

ҒТФХР 06.81.23

Ләззат Бодикова
«Астана дарыны» Дарындылықты дамыту
және психологиялық сүйемелдеу орталығы
Нұр-Сұлтан, Қазақстан
E-mail: Lyana_66@mail.ru

Жасөспірімдердің суициалды мінез-құлқын алдын алудың психологиялық педагогикалық шарттары

Аңдатпа: Мақалада балалар мен жасөспірімдердің суицидтік мінез-құлқының себептерін зерттеу барысында жасөспірімдердің суицидтік мінез-құлқының негізгі факторлары анықталып, талданды. Жасөспірімдер арасындағы суицидтік белсенділіктің алдын алу, диагностикалық, түзету, психопрофилактикалық жұмыстарды жүргізу, адам өмірін сақтау — психологтардың басты міндеті.

Түйін сөздер: психологиялық-педагогикалық жағдайлар, суицидтік мінез-құлық, психопрофилактика, отбасылық құндылықтар, өмірлік ұстанымдар, психологиялық талдау.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2220-685X-2022-64-1-35-42>

Жасөспірімдердің өзекті мәселелерін зерттеген сайын психолог мамандардың алдында үлкен міндеттердің белгіленгенін байқаймыз.

ҚР Денсаулық сақтау мен Білім және ғылым министрліктері және БҰҰ Балаларды қорғау ұйымының тарапынан жасөспірімдердің суициалды мінез -құлқын алдын

алуға мүмкіндік беретін жүйені ойлап тауып, еліміздің барлық өңіріне енгізу қолға алынды. Мәселені шешу үшін қазірден бастап жасөспірімдердің өмірлік дағдыларын дамыта отырып, олардың рухани болмысына жаңа серпін беруіміз керек. Осындай өзекті мәселелерді шешкенде ғана біз жастарды рухани жағынан дамыта отырып, болашаққа деген сенімдерін арттырамыз.

Жасөспірімдердің арасындағы суицидтік мінез-құлықтың себептерін анықтау бойынша деректерді талдауда кәмелетке толмағандардың мінез-құлқына әсер ететін басым фактор отбасы және жақын орта болып табылатынын көрсетті. Өз-өзіне қол жұмсау әрекеті пандемия жағдайында жасөспірімдердің қызығушылық үйірмелеріне бара алмауынан, құрдастарымен сөйлесе алмауынан, қалыпты өмір салтын жүргізе алмауынан және т.б., экономикалық дағдарысқа байланысты ата-аналардың қарқынды психоэмоционалды жағдайының артуын болып жатқан жағдаяттардан бақылауға болады. Өз өмірін қиюға бағытталған саналы, ерікті түрдегі әрекет қазіргі таңда бүкіл жаһандық қоғамдық мәселеге айналып отыр.

Жасөспірімдердің суициалды мінез-құлқын алдын алуды көп уақыттан бері зерттеп жүрген психолог маман ретінде қоғамда таратылатын ақпараттық материалдар, мамандарды оқытатын құралдар, үйлестірушілік, әдістемелік, сарапшылық көмек беретін жаңа технологиялар қажет екенін айтар едім. Жалпы психикалық саулық мәселесіне қоғам жеткілікті түрде мән бермейтіндігінен, бұл тақырып тіпті талқыландырмай жабулы қала беретіні анық.

Себептерді зерттеу барысында талдау жүргізіліп, нәтижесінде жасөспірімдердің суицидтік мінез-құлқының негізгі факторлары: ата-аналардың назарының болмауы, баланы отбасында тәрбиелеудің авторитарлық стилі, отбасында эмоционалды байланыстың болмауы (қолдау және түсіну), жасөспірімдердің психоэмоционалды жағдайының эмоционалды тұрақсыздығы мен импульсивтілігі, күйзелісті еңсеруді білмеуі, жасөспірімдердің психикалық денсаулығының бұзылуы

(мазасыздық, депрессия), жас ерекшеліктері (11 жастан 18 жасқа дейінгі өмірдің жыныстық дағдарыс кезеңі) анықталды.

