

*«Жасөспірім  
шақтағы жас  
ерекшелік»*

## Суицидтің филология, психология, дін тұрғысынан сипаттамасы

«**Суицид**» латын тілінен алғанда «өзін-өзі өлтіру, өзіне қол салу» деген мағынаны білдіреді. Тағы бір синонимдік мағынасы «қасақана өз өмірін қию».

**Суицидтік мінез-құлық** – әдетте, өзін-өзі өлтіру жеке тұлғаның микроәлеуметтік конфликтіден пайда болған әлеуметтік - психологиялық дезадаптация.

**Алла тағала қасиетті Құран Кәрімде:** ”Адамның бүкіл тіршілігі де, өмірден озуы да сынақ. Адамның өзіне қол жұмсауы осы сынақтан омақаса құлаудың айқын бір белгісі. Кісінің өзін өзі өлтіруі-Алланың кешірім, мейірімінен, рақымынан қол үздіреді”.

## Суицидтік мінез-құлықтың түрлері

### Шынайы

### Демонстрациялық

### Жасырын

Қашанда жабырқау, дағдарыстық жағдайда жүреді; өмірден қашу жайлыой; өмір сүрудің мәні жайлы ойланып күйзелу.

Демонстративтік әрекет: қан тамырларын кесу, әсері әлсіз дәрілер ішу, асылуды бейнелеу.

Бұл қауіпті мінез-құлық. Өмірден өтуден гөрі өліммен ойнауға көбірек ұқсайды. Мысалы: жол көлігі апаты, әсері күшті зиянды заттар пайдалану.

# Жасөспірімдерді өзіне-өзі қол жұмсауға апаратын факторлар

Өз құрбыларының арасында өзін-өзі кемсіту.  
Махабаттағы сәтсіздік.  
Жалғыздық  
Денсаулық жағдайы (психикалық және соматикалық аурулар, мүгедектік)

Өзіне-өзі сенбеушілік.  
Өзгелерден өзін әлсіз санау.  
Мысалы: “өзін-өзі Менің қолымнан түк келмейді, мен ештеңеге жарамаймын” өзін өзін-өзі кемсіту, өзіне-өзі қанағаттанбау

Сәтсіз отбасы.  
Материалдық-тұрмыстық қиындықтар.  
Отбасындағы балаға көңіл бөлмеушілік, оқшауланып қалуы.

Мұғалімдермен қарым-қатынастың жағымсыздық жағдайынан.  
Оқумен байланысты дау-дамайлар;  
Компьютерлік ойындар мен діни секталар.



