

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Жасөспірімдердің, суицидке бару себептері мен алдын алу жолдары

ЖАРИЯЛАНДЫ
05.05.2025СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/178788/>

Амирхан Көркемжан Құқықтану мамандығының бірінші курс студенті
Ғылыми жетекші: Ф.ғ.к қауымдастырылған профессор **Тулекова Гулжан Хажмуратовна**

Аңдатпа

Бұл мақалада жасөспірімдер арасындағы суицид мәселесі қарастырылады. Суицид – қазіргі қоғамдағы аса күрделі әрі өзекті әлеуметтік және психологиялық мәселе болып отыр. Жасөспірімдік кезең – адамның дамуындағы ең сезімтал және осал кезеңдердің бірі. Мақалада суицидке итермелейтін негізгі себептер мен факторлар сараланып, оның алдын алу жолдары мен ұсыныстары қарастырылды. Психологиялық, әлеуметтік, отбасылық және мектептік ортадағы жағдайлардың суицидке әсері талданады. Сонымен қатар, жасөспірімдермен жұмыс істеудегі тиімді әдістер мен практикалық ұсыныстар беріледі.

Аннотация

В данной статье рассматривается проблема суицида среди подростков. Суицид — одна из наиболее острых и сложных социальных и психологических проблем современного общества. Подростковый возраст является одним из самых уязвимых и чувствительных периодов развития человека. В статье проанализированы основные причины и факторы, способствующие суициду, а также предложены пути их предотвращения. Рассматривается влияние психологической, социальной, семейной и школьной среды на поведение подростков. Также приведены

эффективные методы работы с подростками и практические рекомендации.

Abstract

This article discusses the issue of suicide among adolescents. Suicide is one of the most complex and pressing social and psychological problems in modern society. Adolescence is one of the most vulnerable and sensitive stages of human development. The article analyzes the main causes and contributing factors of suicide and offers ways to prevent it. The influence of psychological, social, family, and school environments on adolescent behavior is examined. Effective methods for working with adolescents and practical recommendations are also provided.

Кіріспе

Қазіргі таңда әлем бойынша жасөспірімдер арасында өз-өзіне қол жұмсау оқиғаларының артуы алаңдатарлық деңгейге жетіп отыр. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының мәліметіне сүйенсек, суицид — 15-19 жас аралығындағы жасөспірімдер өлімінің негізгі себептерінің бірі болып табылады. Қазақстанда да бұл мәселе өткір тұр. Жасөспірімдер өмірлік тәжірибесі аз, эмоциялық тұрақтылық толық қалыптаса қоймаған, сыртқы ықпалға оңай берілетін жас ерекшелік тобына жатады. Сол себепті олардың психикалық денсаулығына ерекше көңіл бөлу қажет.

Суицидке бару – бұл бір сәттік шешім емес, көбіне адамның ұзақ уақыт бойы ішкі күйзелістерге, түсінбеушілікке, жалғыздыққа тап болуының нәтижесі. Бұл мақалада жасөспірімдердің суицидке баруына түрткі болатын негізгі себептер мен оны болдырмаудың тиімді жолдары қарастырылады.

Негізгі бөлім

1. Суицидке алып келетін негізгі себептер

Суицидтің себептері көпқырлы және күрделі. Олар көбінесе бірнеше факторлардың өзара байланысынан туындайды.

1.1 Психологиялық факторлар:

Жасөспірімдер жиі түрде эмоциялық тұрақсыздыққа ұшырайды. Бұл жас кезеңінде гормоналды өзгерістер, өзін-өзі тану мен іздену, өмірлік мағына мен мақсат туралы ойлар жиілейді. Осы кезде депрессия, мазасыздық, өзіне деген сенімсіздік сияқты мәселелер туындайды. Ата-ананың, мұғалімдердің қолдауы жеткіліксіз болса, бұл жағдай тереңдей түседі.

1.2 Әлеуметтік қысым:

Жасөспірімдер өз ортасында қабылданғысы келеді. Қазіргі таңда әлеуметтік желілер арқылы таралатын «керемет өмір» образдары көп жасөспірімдерде өзін төмен бағалауға әкеледі. Мысалы, сыртқы келбет, материалдық жағдай, оқудағы жетістіктер сияқты мәселелер әлеуметтік қысымға айналады. Бұл жағдай жасөспірімді жалғыздыққа, оқшаулануға, күйзеліске итермелеуі мүмкін.

1.3 Отбасындағы жағдай:

Ата-анамен қарым-қатынас — жасөспірім өміріндегі басты факторлардың бірі. Егер отбасында жиі жанжал, түсінбеушілік, ата-ананың біреуі жоқ немесе толық бақылау мен махаббат жетіспесе, бұл баланың психикасына кері әсер етеді. Отбасындағы зорлық-зомбылық, ата-ананың алкогольге немесе есірткіге тәуелділігі де суицидке итермелеуі мүмкін.

