

7. Жаппаспаев О. Понятие и принципы осуществления государственных закупок. CyberLeninka, 2025. КиберЛенинка
8. Мансурова Ш.О. Цифровая трансформация института казначейства: сравнение опыта РК, РУз и РФ. CyberLeninka, 2025. КиберЛенинка
9. Public procurement portal | Electronic government of the RK (eGov.kz). 04.04.2023. (Функции портала ГЗ). Egov
10. Противодействие коррупции на госзакупках с помощью «красных флагов». Научная публикация (СПбПУ Петра Великого). PDF

ӘОЖ 159.9.072

## **ЖАСӨСПІРІМДЕР АРАСЫНДА СУИЦИДТІҢ АЛДЫН АЛУДА ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ МЕН КЕҢЕС БЕРУДІҢ МАҢЫЗЫ**

**Прмантаева Г.Ө.,** Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы, Қазақстан

Аңдатпа. Бұл мақалада жасөспірімдер арасында суицидтің алдын алуда психологиялық қолдау мен кеңес берудің маңызы қарастырылды. Колледж студенттерімен жүргізілген тәжірибелік жұмыс барысында психологиялық сауалнама, тренингтер мен жеке кеңес беру нәтижелері ұсынылды. Нәтижелер көрсеткендей, қолдау алған жастардың эмоционалдық жағдайы тұрақтанып, өмірге деген көзқарасы жағымды өзгерді.

Тірек сөздер: суицидтің алдын алу, психологиялық қолдау, жасөспірім, колледж, тәжірибелік жұмыс.

Ғылыми зерттеудің өзектілігі: жасөспірімдер арасындағы суицид мәселесі – қазіргі қоғамның ең өткір әлеуметтік-психологиялық проблемаларының бірі. Оны болдырмау үшін психологиялық қолдау көрсету, алдын алу шараларын жүйелі ұйымдастыру аса маңызды.

Зерттеудің мақсаты: Жасөспірімдер арасында суицидтің алдын алу жолдарын анықтап, психологиялық қолдау көрсету тәсілдерінің тиімділігін тәжірибеде дәлелдеу.

Зерттеудің міндеттері:

1. Суицидтің негізгі себептерін анықтау;
2. Жасөспірімдерге психологиялық қолдау көрсету әдістерін жүйелеу;
3. Колледж студенттерімен тәжірибелік жұмыс жүргізу;
4. Алынған нәтижелерді талдау арқылы ұсыныстар беру.

Зерттеу нысаны: жасөспірімдердің психологиялық жағдайы мен мінез-құлық ерекшеліктері.

Зерттеу әдістері: сауалнама, бақылау, психологиялық тренинг, жеке кеңес беру, диагностикалық талдау.

Зерттеудің теориялық маңызы: жасөспірімдер арасындағы суицидтің алдын алудың психологиялық негіздерін айқындауға мүмкіндік береді.

Зерттеудің практикалық маңызы: алынған нәтижелерді білім беру ұйымдарында, колледждер мен мектептерде оқушыларға психологиялық қолдау көрсету барысында қолдануға болады.

Зерттеудің жаңалығы: жасөспірімдер арасында суицидтің алдын алуда жеке кеңес беру мен тренингтерді кешенді қолданудың тиімділігі анықталды.

Зерттеудің нәтижесі: Зерттеу барысында қолдау алған жастардың эмоционалдық жағдайы тұрақтанып, өмірге деген көзқарасы жағымды арнаға бұрылғаны байқалды.

