

Қорыта айтқанда, білім алушыларды шығармашылықпен жұмыс жасатып, алған ақпараттарын өмірде қолдана алуына жағдай жасау үшін құзыреттілік тұрғысынан оқыту тәсілдерін қолданудың білім алушының біліктілігін арттыру үшін маңызы зор. Болашақ ұрпағымыз жаңа заман талабына сай білімді, жан - жақты, коммуникабельді, мәдениетті, өмірге икемделген тұлға болуы үшін оның бойында құзыреттілікті дамыту ұстаздың қолында.

ӘДЕБИЕТТЕР:

1. Құдайбергенова К. С. Құзырлылық амалының негізгі ұғымдары. Алматы 2019
2. Қазбекова Н. Т. Қазақ тілі сабақтарында коммуникативтік оқытудың элементтерін қолдану 12 жылдық білім журналы 2006 №1
3. Тұрғынбаева Б. А. Ұстаздық шығармашылық. Алматы 2007
4. Журнал «Қазақстан мектебі», №12, 2018
5. «Бастауыш мектеп» журналы №1, 2007
6. Барсай Б. Бастауыш сыныпта оқытудың жаңа технологиясы. Бастауыш мектеп, №1, 2020
7. Айдосова З. «Дамыта оқыту технологиясының мәселелері» 2022

ӘОЖ 541.124

<https://doi.org/10.53355/j0179-1304-2336-o>

ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ АУТОДЕСТРУКТИВТІ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТАРЫН АЛДЫН АЛУ

Қалымбек Ф., студент

Ғылыми жетекші: Наубаева Х. Т., пс. ғ. д., қауымдастырылған профессор

І. Жансүгіров атындағы Жетісу университеті, Талдықорған қ.

E-mail: fkalymbek@mail.ru

Мақалада "аутодеструктивті мінез-құлық", "алдын-алу", "жасөспірім" ұғымдары қарастырылады. Аутодеструктивті мінез-құлық формалары келтірілген. Алдын алудың маңыздылығы көрсетілген. Ата-аналарға аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын-алу бойынша ұсыныс ұсынылды.

Тірек сөздер: аутодеструктивті мінез – құлық алдын – алу, жасөспірімдер, ата-аналар.

В статье рассматриваются понятия «аутодеструктивное поведение», «профилактика», «подросток». Приведены формы аутодеструктивного поведения. Показана важность профилактики. Предложена рекомендация родителям по профилактике аутодеструктивного поведения.

Ключевые слова: аутодеструктивное поведение профилактика, подростки, родители.

The article discusses the concept of "autodestructive behavior", "prevention", "teenager". Results form of self - destructive behavior. The basic components of psychological victimization teenager. The importance of prevention. It offers advice to parents on the prevention of self - destructive behavior.

Keywords: auto – destructive behavior prevention, adolescents, parents.

Қазіргі кезде жасөспірімдердің аутодеструктивті мінез-құлықын зерттеу өзекті болып отыр. Теріс әлеуметтік-экономикалық құбылыстардың салдарының бірі-аутодеструктивті мінез-құлыққа бейім адамдар санының көбеюі. Жасөспірімдік жасқа тән өзін-өзі реттеудің қиындықтары импульсивтілікте, алаңдаушылықта, өзін-өзі бағалау және эмоцияларды басқару мәселелерінде көрініс табады [5,125 б.]. Біріншіден, жасөспірімдердің осы бейімділігінің теріс салдарларының қаупін жақсы түсіну үшін "аутодеструктивті мінез-құлық" ұғымына келетін болсақ. Аутодеструктивті (өзін — өзі зақымдайтын) мінез-құлық-адамның қоршаған ортамен және өзара әрекеттесу зиян келтіру тәсілі, яғни оның

әрекеттері өзінің соматикалық немесе психикалық денсаулығына тікелей немесе жанама зиян келтіруге бағытталған, адамның тұтастығы мен жеке басының дамуына қауіп төндіретін мінез-құлық болып табылады. Бұл танымдық, эмоционалды және мінез-құлық деңгейінде көрінетін күрделі көп өлшемді құбылыс.

Н. А. Польская аутодеструктивті мінез-құлықты өзін-өзі жоюдың әртүрлі формаларымен байланыстырады: жаңа сезімдерді іздеуге бағытталған жоғары қауіпті әрекеттерден бастап, өзіне-өзі зиян келтіру және өзіне-өзі қол жұмсау әрекеттеріне дейін, қасақана зиян келтіру немесе жеке адам үшін теріс салдары бар әрекеттерді орындау. Бұл ұғым өзіне-өзі қол жұмсау және өзіне-өзі зиян келтіру мінез-құлықты білдіреді, көбінесе кездесетін - алкоголь мен есірткі мен химиялық тәуелділік, тамақтанудың бұзылуы [6, 177 б].

