

КЫРГЫЗСТАНДАГЫ ӨСПҮРҮМ КУРАКТАГЫ БАЛДАР АРАСЫНДАГЫ СУИЦИДТИН  
АЛДЫН АЛУУНУН ПСИХОЛОГИЯЛЫК ЖОЛДОРУ

*Мамашерип кызы Нуриза-ОшМПУнун окутуучусу*

**Аннотация:** Балдардын психологиясынын эрте бузулушун өз убагында дарылоо суицидди алдын алуудагы стратегиянын эң негизги бөлүгү. Бул макалада Кыргызстандагы өспүрүм курактагы балдардын психологиялык бузулуулары жана психологиялык көйгөйлөрдүн көбөйүшү ошол эле учурда суицид менен коштолгон тобокелчиликти алдын алуудагы психологиялык педагогикалык кадамдар тууралуу жазылган.

**Негизги сөздөр:** суицид, психолог, психикалык бузулуулар, өспүрүм, нозология, акыл эстүү, өмүр, психиатрия, аффект.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПУТИ ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДА СРЕДИ  
ПОДРОСТКОВ В КЫРГЫЗСТАНЕ

*Мамашерип кызы Нуриза-преподаватель ОшМПУ*

**Аннотация:** Своевременное работа психолога ранних психологических расстройств у детей является важнейшей частью стратегии профилактики суицида. В данной статье мы проанализировали психологические расстройства и психологические проблемы у подростков Кыргызстана, а также психолого-педагогические мероприятия по предотвращению суицида, риски связанный с суицидом.

**Ключевые слова:** суицид, психолог, психические расстройства, подросток, нозология, вменяемость, жизнь, психиатрия, аффект.

PSYCHOLOGICAL WAYS TO PREVENT SUICIDE AMONG TEENAGERS IN  
KYRGYZSTAN

*Mamasherip kyzy Nurizadepartment teacher OshMPU*

**Annotation.** The timely work of a psychologist of early psychological disorders in children is an essential part of the suicide prevention strategy. In this article, we analyzed psychological disorders and psychological problems in adolescents in Kyrgyzstan, as well as psychological and pedagogical measures to prevent suicide, the risks associated with suicide.

**Key words:** suicide, psychologist, mental disorders, teenager, nosology, sanity, life, psychiatry, affect.

Өзүнүн өмүрүн кыюу же суицид маселеси адам баласы жаралгандан бери эле бар. Акыл эстүү адамдардын бул жашоодо өз өмүрлөрүн өз каалоолору менен кыюуусу азыр жаңылык деле эмес жана анын себептери өсүп гана отурат. Сөз адамдын өмүрү тууралуу болуп жаткандан кийин, бул маселе дайыма эң олуттуу боюнча калмакчы. Суицид баардык мамлекеттерде бар болгон жана болуп турат. Мисалы, Шведдердин суициддерди изилдөө борбору 15 жаштан баштап 19 жашка чейинки курактагы өспүрүмдөрдүн өзүнүн өмүрүн кыйгандардын саны Россияда биринчи орунда турарын белгилешкен. Бизде да бул маселе олуттуу. Өзгөчө өтө эле жаш периштедей күнөөсү жок балдардын жана секелек кыздардын өмүрлөрүн өздөрү кыйып жаткандары абдан жүрөктү оорутат.

Негизинен өз өмүрүн кыюу бүткүл адамзат тарыхында болуп келген. Бир убакта бул оору азыркы цивилизацияда жөнөкөй белгисиз маданияттын негизинде келип чыккан деп эсептешкен. Бирок, мындай жыйынтык туура эмес. Кээ бир маданияты өнүкпөгөн мамлекеттерде деле суицид көп кездешет.

Дүйнө жүзү боюнча жыл сайын 1100 000 адам өз жанын кыйып каза тапса, дагы 19000 000 адам өз жанын кыюуга аракет жасайт. Мамлекеттер боюнча эң көп суицид катталган өлкө Кытай жана Индия болсо, Кыргызстанда бир жыл ичинде 100дөй өспүрүм курактагы балдар өз жанын кыйып суицидге барышат. Акыркы жыл үч жыл ичинде Кыргызстанда 409 өспүрүм кыздар, ал эми 195 өспүрүм эркек балдар суицидге барышты же аракет кылышты. Суициддордун , психологдордун айтымында өспүрүм курактагы балдардын суицитке баруусунун көптөгөн себептери бар.[1,3]

Суицид - бул белгилүү бир психикалык көйгөйлөрдүн кесепети гана эмес, ал көптөгөн адамдардын таасирин тийгизген ар кандай глобалдык тобокелдик факторлору менен байланыштуу болгон социалдык стресс.

