

Қорыта келе, мектеп жасына дейінгі жалпы тіл кемістігі бар балаларда сөйлеудің коммуникативті функциясын қалыптастыру өзекті мәселе болып отыр. «Тіл – халықтың ұлы байлығы». Тыңдаушы адамға тіл, әрине, сөзі арқылы қол жеткізіледі. Жасынан бастап балаларда тіл де, ойлау да дамиды. Алайда, тілі енді шыққан балалардың сөйлеген сөздері өзгелер үшін түсініксіз болады. Кейбір ата-аналар баланың бұрыс сөйлегенін қызық көріп, түзетуге көп мән бере бермейді. Бұл дұрыс емес жайт. Баланың сөзі ересектер мен отбасы мүшелерінің қарым-қатынасына байланысты дамиды. Баланың қозғалысы неғұрлым белсенді болса, сөйлеу тілі де соғұрлым қарқындылық танытады. Бірақ, осы құбылысқа ата-ана, орта дайын болса игі еді.

ӘДЕБИЕТТЕР:

1. Қазақстан Республикасының кейбір заңнамалық актілеріне инклюзивті білім беру мәселелері бойынша өзгерістер мен толықтырулар енгізу туралы ҚР Заңы 26.06.2021 ж. №56-VII ҚРЗ бұйрығы. <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/V1600014235>.
2. Стребелева Е.А. Специальная дошкольная педагогика / Е.А. Стребелева. — М.: Academia, 2017. — 576 с.
3. Г.Б.Ибатова. Дыбыс айту түзетудегі дайындық кезеңіндегі логопедиялық жұмыс. Алматы 2014.
4. Қ.Қ.Өмірбекова, С.Ж.Өмірбекова. Фонетикасы, фонематикасы толық дамымаған балаларды оқыту және тәрбиелеу. Алматы 2004.
5. Төребаева К.Ж., Балтымова М.Р. Логопедия негіздері. Оқу құралы. — Ақтөбе, 2011. — 248 б.
6. Тихомирова О. В. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования: учебник и практикум для академического бакалавриата / О. В. Тихомирова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 155 с.

ӘОЖ 37.015

<https://doi.org/10.53355/n4798-3966-9763-y>

ЖАСӨСПІРІМДЕРДЕ КЕЗДЕСЕТІН ДЕПРЕССИЯ, МАЗАСЫЗДЫҚ ЖӘНЕ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚ БҰЗЫЛЫСТАРЫ

Торғаева Н.Қ.

Ғылыми жетекші: Унгарбаева Ш.У., п.ғ.к.

I. Жансүгіров атындағы Жетісу университеті КЕ АҚ, Талдықорған қ.

E-mail: shnar09_76@mail.ru; nazerke.torgaeva@mail.ru

Мақалада жасөспірімдік шақта жиі кездесетін депрессия, мазасыздық және мінез-құлықтың бұзылыстары мәселесінің психологиялық аспектілері көрсетілген.

Тірек сөздер: депрессия, мінез-құлық, психикалық денсаулық, эмоционалдық бұзылу.

В статье рассматриваются психологические аспекты наиболее распространенных проблем, депрессии, тревоги и поведенческих расстройств в подростковом возрасте.

Ключевые слова: депрессия, поведение, психическое здоровье, эмоциональное расстройство.

The article deals with the psychological aspects of the most common problems, depression, anxiety and behavioral disorders in adolescence.

Key words: depression, behavior, mental health, emotional disorders

Психикалық бұзылулар әлемдегі 10-19 жас аралығындағы әрбір жетінші адамда байқалады, олар жаһандық тұрғыдан қарағанда осы жас тобындағы түрлі аурулардан зардап

шегушілердің 13%-ын құрайды. Депрессия, мазасыздық және мінез-құлық бұзылыстары жасөспірімдер арасындағы аурушандық пен мүгедектіктің негізгі себептерінің бірі болып табылады. Өз-өзіне қол жұмсау-15-19 жас аралығындағы жасөспірімдердің өлімінің бірден бір себебі. Жасөспірімдік шақтағы психикалық денсаулықтың бұзылу мәселелеріне қарсы тиісті шара қолданбау, ересек жаста да, физикалық және психикалық денсаулыққа да теріс әсер ететін және толыққанды өмір сүруге арналған мүмкіндіктерді шектейтін салдарға әкелуі мүмкін.