депрессия



Шарасыздық



Өзін-өзі  
таба алмау



ауырсыну

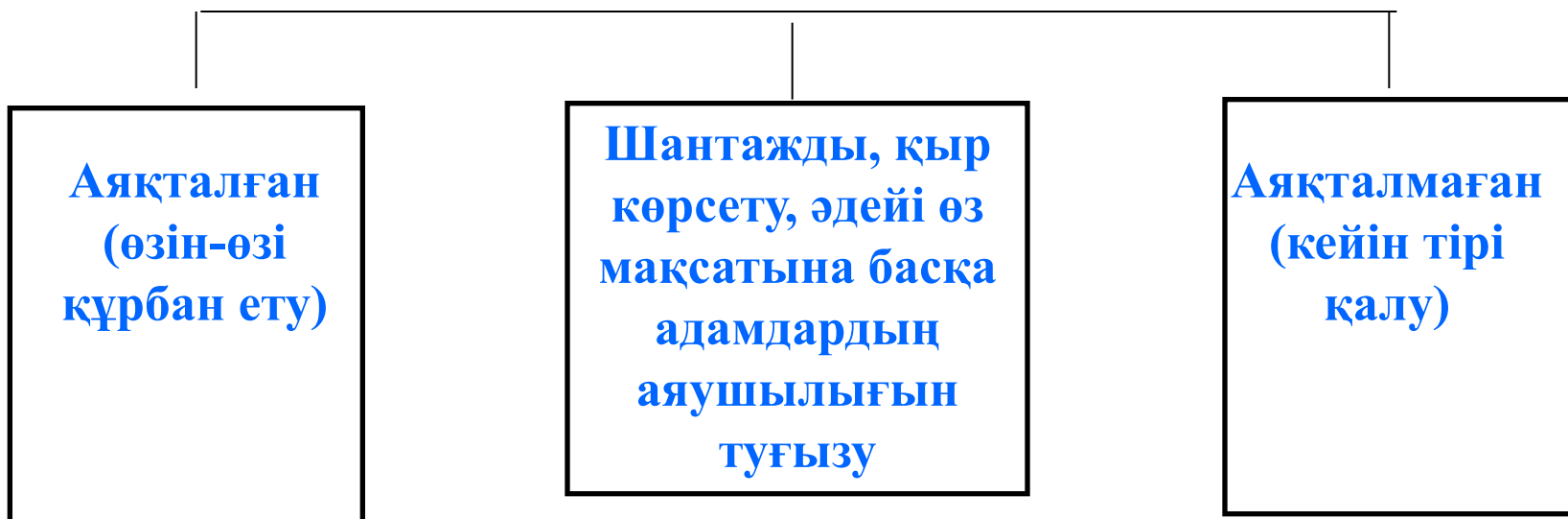


стресс



Өз өмірін қию

# Өзіне-өзі қол жұмсау үш түрде аяқталады



**Өз жұмыстарын  
ретке келтіру**

**Құнды  
заттарын  
тарату, буып-  
түю. Бала  
бұрын  
ұқыпсыз,  
салақ болса  
да, күтпеген  
жерден  
барлық  
нәрсесін  
реттей  
бастайды.**

**Қоштасу**

**Кездескен  
жақындарына  
жасаған  
жақсылықтары,  
көмектері үшін  
алғыс айтып,  
ренжіткендеріне  
н кешірім сұрау.**

**Жазбаша  
түрде қоштасу**

**Қоштасу  
хаттарын  
жазу,  
күнделік  
жазып  
жыртып  
тастау  
немесе  
тығып,  
жасырып  
жүру**

Көмекке шақыру

Бір нәрсеге қол жеткізу тәсілі.  
Басқалардың көңіл бөлгенін қалау.  
Басқа адамдарға шамадан көп тәуелді болуы.  
Олардың көбі өлімнен қорқады.  
Құтқарып қалады деген оймен жасайды. Кейде біз кеш қаламыз.

Болашаққа үмітсіздік

Жасөспірімге өмір мәнсіз көрінеді және болашаққа сенімі жоғалады.  
Өз өмірін өзгертуге дәрменсіздігін ссезіп өмірден түңіледі.

Мәселенің көптігі

Жасөспірімдер үшін мәселенің шешімін таба алмауы, амалы таусылып тығырыққа тірелген кездерінде, мысалы: қылмыс жасағанда

Біреуге жәбірлік жасау, қасірет келтіру әрекеті

Жақындарына өзінің орнын дәлелдегісі келгендегі іс-әрекеті.  
Мысалы: “Олар әлі өкінеді”, “Оларға мен қайғы тауып беремін” деген ойлар болады.



## Жасөспірімдер суицидінің алдын алу жолдары

### Тыңдай біліңіз!

“Барлық нәрсе бірдей нашар емес”, “Мұның бәрі ұмытылып кетеді” немесе “Мұны істеуге болмайды” деген жалпыламай сөзбен жұбатып қана қоймай, сонымен қатар өз ойын, көзқарасын айтуға мүмкіндік беріңіз. Досыңызды жақсы түсіну үшін сұрақтарды қойыңыз және зер салып тыңдаңыз.

### Талқылаңыз!

Құрбыңыз немесе досыңыздың келешек жоспарын және мәселелерін ашық талқылау және мазасыздығын, үрейін, қорқынышын жеңілдету үшін ашық әңгіме құрудан қашпаңыз. Ол өз ойын ортаға салып, жан дүниесіндегі шешімін таппай жүрген мұңын сізге айтып жеңілдеп қалады.

### Зер салыңыз, көңіл аударыңыз!

Құрбыңыз немесе досыңыздың өз-өзіне қол жұмсау туралы қалжыңдап немесе қорқытып айтқан сөздерін байыппен қабылдаңыз, көп уақыттарда бұл сөздерді шын көңілімен айтқанын мойындамай, керісінше тыңдаушысын үрейі үшін мазактауға тырысады немесе ашу білдіреді. Ал сіз бұл сөздерді шындап қабылдағаныңызды түсіндіріңіз.

## *С т а т и с т и к а*

Бүкіл әлемде суицид салдарынан жылына **800 000** өлім болады

**Әр секунд** сайын **1** адам өмірі өліммен аяқталады

Кемінде, жылына **100 000** жасөспірім өмірлерін суицидпен аяқтайды

Қазақстан әлем бойынша **3** орын алса, ТМД елдері бойынша **1** орында

*“Қайғының артында қуаныш бар,  
бейнеттің артында зейнет бар”  
деп, келер күнге үлкен үмітпен қарап  
өмір сүру керек*

*Дарияларды қаншама дауыл  
шайқаған,*

*Бәрібір тұнық болды ма кезің  
байқаған?*

*Сан қиындыққа салып қойса да сені  
өмірің,*

*Езіле көрме, еңсеңді көтер қайтадан!*