Суицид проблемасына кызыгуу ар түрдүү тармактардагы адистердин арасында байкалат: дарыгерлер, психологдор, социалдык кызматкерлер, социологдор, педагогдор. Суициддердин себептери, алардын статистикасы, ар кандай социалдык, демографиялык, экономикалык, саясий жана башка факторлордун таасири изилденип жатат.

Психопатологиялык мамиле өзүн - өзү өлтүрүүнү курч же өнөкөт психикалык бузулуулардын көрүнүшү катары карайт. Өзүн-өзү өлтүрүүлөрдү өзүнчө нозологиялык бирдик катары бөлүп көрсөтүү аракеттери жасалды, бирок майнапсыз болгон. Бир аз окшош позиция суициддик жүрүм-турумду чек ара мамлекети катары кароо менен айтылат. А.Е.Личко өспүрүмдөрдүн суициди жөнүндө мындай деп жазат: «Өспүрүмдөрдүн суициддик жүрүм-туруму негизинен психиатриянын чек аралык проблемасы, башкача айтканда, мүнөздүн акцентуациясынын фонунда психопатия жана психотикалык эмес реактивдүү абалдарды изилдөө чөйрөсү». А.Е. Личко белгилегендей, өспүрүмдөрдүн 10% өз жанын кыюуга чыныгы каалоо бар, 90% өспүрүмдүн өзүн-өзү өлтүрүү жүрүм-туруму «жардам сурап кыйкырык» болуп саналат. Мындай аракеттердин 80% үйдө, бул аракеттер күндүзү же кечинде жасалат деген бекеринен эмес.[1,2]

Кайсыл жакта, канча адам, кандай себептерден улам мындай учурларга кезигишип жаткандары тууралуу сөз кылуудан мурун Суицид эмне экендиги тууралуу айтып өтсөм. Суицид көптөгөн илим изилдөөчүлөр жана психологдордун ой-пикирлерине таянып, алар төмөнкүлөр:

- Тынчсыздануунун бузулушу
- Депрессия
- Биполярдык бузулуу
- Көңүлдүн жетишсиздиги/Гиперактивдүүлүк
- Окуунун бузулушу
- Жүрүм –турумдун бузулушу
- Тамактануунун бузулушу
- Шизофрения
- Суициддик ойлор

Биздин өлкөдөгү катталган суицид туралуу көптөгөн фаткылар бар. Жакынкы арада Ош облустунун мектептерин биринде болгон эки жолку 13-14 жаш курактагы өспүрөмдөрдүн өлүмүн мисал катары айткым келет. Бул курактагы балдардын психологиясын баардык ата эне же болбосо баардык мугалим билсе билбесе дагы ар биринин оздөрүнүн тарбиялык аракеттери же болбосо предметтик сабактарын жеткиликтүү окутуу максатында балдардын психологиясын аныктоо, билүү кыйынчылык жарататтыр.

Ошол себептен улам ар бир мектепте психологдодун болушу керек деген пикирди айткым келет. Себеби психологдор мектептеги окуучулардын психологиялык жактан бузулуудагы абалын алдын алуу аракетин көрүшмөк. Мектептерде психолог жетишсиз же штат жок. Мектептерде соц педагогдор бар. Алар окуучулардын социалдык абалын карайт тарбиялайт. Ал эми психологдор окуучулардагы көйгөй же психологиялык ар кандай кырдаалдагы абалды алдын алат. Орто Азиядагы бардык кошуна өлкөлөрдүн мектептеринде, бала бакчаларында окуу жайларында психологдор бар. Кыргызстанда жетишсиз же көпчүлүк мектептерде жокко эсе. Мисалы Ош облустундагы мектептерде жок десек болот.