Әлемде әрбір алтыншы адам 10-19 жас аралығындағы топқа кіреді. Жасөспірімдік кезең-тұлғаның қалыптасуының ерекше, айқындаушы кезеңі. Физикалық, эмоционалдық және әлеуметтік өзгерістер, соның ішінде кедейлікте өмір сүру, зорлық-зомбылық жасөспірімдердің психикалық денсаулық мәселелеріне кері әсерін тигізуі мүмкін. Жасөспірімдерді қиыншылықтардан қорғау, әлеуметтік-эмоционалды дағдылар мен психологиялық жәрдемдесу және психикалық денсаулықты сақтау қызметтеріне қолжетімділікті қамтамасыз ету олардың жасөспірімдік және ересек жастағы денсаулығы мен әл-ауқаты үшін өте маңызды. Дүние жүзінде 10-19 жас аралығындағы әрбір жетінші жасөспірім (14%) психикалық бұзылулардан зардап шегеді (1), бірақ көп жағдайда бұл мәселе жабулы, қарастырылмаған, емделмеген күйінде қалады. Психикалық денсаулығында ауытқулар бар жасөспірімдер әлеуметтік оқшаулануға, кемсітушілікке, стигмаға (көмек сұрауға дайындығын шектеу), оқудағы қиындықтарға, мінез-құлықтағы өзгерістерге, денсаулығының нашарлауына және адам құқықтарын бұзуға бейім келеді.

Жасөспірімдік шақта психикалық денсаулықты анықтайтын факторлар. Жасөспірімдік шақ-психикалық саулық үшін маңызды әлеуметтік және эмоционалдық дағдыларды дамытудың маңызды кезеңі. Бұндай дағдыларға ұйқы режимін бірқалыпты ұстау, тұрақты физикалық белсенділік, қиын жағдайлардан шығу, проблемаларды шешу және тұлғааралық қарым-қатынасты дамыту мен эмоционалды тұрғыда өзін-өзі бақылау кіреді. Ең маңыздысы-отбасында, мектепте, жалпы қоғамда қолдау көрсететін сенімді ортасының болуы.

Жасөспірімнің психикалық денсаулығына бірнеше факторлар әсер етеді. Жасөспірімдерге қауіп төндіретін факторлардың артуы, олардың психикалық денсаулығына кері әсерін тигізеді. Атап айтқанда, қолайсыз факторларға ұшырау, құрдастарымен бірдей болуға ұмтылу және өзін айналадағы адамдармен салыстырып, өзіндік «Менін» қалыптастыра алмау жасөспірімдік кезеңде стресс деңгейін жоғарылатады. Бұқаралық ақпарат құралдары және гендерлік нормалардың әсері жасөспірімнің болашаққа деген ұмтылыстары немесе идеялары арасындағы сәйкессіздікті күшейтуі мүмкін. Психикалық денсаулықтың басқа маңызды факторлары отбасындағы жағдай және құрдастарымен қарым-қатынасы болып табылады. Психикалық денсаулық үшін қауіпті болып табылған факторлар: зорлық-зомбылық (әсіресе, жыныстық зорлық-зомбылық пен құрдастарының кемсітуі), ата-ананың қаталдығы және әлеуметтік-экономикалық проблемалар. Кейбір жасөспірімдер өмір сүру жағдайларына, стигмаға, кемсітуге, әлеуметтік оқшаулануға немесе тиісті күтімнің болмауына байланысты психикалық денсаулық проблемаларына ұшырайды. Бұл санатқа қауіпті жағдайларда өмір сүретін жасөспірімдер, созылмалы аурулары, аутизм спектрінің бұзылуы, ақыл-ой кемістігі және басқа да неврологиялық бұзылулары бар жасөспірімдер, ерте немесе мәжбүрлі түрде некеге тұрған жасөспірімдер, жүкті, ерте ата-ана болған жасөспірімдер, ата-ана қамқорлығынсыз қалғандар мен жетімдер кіреді.

Жасөспірімдік шақта эмоционалдық бұзылулар жиі кездеседі. Осы жастағы ең жиі кездесетін эмоционалды бұзылу-үрей болып табылады. Ол дүрбелең немесе шамадан тыс алаңдаушылықтан көрінеді. Мазасыздық, үрейлену 10-14 жас аралығындағы жасөспірімдердің 3,6%-ында және 15-19 жас аралығындағы жасөспірімдердің 4,6%-ында дамиды. Депрессия 10-14 жас аралығындағы жасөспірімдердің 1,1%-ында, 15-19 жас аралығындағы жасөспірімдердің 2,8%-ында кездеседі. Депрессия мен мазасыздықтың бір-біріне ұқсас белгілері бар, мысалы, тез және күтпеген кезде көңіл-күйдің өзгерісі.

