810210401104

8 705 577 81 81

ОРАЗБАЕВА Актоты Абаевна,

⁠"Монтайтас жалпы білім беретін мектеп" КММ

педагог-психологі.

Түркістан облысы, ⁠Арыс қаласы

**ЖАСӨСПІРІМДЕР АРАСЫНДАҒЫ СУИЦИДТІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ФАКТОРЛАРЫ**

Бүгінгі таңда бізді ойландыратын өзекті мәселелердің бірі - бұл адамның өз- өзіне қол жұмсауы (суицид). Соңғы кездері кейбір үлкендердің, жастарымыздың психологиялық күйзелісті (стресс) бастан кешіріп жүргенін жиі кездестіреміз. Психологиялық ауруы асқына берсе, ол адамның өмірге деген құштарлығы жойылады, өлімнен басқа мына әлемнің ешқандай проблемасы қызықтырмайды. Бұл дерттен айығуға ұзақ уақыт, психологиялық тұрғыдан көмек керек.

Өз-өзіне қол жұмсау әрекеттерге барудың негізгі психологиялық факторлары: көңіл-күйдің төмендігі, жақын адамның өлімі, жанұядағы келеңсіз жағдайлар (түсініспеушілік, қызғаныш, алдану, т.б.), бопсалау, әлімжеттік жасау, қорқыту, қаражатқа байланысты қиыншылықтар, бақытсыз махаббат, сексуалдық сәтсіздік т.б. Осы жағдайларды басынан кешкен жандар өз-өзіне қол жұмсап, сәл қиындық кездессе кейбір жастарымыз шыны сияқты шытырлап сынып қалуға, ажалды еш үрікпей күтіп алуға әзір тұрады. Жүйкесі жұқарған ұрпақтың қатерлерге қарсы тұра алмайтыны мәлім. Бүгінгі таңдағы өте салмақты мәселеге айналған осынау дертті әркім әрқалай қабылдап, өз алдына топшылайды. Бірі - заманның өзгеруі десе, екіншілері - әлеуметтік жағдайдың қиындығынан, не болмаса, денсаулықтың салдарынан деп таниды.

 Балалар депрессиясының белгілеріне әрбір ұсақ- түйекке мән берушілік, іш пысу мен шаршағандық сезімдері, айтқанды тыңдамау мен айқай - шу, жанжал көтеруге дайын тұрушылық, ішімдік пен есірткіні пайдалану жатады.

Депрессияның деңгейі көп жағдайда суицидалдық қорқыныштың шынайы көрсеткіші болып келеді. Жалпы айтқанда, жасөспірмдер арасындағы суицидалды мінез - құлыққа өз құрбылары мен ата - аналары арасындағы жеке қарым - қатынастардың да ықпалы әсерін тигізеді.

Әр суицидтің шығу себебі бар. Бірақ көп жағдайлардағы себеп ондай адамдардың өмірдің қиыншылықтарын дұрыс тусінбеулерінде болады. Бұлар басты себептері. Ал басқа себептердің барлығы осы басты себептерге тікелей тәуелді.

*Ренжу.* Кейде жасөспірімдердің арасындағы суицид ата-анасына ренжудің салдарынан болады. Бірақ сондай ардақты жандарға ренжіп өзін-өзі өлтіру де жан дүниесінде кемістігі бар адамның істейтіні болса керек.

*Қателік.* Өмір болғаннан соң қиындығы мен қызығы қатар жүреді. Қателіктерге ұрыну барлығымыздың табиғатымызда бар нәрсе. Қандай қателік жасасақ та суицидпен шешімін табуымыз дұрыс емес.

Суицид (лат. өзін - өзі және өлтіру) - алдын-ала ойластырылып өзіне жасалған қастандық немесе өзін - өзі өлтіру. Американдық суицидолог Э.Шнейдман суицид психологиялық қажеттіліктер фрустрациясының нәтижесінен болатын ауыр жан күйзелісі ауруынан туындаған аутоагрессия түрінде көрінеді деген. [3] Шынында да, өз - өзіне қол жұмсаушылар кейбір өмірдегі қиын жағдайларды өте ауыр қабылдайды:

Бүгінгі таңда суицид тақырыбының өзектілігі сондай, соңғы уақыттарда суицидтің болмысын, себебін, оның пайда болу шарты мен факторларын түсінуге, сонымен қатар оның алдын - алудың тиімді моделін қарастыруға зерттеушілердің қызығушылығы арта түсті.