Аутодеструктивті мінез-құлықты қалыптастырудың негізгі психологиялық механизмдерінің бірі - *эмоционалды дисрегуляция*. Эмоционалды дисрегуляция эмоцияның қалыпты реттелуінің бұзылуын білдіреді. Эмоционалды реттеудің бұзылуы күш-жігерге қарамастан, эмоцияларды реттеу әрекеттері өз мақсатына жетпеген кезде және эмоциялар, сондай-ақ олармен байланысты мінез-құлық қалаған жолмен өзгермеген кезде пайда болады. Жасөспірімде эмоционалды дисрегуляция белгілері болуы мүмкін:

- теріс, ауыр эмоционалды тәжірибелердің басым болуы;
- импульсивтілік;
- көңіл-күйге тәуелді емес мақсаттарға қол жеткізу кезінде эмоционалды қозуды реттеудегі елеулі қиындықтар;
- күшті стресстерге ұшыраған кезде эмоционалды күйзеліс, сезімталдық.

А.А. Руженков, Г.А. Лобов, А.В. Боева аутодеструктивті мінез - құлықты қасақана әрекет ретінде анықтайды, оның салдары жеке тұлғаның физикалық немесе психикалық бұзылуы болып табылады. Тікелей аутодеструкцияны жанама түрден - өзін өмірден айыру мақсатынсыз өз денсаулығына кейінге қалдырылған зиян келтіруден ажыратады, ол өз кезегінде белсенді (саналы) және пассивті (бейсаналық) болып бөлінуі мүмкін. Руженков, Г.А. Лобов, А.В. Боева аутодеструктивті мінез-құлықты жеті топқа бөледі: релаксациялық, манипуляциялық, инфантильді - демонстрациялық, шақыру, инфантильді-еліктеу, инфантильді - мазохистикалық және симуляциялық [7, 43 б.].

Ц.П. Короленко және Т. А. Донских, мінез - құлық ауытқуларын талдай отырып, екі топты ажыратады: стандартты емес (жаңа ойлау немесе идеялар түрінде, сондай-ақ әлеуметтік мінез-құлық стереотиптерінен тыс әрекеттер) және деструктивті мінез-құлық (әлеуметтік нормаларды бұзуға бағытталған сыртқы мінез-құлық және тұлғаның өзін ыдыратуға бағытталған ішкі мінез-құлық, оның регрессиясы). Авторлар аутодеструктивті (өзін-өзі бұзатын) мінез-құлықты медициналық және психологиялық нормалардан ауытқып, адамның тұтастығы мен дамуына қауіп төндіретін мінез-құлық деп атады. Олар мінез-құлықтың келесі түрлерін қарастырады: суицидтік мінез-құлық, тамақ немесе химиялық тәуелділік, фанатикалық мінез-құлық, аутистикалық мінез-құлық, өмірге қауіп төндіретін іс-әрекеттер (экстремалды спорт, автомобильде жүру кезінде айтарлықтай жылдамдық және т.б.) [3, 200 б.]. Осылайша, аутодеструктивті мінез-құлық адамның басқа адамдармен және өзімен өзара әрекеттесу тәсілін білдіреді, яғни оның әрекеттері адамның тұтастығына және дамуына қауіп төндіруге бағытталған.

Сондай – ақ, аутодеструктивті мінез-құлықтың көптеген түрлерінің анықтамаларына келетін болсақ, олардың әрқайсысының өзіндік спецификалық көрініс пен түзету ерекшеліктері бар. Бірақ оның кез - келген формасының түбірінде адамның өзімен және басқа адамдармен үйлесімді қарым-қатынас орната алмауынан туындайтын және шешілмеген ішкі проблемалар бар.

• *Аутистік мінез-құлық* – шындыққа және күнделікті өмірдің талаптарына бейімделмеумен, қиял әлеміне тартылумен (эскапизм), қарым-қатынастан бас тартумен және жалғыздықты таңдаумен сипатталатын мінез-құлық [4, 133 б.]. Аутистік мінез-құлықтың салдары әлеуметтік ынталандырудың жеткіліксіздігі. Бұл жағдайда

қанағаттанбаған тілектердің болжамды жүзеге асуымен пассивті қиялдың компенсаторлы күшеюі байқалады. Жасөспірім «қиялдық өмірге» еніп, барған сайын шындықтан алыстап барады. Бірақ бұл жағдайда жеке қиындықтар мен назар аудару қажеттілігі психосоматикалық белгілердің қалыптасуында немесе депрессиялық күйде көрінеді.

