



## ПАМЯТКА

### «Причины социальной тревожности» (для родителей и педагогов)

#### НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ.

У членов семьи может быть социальная тревога или общая повышенная тревожность, которая передается следующему поколению. Это связывают с генетикой, либо с копированием поведения.



#### ТЕМПЕРАМЕНТ.

Чувствительные, эмоциональные, ранимые личности более склонны к социальной фобии. Это обосновано строением нервной системы.



#### ВОСПИТАНИЕ.

Чрезмерная забота (гиперопека) – одна из весомых причин для провоцирования к склонности иметь социальную фобию.

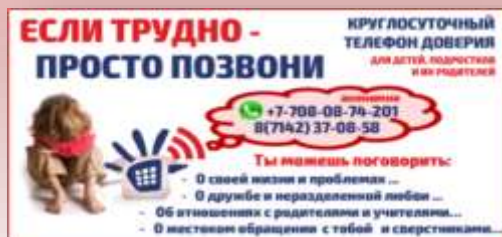
#### НЕГАТИВНЫЙ ОПЫТ.

Семейные конфликты, запугивание, унижение и/или отвержение со стороны сверстников, оконфузиться на публике («провалить» рассказ доклада/презентации).



#### ФИЗИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ.

Заикание, внешние дефекты внешности (шрамы, «заячья губа»), детский церебральный паралич (ДЦП), ограниченные физические возможности.





## ЖАДЫНАМА

### "Әлеуметтік мазасыздықтың себептері" (ата-аналар мен мұғалімдер үшін)

#### ТҰҚЫМ ҚУАЛАУШЫЛЫҚ.

Отбасы мүшелерінде әлеуметтік мазасыздық немесе келесі ұрпаққа берілетін жалпы мазасыздық болуы мүмкін. Бұл генетикамен немесе мінез-құлықты көшірумен байланысты.



#### ТЕМПЕРАМЕНТ.

Сезімтал, эмоционалды, осал адамдар әлеуметтік фобияға бейім. Бұл жүйке жүйесінің құрылымына негізделген.

#### ТӘРБИЕ.

Шамадан тыс қамқорлық (гипер – қамқорлық) - бұл әлеуметтік фобияға бейімділікті тудырудың маңызды себептерінің бірі.

#### ТЕРІС ТӘЖІРИБЕ.

Отбасылық қақтығыстар, қорқыту, қорлау және/немесе құрдастарынан бас тарту, көпшілік алдында көңіл бөлу (баяндама/презентация әңгімесін "сәтсіздікке ұшырату").



#### ФИЗИКАЛЫҚ СЕБЕПТЕР.

Кекештену, сыртқы келбеттің ақаулары (тыртықтар, "еріннің жарылуы"), церебральды сал ауруы, физикалық мүмкіндіктері шектеулі.

**ЕГЕР ҚИЫН БОЛСА**  
**ҚОҢЫРАУ ШАЛ**

тәулік бойы  
СЕНІМ ТЕЛЕФОНЫ

Жазақбайұлы мен  
Кенжетайұлы аға-аналарымыз  
мен бізге

+7-708-08-74-201  
37-08-58

Сен - Біз өмірің мен проблемаларың туралы  
- Достық пен ашықтанған махаббат туралы  
- Сенімен және құрдастарыңмен қатал қарым-қатынас туралы  
- Ата-аналармен және мұғалімдермен қарым-қатынас туралы  
сөйлесе аласың