

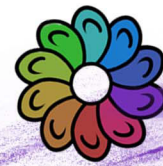
КЫЗЫГУУЧУЛУК

СУПЕР ЖӨНДӨМДӨР

Кызыгуучулук
деген эмне?

Кызыгуучулук үйрөнүүгө жана мотивацияга түрткү берет, эмпатияны өрчүтөт жана критикалык ой жүгүртүүгө, чечим кабыл алууга

жана мамиле жасоо жөндөмдөрүнө жардам берет жана жашоодон канааттануу менен ден соолуктун ачкычы болуп саналат.



Кызыккан балдар көйгөйдү жакшы чечишет.

Кызыгуучулук – балдардын эрте өнүгүүсү жана жакшы болушу үчүн абдан маанилүү. Кызыккан адамдар жакшыраак жана тезирээк үйрөнүшөт жана өмүр бою окууда жана жумушта жакшы жетишкендиктерге ээ болушат. Кызыгуучулук – эс тутумун жана мээнин өнүгүүсүн да жакшыртат.

Кызыккан адамдар социалдык мамилелерди жакшыртып, эмпатияны жакшыраак билдиришет. Кызыгуучулук – жеке өсүштүн, критикалык ой жүгүртүүнүн, натыйжалуу чечим кабыл алуунун жана бактылуулуктун, анын ичинде социалдык жана үй-бүлөлүк жашоонун ачкычы болуп саналат.

Кызыгуучулук коомдун илимий жана экономикалык өнүгүүсүнө түрткү берет. Билимге суусабаган дүйнө өнүкпөгөн жана үмүтсүз дүйнө болмок.

Жаңы нерселерди үйрөнүү мээнин сыйлыкты күтүү менен байланышкан бөлүктөрүн активдештирет, бул ички мотивация кызыгууну жаратат деген ойдо.

Сен билет белең?

Балдар табиятынан эле кызыгуу менен төрөлүшөт жана алардын кызыгуусун өрчүтүү үчүн позитивдүү жана колдоочу социалдык мамилелерге жана мүмкүнчүлүктөргө муктаж.

“Кызыгуучулук – бул социалдык жана эмоционалдык окуунун (SEL) маанилүү бөлүгү”.

**Listen
FIRST**

Бактылуу, дени сак үй-бүлөлөрдү колдоо боюнча БУУнун БКБ демилги

Жөндөмдөр илими

www.unodc.org/listenfirst



Эмне үчүн кызыгуучулук маанилүү

Жөндөмдөр илими

БУУнун БКБ “Биринчи ук” материалдары өз коомчулугунда бактылуу, ийгиликтүү инсан болуп өсө турган балдардын өнүгүшүн колдойт. Социалдык жана эмоционалдык окууну жана жашоо көндүмдөрүн өнүктүргөн балдар жашоонун жакшы күндөрүн жана кыйынчылыктарын жеңе алышат. Алар ошондой эле натыйжалуу жана далилдүү баңгизаттарды колдонууну алдын алуу мамилесинин бир бөлүгү болуп саналат.

ӨЗҮН-ӨЗҮ БАШКАРУУ

Эмоцияларды башкара билүү. Аткаруудан мурун ойлоносуңбу? Максаттарды жана пландарды коюп, ага жетесиңби? Сен ачууну аныктай аласыңбы?

ЖООПКЕРЧИЛИК МЕНЕН ЧЕЧИМ КАБЫЛ АЛУУ

Жашооң жана башкалар жөнүндө чечим кабыл алуу жөндөмү. Сенин чечимдериң башкаларга оң таасирин тийгизеби? Сен приоритеттерди белгилөө үчүн критикалык ой жүгүртүү жөндөмүн колдоносуңбу?

СТРЕССИ БАШКАРУУ

Стресстик кырдаалда жашооң өзгөртүүлөрдү киргизе алуу. Өзүңө кам көрүү жана эс алуу менен стресстин алдын аласыңбы? Стресстик жагдайлар пайда болгондо аларга жооп кайтара аласыңбы?

ӨЗҮН-ӨЗҮ АҢДАП БИЛҮҮ

Эмоцияны жана жүрүм-турумун таануу. Сен эмоцияларыңды билесиңби? Алар сенин жүрүм-турумуңа кандай таасир этет?

Супер жөндөмдөрүңдү өстүр жана өнүктүр!

МАМИЛЕ ЖӨНДӨМДӨРҮ

Айрыкча ар түрдүү топтор менен позитивдүү мамилелерди куруу жөндөмдүүлүгү. Сен активдүү угуу жана чыр-чатакты чечүү сыяктуу коммуникациялык көндүмдөрдү колдоносуңбу? Сен эмпатияны тажрыйбада колдоносуңбу?



Бул Франциянын жана Япониянын элдеринин берешен колдоосунун аркасында мумкун болду