalaşdırılması vacib olan keyfiyyətlər sırsında "sağlamlığın qorunması istiqamətində gigiyenik tələblərə riayət etmək"(1). məsələsinin qoyulması da bu zərurətdən irəli gəlir.

Sağlam uşaq - sağlam nəsil, sağlam cəmiyyət deməkdir. Gələcək cəmiyyətin sağlam ruhlu, sağlam bədənli gənclərdən ibarət olması deməkdir. Buna görə də ailədə uşaqların sağlam böyüdülməsi olduqca mühüm əhəmiyyətə malikdir.

"Sağlamlıq – xəstəlik və inkişaf deffektlərinin olmaması, eləcə də tam fiziki, mənəvi və sosial əmin-amanlıq durumudur." Buna görə də sağlamlıq dedikdə təkcə bədənin sağlamlığı nəzərdə tutulmamalıdır. Burada insanların, o cümlədən uşaqların həm də mənəvi və sosial cəhətdən sağlamlığı nəzərdə tutulur ki, bunun da əsas ağırlığı ailənin üzərinə düşür.

Müasir dövrün tələblərindən yanaşdıqda insanların sağlamlığı onların bədən, yəni cismani, psixoloji, sosial, intellektual, mənəvi və ruhunun sağlam olması, onların birliyi nəticəsində sağlam dünyagörüşlü, sağlam əqidəli, sağlam ruhlu gənclərin yetişdirilməsi, böyüdülməsidir.

Ailə uşaqların ilk tərbiyəçisi, ilk təhsili, həyata ilk addım atdığı yer, məkan, eyni zamanda ilk qorunduğu, himayə edildiyi, həyata hazırlandığı mühitdir. Burada alınan təhsil, tərbiyə, böyüdüyü mühit, şərait, hətta ona edilən təsirlər də uşağın gələcək inkişafında böyük rol oynayır. Əlbəttə sağlam böyütmə valideynlərin həm üzərlərinə düşən vəzifə, həm də onların marağında olduqları birinci dərəcəli iş kimi diqqəti cəlb edir.

İnsanın sağlamlığının qorunması ailədə də, cəmiyyətdə də həmişə diqqət yetirilən problemlərdən olmuşdur. Bu, həm şəxsi məsələ, həm də sosial məsələ olmuş və olur. Eyni zamanda dəyərdir və dəyər kimi hamı tərəfindən qorunmalıdır.

Lakin elm və texnika inkişaf etdikcə, insanların maddi - texniki səviyyələrinin, rifah halının yüksəldilməsi özü ilə bərabər, insan sağlamlığına mənfi təsir göstərən amillərin də çoxluğuna artmasına və inkişaf etməsinə səbəb olmuşdur və olmaqdadır. Qlobal istiləşmə, kosmosa raketlərin buraxılması, kosmosda stansiyaların yerləşdirilməsi, müasir silahların sınaqdan keçirilməsi, müharibələr, ağacların, yaşıllıqların məhv edilməsi, atom elektrik stansiyalarının çoxluğu, avtomobillərin günü-gündən artması, əkinçilikdə, maldarlıqda kimyəvi maddələrdən həddən çox istifadə edilməsi, süni ərzaqların yaradılması, ətraf mühitin, havanın, suyun çirkləndirilməsi və s. ekoloji tarazlığın pozulmasına və insanların sağlam həyat tərzinə əks olan digər bir sıra məsələlər bu sahədə

təxirəsalınmaz vəzifələrin həyata keçirilməsini zəruri etmişdir.

Elmi-texniki tərəqqinin yüksəlməsi bir tərəfdən insanların həyat şəraitinin yüksəlməsinə səbəb olursa, digər tərəfdən insanların sağlamlığına da təsirsiz ötüşmür. Belə ki, təbii mühitin getdikcə öz təbii xassəsini itirməsi, ətraf mühitin çirkləndirilməsi insan sağlamlığına mənfi təsir göstərməklə müxtəlif xəstəliklərin də törəməsinə və yayılmasına münbit şərait yaradır. Buna görə də insan sağlamlığının qorunması müasir dövrdə bəşəriyyəti narahat edən problemlərdən birinə çevrilmişdir.

Lakin insan sağlamlığına təsir göstərən neqativ amillər bunlarla məhdudlaşmır. Bu prosesdə sosial - psixoloji amillər təbii amillərdən heç də az yer tutmur. Sağlam qidalanmama, siqaretdən, alkoqollu içkilərdən istifadə etmə, son dövrlər əsrin bəlasına çevrilən narkotik vasitələrdən istifadə, ailədaxili münaqişələr, bəzi ailələrdə və məktəblərdə uşaqlara nəzarətin zəif olması, uşaqlar arasında qeyri-sağlam həyat tərzinə meyllilik və s. kimi hallar uşaqların sağlam həyat tərzi keçirmələrinə mane olmaqla onların həm cismani, həm də mənəvi sağlamlıqlarına böyük zərbə vurur. Buların olmaması və aradan qaldırılması üçün profilaktik və tərbiyəvi işlərin gücləndirilməsi olduqca vacibdir. Bu prosesdə ailənin rolu və funksiyası böyük və təsirlidir.