Деструктивті әрекеттерді жасайтын балалар негізінен қолайсыз психологиялық климаты бар отбасыларда болатыны дәлелденген. Ата - аналар тарапынан балаларға жеткілікті көңіл бөлінбегенде, ата-аналар арасындағы жиі қақтығыстар болғанда, балалар мен ата-аналардың қарым-қатынасындағы кедергілерде, балаға өз жасынан жоғары талаптар қойылғанда және т.б. отбасының негізгі рөлі бұзылғанда болады.

Білімді және кәсіптік дағдыны аз уақытта қалыптастыратын жаңа технологияларды зерттеп, қазіргі күні Нұр-Сұлтан қаласында «Bilim Foudation» қауымдастық қоры қолдауымен әлеуметтік жобалар іске асырылып, білім ұйымдарының педагог-психологтері тікелей ата-аналармен, балалармен ауқымды жұмыс жүргізуде. Бұл жүйелі жұмыстың тиімділігін қамтамасыз ету үшін бұқаралық ақпарат құралдарының көмегімен психикалық денсаулықты күту сұрақтары бойынша халықтың сауаттылығын көтеріп, мәдениетті қалыптастырғанымыз жөн. Сондықтан мұндай белгілерді тану және өз-өзіне немесе басқаға көмек көрсету үшін мұғалімдерді, педагог-психологтерді, емхана дәрігерлерін тиісті көмек көрсету әдістерін үйретуге курс, семинарлар жоспарлы түрде жүргізілуі тиіс.

Балаға көмек - бұл баланы түсіну және қолдау, ересектердің балалармен қарым-қатынасының ымыралы, жанжалсыз түрлері.

Жасөспірімдердің мінез-құлқын алдын алудың психологиялық-педагогикалық шарттары - ол жасөспірімдердің өмірлік дағдыларың дамыту. Өмірлік дағдылардың критерийлерін қалай қалыптастыруға болады деген кезде, біз жасөспірімдердің қоғамда өз-өзінің қауіпсіздігін қаматамасыз етуін, өзгелермен тіл табыса алуын, өз болашағын жоспарлай алуын, өз-өзін дамытып отыруға қажетті білімдер мен дағдылардың жиынтығын айтамыз. Сондықтан жасөспірімдерді қалыптастыруды мектеп қабырғасынан бастау керек деп есептеймін. Осындай мақсаттарды көздеп, жасөспірімдердің

салауатты өмір сүру дағдыларын қалыптастыруға арналған тәрбие курстары білім беру орталықтарында жүргізілуі тиіс.

Салауатты өмір сүре білу мен сүре алу дағдысы өмірлік дағдылардың негізін құрайды. Қазіргі кезде оны «физикалық интеллект» деп атап келеді. Оған адамның дұрыс тамақтануы, өзін жақсы сезінуі, ағзаға зиян келтіретін факторларды білуі жатады. Физикалық интеллект адамның тәні мен санасының үйлесімде өмір сүруіне жағдай туғызады. Бүгінгі ақпараттар ағымындағы заманда адамның психикалық саулығына үлкен ауырлық түседі. Психикалық саулықтың нашарлауы адамның өмір сапасына тікелей әсер ете алады және оның дамуын тоқтатуға әкелетіндей әсері болуы мүмкін. Сондықтан да психикалық саулықтың маңыздылығы мен оған күтім жасау мәдениетін жас кезден қалыптастыра бастау керек.

Қазіргі кезде эмоционалды интеллектіні жастардың бойында дамытудың маңыздылығы жоғары. Өйткені эмоционалды интеллект өзіне және өзгеге қарай отырып, оның көңіл күйін, ниетін, ішкі шынайы сезімдерін анықтауға мүкіндік береді. Соған байланысты жеке стратегиясын құра отырып, жетістікке жетелеуге жағдай туғызады. Тіпті адам өз өмірінде қиындықтарға ұшыраса да, эмоциялық интеллект оның қайта көтеріліп, өмір сүру мен күресуін жалғастыруға көмек береді.

