

МРНТИ 15.01.21

10.51889/1728-7847.2023.1.74.020

Т.К. Болеев<sup>1</sup>, Ш.Т. Турдалиева<sup>2</sup>, Г.Т. Топанова<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Ш.Мұртаза ат. Халықаралық Тараз инновациялық институты (Тараз)

<sup>2</sup>М.Х.Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті (Тараз)

<sup>3</sup>Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті, (Алматы)

## ЖАСӨСПІРІМДЕРМЕН ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС ПРОЦЕСІНДЕ СУИЦИДТІК КӨРІНІСТЕРДІ АЛДЫН АЛУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

### Аңдатпа

Мақалада жасөспірімдердің суицидтік көріністерін алдын алу ерекшеліктері ретінде қарым-қатынас процесінің маңыздылығы қарастырылған. Жалпы мағынада қарым-қатынас – бұл іс-әрекет, оның нысаны қарым-қатынас жасаумен ақпарат алмасудағы басқа серіктес адам. Қарым-қатынас екінші адаммен диалог құру арқылы мінез-құлық, индивидуалды-психологиялық ерекшеліктерін танып білуге, онымен араласуға мүмкіндік туғызады. Екінші адамнан маңызды ақпарат алу қарым-қатынастың негізгі мақсаты болып табылады. Сондықтан, жасөспірімдермен қарым-қатынасқа түсу олардың өздеріне қол жұмсаудың алдын алудың бірден бір жолы. Өйткені осы жас кезеңінде жасөспірімдер өте сезімтал келеді. Олар отбасы мен мектептегі келеңсіз жағдайларды, құрдастарының арасындағы қатынастардың бұзылуын жылдам қабылдаумен сипатталады. Бұл қарым-қатынас процесіндегі мінез-құлықтағы оқшаулану, қарсыластық, еліктеушілік. Суицидтік тәуекелге бейімділік, өзіне қол жұмсау көріністері сыртқы келбеттегі өзгерістермен қатар сөйлеудің тежелуі, сұраққа қысқа жауап беру немесе тұлғааралық байланыстан қашу, жанама немесе тікелей сөздер арқылы да белгі беріледі. Осы жағдайда ең алдымен қоршаған ортамен байланыс орнатуға деген қажеттілігін ояту, қарым-қатынас ұйымдастыру.

**Түйін сөздер:** коммуникация, қарым-қатынас, жасөспірім, өз-өзіне қол жұмсау, суицидтік көрініс, суицидтік тәуекелге белсенділік.

Т.Boleyev<sup>1</sup>, Sh.T. Turdaliyeva<sup>2</sup>, G.Topanova<sup>3</sup>

<sup>1</sup>International Taraz Innovation Institutenamed after Sh. Murtaza, (Taraz)

<sup>2</sup>Taraz Regional University namedafter M.Kh.Dulaty,(Tara)

<sup>3</sup>Kazakh National Women's Pedagogical University(Almaty)

## FEATURES OF PREVENTION OF SUICIDAL MANIFESTATIONS IN THE COMMUNICATION PROCESS WITH ADOLESCENTS

### Abstract

The article examines the importance of the communication process as a feature of preventing suicidal manifestations of teenagers. In a general sense, communication is an activity, the object of which is another partner in communicating and exchanging information. Communication, through dialogue with the second person, creates the opportunity to recognize behavioral, individual-psychological characteristics, to communicate with him. Getting important information from the other person is the main purpose of communication. Therefore, getting involved with teenagers is one of the ways to prevent them from committing suicide. Because teenagers are very sensitive at this age, they are characterized by quick acceptance of negative situations in the family and school, disruption of

relations between peers. This is isolation, opposition, imitation in behavior in the process of communication. Suicidal risk tendencies, suicidal manifestations are indicated by changes in appearance as well as speech inhibition, short answers to questions or avoidance of interpersonal contact, using indirect or direct words. In this case, the first thing to do is to awaken the need for communication with the environment and to organize communication.

**Keywords:** communication, relationship, adolescent, suicide, suicidal manifestation, suicidal risk activity.

Болеев Т.К. <sup>1</sup>, Турдалиева Ш.Т. <sup>2</sup>, Топанова Г.Т. <sup>3</sup>

<sup>1</sup>Международный Таразский инновационный институт им. Ш.Муртазы (Тараз)

<sup>2</sup>Таразский региональный университет им. М.Х. Дулати (Тараз)

<sup>3</sup>Казахский национальный женский педагогический университет (Алматы).

## ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ КОММУНИКАЦИИ С ПОДРОСТКАМИ

### Аннотация

В статье рассматривается важность коммуникативного процесса в профилактике суицидальных проявлений у подростков. В общем смысле коммуникация – это деятельность, где главным объектом выступает другой человек, как партнер по обмену информацией и общению. Процесс коммуникации дает возможность в ходе диалога выявлять поведенческие, индивидуально-психологические особенности другого, а также эффективно взаимодействовать с ним. Основной целью общения является получение важной информации от второго собеседника. В отношении подростков, при установлении контакта важно учитывать, что они в силу возраста, очень ранимы и чувствительны. Неблагоприятная ситуация в семье, школе, нарушения межличностных контактов со сверстниками могут спровоцировать возникновение суицидального поведения, а грамотно выстроенный процесс общения – стать эффективным способом его предупреждения. Склонность к суицидальному риску, суицидальные признаки могут проявляться в изменении во внешности, заторможенностью речи, краткими ответами на вопросы или наоборот, избеганием межличностного контакта. В таких случаях, в первую очередь, необходимо пробуждать потребность в установлении конструктивного контакта с внешней средой.

**Ключевые слова:** коммуникация, общение, подросток, суицид, суицидальные проявления, активность суицидального риска.

### Кіріспе

Бүкіл әлем көтерген өзіне-өзі қол жұмсау мәселесі, ғылыми зерттеуде суицид феноменінің өзектілігінің ауқымы күннен күнгі тереңдеп келеді. Бұл феномен адамның өмір сүруінің мәнін жоғалтуы, ортаға бейімделе алмауындағы қиындықтар, әлеуметтік мәртебесінің бұзылуы, жақынынан немесе қамқоршысынан айырылуы, өзінің жасаған іс-әрекетіне қанағаттанбауы, қарым-қатынас кедергілері және т.б. сияқты мәселелерден пайда болған мидағы өмірден қоштасу туралы ойлар. Сонымен қатар, адамның жаман ауру түріне шалдығуы, психикасының бұзылысы, денесінің жарақат алуы сияқты медициналық бағыттағы жағдайлар да суицидтік белсенділік көріністерінің де жоғары болуының себептерінен туындауы мүмкін.

Адамзат тарихында суицид (өзін-өзі өлтіру) жасау әрекетінің сипаттамасы әртүрлі бағытта талданады. Мәселен, Еуропа елдерінде өзіне қол жұмсайтын адамдар - вампирға айналады деген. Ал көне Грекия, Спарта, Афинада мұндай әрекетпен өзін өлтірген адамдардың мәйітін отқа салған. Сол сияқты орта ғасырда Парсы елдерінде ондай адамдарды діни көзқарас бойынша – қылмыскерлер деп санаған. Қазіргі таңда осы мәселе туралы зерттеулерден мінез құлықтағы өзіне өзі қол салу, суицидалды белсенділік көріністерінің формасы, ескерту мен көмек сұрау белгілерінің болатыны, тәуекел факторлары да анықталды. Мәселен, жасерекше-

лігі, жынысы, кәсіби іс-әрекеті, өмірлік жолының ерекшелігі, отбасы қатынасы, әлеуметтік статусы т.б. да әсер етеді.

Жасерекшелік өлшемдегі суицидтік көріністердің себебінің бірі отбасылық қарым- қатынас мәселесі. Бұл жасерекшелік дамудағы дағдарысты кезеңдегі әлеуметтік мазасыздығынан пайда болған жағымсыз ойлар. Мұнда отбасы идеологиясындағы балаға қойылатын жоғары талаптар, отбасылық қатынасқа әсер ететін перфекционистік құндылықтардың болуы [1]. Осындай отбасында тәрбиеленген жасөспірімдердегі жағымсыз ойлардың негізгі түрткісі өзіне деген сенімсіздік, басқалардан теріс бағалану, қорқыныш пен үрейдің басым болуы.

Өзін-өзі өлтіруге ниеттенген адамдар жоспарлаған әрекетінің амбивалентті қатынасына қарамастан, қоршағандарды өзінің ниетінің кілтімен қамтамасыз ете отырып оған араласуын, әрі құтқару мүмкіндігін саналы немесе бейсаналы түрде түрлі әрекеттері арқылы белгі береді. Өзін-өзі өлтіру кезіндегі жалпы коммуникативті әрекет – бұл оның ашулы кезіндегі сөзі, тұйықтық мінез-құлқы немесе депрессияға түсуі емес, ол өзінің суицидтік ниетін сөз арқылы жеткізуі. Бұл өзінің әрекетін мінез-құлық көрінісімен қатарауызшы хабарлауы жиі жанама сипатта болады, бірақ зейінді адам оны байқай алады.

