

ОКУУЧУЛАРГА ПСИХОТРОПТУК АКТИВДҮҮ ЗАТТАРДЫ КОЛДОНУУНУН ТЕРС НАТЫЙЖАЛАРЫН ТҮШҮНҮҮНҮ КАЛЫПТАНДЫРУУ.

ЖУСУЕВА Б.

Кыргыз эли эң эле байркы элдердин бири экендиги жөнүндө тарыхый маалыматтар ырастайт. Көчөн ар кандай татаал шарттарында ири тарыхый жазма эстеликтерден тартып, Ата журттун эркиндигин, биримдигин, элдин ынтымагын, ата-бабалардын нускалуу салттарын, улуттун ар намысын ыйык сактап, бийик туткан мындай түптүү кал экендиги айныгыс чындык. Улуу сөз сепилдерин укумдан, тукумга мурас кылып калтырды. Ата-бабалардан калган бул асыл баалуу руханий кенчти терең изилдеп, туура баалап, чеберчилик менен пайдалансак озунун укмуштуудай купуя сырларын улам ачып олтурарында шек жок. Ошентип, биз күчтүү руханий дараметтин негизинде билимдүү, ден соолугу чың, ыйманы аруу, адептүү, абийири таза, намыскөй, кыраакы, маданиятуу, коомдун талабына ылайык жаш муундарды тарбиялашыбыз керек. Кыргыздын этникалык аң сезими бул жарыкчылыктагы жашоо тирликке тирек, түркүк боло турган асыл нарктардын бүтүндөй бир системасын иштеп чаккан. Ата-бабаларыбыз “биринчи байлык-ден соолук”, - дейт. “Дени соонун – жаны соо”, - деп ата-баба акылмандыгы ден соолуктун маанисин дагы да тереңирээк аныктаган. “Адамга эн оболу саламатчылык анан тынччылык керек”, - деген Махмуд Кашгари. Эгемендүү Кыргызстанга азыркы учурда эң биринчи улутун саламатыгы боюнча философиясы жана идеологиясы керек. Бекем, түптүү келечекти курууга жеке адамдардын жана бүткүл улуттун дени-жаны таза болушу керек. Бүткүл дүйнөлүк Саламаттыкты Сактоо Уюму ден соолукка мындай деп аныктама берет. “Ден соолук жалаң эле оорунун жоктугу эмес, бул толук дене түзүлүш, психикалык жана социалдык жактан ойдогудай болушу”. ХХ кылымда кыргыз тукумдары ата-бабалардын жана дүйнөлүк акылмандыктын ден соолук философиясын унуткаргандыгын жашыруунун кажети жок. Бүткүл Ала тоо аймагын каптаган канчалаган тамекинин түтүнү, аракечтик эпидемиясынын шарттарында улутубуздун саламатчылыгы кескин начарлады. Азыркы экономикалык кризис жана жаңыдан канат жайган наркотизм улуттук ден соолукка терс таасирин тийгизип, биздин келечегибиз болгон жаштарыбызды ууландырууда. Акыркы жылдарда жаштардын арасында психотроптук активдүү заттарды колдонуу кеңири жайылып жаткандыгы кимди болбосун тынчсыздандырбай койбойт. Кээ бир психотроптук активтүү заттар адамдын эмоциясын, аң сезимин өзгөртөт, айрымдардын кабыл алуусун өзгөртөт. Булардын баары мээге таасир этет.

Эң кеңири таралган психотроптук активдүү заттар – бул тамеки, насыбай, жыттагыч клейлер. Эң коркунучтуу психотроптук активдүү заттар – бул банги заттары. Тамеки, насыбай жана алардын зыяндуулугуна ар бир инсан кайдыгер карабоо керек. Тамеки тартуу – өзүнүн психикалык абалын өзгөртүү үчүн психотроптук активдүү заттарды колдонуунун эң көп тараган формасы. Тамекидеги активдүү зат никотин деп аталат. Никотин дүлүктүрүүчү зат. Тамекинин түтүнүндү никотинден тышкары организмге өтө зыяндуу 200гө жакын зат, анын ичинде ис газы, синил кислотасы, бензпирен, ыш жана башка зыяндуу заттар бар. Никотин жалаң эле чылым тарткандар үчүн зыяндуу эмес. Анын көпчүлүгү абага бөлүнүп чыгып, тегеректеги элди ууктурат. Тамекинин түтүнү ооздун, мурундун көндөйлөрүнүн, дем алуу жолдорун жана көздүн былжыр челдерин дүйлүктүрөт. Чылым чеккендердин баарынын дээрлик дем алуу жолдору сезгенип ооруйт, ыкшып жөтөлөт. Изилдөөлөр көрсөткөндөй, пассивдүү же эрксиз тамеки чегүү “ышталуу, тамеки түтүнү менен дем алганы” чылым чекпеген адамга чылым чеккен адамдардай эле терс таасирин тийгизет. Кандай адамдар пассивдүү чылым чеккендер болот деген суроо туулат. Айталы кафеде, автобуста, иштеген жеринде чылым чеккен Адамдагы жанында беш саат бирге болсо өзү кошо чылым чеккендей болот. Мунун зыяндуулугу активдүү чеккен адамдан аз эмес.