Салауатты өмір сүре білу мен сүре алу дағдысының бір саласы отбасы құндылықтарын тәрбиелеу. Бұл бағыттағы дағдылар жастардың болашақ отбасын құру үшін қажетті өмірлік принциптерді қалыптастырады. Болашақта отбасын құру, жоспарлау отбасылық мәдениетті қалыптастыру дағдылары қазіргі қоғамдағы көптеген жағымсыз істердің алдын алуына септігін тигізеді. Қоршаған ортада жасөспірім өз-өзінің қауіпсіздігін қамтамасыз ете алу дағдылары күні кеше ғана қауіптерді техногенді және табиғи деп келсек, енді қауіпті деген санатқа интернеттегі онлайн ортаны, экстремистік және террористік пиғылдағы ұйымдардың әрекеттерін, адам ұрлау мен адам құлдығы мәселелерін жатқызатын болдық. Бұл қауіп-қатерлер баланың өз-өзін қауіпсіз ету шараларына басқаша қарауға итермелейді. Сонымен қатар жасөспірімдердің кәсіпті

таңдаудағы қажетті дағдыларына қалыптастыруға болашақта сұранысқа ие болатын мамандықтар мен қабілеттерді тану дағдыларын жатқызамыз. Бұған өз жетістіктері туралы жаза білу, айта білу, өз-өзін жұмыс берушінің алдында ұстай білу, еңбек қатынастары кезінде өз құқықтарын қорғай алу дағдыларын да қосуымыз керек. Осы білімдер мен дағдыларды қалыптастыру арқылы жасөспірім үлкен өмірге оң қадам басуына дайын болады. Яғни өмірлік дағдылардың мазмұны, оны қалыптастыратын технологиялар мен ұйымдастыру, бақылау механизмдерімен бірге енгізе алатын жоба болып шығуы қажет. Сондықтан да басқа елдердегі ұқсас жобаларды талдап, олардың арасынан таңдап, халқымыздың ұлттық құндылығы мен менталитетіне сәйкес келетін технологияларды пайдаланған дұрыс.

Жасөспірімдер арасында суицидтік әрекетті алдын алу, диагностикалық, коррекциялық, психопрофилактикалық жұмыстарын жүргізіп, адамның өмірін сақтап қалу психологтердің ең басты міндеті.

Ата-ана, ұстаз әр баланы керемет рухани күш иесі деп қарап, оның шетсіз шексіздікті үйренсем деген ұмтылысына уақытында көңіл бөліп, демеу жасасақ, қуаттандырсақ жүрегі нұрға толы, жан-жағына шуағын шашып тұрған мейірімді, адамгершілігі мол, үнемі жақсылыққа талпынып тұратын, өз елін, жерін, тілін, отбасын, жалпы өмірді сүйетін, еңбекқор, адал адам тәрбиелеп шығаруымыз сөзсіз.

Жасөспірімдер басқалардан көмек күту мақсатында суицидтік әрекетті демонстративті түрде көрсетіп, жан-жақтағыларын қорқытады. Бұндай кезде психолог мамандар не істеу керек?

Біріншіден:

- әлеуметтік психологиялық процестерді (суицидтік мінез-құлықтың басымдылығын) психологиялық тәсілдер арқылы зерттеу (тест, сауалнама т.б.);

- суицидтік мінез-құлықтың пайда болу себебін анықтау және осы проблемаға қатысты арнайы кештер ұйымдастыру;

- қолайлы ұжымдық атмосфераны орнату;

-психологиялық анализ жасау, суицидтік мінез-құлықты зерттеу;

-реабилитациялық жұмыстар жүргізу (өз-өздеріне қол жұмсауға талпынған адамдар үшін).

Психолог науқас адамға эмоциялық тұрғыдан қолдау көрсетіп, оның ашылып сөйлеуіне жағдай жасау керек. Жасөспірімдерді қатерлі қадамнан тек өзін тыңдайтын түсіністікпен қарайтын адаммен сөйлесу мүмкіндігі ғана құтқара алады.