### **Зерттеу шарттары мен әдістері**

Суицидалды коммуникация - адамның суицидтік әрекет жасауын ескертетін белгісі ретінде қарастырылып, оның тұлғааралық қарым-қатынасында көрінетін өзіне-өзі қол жұмсау ниеттері [2]. Ол 5 белгіні ерекшелейді:

- формасы бойынша: вербалды емес, жазбаша түрдегі;
- характері бойынша: тікелей (ашық) немесе жанама (жабық, бүркемелі);
- мазмұны бойынша: аффекттердің көрінісі (кінәлі немесе айыптау сезімі), басқаларға өзінің әрекетін, тапсырма немесе өтінішін түсіндіру әрекеті;
- нысаны: нақты топ немесе адам;
- мақсаты: көмек сұрау туралы (құтқару туралы өтініш), дұшпандылық көрінісі (басқаларды және өзін кінәлау).

Суицидалды белсенділігі жоғары адамның коммуникациясы оқшаулану, жалғыздықты қалау, көп сөйлемеу, үнсіздік, тұңғыздыққа кету т.б. сияқты адамдармен қарым-қатынас жасаудан қашады. Оның ақпарат алмасуы өзінің бір жаққа асығуы, ескерту белгісі немесе «Менсіз ...», «Мен жоқ болып қалсам ...», «Мен кетіп қалсам ...» - деген сияқты сөздермен беріледі.

Адам қоғамнан тыс өмір сүре алмайды. Өйткені қоғамнан алшақтау оның салыстырмалы түрде өзіндік адами қасиеттері мен жаңа ортада әлеуметтенуін жылдам жоғалтуына түрткі болады. Әсіресе қазіргі таңда жасөспірімдердің виртуалды өмірдегі шынайы деп санайтын оқшаулануы мен олардың әлеуметтік желідегі кибер кеңістігінде өмір сүруі бірден бір мысалы. Нәтижесінде, олар өздерінің әлемінің шынайылығын түсіндіру үшін адамдармен қарым-қатынасқа түсу қиындықтарына соқтығысады, ақырында өмірін мәнсіздікке айналдырады, психикалық ауытқуларға ұшырауы да мүмкін. Олай болса, адамның адами қасиеттерін сақтауға, өмірлік қиын жағдайдан шығуға, адамға психологиялық қолдау көрсетуге, психикалық дамуына қарым-қатынас тікелей ықпал етеді.

### **Ғылыми нәтижелерді талқылау және теориялық-әдіснамалық негіздері.**

Соңғы жылдары жасөспірімдер арасында өзіне қол жұмсауына алаңдаушылық қазіргі таңда олардың көзқарасы мен өмір сүру қажеттіліктерін ересектердің түсінбеуі немесе ересектік өмірге қанағаттанбауының себептері де болуы мүмкін. Әлеуметтік жағдайы толық қамтамасыз етілген отбасында да мұндай жағдайлар жиі кездеседі. Мұнда зерттеушілердің пікірінше, отбасындағы жасөспіріммен қарым-қатынастың жетіспеушілігі де себеп болуы мүмкін. Жасөспірімдер өздерімен қарым-қатынасты интернет-ресурстар арқылы іздейді. Өзінің виртуалды кеңістігіндегі қарым-қатынас ортасын табады. Интернет-ресурстар жағымсыз жақтарының әсерімен қатар, жасөспірімдер үшін ол қарым-қатынас ортасы ретіндегі психологиялық қолдау алатын терапиялық ресурс құралы.

Қарым-қатынас – адамның басқа адамдармен өзіндік өзара әсерлесуі және біріккен іс-әрекетте өзара қатынасының дамуы ретінде көрініс береді. Қарым-қатынас - адамзат қатына-

сының күрделі түрі. Кез-келген қарым-қатынас адамдар арасындағы жай байланыс қана емес, біріккен іс-әрекет процесінде адамдардың бірін - бірі қабылдауы және ақпарат алмасуы болып табылады. Сондықтан, өзіне қол жұмсау ниетінің көрінісін алдын алу бұл қарым-қатынас процесінде тұлғааралық өзара байланыстарды орнату және қарым-қатынастың маңыздылығы арқылы анықталады.