- *Фанатикалық мінез – құлық* - деструктивті табынушылыққа қатысу, кез-келген спорт түріне немесе музыкалық бағытқа өте күшті құмарлық. Деструктивті культтер мен экстремистік ұйымдарға тарту бойынша тәуекел тобына истероидты, психоастеникалық, параноидтық сипаттағы екпіндері бар адамдар, тәуелді тұлғалар, толық емес отбасылардан шыққан адамдар, шектен тыс қорғаншылықтары бар отбасылар, асоциалды отбасылар, физикалық мүмкіндіктері шектеулі адамдар, ауыр психотробиумадан аман қалған адамдар, дамыған эйдетикалық қабылдауы бар адамдар, конфабуляцияға бейім адамдар, культ мүшелерінің балалары, немерелері мен туыстары [1, 49 б.].

- *Виктимді мінез-құлық* (лат. victima-жәбірленуші) - басқа адамды жеңіл, азғындық немесе заңсыз әрекет жасауға итермелейтін әрекеттер немесе әрекетсіздік [2, 322 б.].

Жасөспірімдердің өз-өзіне зиян келтіретін мінез-құлқының алдын алуға үлкен көңіл бөлу керек екені анық. Кейбір балалар сыныптастарының назарында болуға, көшбасшылық позицияны иеленуге соншалықты, өздерінің талаптары бойынша өзін ұстай алмай, адекватты емес тәсілдерін таңдайды. Көптеген психологтар мен педагогтар балаға ұжымда өзін артық сезінбеуге қалай көмектесуге болады, оны қарым-қатынасқа үйретуге бола ма, ересектер (мұғалімдер, психологтар, ата-аналар) оған өз құрдастарының назарын ерекше аудары ала ма, жасай ала ма, соны ойлайды. Жасөспірімдердің аутодеструктивті мінез-құлқының қалыптасуына әртүрлі факторлар әсер етеді. Бұл өмір сүру аймағындағы қолайсыз әлеуметтік-экономикалық жағдайлар, оның ішінде қылмыс пен әлеуметтік қолайсыздықтың жоғары деңгейі, өзін-өзі жоюдың эстетикасына және/немесе жоғары қауіпті мінез-құлыққа бағытталған жастар субмәдени топтарына қатысу және т.б. Жалпы психоәлеуметтік қауіп факторларына мыналар жатады:

1. Отбасылық күйзеліс, девиантты ортадағы әлеуметтену. Отбасының қолайсыз жағдайы және қоғамға қарсы және қоғамға қарсы ортадағы даму, сондай-ақ отбасындағы және жақын ортадағы аутодеструктивті мінез-құлық жағдайлары балалар мен жасөспірімдерде аутодеструктивті бағыттағы әрекеттердің ерте пайда болуына әкеледі.

2. Отбасындағы психикалық бұзылулардың болуы, бұл отбасылық жүйені тұрақсыздандырудың және отбасылық коммуникацияның созылмалы бұрмалануының жалпы факторы болып табылады.

3. Зорлық-зомбылықпен байланысты травматикалық тәжірибе жасөспірімдерде аутодеструкцияның әртүрлі модельдерін қалыптастырудың күшті алғышарттарының бірі болып табылады.

4. Адамдар арасындағы проблемалар: өзін-өзі бақылау мен рефлексияның әлсіздігі, эмоцияларды түсіну және оларды басқару қиындықтары, тәуелді мінез-құлыққа бейімділік.

5. Тұлғааралық проблемалар: әлеуметтік байланыстардың тар шеңбері және әлеуметтік қолдаудың болмауы, Достық сенімді қарым-қатынас орнатудағы проблемалар, сенімсіздік, жақындасудан аулақ болу немесе басқа адамдармен қарым-қатынаста үстемдік пен қанауға ұмтылу, әлеуметтік оқшаулану, жалғыздық.

Аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу жағымсыз салдарды азайтудың кілті болып табылады. Мұнда басты назар отбасының моральдық-психологиялық ахуалына, ата-ананың мәдениеті мен білім деңгейіне, олардың әлеуметтік жағдайына, отбасындағы қызығушылықтарының ауқымына аударылады. Бұл мәселе әр ата-ананың белгілі бір ата-аналық дағдыларға ие еместігі және өз баласының қалауын сезіне алмайтындығымен қиындайды.

Өз-өзіне зиян келтіретін мінез-құлықтың алдын алу ата-аналарға келесі ұсыныстарды қамтиды:

1. Балаңызбен байланыста болыңыз. Осы жаста ата-анасынан ажырасу қажеттілігінің артуына қарамастан, баламен қарым-қатынасты сақтау маңызды. Ол үшін: оның өмірі туралы шынайы қызығушылықпен сұраңыз, бала үшін маңызды болып

көрінетін нәрсені құрметтеңіз, тіпті ол сізге елеусіз болып көрінсе де; жұмыстан кейін үйге келгенде, бала дұрыс емес нәрсе жасаса да, шағымдармен сөйлесуді бастамаңыз. Оған қызығушылық танытыңыз, оның күнделікті істерін талқылаңыз, сұрақтар қойыңыз. Табалдырықта айтылған ескерту мен мүдделі әңгіме аясында айтылған ескерту басқаша естіледі! Жасөспіріммен мүмкіндігінше сөйлесу маңызды. Біз оны қандай мәселе мазалайтынын білуге және оның азабын азайтуға тырысуымыз керек.