Ailə uşaqların sağlam həyat tərzinin formalaşmasında elə bir imkana və təsir gücünə malikdir ki, onu heç bir yerlə, məkanla müqayisə etmək olmaz. Ailədə yaradıla bilən şərait uşaqları neqativ amillərdən qorumaqla yanaşı, onlarda müsbət adət və vərdişlərin yaradılmasında da əvəzsiz imkanlara və rola malikdir. Görkəmli əxlaq nəzəriyyəçisi Nəsrəddin Tusi "Əxlaqi-Nasiri" əsərində yazırdı: " Tərbiyənin birinci şərti budur ki, uşağı onun təbiətini korlaya biləcək adamlarla və şeylərlə oturub-durmağa və oynamağa qoymayasan, çünki uşaq nəfsi sadə olar, ətrafdakıların xasiyyətini tez götürər.

Uşağa mehribanlıq və məhəbbət doğuran kəramətlərlə tərbiyə etmək lazımdır, xüsusilə ağıla, şüura, idraka təsir edən başa salmaq yolu ilə; pul vermək, şirnikdirmək, əsil-nəsəbə aid olan şeylərlə yox" (2, 157).

Ailədə uşaqların sağlam böyüdülməsi, bunun üçün sağlam bir mühitin yaradılması olduqca böyük şərtdir. Elə bir mühit ki, orada uşaqların sağlam böyüməsinə təsir edə biləcək hər hansı bir neqativ hala, təsirə yer qalmasın. Əgər belə hallar baş verərsə də onların aradan qaldırılması yolları valideynlərə məlum olsun. Bunun üçün valideynlərin ilk növbədə nəzəri biliklərə malik olması, yəni onun mahiyyətininin nələrdən ibarət olduğunu bilmək, dərk etmək, bunun üçün nələrə daha çox diqqət etmək məsələlərinin nəzəri əsaslarını mənimsəmək, sonra isə praktik fəaliyyətin nələrdən ibarət və necə aparılmalı olduğu haqqında bacarıqlara malik olmaları mühümdür.

Ailədə uşaqlar üçün sağlam mühitin yaradılması ailə tərbiyəsinin ən mühüm şərtlərindən biridir. Uşaq dünyaya göz açdıqda, ətraf aləmi dərk etməyə başladıqda onun əhatəsində olan mühitin necəliyi onların inkişafı və formalaşması üçün

olduqca əhəmiyyətli amildir. Mühit - istər təbii olsun, istərsə də sosial, nə qədər əlverişlidirsə, normal və müsbətdirsə uşaq şəxsiyyətinin inkişafına və formalaşmasına da bir o qədər yaxşı təsir edəcəkdir. Qədim Yunan mütəfəkkiri, dahi riyaziyyatçı Pifaqordan soruşurlar: - "Oğlum olsa necə tərbiyə edim?" – "Ədalətli ölkədə doğulsa bəsdir" – deyə böyük alim cavab verir. Bu hikmətli cavab onu göstərir ki, mühit insanın tərbiyəsi üçün ən önəmli amillərdən biri, bəlkə də birincisidir. Görkəmli Ərəb mütəfəkkiri Əbu Nəsir isə qeyd edir ki, insanlar dünyaya gələndə bərabər olurlar. Lakin ətraf mühitin, tərbiyənin təsirilə bəziləri mərdüməzarlıq edir, bəziləri isə xeyirxahlıq yolu ilə gedirlər. Aydındır ki, belə bir mühit ilk növbədə ailədə, yəni uşaqların ilk dəfə göz açdıqları məkanda yaradılmalı və olmalıdır. Bəs bu mühit nələrdən ibarət olmalı və necə olmalıdır? Bunları aşağıdakı kimi sistemləşdirmək olar:

1. Ailə üzvləri arasında mehriban münasibətin olması.
2. Ailədə böyük-kiçik münasibətlərinin düzgün qurulması.
3. Ailə üzvlərinin sağlam həyat tərzi keçirmələri.
4. Ata və ananın tələbləri arasında vahidliyin gözlənilməsi.
5. Uşaqlara humanist və qayğıkeş münasibətin olması.
6. Uşaqlarla səmimi rəftar edilməsi.
7. Ailədə müəyyən qayda-qanunun olması, ədəb-ərkan qaydalarının gözlənilməsi.
8. Ailədə asudə vaxtın düzgün təşkili, uşaqların təlim və tərbiyəsinə vaxtın ayrılması.
9. Uşaqların tərbiyəsində hörmət və tələbkarlıq prinsipinə ciddi əməl edilməsi və s.

Ailədə uşaqların sağlam böyüməsi və bir sıra neqativ təsirlərin altına düşməməsi üçün bu istiqamətlərdə fəaliyyətin qurulmasını vacib hesab etmək olar.

ƏDƏBİYYAT

1. Məktəbəqədər təhsil haqqında Azərbaycan Respublikasının Qanunu. Bakı, 2018.
2. Nəsrəddin Tusi. "Əxlaqi-Nasiri". Bakı: Elm nəşriyyatı, 1980.
3. Məmmədova Q., Xəlilov M. Ekologiya,ətraf və insan. Bakı, 2006.
4. Mustafayev Q.T. Ekologiya. Bakı, 2001.
5. Cəfərova L. Uşaqların ictimai həyat hadisələri ilə tanış edilməsi üzrə işin sistemi. Bakı, 2006.
6. Abbasov A. Ailə tərbiyəsi. Bakı, 2010.

Məqalənin redaksiyaya daxil olma tarixi: 15.11.2019
Məqalənin təkrar işlənməyə göndərilmə tarixi: 18.11.2019
Məqalənin çapa qəbul olunma tarixi: 29.12.2019
Məqaləni çapa tövsiyə edən sahə redaktorunun (və ya üzvünün) adı:
pedaqogika üzrə elmlər doktoru, professor Museib İlyasov
ADPU-nun Elmi Şurasının 15 aprel 2016-cı il tarixli 15 saylı qərarı ilə çap olunur.