



**Қош  
келдіңіздер!**





Суицид  
дегеніміз не?

# Суицид

## Суицид

(латынша: Sui caedere -  
өзін өлтіру) – адамның  
өзіне - өзінің қиянат  
жасап, өз өмірін  
қиюы.



## ***Мына ақпаратқа назар аударсақ***

Жыл сайын 10 – 20 миллион адам суицид жасауға бекінеді. Олардың бір миллионға жуығы жарық дүниемен қош айтысады. Алдыңғы қатарлы суицид жасаушылардың отаны ретінде, басқасын айтпағанда көрші мемлекеттер Ресей мен Қытай және Қазақстанды айтуға болады.

Қазіргі кезде Дүниежүзілік Денсаулық Сақтау Ұйымының дерегі бойынша Қазақстан елдегі азаматтарының өз өмірлерін қиюы бойынша әлемде үшінші орынды алады. Ал осыдан үш жыл бұрын деректер бойынша Қазақстан бесінші орында болған. Әлемде жыл сайын бір миллиондай адам өзін - өзі өлтіреді. Бір миллион адамның 8 мыңы Қазақстандықтардан тұрады. Бұл дегеніміз әрбір сағат сайын бір қазақстандық суицид жасайды дегенді білдіреді. Бір өкініштісі, суицид жасаушы еліміздің болашағы деп санаған жас буын өкілдері.

**Өз-өзіне қол жұмсаудың  
тәсілдері:**

*1. Дәрі- дәрмекпен улану*

*2. Химиялық затпен улану*

*3. Өз тамырын кесу, асылып  
өлу*

## **Суицид жағдайына бейім тұлғаның мінез-құлықтық ерекшеліктері:**

- *Өзін өлтіру туралы табанды немесе қайталанған ойлар;***
- *Жабығулы көңіл күй, асқа тәбеттің және өмірлік белсенділігінің жиі жоғалуы, ұйқысының қашуы;***
- *Көп жағдайда есірткі немесе спирттік ішімдікке тәуелді болуы;***
- *Оқшаулануы, өзін ешкімге керегі жоқ сезінуі;***
- *Үмітсіздік, дәрменсіздік сезімі. Осы уақытта өзіне-өзі қол жұмсау тілегі алғашқы, күшті сезімі болуы мүмкін.***
- *Еш үмітсіз сезімнен және өзін өлтіру туралы ойының әсерінен басқа адамдармен қарым-қатынас жасай білмеуі;***



- **Жеткіншектің өзіне-өзі қол жұмсауының себептері:**

- Депрессиялық көңіл күй. Жеткіншектің жанының жараланғыштығы, психикалық ауруларға шалдығуы да әсерін тигізеді.
- Отбасындағы шиленіскен қарым-қатынастар әсерін тигізеді;
- Оқудағы қиындықтар (мұғаліммен ортақ тіл табыса алмауы да әсерін тигізеді);
- Ол әдетте сәтсіздіктің белгісі, басқа адамдармен қарым-қатынасындағы сәтсіздіктер, жақын адамынан айырылу;
- Қоғамдық орындардағы эмоционалдық, психикалық көңіл күйге назар аудармай, ауыр дөрекі сөздермен кемсіту, аrhoждан, намысқа тию;
- Дене бітімінде физиологиялық кемшіліктер (адамның өзіне-өзі қанағаттанбауы).

## Жасөспірімдердің өз-өзіне қол жұмсауы жөніндегі мәселе бойынша ата-аналарға кеңес беру

- 1. Отбасы арасындағы ұрыс - керіске балаларды араластырмау**
- 2. Өз балаларыңызға өмірге деген талпынысын, мақсатын құруға көмектесу**
- 3. Қиыншылықтарды жеңуге көмектесу**
- 4. Жасөспірімдердің талпынысына, өмірді бастауына қолғабыс тигізу**
- 5. Ешқандай жағдайда, қол күшін пайдаланып жаза қолданбаңыз**
- 6. Өз балаларыңызды жақсы көріп, көбірек көңіл бөліңіз.**
- 7. Баланың құқығы мен міндетін дұрыс құрастырыңыз: үйде, мектепте, көшеде. Бұл жерде тек қатыгездік емес, түсіністік керек.**
- 8. Егер балаңыз тату, түсіністікте өмір сүрсін десеңіз, оның кемшіліктерін бетіне айта бермеңіз, кіналамаңыз.**



**Бір – біріңізді кіналамаңыздар. Қиын жағдайда жаныңда түсінетін, жақсы көретін адамның болуы бәріне байланысты Ол оның өмірін сақтап қала алады. Ең бастысы, балалар қандай болса, сол мінезімен қабылдауға үйрену керек. Біз, ата-аналар, балалардың тәрбиелі болып өсуіне, дамуына көмектесу арқылы, өзіміздің еңбегіміздің нәтижесін көреміз.**

**«Не ексең, соны орасың! »- деп халық жәй айтпаған.**

***Сондықтан ата-аналарға мынандай кеңес: «Балаларыңызды жақсы көріңіздер, шындықты ғана айтыңыздар, шындықты ғана талап етіңіздер».***