2. Жасөспірімдерге авторитарлық тәрбие беру стилі тиімсіз және тіпті қауіпті екенін есте сақтаңыз. Шамадан тыс тыйым салулар, бостандық пен жазаны шектеу жасөспірімде жауап агрессиясын немесе аутоагрессияны тудыруы мүмкін.

3. Өмірдегі және болашақтағы перспективалар туралы сөйлесіңіз. Жасөспірімдер әлі де болашақтың бейнесін қалыптастыруда, олар не өте алыс болашақты, не қазіргі сәтті көреді. Жасөспірімнің не қалайтынын, оған қалай қол жеткізуді жоспарлап отырғанын біліп, оларға өзінің қалаған болашағына шынайы қадамдарды елестетуге көмектесіңіз. Балаға өмір мен денсаулықтың құндылығы туралы түсінік беріңіз. Егер әлеуметтік табыстың, жақсы бағаның, мансаптың құндылығы басым болса, онда өмірдің өзі осы нәрселерге қарамастан, айқын болмайды. Баланы өмірдегі қарапайым және қолжетімді нәрселерден ләззат алуға үйрету маңызды: табиғат, адамдармен қарым-қатынас, дүниені білу, қозғалыс.

4. Жасөспірімдердің бойында конструктивті, жанжалсыз оңтайлы қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыру.

5. Зейінді тыңдаушы болыңыз. Жасөспірімдер әсіресе бөтендік сезімінен зардап шегеді. Осыған байланысты олар сіздің кеңесіңізді қабылдау үшін конфигурацияланбаған. Көбірек олар өздерінің ауырсынуын, көңіл-күйін және не туралы айтып жатқанын талқылауы керек.

6. Еркіндік беру мен ата-ананың нұсқауы арасындағы тепе-теңдікті табыңыз [1, 43 б.].

Қорытындылай келе, мектеп өміріндегі кейбір жағдайлардың стресстері бүгінгі күннің шындығы. Жасөспірімдердің стресс пен агрессияларын азайту үшін, олардың сезімдері мен тәжірибелеріне ересектерге көбірек көңіл бөлу керек. Ата-ананың көмегімен алдын алу аутодеструктивті мінез-құлықтың жағымсыз салдарын барынша азайтатынын айта кету керек, себебі балалардың денсаулығы – еліміздің болашағы. Сондықтан, жасөспірімдердің эмоционалдық күй мен мінез – құлқында болып жатқан өзгерістеріне аса жауапкершілікпен қарап, дер кезінде көмек беріліп, жасөспірімдердің теріс іс – әрекеттерге баруға жол берілмеу керек.

ӘДЕБИЕТТЕР:

1. М.В. Вершинин, Деструктивті культтердің «құрбандарына» психологиялық кеңес беру / М.В. Вершинин // «Қиын өмірлік жағдайларда жедел психологиялық көмек» ғылыми-практикалық конференциясының материалдары / ред. М.В.Вершинин. Ставрополь: Солтүстік Кавказ университеті, 2009. - 40-50 б.

2. Ф.С. Долто, Жасөспірім жағында / Ф.Долто. - Екатеринбург: V - Фактория, 2004. - 368 б.

3. Ц.П., Короленко, Н.В. Дмитриева. Тұлғаның бұзылыстары / Ц.П. Короленко. – Петербург:, 2009. – 400 б.

4. В.А. Менделевич, Девиантты мінез-құлық психологиясы / В.А. Менделевич.- Петербург: 2005.- 445 б.

5. Н.А. Польская, Жасөспірімдік шақта өзіне зиян келтіру себептері (өзін-өзі есеп беру шкаласы негізінде) / Н.А. Поляк // Консультативті психология және психотерапия. - 2014. - No 2 (81). - бастап. 140-152 б.

6. Н.А. Польская, Н.В. Власова. аутодеструктивті мінез-құлық жасөспірім және жастық шақ / Н.А. Поляк // Кеңес беру психологиясы және психотерапия. - 2015. - No 4. - 176–190 б.

7. В.А. Руженков , В.В. Руженкова. Терминологияның кейбір аспектілері және аутоагрессивті мінез-құлықтың классификациясы / В.А. Руженков // Суицидология. - 2014. - No 1. - 41-49 б.