Мазасыздық пен депрессия мектепке бару қарқынының төмендеуіне, сабақ үлгерімінің нашарлауына, жалғыздық сезімінің күшеюіне, тіпті өзіне-өзі қол жұмсауға әкелуі мүмкін.

Мінез-құлық бұзылыстары кіші жастағы жасөспірімдерде жиі кездеседі. 10-14 жас аралығындағы жасөспірімдердің 3,1%-ында және 15-19 жас аралығындағы жасөспірімдердің 2,4%-ында зейінді шоғырландыру қиындығымен, шамадан тыс белсенділікпен, ойланбай әрекет етумен сипатталатын зейін тапшылығы мен гиперактивтіліктің бұзылуы кездеседі (1). Мінез-құлықтың бұзылуы 10-14 жас аралығындағы жасөспірімдердің 3,6%-ында, 15-19 жастағы жасөспірімдердің 2,4%-ында кездеседі (1). Мінез-құлық бұзылыстары жасөспірімдердің оқуына теріс әсер етуі мүмкін, ал жүріс-тұрыс бұзылыстары жағымсыз мінез-құлыққа әкеледі.

Жасөспірімдік шақтағытамақтану бұзылыстары. Анорексия секілді тамақтану бұзылыстары әдетте, жасөспірімдік және ерте жастық шақта басталады. Тамақтану бұзылыстары-әдеттегі нормадан көп тамақтанумен немесе керісінше, нормадан аз тамақтанумен сипатталатын бұзылыс, ол көбінесе адамның дене салмағы мен сыртқы келбеті жайлы алаңдаушылығымен бірге жүреді. Анорексия көп жағдайда медициналық асқынуларды, мезгілсіз өлімді тудырады және басқа психикалық бұзылуларға қарағанда бұл бұзылудан өлім-жітім статистикасы жоғары деңгейде.

Жасөспірімдік шақтағыпсихотикалық бұзылулар. Психотикалық белгілермен сипатталатын бұзылыстар көбіне жасөспірімдік шақта немесе ерте есейген кезде пайда болады. Оның симптомдары галлюцинация мен сандырақтау болып табылады. Психотикалық бұзылыс жағдайында жасөспірімнің күнделікті өмірі, білім алу қабілеті айтарлықтай нашарлайды. Көп жағдайда психотикалық бұзылулар стигматизацияға және адам құқықтарының бұзылуларына әкеледі.

Жасөспірімдік шақтағыөзін-өзі өлтіру немесе өзіне зиян келтіру. Өзіне-өзі қол жұмсау-15-19 жас аралығындағы жасөспірімдердің өлімінің бірден бір себебі болып табылады (2). Суицидке жетелейтін факторларға шектен тыс ішімдік тұтыну, балалық шақтағы зорлық-зомбылық, көмекке жүгінудегі, көмек алудағы кедергілер және өзіне зиян келтіруге болатын құралдардың қолжетімділігі жатады. БАҚ және кез келген ақпарат құралдары суицидтің алдын алу шараларын күшейтуге немесе керісінше әлсіретуде маңызды рөл атқарады.

Жасөспірімдік шақтағымінез-құлықтың тәуекелді формасы. Тәуекелді мінез-құлық формасы басқа бұзылыстар секілді көбінесе жасөспірімдік шақта көрініс табады. Мінез-құлық бұзылыстарының бұл түрі жасөспірімнің психикалық және физикалық жағдайы үшін қауіпті және ауыр зардаптарға алып келуі мүмкін. 2016 жылы 15-19 жас аралығындағы жасөспірімдер арасында ішімдікке тәуелділік 13,6%-ды құрады, бұл әсіресе жас жігіттер үшін қауіпті болды (3). Темекі мен каннабисті қолдану да аландатады. Көптеген ересек темекі шегушілер шылымды алғаш 18 жасқа дейінгі кезеңде тұтынып көрген. Каннабис-жастар арасында ең жиі қолданылатын есірткі болып табылады. 2018 жылы 15-16 жастағы жасөспірімдердің шамамен 4,7%-ы есірткі қолданған (4). Зорлық-зомбылық жасау-оқу үлгерімінің нашарлауын, жарақат алу, заңсыз әрекеттерге бару немесе өлім ықтималдығын арттыратын қауіпті мінез-құлық. 2019 жылы адамдар арасындағы зорлық-зомбылық жасөспірімдердің өлімінің басты себептерінің бірі ретінде танылды (5).