1.4 Мектептегі қиындықтар:

Мектеп — жасөспірімнің күнделікті ортасы. Мұғалімдер мен сыныптастардың қолдауы, әділеттілік, жеке тұлғаға құрмет — баланың өзіне сенімділігін қалыптастырады. Бірақ кейде буллинг (қорлау), кемсіту, бағалау жүйесіндегі әділетсіздік баланың өзін пайдасыз сезінуіне себеп болады. Кей оқушылар мұғалімдерден қысым көріп, ата-анасына айтуға қорқады, бұл ішкі күйзелісті арттырады.

2. Алдын алу жолдары

Суицидтің алдын алу – бұл тек психологтың емес, бүкіл

қоғамның, әсіресе отбасы мен мектептің ортақ міндеті. Жасөспірімнің жан дүниесіне үңіліп, оның проблемаларын тыңдай білу – маңызды қадам.

2.1 Ата-ана мен бала арасындағы сенім:

Ата-аналар баласының ішкі күйін түсініп, оны тыңдай білуі керек. Жасөспірімдер көп жағдайда ата-ананың қабылдамайтынынан, ұрысуынан қорқып, шынайы сезімін жасырады. Ата-аналар баласының эмоциясына құрметпен қарап, ашық сөйлесуді үйренуі тиіс.

2.2 Мектеп психологиялық қызметінің жұмысы:

Мектептерде кәсіби психологтар жұмыс істеуі қажет. Олар оқушылармен жеке және топтық түрде жұмыс істеп, суицидтік ойлар мен күйзеліс белгілерін ерте анықтауға көмектеседі. Сондай-ақ, буллингтің алдын алу бағдарламалары, эмоциялық сауаттылық сабақтары пайдалы болар еді.

2.3 Жасөспірімдердің эмоциялық интеллектін дамыту:

Өз сезімін түсіну, басқару және сыртқа сауатты түрде жеткізе білу – маңызды дағды. Бұл үшін арт-терапия, пікірталас клубтары, өзін-өзі тану сабақтары пайдалы. Жасөспірім өзінің құндылығын сезінсе, қиындықтарға қарсы тұра алады.

2.4 Қоғамдық қолдау және ақпараттандыру:

Суицид туралы ашық айту – бұл оны насихаттау емес, алдын алу. Жасөспірімдерге өмірдің мәні туралы, қиындықтың уақытша екені жайлы, көмек сұраудың ұят еместігі туралы мәліметтер жетуі тиіс. Осы мақсатта әлеуметтік желілер мен БАҚ-та жастарға арналған оң бағыттағы ақпараттар тарату керек.

Қорытынды

Жасөспірімдер арасындағы суицид – қазіргі қоғам үшін өзекті әрі күрделі мәселе. Бұл — тек медициналық немесе психологиялық жағдай емес, бұл – әлеуметтік, мәдени, отбасылық, білім беру салаларының

тоғысқан тұсындағы жүйелік мәселе. Мақалада айтылғандай, жасөспірімдер өз өміріндегі қиындықтарды жеңуге толық дайын емес, ал оларды жалғыз қалдырмау – үлкендердің, қоғамның міндеті. Суицидтің алдын алу үшін ең алдымен отбасында сенімге негізделген қарым-қатынас орнатылуы тиіс. Сонымен қатар, мектептегі психологиялық қызмет, эмоциялық сауаттылықты дамыту, қоғамдық ақпараттандыру да маңызды рөл атқарады.

Жасөспірімнің жан күйін түсіне білу, оны тыңдай білу, қабылдау – оның өмірін сақтап қалудың алғашқы және маңызды қадамы. Әрбір бала өз өмірінің мәнін сезініп, болашағына сеніммен қарауы үшін оған махаббат пен қолдау қажет. Суицидтің алдын алу – бұл науқандық емес, күнделікті әрі жүйелі жұмыс болуы тиіс. Сонда ғана біз жас ұрпақтың өмірге деген құлшынысын сақтап қала аламыз.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы. (2023). *Suicide worldwide in 2023: global health estimates*.
2. Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігі. (2022). *Жасөспірімдер психикалық денсаулығы бойынша ұлттық баяндама*.
3. М. Жұмабекова. (2021). *Жасөспірім психологиясы*. Алматы: «Ұлағат» баспасы.
4. Нұрғалиева, А. (2020). *Жасөспірімдердегі девиантты мінез-құлықтың алдын алу жолдары*. *Психология және педагогика*, №3, 45-51.
5. Бекенова, Д. (2022). *Суицидтің психологиялық аспектілері*. *Қоғам және денсаулық*, №2, 33-38.
6. www.bala-kkk.kz — Қазақстандағы балалар құқықтарын қорғау комитетінің ресми сайты.