Тәуекел тобына енетіндер:

1. Қиын жасөспірімдер. Өзін - өзі жүзеге асыру және өзін - өзі бекіту мәселелері жасөспірімдердің ортасында маңызға ие, ал алкоголь және нашақорлық заттарды пайдалану импульстердің аяқ астынан пайда болу мүмкіндіктері күшейтеді.
2. Тұқымқуалайтын суицид. Мұндай отбасының балалары өз туыстарының өмірлік сценарийімен өмір сүруі мүмкін.
3. Мүгедек - балалар, өз денесінің кемтарлығынан зардап шегушілер.
4. Өзін - өзі бағалаулары темен балалар, тез ренжігіш, депрессиялық күйге жеңіл түсетіндер. [4]

***Жасөспірімдердің суицидке бейімділігін көрсететін белгілер:***

* үрейлі-ажиотажды мінез-құлық, асығыстық, мазасыздық тән;
* ұзақ уақыт ұйқысының бұзылуы: катаклизмалар, катастрофалар, авария немесе жыртқыш аңдарды жиі түсінде көруі;
* аффект қысымы, сыртқы белгілеріне еш себепсіз агрессиялы іс-әрекеттер жатады;
* депрессия, апатия, сөйлемеу: жасөспірім еш нәрсе жасағысы келмейді, міндеттерден бас тартады, уақытты мәнсіз өткізеді, мінез-құлқында бей- берекетсіздік, ұйқышылдық көрінеді;
* өзінін қалыптаспағандығы үшін, өзі үшін ұялу, кінәні сезіну, өз-өзі сенімсіздік. Бұл синдром көңіл аударалық сотқар мінез-құлықпен көрінуі мүмкін;
* соматикалық эндокрин және жүйке-психикалық бұзылыстармен өтетін қиын пубертат кезең;
* алкоголь қолдану, токсикомания, нашақорлық.

**Суицидалды жасөспірімнің сыртқы жағдайлары:**

* жайсыз отбасы: ауыр пихологиялық ауа-райы, ата-аналардың дау- жанжалы, отбасындағы алкоголизм, ата-анадан айырылу;
* жасөспірімнің қараусыз қалуы, жасөспірімге бағыт көрсетіп, жол сілтейтін ересек адамның болмауы;
* жасөспірімнің отбасындағы жайсыз орны: шеттету, шектен тыс қамқорлық, қаталдық, жасөспірімнің әр әрекетіне сынай қарау;
* жасөспірімнің достарының болмауы, оқу тобында шеттетілуі;
* оқуда, қарым-қатынаста, туыстар мен ересек адамдармен тұлғааралық қарым-қатынасында сәтіздіктер кезегінің болуы. [5]

*Өзіне қол жұмсаудың мумкін болатын мотивтері*

*Көмек іздеу -* өзіне қол жұмсауды ойлайтындардың көбісі өлгілері келмейді. Өзін-өзі өлтіруді олар бірнәрсені алу үшін құрал ретінде пайдаланады (мысалы, өзіне назар аудару, сүйіспеншілік, махаббат, проблемалардан құтылу, үмітсіздік сезімінен арылу...).

*Үмітсіздік* - өмір мәнсіз, болашаққа үміт артуға болмайды. Өмірді жақсартуда өзгерістер енгізуге еш үміттің жоқтығы.

*Проблеманың көптігі -* барлық проблемалардың шешілмейтіндей көрінетіндігі соншалықты, оларды бір-бірлеп шешуге ойды шоғырландыруға мүмкіндіктің жоқтығы.

*Басқа адамға қатер төндіріп,* жанын ауыртуға әрекет жасау - «Олар әлі өкінеді». Кейде адам, өз-өзіне қол жұмсау арқылы ол өзімен проблемаларын алып кетіп, отбасына жеңілдік жасаймын деп ойлайды.

*Батылдығы мен кушін корсету-*тек батыл және күшті адам ғана өз-өзіне қол жұмсауға қабілетті деген ұғым қалыптасқан. [6]

Қазіргі қоғамда тұлға жалғыз. Әсіресе сенімі, салт - дәстүрі, адамгершілігі, қызығушылытары әр түрлі болып келетін ірі қалаларда. Тұлға қызығушылығы қоғам қызығушылығымен сәйкес келмей жатады, осыдан қиын өмірді жеңудегі мотивтерінің бірі жойылады. Қоғам қызығушылығы болмайтын және тұлғаның өзіне ауыр тиетін қайға үшін қайғырудың мәні

 Анықталғандай, балалардың бақытсыздығына, олардың өз-өзіне қол салу әрекеттеріне баруына көп жағдайда отбасындағы жайсыздық пен мектепте түсінбеушіліктің орын алуы себеп болады. Балаларға жай ғана киімін, тамағын тауып беру аз, олар үнемі ата-ананың жылуын сезініп, жақсы көретінін біліп өсуі тиіс. Ал әке-шеше өз дәрежесінде көңіл бөлмейтін бала ешкімге керексіздігін түсініп, психологиялық стреске тап болады. Әсіресе, 13-17 жас аралығындағы жасөспірімдер өте әсершіл, кез-келген нәрсені жүрегіне тез қабылдағыш келеді. Түсіністік болмаған жағдайда осы жас аралығындагы балалар түрлі жағдайларға ұрынып жатады. Олардың сабаққа құлқы болмай, өзге оқушылармен де қарым-қатынасы нашарлап кетеді. Өзін ұстауы мен мінез-құлқында өзгерістердің орын алуы мұғалімді де, ата- ананы да алаңдатуы тиіс. Осы өзгерістерге бей-жай қарамай, психологтың көмегіне жүгіну арқылы көптеген проблеманың алдын-алуға болады.