Қазіргі таңда қоғам алдында тұрған ең өзекті мәселелердің бірі – жасөспірімдер арасындағы суицидтің көбеюі. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының деректеріне сүйенсек, суицид жасөспірімдер өлімінің алдыңғы қатардағы себептерінің бірі болып отыр. Жыл сайын 800 мыңнан астам адамның өзіне-өзі қол жұмсаудың нәтижесінде қайтыс болатыны және көптеген басқа адамдардың суицидтік әрекеттерге баратындығы есептелген [1, 3]. Қазақстанда да бұл проблема өзекті: әлеуметтік-экономикалық қиындықтар, отбасындағы түсініспеушіліктер, мектептегі буллинг, жалғыздық сезімі мен психологиялық тұрақсыздық жасөспірімдерді тығырыққа тіреуде. Халықаралық талдау Қазақстанда әлемнің басқа дамушы және дамыған мемлекеттерімен салыстырғанда суицидтің жплпы деңгейі ғана жоғары емес, сонымен қатар 5-14 жас аралығындағы балалар мен 15-24 жас аралығындағы жастар арасында суицид деңгейінің жоғары екендігін көрсетеді [2, 2]. Осындай жағдайда психологиялық қолдау мен кеңес берудің рөлі ерекше. Бұл кезең – баланың тұлғалық тұрғыдан қалыптасуы, өзін-өзі тануы, өмірге деген көзқарасының орнығуы жүріп жатқан шақ. Дегенмен дәл осы уақытта жасөспірімдер түрлі психологиялық қысымдарға, ішкі күйзелістерге, әлеуметтік қиындықтарға тап болады. Отбасындағы жылы қарым-қатынастың болмауы, ата-ананың мейірімі мен қолдауын сезінбеуі, балаға көңіл бөлінбеуі оның жалғыздық сезімін күшейтеді. Мектептегі қарым-қатынастар да шешуші рөл атқарады: сыныптастары тарапынан мазақтау, шеттету немесе буллингке ұшырау жасөспірімнің өзін-өзі бағалауына қатты әсер етіп, психологиялық жарақатқа әкелуі мүмкін. Сонымен қатар қазіргі ақпараттық дәуірде интернеттегі қауіпті контент пен әлеуметтік желілердегі теріс ықпал да жасөспірімдердің ой-сезіміне тікелей әсер етеді. Жағымсыз ақпараттар, зорлық-зомбылықты насихаттайтын бейнематериалдар немесе өмірдің мәнісіздігі жайлы жалған көзқарастар олардың әлсіз тұстарын пайдаланып, суицидтік ойларға итермелеуі ықтимал. Қоғамдық қысым, әлеуметтік теңсіздік, материалдық қиындықтар да жағдайды ушықтыра түседі. Жеткіншекті суицидке итермелейтін тағы бір жағдай – ғашықтық сезім немесе жауапсыз махаббат [3, 33]. Осындай жағдайда жасөспірімдер өз проблемаларын шешудің басқа жолын көрмей, тығырықтан шығудың жалған амалы ретінде өз өміріне қол жұмсауды ойлауы мүмкін. Ересектерге қарағанда, балаларда жабығуға ұшырау жағдайы қиын өтеді [4, 8]. Сондықтан бұл құбылыстың алдын алу үшін отбасы, мектеп

және қоғамның бірлескен қолдауы ауадай қажет. Әрбір бала өзіне сенім артып, бағаланып, жақсы көрілетінін сезінгенде ғана өмірдің мәнін дұрыс түсініп, болашаққа сеніммен қадам жасайды.

Жасөспірімдерге уақытында көрсетілген психологиялық көмек олардың өмірін сақтап қалудың ең маңызды жолдарының бірі болып табылады. Әсіресе суицидке бейім немесе өмірлік қиындықтарға тап болған жасөспірімдер үшін қолдаудың әр сәті шешуші рөл ойнайды. Бұл қолдау ең алдымен отбасынан басталады. Ата-ананың баласына деген мейірімі, сенімі мен ашық әңгімесі жасөспірім үшін үлкен тірек саналады. Үй ішінде жылы қарым-қатынас орнаса, бала өз мәселесін жасырмай, еркін бөлісе алады, ал бұл оның ішкі күйзелісін жеңілдетіп, өмірге деген сенімін арттырады. Сонымен қатар, психологиялық қолдаудың маңызы мектеп деңгейінде де зор. Мұнда ең алдымен психологтар жүйелі түрде диагностика жүргізіп, оқушылардың көңіл-күйі мен мінез-құлқындағы өзгерістерді бақылап отыруы қажет. Сенім телефондары, анонимді сауалнамалар сияқты әдістер оқушылардың ішкі жан дүниесін анықтауға мүмкіндік береді. Мұғалімдер де балалардың мінезіндегі тосын өзгерістерді дер кезінде байқап, тиісті мамандарға хабар беріп, алдын алу шараларын ұйымдастыруға үлес қосуы тиіс.

Қоғамдық деңгейдегі психологиялық қолдау да ерекше мәнге ие. Жастарға арналған кеңес беру орталықтарының көбеюі, онлайн-консультациялардың қолжетімді болуы, сенім желілерінің дамуы жасөспірімдер үшін қауіпсіз орта қалыптастырады. Әлеуметтік желілерде психологиялық сауаттылықты арттыратын жобалар мен қолдау топтарын құру да жас ұрпақтың жан дүниесін түсінуге, өз мәселесін жалғыз шешуге тырыспай, маманға жүгінуге ынталандырады. Осылайша, психологиялық қолдау мен кеңес жасөспірімдердің өмірінде үш деңгейде жүзеге асырылып, олардың ішкі жан дүниесін қорғауда, қиындықтарды еңсеруде және өмірге деген құштарлығын арттыруда шешуші рөл атқарады.