Қарым-қатынас – бұл ақпарат алмасу құралы ретінде вербалды және вербалды емес болып екіге бөлінеді. Вербалды сөз арқылы, ал вербалды емес ым-ишара тілі немесе қимыл қозғалыс арқылы берілетін хабарлама. Суицидалды мінез-құлықты адамдармен қарым-қатынас орнату, олармен вербалды байланыс орнату сұрақтың құрылымын дұрыс ұйымдастыру болып табылады. Жалпы ақпарат алмау процесіндегі қарым-қатынас бірнеше кезеңнен өтеді:

- адамдармен байланыс орнату > қарым-қатынас қажеттігі;
- байланыс орнатқысы келетін адамды таңдау, бағдарлау > қарым-қатынастағы мақсаты;
- айтатын сөздерін анықтау, сөз құрастыру > қарым-қатынаста берілетін ақпараттың мазмұны;
- ақпаратты айту, ойын жеткізу > қарым-қатынастағы мінез-құлық ерекшеліктері, өзін ұстау;

- екінші тараптан жауап күту, жауап алу > қарым-қатынастың нәтижесінің бағалануы;
- жауаптың түсініктілігі, тиімділігі немесе болмауы > қарым-қатынастың бағытын анықтау.

Қарым-қатынас түсінігі коммуникация ұғымымен шарттасқан. Адамдар арасында ақпарат алмасуға бағытталған әрекет сезім, эмоция, құндылықтар, ойлар, идеялар.

Г.Лассуэлл бойынша коммуникация процесі келесідей топтастырылады:

- Кім? → коммуникатор;
- Не? → ақпарат;
- Қалай? → қарым-қатынас каналы;
- Кімге? → тыңдаушы аудитория;
- Тиімділік нәтижесі? → байланыс тиімділігі [3].

Г.М.Андрееваның зерттеуінде, жасөспірімдердің өзара қарым-қатынасының әлеуметтік сипатын коммуникация немесе топ арасында ақпарат алмасу ретінде қарастырған. ол тұлғааралық қабылдау мен түсіну. Бұл кең көлемде адамдардың өзара түсінісуінен туындаған бірін-бірі қабылдауы [4].

Сонымен, коммуникатордың (ақпарат беруші) позициясы:

- коммуникатор өзін айтылған көзқарасты жақтайтынын ашық жариялайды, осы көзқарасты растайтын әртүрлі фактілерге баға береді;
- коммуникатор айқын бейтарап, қарама-қайшы көзқарастарды салыстырады, олардың біреуіне бағдарлануды жоққа шығармайды, бірақ ашық айтылмайды;
- коммуникатор өз көзқарасы туралы үндемейді, кейде тіпті оны жасыру үшін арнайы шараларға жүгінеді.

Тұлғааралық қарым-қатынас - адамның ішкі дүниесінің өзгеруіне түрткі болатын, оның іс-әрекеті мен мінез-құлқын реттейтін, өмір сүру ұстанымын қалыптастыратын, жағымсыз ойын өзгертетін немесе жақсы ой салатын үрдіс [5]. Олай болса, өмірлік қиын жағдайларда адамның көзқарасын бір ғана сөзбен әсер ету арқылы өзгертуге болады екен.

Әлеуметтік психологиялық зерттеулерде Г.М.Андрееваның пікірінше, жасөспірімдер өздерінің коммуникативтік іс-әрекеттері нәтижесінде нәрселер мен болмыстардың сыр-сипатын, даралық ерекшеліктерін, мінез-құлықтағы көріністерін саналы түрде өзінің рухани танымы мен біліміне айналдырады [4, 14-15 б.]. Ал, В.Е.Абаев әлеуметтік өзара әрекеттесудің семантикалық аспектісі мен оның құралы ретінде коммуникацияның хабарламаны тікелей немесе жанама таратын қызметін қарастырды [6]. Коммуникацияның қызметіндегі ақпаратты жеткізу ауызша (сөз, дауыс, дыбыс құралдары арқылы) және паралингвистикалық (адамның бет әлпеті, ым-ишара қимылы т.б.) деп екіге бөліп көрсетті. Коммуникация ұғымы ғылымның әр саласына байланысты қолданылады.

Психологияда адамдардың бір-біріне вербалды және вербалды емес өзара әсер ету құралы болып табылады. Сондықтан, коммуникация бір адам екінші адамның мінез-құлқына әсер еткенде туындайды. Бұл олардың арасында вербалды қарым-қатынас болмаған жағдайда да хабар берушінің хабарламасына жауап беруін қажет етеді.