Жасөспірімдік шақтағыпсихикалық денсаулықты нығайту және алдын алу шаралары. Психикалық денсаулықты нығайту және алдын алу шаралары адамның өз эмоцияларын басқаруына, қиын жағдайлармен және қолайсыз факторлармен күресу үшін төзімділікті дамытуға, сонымен қатар, әлеуметтік ортасын жақсартуға бағытталады. Бұл бағдарламалар денсаулық сақтау және әлеуметтік қызметтер, электронды медиа, білім беру мекемелері сияқты түрлі платформалар арқылы жасөспірімдерге жеткізілуі керек. Психикалық денсаулығында проблемалары бар жасөспірімдердің денсаулықтарына көңіл бөлу аса маңызды. Жасөспірімдерге шамадан тыс дәрі-дәрмек тағайындаудан, фармокологиялық емес әдістерді қолданудан аулақ болу және балалардың құқықтарын сақтау жасөспірімдердің психикалық денсаулығын сақтау саласының негізгі қағидалары. Бұл қағидалар БҰҰ-ның Бала құқығын қорғау конвенциясы және адам құқықтары туралы басқа да құжаттармен сәйкес жасалған.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы жасөспірімдерге қажетті медициналық көмек көрсету үшін үкіметке түрлі стратегиялар, бағдарламалар мен құралдар әзірлейді. Мысалы, ДДҰ мен ЮНИСЕФ бірлесіп, жасөспірімдердің психикалық денсаулығына байланысты «Жасөспірімнің өркендеуіне жәрдемдесу» бағдарламасын жүзеге асыруда. Бағдарлама жастардың психикалық денсаулығын нығайтуға, психикалық бұзылулардың алдын алуға бағытталған. Сонымен қатар, жасөспірімдердің психикалық және физикалық денсаулығына теріс әсер ететін есірткі мен ішімдікті пайдалану секілді өзіне зиян келтіретін әрекеттердің алдын алуға да арналған. ДДҰ балалар мен жасөспірімдердің психикалық және мінез-құлық бұзылыстары үшін модуль әзірледі. Сонымен қатар, ДДҰ жас жеткіншектердің эмоционалдық күйлерін, психикалық денсаулықтарын сақтау бойынша нұсқаулықтарды әзірлеп, сынақтан өткізуде.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының Шығыс Жерорта теңізі бойынша аймақтық кеңсесі білім беру ұйымдарында психикалық денсаулықтың маңыздылығын түсіну, оқушылардың психикалық денсаулығын нығайту, қорғау және қалпына келтіру стратегияларын жүзеге асыруға басшылық жасау үшін педагогтарға психикалық денсаулық бойынша оқыту жинақтарын әзірледі. Жинаққа психикалық сауықтыру жұмыстары туралы оқу құралдары мен материалдар кіреді.

ӘДЕБИЕТТЕР:

1. Institute of health Metrics and Evaluation. GlobalHealthDataExchange (GHDx).
2. WHOGlobalHealthEstimates 2000–2019.
3. Доклад о положении с употреблением алкоголя и его влиянии на здоровье в мире, 2018 г. (на английском языке).
4. Доклад о положении с употреблением наркотиков в мире, 2020 г. (на английском языке).
5. 2019 Global Health Estimates (GHE), WHO, 2020.

ӘОЖ 378.24

<https://doi.org/10.53355/u9577-9733-0969-w>

МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРДА СТРЕССТІҢ АЛДЫН АЛУ ЖӘНЕ ТҮЗЕТУ ЖҰМЫСТАРЫ

Төлегенова Б.Е., студент

І. Жансүгіров атындағы Жетісу университеті, Талдықорған қаласы

E-mail: bibigul.tolegenova.01@mail.ru

Бұл мақалада мектеп жасына дейінгі балалардағы үрей, қорқыныш (стресс) мәселесі қарастырылған. Мақалада жалпы балалардың психологиясы мен тәрбиесі, мінез – құлықтары мен тұлғалық дамуы, отбасылық арақатынастары зерттеуге алынған. Сонымен қатар, балалардың бойындағы үрей мен қорқыныш (стресс) мәселесіне байланысты жан – жақты талдау жасалынған. Әрбір баланың дамуына, жоғары, жақсы деңгейде қалыптасуына ата – анасының, қоғамдық ортасының тигізер ықпалы өте зор.

Тірек сөздер : балалар, стресс, психология, мінез – құлық, тәрбие, ата – ана.

В данной статье рассматривается проблема тревожности, страха (стресса) у детей дошкольного возраста. В статье исследуется психология и воспитание детей в целом, их поведение и личностное развитие, семейные взаимоотношения. Кроме того, проведен всесторонний анализ проблем тревожности и страха (стресса) у детей. Влияние родителей, общественной среды каждого ребенка на его развитие, становление на высоком, хорошем уровне очень велико.

Ключевые слова: дети, стресс, психология, поведение, воспитание, родитель.