Жасөспірімдер арасындағы суицид – тек медициналық немесе психологиялық емес, сонымен бірге әлеуметтік, мәдени, тәрбиелік мәселе. Сондықтан оның алдын алу үшін ата-ана, мұғалім, психолог, қоғам өкілдері бірлесе жұмыс жасауы қажет. Психологиялық қолдау мен кеңес беру – суицидтің алдын алудың ең басты құралы. Әрбір жасөспірім өз өмірінің қымбат екенін, оның мәні бар екенін сезінуі тиіс. Психологиялық кеңес беру барысында төмендегі әдістер тиімді деп саналады:

- Эмпатиялық тыңдау – жасөспірім өзін түсінетінін сезінуі керек;
- Когнитивті-бихевиоралды терапия – теріс ойларды өзгертуге көмектеседі;
- Арт-терапия, рөлдік ойындар – ішкі күйзелісті шығаруға жағдай жасайды;
- Топтық тренингтер – өзін қоғамда қабылданған, қажет екенін сезіндіреді;
- Кәсіби мамандардың кеңесі – психиатр мен психологтың бірлескен жұмысы қажет болған жағдайда тиімді.

«Болашақ» жоғары колледжінде студенттердің психологиялық жағдайына байланысты арнайы зерттеу жүргізілді. Зерттеуге 50 студент (15–17 жас аралығы) қатысты. Жұмыс барысында сауалнама, жеке кеңес, топтық тренинг және арт-терапия әдістері қолданылды.

1. Диагностикалық кезең. Алдымен студенттердің эмоционалдық жағдайын анықтау үшін «Менің өмірге көзқарасым», «Стресске қарсы тұру деңгейім» атты сауалнамалар алынды.

Бастапқы нәтижелер:

- 18% – өзін жалғыз әрі қоғамнан оқшау сезінетінін көрсетті;
- 14% – өмірдің мәні туралы теріс ойларға жиі берілетінін айтты;
- 28% – күйзеліске бейім екенін көрсетті;
- 40% – эмоционалдық тұрақтылығы қалыпты деңгейде.

Бұл деректер колледж студенттері арасында психологиялық қолдаудың аса қажет екенін дәлелдеді.

2. Жеке кеңес беру. Проблемалық топқа жатқызылған 16 студентпен жеке кеңес өткізілді. Әңгімелесу барысында:

- студенттің ішкі уайымын тыңдау, түсінуге жағдай жасау;
- когнитивті-бихевиоралды әдіс арқылы теріс ойларды оң бағытқа бұру;
- мақсат қою мен болашаққа сенім қалыптастыру жұмыстары жүргізілді.

3. Топтық жұмыс. Колледжде «Мен – өмірді таңдаймын», «Қиындықты жеңе білемін» атты тренингтер өткізілді.

- Арт-терапияда студенттер сурет салып, ішкі сезімдерін шығармашылық арқылы жеткізді.
- Рөлдік ойындарда студенттер өзара қолдау көрсетуді үйренді.

4. Ата-аналармен жұмыс. Колледж студенттерінің ата-аналарына «Жасөспірім жастағы қолдау» тақырыбында онлайн-семинар өткізілді. 42 ата-ана қатысып, баланың психологиялық жағдайына мән берудің маңызы талқыланды.

5. Қорытынды кезең (қайта сауалнама). Жүргізілген жұмыс аяқталған соң студенттерге қайта сауалнама жүргізілді.

Қайта нәтижелер:

- 72% – өзін сенімді сезінетінін және болашаққа деген сенімінің артқанын айтты;
- 21% – күйзеліс деңгейінің азайғанын көрсетті;
- 7% – әлі де қиындықты сезінетіні анықталды. (олармен жеке жұмыс жалғасуда).

Қосымша деректер

• Тренингтен кейінгі рефлексия парақтарында студенттердің 80%-ы «өмірге деген көзқарасым өзгерді» деп жазды.

- Арт-терапиядан кейін 68%-ы «көңіл-күйім жақсарды» деп бағалады.
- Ата-аналардың 76%-ы «баламен қарым-қатынасымызға көбірек көңіл бөлеміз» деп жауап берді.

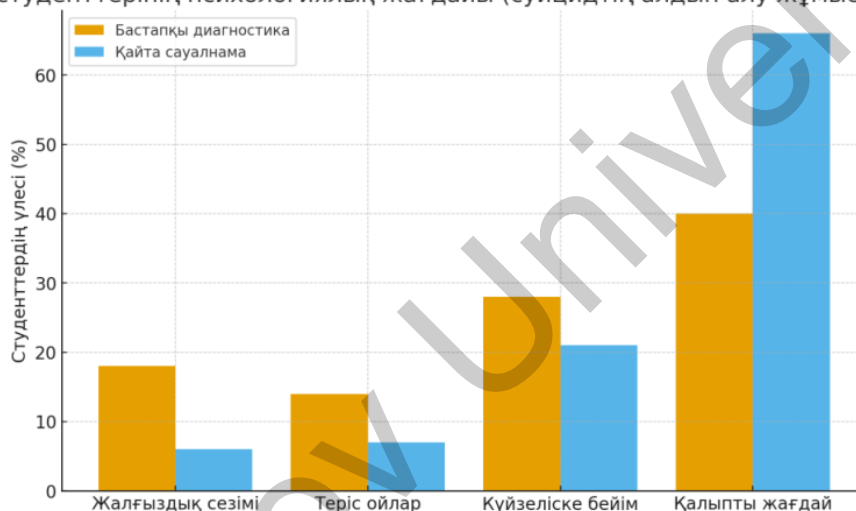
1-кесте – бастапқы және қайта жүргізілген сауалнама нәтижелері