Қорыта келе балаға әрқашан назар аудару, түсінуге тырысу, мәселелерін шешуге көмектесу, өзіндік тәжірибемен бөлісу, ұрысу, жекіру орнына жиі мақтап мадақтап отыру, кешірімді болу, ал ең бастысы, бала қандай болса, солай қабылдау, сол қалпында жақсы көру, кемшілігін жасырып, артықшылығын асырып, оны жақсы көретіндікті сездірту бұл келеңсіз жағдайларды алдын алатын жолдардың бірі.

Өмір деген тәтті ғой, шіркін. Бағалай білген адам оның әрбір сағаты мен минутын алтын берсе де айырбастамас еді. Өйткені, өмір адамға бір-ақ рет беріледі. Өлшеніп берілген ғұмырды өкінбестей өткізу адамға парыз. «Ашу дұшпан, ақыл дос» деп бұрынғылар дұрыс айтып кеткен. Сондықтан, кез-келген нәрсеге сабырмен қарап, әр қимылыңды жеті рет өлшеп, бір рет қиған ләзім. Мұндайда ойдағы әзәзілден, бойдағы шайтан қылықтан, жүректегі кірден, ақыл мен иман ғана құтқара алады. Проблема барлық адамдарда болады, проблемасыз өмір болмайтынын, бір проблема шешілсе, екінші проблема пайда болатынын, проблеманың жағымды және жағымсыз жақтары болатынын түсіндіріп, проблемадан шығу жолдарын қарастыру керек. Егер де жастардың өмірлік дағдыларын жетілдіретін технологиялар еліміздің барлық өңірлеріне енетін болса, онда біз адам капиталының жаңа сапасын қалыптастырып, дамытуға өз үлесімізді қоса аламыз.

Қолданған әдебиет

1. А.Г. Абрумова, В.А Тихоненко. Диагностика суицидального поведения. –М.:1980. -55 с.

2. Ю.В. Попов, А.А. Пичиков. Особенности суицидального поведения у подростков (обзор литературы) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2011. № 4. С. 4-8.

3. Профилактика суицида среди несовершеннолетних / сост.: Н.А. Разнадежина, Л.А. Бездольная. – Сургут: Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2012. – 130 с.

Ләззат Бодикова

Центр развития одаренности и психологического
сопровождения «Астана дарыны»

Нур-Султан, Казахстан

E-mail: Lyana_66@mail.ru

Психолого-педагогические условия профилактики суицидального поведения подростков

Аннотация: В статье в ходе изучения причин суицидального поведения детей и подростков был проведен анализ и выявлены основные факторы суицидального поведения подростков. Профилактика суицидальной активности среди подростков, проведение диагностической, коррекционной, психопрофилактической работы, сохранение жизни — человека это главная задача психологов.

Ключевые слова: психолого-педагогические условия, суицидальное поведение, психопрофилактика, семейные ценности, жизненные принципы, психологический анализ.

Lyazzat Bodikova

Center for Giftedness Development and Psychological

Support «Astana Daryny»

Nur-Sultan, Kazakhstan

E-mail: Lyana_66@mail.ru

Psychological and pedagogical conditions for the prevention of suicidal behavior among adolescents

Abstract: *The article analyzed and identified the main factors of suicidal behavior of children and adolescents during the study of the causes of suicidal behavior of children and adolescents. Prevention of suicidal activity among adolescents, conducting diagnostic, corrective, psychoprophylactic work, preservation of life is the main task of psychologists.*

Keywords: *Psycho-pedagogical conditions, suicidal behavior, psychoprophylaxis, family values, life principles, psychological analysis.*

References

1. A.G.Abrumova, V.A. Tikhonenko. Diagnostics of suicidal behavior. –M.: 1980. -55 p.
2. Y.V. Popov, A.A. Pichikov. Features of suicidal behavior in adolescents (review of the literature) // The review of psychiatry and medical psychology. Bekhterev. 2011. № 4. C. 4-8.
3. The prevention of suicide among minors. Raznadezhina N.A., L.A. Bezdolnaya. -Surgut: Publishing house of the budget institution of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug-Yugra "Methodological Center for the Development of Social Services". 2012.