Психикалык бузулуулар же психологиялык көйгөйлөр маанайдын, ой жүгүртүүнүн жана жүрүм турумдун өзгөрүшү же алардын кандайдыр бир белгилүү же белгисиз таасирлердин, себептердин айкалышы менен мүнөздөлөт. Суицид катталаган учурдагы белгилүү шарттар адамдын ыңгайсыздыгын же жашоонун сапатынын төмөндөшүн жана физикалык, акыл эс жана социалдык жактан туура иштөө жөндөмүн пайда кылышы мүмкүн. Психикалык бузулуулардын жана көз карандылыктын жарымынан көбү 13-14 жаштан башталат. Бир нече себептерден улам психологиялык жактан жабыркаган өспүрүмдөрдүн санын эсептоо кыйын. Өспүрүм жана бала кезинде пайда болушу мүмкүн болгон психикалык, эмоционалдык жана жүрүм – турум бузулуулар ар бири адамдын жалпы ден – соолугуна, өмүрүнө чоң таасирин тийгизиши мүмкүн. Өспүрүм курак – бул куракта бала коомдо өзүнүн ордун издейт, чоңдодун коомдук турмушуна аралашкысы келет. Балдар дүйнөсүнөн чыгып,

чоңдор менен толук кандуу аралаша албайт. Бул эки социалдык топтун ортосунда өзгөчө бир өспүрүмдүк субкультураны түзөт. Өспүрүмдөр менен мамиле курууда койгон талаптар аргументтүү болуу керек. Мааниси жок талаптардын жөн эле таңуулай бербеш керек. Ал өспүрүм бала бет келген кыйынчылыкка туруштук бере албай, чийеленишкен түйүндүн жандандандыруунун оңой жолу өз жанын кыйуу деп ойлойт. Андай иштердин дээрлик 90 пайызы көйгөйлөрүн чече алышпай калганда барышкан. Айрымдары акыркы демин тарта баштаганда гана туура эмес кылып жаткандыгын, жашагысы келип жаткандыгын түшүнөт.

Көпчүлүккө суицидге кабылган өспүрүмдөрдүн жүрүм – туруму, акыл –эси жайында эместей туюлат. Аларды психикалык жактан жабыркаган балдарга дагы алмаштырып алгандар бар. Суициддер өздөрүн “псих” катары көргөзүшү мүмкүн. Бирок, алардын башкаларга коркунуч деле алып келбейт. Эреже боюнча өз жанын кыюуга аракет кылган өспүрүмдөр психикалык жактан оорулуу деп эсептелинбейт. Алар өздөрүнө гана коркунуч алып келишет.

Биздин өлкөдөгү тактап айтканда Кыргызстандагы өспүрүмдөрдүн өз өмүрүн кыйуусунун бир нече себептери бар мисалы: Мигранттуулук, ата эне менен баланын алыстыгы, жаңы шарттарга көнө албоо, үйдөгү коргоонун жоктугу, окуу убагында өз деңгээлинин түшүп калышы, жатаканадагы шарттын жоктугу, ар кандай ушактардын таркашы, өз алдынча боло албашы, мугалим же тентуштары тарабынан басмырланышы, ийгиликсиз сүйүү сезимдери, эрте үйлөнүү, айыкпас ооруга чалдыгуусу, баңгизат колдонуусу, депрессияга чалдыгышы жакырчылык, үй-бүлөсү, тең туштары менен болгон начар мамиле, зордук зомбулук, айыкпас оорулар, мазактоолор себеп. Ошондой эле көпчүлүк учурда гомосексуал жаш өспүрүмдөрдүн көбөйүшү өз өмүрлөрүн кыйышат жана башка.

Белгилүү болгондой көпчүлүк учурда ата –энеси, үй бүлөсү менен тил табыша албаганда да бул көрүнүш көп байкалат.