Дагы бир психотроптук активдүү зат – насыбай. Түтөгөн түтүнү жыттанбайт деп насыбайды колдонгондор да жок эмес. Насыбай махорка сортундагы тамекини аки таш, күл менен (көбүнчөсү саксаунду орттогондон) аралаштырып даярдалат. Насыбай астынкы эрин менен тишити бүйлөнүн ортосуна салынат. Насыбайды колдонгондо кадимки никотин менен уулангандын белгилери байкалат – көп шилекей бөлүнүп чыгат, ооздун ичи ачышат. Насыбайды колдонууга көнүп кеткенде адамдын көнүлү ачылып өзүн сергек сезиши мүмкүн. Бирок көнгөн өлчөмүн албаса көнүлү чөгүп, алы кетип, баардык нерсеге жөндөмдүүлүгү жоголуп жок жерден уруш чыгарып, уйкусу бузулушу мүмкүн. Бул затта ракета алып келүүчү жыйырма сегиз зат бар. Акыркы жылдарда психотроптук активдүү заттарды пайдаланган жаштардын айрыкча мектеп окуучулардын санынын көбөйүшү коомчулуктун глобалдуу социалдык проблемасы болуп калды. Изилдөөнүн негизинде психотроптук активдүү заттарды пайдаланууда региондордун, шаар менен айылдын ортосунда айырмачылыктар бар экендиги байкалган. Мисалы, бул