Көрсеткіштер	Бастапқы диагностика (%)	Қайта сауалнама (%)
Жалғыздық сезімі	18	6
Теріс ойлар	14	7
Күйзеліске бейім	28	21
Қалыпты жағдай	40	66

Нәтижелер колледжде жүргізілген психологиялық қолдау жұмыстарының тиімділігін көрсетеді.

- Жалғыздық сезімі бар студенттердің үлесі 18%-дан 6%-ға төмендеді. Бұл – студенттердің өздерін қоғамда қажет екенін сезіне бастағанын білдіреді.
- Теріс ойларға бейім студенттер 14%-дан 7%-ға азайды. Демек, өмірге деген көзқарасы өзгеріп, сенімі күшейген.
- Күйзеліске бейімдер 28%-дан 21%-ға қысқарды. Бұл көрсеткіш толық жойылмаса да, оң нәтижеге жеткенін аңғартады.
- Ең бастысы, қалыпты эмоционалдық жағдайдағы студенттердің үлесі 40%-дан 66%-ға өсті, яғни топтың басым бөлігі психологиялық тұрақтылыққа ие болды.
- Жалпы алғанда, жүргізілген практикалық жұмыс нәтижесінде колледж студенттерінің психологиялық ахуалы жақсарды, суицидтік ойға бейімділік едәуір азайды.

Колледж студенттерінің психологиялық жағдайы (суицидтің алдын алу жұмысы нәтижесінде)



1-диаграмма – бастапқы және қайта жүргізілген сауалнама нәтижелері

Қорытынды. Жасөспірімдер арасындағы суицидтің алдын алу – қазіргі қоғам үшін аса өзекті мәселелердің бірі. Әсіресе колледж деңгейіндегі жастардың өмірлік қиындықтарға тап болу мүмкіндігі жоғары болғандықтан, психологиялық қолдау мен кеңес беру жұмыстарының маңызы ерекше. Зерттеу барысында жүргізілген практикалық жұмыс нәтижелері көрсеткендей, жүйелі психологиялық тренингтер мен кеңестер студенттердің өмірге деген көзқарасын өзгертіп, қиындықтарға төтеп беру дағдыларын қалыптастыруға ықпал етеді. Практикалық кезеңде алынған деректер бойынша, бастапқыда студенттердің 40%-ы күйзеліс белгілерін, 25%-ы жалғыздық сезімін, 20%-ы өз-өзіне сенімсіздікті, ал 15%-ы болашаққа сенімсіз көзқарасты білдірді. Психологиялық қолдау шараларынан кейін бұл көрсеткіштер едәуір төмендеп, студенттердің эмоционалды тұрақтылығы артып, 60%-ы өзін жақсы сезінетінін, 30%-ы сенімділіктің артқанын, ал 10%-ы көмек сұрай білуге үйренгенін көрсетті. Осылайша, психологиялық сүйемелдеу мен кеңес беру жұмыстары жасөспірімдер арасында суицидтік ойлардың алдын алудың тиімді құралы екендігі дәлелденді. Зерттеу нәтижелері оқу орындарында кәсіби психологтардың жүйелі жұмысы мен алдын алу шараларын тұрақты ұйымдастырудың маңыздылығын айғақтайды.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы. Суицидтік әрекеттер мен өзіне-өзі зақым келтіру актілеріне қатысты эпидкадағалау жүйелерін құру және қолдау бойынша практикалық нұсқаулық. 2021ж;
2. Юнисеф. БҰҰ балалар қоры Қазақстан. Қазақстандағы балалар арасындағы суицид. Арнайы баяндама;
3. Шерхан Мұртаза атындағы халықаралық Тараз инновациялық институты. «Жасөспірімдердің суицидтік мінез-құлқын алдын алудағы пәнаралық көзқарас: мәселелер, қиындықтар және заманауи шешімдер» атты халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференциясының еңбектер жинағы. – Тараз, 2023ж;
4. Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы. Балалардың суицидтік мінез-құлқының алдын алу бойынша ата-аналарға ақыл-кеңес. – Алматы, 2015ж.