Ата-энелердин басымдуу бөлүгү, мугалимдер “суицид” деген терминди колдонуудан качышат. Себеби, өсүп келе жаткан жаткан муунду өзүн өзү өлтүрүүгө болгон козутууну пайда кылат деп ойлошот. Ал эми психолог адистеринин айтымында, өспүрүмдөр менен суицид тууралуу сүйлөшүүдө аларды андай ишке баргызбайт. Бул тууралуу ата –эне, ата – эне бир туугандарыбыз менен сүйлөшө албайбыз. Ал эми кимдир бирөө ушундай ишке барып калгандыгын угуп калсак анда “Эмне үчүн ал ушундай ишке барды ?” деген суроону өзүлөрүнө узатышат. Бул суроонун жообу божомол түрүндө болсо дагы бар деп ойлойлук, бирок сиздер бул суроого жоопту бир түрдү ала албайсыз. Билбейсиз ал эмне үчүн бул жашоодон кеткиси келгендигин. Эмне себептен жашоодон чарчагандыгын билүү кыйыныраак. [4] Өзүн-өзү өлтүрүү азыркы орус реалдуулугунун каалабаган социалдык көрүнүшү. Биздин маданиятыбызда өзүн-өзү өлтүрүүнү баатырдык же күнөөдөн арылтуу курмандыгы катары баалоо салт эмес. Өз жанын кыюуну үмүтсүздүк, үмүтсүздүк же оорудан улам келип чыккан иш катары кароо адат. Ал эми суицидге барган адамдар үчүн – ар кандай тармактагы адистердин, эң башкысы психологдордун жардамына өтө муктаж адамдар катары. Өзүн-өзү өлтүрүү феноменин көп кылымдык түшүнүү, суициддик жүрүм-туруму бар адамдар менен иштөөнүн түрдүү психологиялык мамилелеринин жана практикалык методдорунун пайда болушуна алып келди. Психологиялык ыкмаларга антропологиялык мамиле, психологиялык мамиленин өзү келип чыгышы психоанализден, психопатологиялык мамиледен жана социалдык-психологиялык мамиледен турат. Психологиялык түшүндүрмөлөр дайыма социологиялык жана маданий түшүндүрмөлөр менен толукталат. [5]

Албетте, өзүн-өзү өлтүрүү, ар кандай иш-аракеттер сыяктуу эле, себеби бар. Бир гана алар өзүн - өзү өлтүрүүнүн тегерегиндеги адамдарга дайыма эле түшүнүктүү боло бербейт. Өзүн - өзү өлтүрүүнүн негизги себептерин жазадан коркуу, психикалык оору, үйдөгү жана жумуштагы кыйынчылыктар, кумарлар жана аффекттер, каржылык жоготуулар жана жакырчылык, жашоого тойуу, соматикалык оорулар деп атаса болот. Суициддердин тандаган өлүм ыкмасы көптөгөн факторлорго көз каранды: маданий, характерологиялык, кырдаалдык. Бирок дүйнөдө өзүн-өзү өлтүрүүнүн эң популярдуу ыкмасы - асынып алуу.

Суициддик жүрүм-турумдун өнүгүшүнө көптөгөн факторлор таасир этет жана көбүнчө алардын кайсынысы чечүүчү болуп чыкканы белгисиз. Суицидогендик факторлорго төмөнкүлөр кирет: психологиялык, экологиялык, экономикалык, социалдык, маданий. [4,5]

Өз жанын кыюуга аракет кылган адамдарда өзүн өзү өлтүрүүгө умтулган өзгөчөлүктөр бар, алар тиешелүү кырдаалдарда өзүн көрсөтөт. Ошондуктан, ар кандай адистиктеги психологдор кризистин өнүгүшүн алгачкы этапта аныктоого жана жекече же топ менен зарыл болгон психотерапевттик же консультациялык жардамды көрсөтүүгө мүмкүндүк берген диагностикалык методдордун түрдүү пакеттерин жана батарейкаларын иштеп чыгышат. Суициддик жүрүм-турумдун ыктымалдуулугунун жогорулашы менен байланышкан диагностикалык маанилүү көрсөткүчтөр тынчсыздануу, нааразычылык, агрессия жана катаалдык болуп саналат.

Эгерде суициддик жүрүм-турум коркунучу жогору болсо, анда индивидуалдык психологиялык консультация же психотерапия көрсөтүлөт, анын эң маанилүү натыйжасы кардар үчүн анын жалгыз эмес, угуп жатканын түшүнүү жана сезүү болуп саналат.

Психолог ишке ашпай калган суициддер менен мүмкүн болушунча сейрек иштеши үчүн, биринчи кезекте, баарлашууну, өз ара түшүнүшүүнү, жаңы мамилелерди өнүктүрүүгө багытталган атайын реабилитациялык жана реадaptациялоо программаларына ылайык, "суициддик жүрүм-турумду өнүктүрүү коркунучу бар топтор" менен профилактикалык иштерди жүргүзүү зарыл.

Психологдордун санынын көбөйүшү жана кардарлар менен иштөө технологияларынын өнүгүшү менен суициддик жүрүм-турум коркунучунун көйгөйлөрү чечиле баштайт.

#### **Колдонулган адабияттар:**

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. – М., 1980.
2. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности. М. 2004.
3. Фрейд З. О психоанализе. Психология бессознательного. – СПб, 2007;
4. Хартман Х. Эго-психология и проблемы адаптации личности. М. 2002.
5. Шнайдер Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг. Учеб. Пособие.2005.