заттарды пайдалана баштаган жаштардын саны Чүй, Ысыккөл, Ош облустарында басымдуу келет. Буларга салыштырмалуу Нарын облусунда азыраак кездешет, анткени биздин менталитет илгертен буга ылайыкташкан эмес. Адамдын аң сезимин жабырланткан улуу заттарды мектеп окуучуларынын колдонушу ар бар атуулду кайдыгер калтырбшы керек. Улуу затты колдонуп жаткан улан же кыз улутубузду эртеңки келечеги экендигин унутпай, аларга тарбияны үй бүлөдөн, бала бакчадан, мектептен баштап жогорку окуу жайларга чейин терең жайылтуу бүгүнкү күндүн талабы. Психотропту активдүү заттарды пайдалануу мектеп окуучуларынын арасында канчалык денгээлде орун алгандыгы боюнча изилдөө жүргүзүлүп алар менен жекече аңгемелешкенде төмөндөгүдөй жыйынтык чыкты. Окуучулардан эмне үчүн тамеки тарта баштаганын сураганда айрымдары “тамеки чеккенде эс аласын, бирөөгө ачууң келсе аны басат десе”, экинчилери “кызыккандан”, “компания үчүн”, “улуулардай көрүнүш үчүн” деп жоопторду беришти. Көпчүлүк окуучулар бешинчи класстан баштаганын айтышса, айрымдары класста баардык эркек балдар тартып, мен эле тартпай жалгыз калганда мен да кошулдум дейт. Тамеки тартууга кыздардын аралашуусу да байкалды. Алардын ою боюнча тамеки тартуу бул сулуулукту берет жана кыздардын арасында лидерликти колго аласын деп түшүндүрүшөт. Шаардагы мектеп окуучуларына салыштырганда айылдагы мектеп окуучулары тамекини дээрлик азыраак чегери байкалды. Мунун себеби, алар мугалимдин жана ата-эненин көз алдында көбүрөөк болуп жана алардын бош убактысынын аз болушу. Шаардагы мектеп окуучуларынын бош убактысы көбүрөөк, алар интернет менен байланышып ар кандай чет элдик кинофилмдерди көрүп, алардан көбүрөөк таасир ала тургандыгы белгилүү. Ар бир педагог психотроптук активдүү заттарды колдонуунун алдын алуу боюнча ар кандай тарбиялык иштерди жүргүзүүсү керек. Тарбия ишин бала бакчадан баштоо зарыл. Кичинекей бөбөктөргө мультфильмдерди көрсөтүп, жомок айтып, тамекинин зыяндуулугун түшүндүрүү ар бир тарбиячынын милдети. Мектеп окуучусуна тамекинин зыяны адамдын ден соолугуна аң сезимине жана социалдык абалына терс таасирин тийгизерин класстык сааттарда, ата-энелер чогулушунда, атайын өткөрүлүүчү семинарларда толук маалымат берилиши керек. Эгерде окуучу улан же кыз тамеки, насыбай көбүрөөк пайдаланса анын окууга болгон жөндөмдүүлүгү жоголот айлана-чөйрөгө болгон көз карашы өзгөрөт жана үй бүлөдөгү каражат маселесине таасирин тийгизет. Болжол менен бир адам эки күндө бир пачка тамеки чексе, бир айда 15 пачка тамеки, бир жылда 180 пачка тамеки чегет. Ар бир тамекини 10 сомдон эсептегенде бир айда 150 сом, бир жылда 1800 сом чыгым алып келет. Бул үй бүлөдөгү бир адамга кеткен чыгым. Көптөгөн изилдөөлөрдөн адам 10 жашынан тамеки тартса 30 жашында рак оорусуна чалдыгарын жана тамеки тарткандардын 50% 70жашка чыгары күмөн экендиги белгилүү болгон. Орус элинин “уул тарбияласан эркекти, кыз тарбияласан улутту тарбиялайсын” деген макалы эске түшөт. Эркек Ата мекенди коргойт, ал жоокер, эркек үй бүлөөнүн ээси, багарманы. Эгер ал тамекини жаш кезинен тартса, анын ден соолугу түтүнгө ууланса, кантип мекенди коргойт, кантип үй бүлөсүн багат. Тамеки тарткан кыздарыбыз келечекте эне боло алабы, тамекинин зыяны баланын нормалдуу өсүшүнө жана төрөлүшүнө терс таасирин тийгизерин кимдер билбейт. Коомубузда мүмкүнчүлүгү чектелген балдардын көбүрөөк төрөлүп жаткандыгы мунун айкын күбөөсү. Мектеп окутуу менен тарбияны айкалыштырып жүргүзүү керек. Көпчүлүк мезгилдерде окутуу процессин алдыга коюп тарбияны 2чи орунга койгон мезгилдер да кездешет. Мейли адам билимдүү болсун, бирок, анын ден соолугу начар, эмгекке жөндөмдүүлүгү жок болуп, коомубузда иш менен камсыз болбогон дагы бир адамдардын катарын пайда кылып жатат. Жаштарга бул психотроптук активдүү заттардын механизми тийгизген таасирин өз убагында маалымдап турсак, аны колдонууга бөгөт коёр элек. Тамеки тартуу, насыбай сыяктуу терс көрүнүштөрдү колдонуунун терс натыйжаларын түшүнүүнү калыптандыруунун бирден бир жолу;

- жаш муундар арасында профилактикалык программаларды жайылтуу,
- дени сак жашоо образын даңазалоо, жайылтуу
- ден соолуктун маанисин күчөтүү.

Адамдын ден соолугуна коркунуч туудурган илдеттердин зыяндуулугу тууралуу балдарга мүмкүн болушунча эртерээк ачык жана так маалыматты байма-бай маалымдап туруу зарыл. Калыптанып калган стереотип көз карашты жоюп, үйдөгү ата эне, мектептеги мугалим бала менен “тыюу салынган” темалар боюнча канчалык ачык, эркин сүйлөшсө каптап келаткан терс адаттардан ошончо эрте арылабыз. Педагогика илиминин учурдагы приоритеттүү багытарынын бирине – дал ушул адамдын сергек жашоо көндүм, адаттарын калыптандыруу сыяктуу орчундуу маселе айкалышы керек.

Колдонулган адабияттар:

1. С.Байказиев. Ата мекендик Жана дүйнөлүк этика Бишкек-2007
2. Бекембай Апыш Тарбия назарияты Ош-1996
3. Башмакова Л.Н., Горкина В.А. Вич – инфекцияны алдын алуу Бишкек 2008