А.Н. Леонтьев жеке адамдар арасындағы қарым-қатынасты кең мағынада оның тиімділігін арттыруда коммуникативтік іс-әрекетке психикалық дайындығы мен ұйымдастырушылықтың бүтін және бөлшек құрылымдарының қатынасын ерекшеледі [7]. Ол коммуникативтік іс-әрекеттің өзін өзара бірлескен байланыстың ортақ мақсатқа қол жеткізуі деді. Бұл өмірлік қиын жағдайға шалдыққан тұлғалардың қарым-қатынастағы қажеттілігінің өзіндік ерекшелігі басқа адамдарды тану мен бағалауға, сол арқылы байланыс орнатуға, ақпарат алмасуға ұмтылу дегенді білдіреді. Коммуникативтік сурет индивидтің қарым-қатынасқа түсуіне көмектесетін қарым-қатынас құралдары болып есептеледі.

С.Ю. Головиннің психологиялық сөздігінде қарым-қатынасқа мынадай сипаттама берілген: «Қарым-қатынас – адамдардың қажеттілігінен туындаған бірлескен іс-әрекеттегі ақпарат алмасу, байланыс құру және оны жүзеге асыру процесі. Осы процессте қажеттіліктен туындайтын өзара мінез-құлықтық және эмоционалды аспектіде бірлескен әрекеттің біріңғай стратегиясы құрылады. Ол ақпаратты қабылдау және өңдеу» [8, 435-439 б.]. Сондықтан, қарым-қатынас үдерісі өзге адамның жеке дара ерекшеліктерін танып білуге, оның ойын есту мен тыңдау.

Қарым-қатынас үдерісінде вербалды және вербалды емес кедергілер біздің қоршаған ортадағы құбылыстарды дұрыс қабылдауымызға, оны өңдеуімізге әсер етеді. Олар әртүрлі сатыдағы бөгеттер. Мәселен, айтылатын сөздің жанама берілуі, екінші тараптың сөзді бөлуі, сөзбен талас-тартыс, жабық түрдегі сұрақтардың болуы, әңгімелесу барысында көздің ойнамалы күйде болуы, арақашықтық, асығыстық белгі беру және т.б. Бірақ адамның мұндай әрекетінің барлығы қарым-қатынаста кедергі бола бермейді. Сондықтан, екінші адамның шынайы ойы мен сөзінің арасындағы байланысын вербалды емес коммуникация құралдары арқылы танып білуге болады. Ол оның екінші әңгімелесушіге ақпарат беріп тұрған әсттегі дене қимылы мен көз қарасы.

Коммуникация процесінде басқаның пікірін тыңдау мен есту ұғымдарының арасында үлкен айырмашылық бар. Бұл жақсы сөйлеу, екінші адамның сөзін тыңдау, бірақ оның айтқанын естімеу. Тыңдау барысында оның эмоционалды күйі қабылданып, ал ақпараттың негізгі түйіні жанама қалуы мүмкін. Мұндай жағдайында тыңдау адамның екінші адамды қабылдауының белсенділігі мен бірлескен іс-әрекетті орындауының нәтижесімен байланысты. Белсенді тыңдау өзіне, біріншіден, сенсорлы деңгейде ауызша сөздік ақпаратты қабылдау, екіншіден, перцептивті деңгейде сөздің құрамындағы белгі дыбыстарды бөлшектеу және оларды тану болса, үшіншіден, когнитивті деңгейде – сөйлемнің және бүтіндей ақпараттың мағынасын анықтау мәселелерін қояды. Осыдан тыңдауда сөздің мағынасын қабылдау мен түсіну тыңдаушының индивидуалды тұлғалық ерекшеліктеріне байланыстылығын сипаттайды. Бұл диалогтік қарым-қатынаста тыңдаушы ретінде серіктесіне айтуға мүмкіндік беру, әрі тыңдаушы бола білу, шыдамдылықпен тыңдау.

Екінші адамның міне-құлық ерекшеліктерін танып білу диалогты бірлескен іс-әрекет шартында өзара ықпалмен қарастырылады. Ал бірлескен іс-әрекетті құрушы фактор С.М. Джакуповтың тұжырымынша қарым-қатынас болып саналады [9]. Осы жас ерекшелік кезеңінде үлкендер тарапынан эмоционалды байланыстың маңыздылығы да анықталады.

И.Л. Шелехов, Т.В. Каштанова, А.Н. Корнетов мен Е.С. Толстолестің зерттеулерінде, жалғыздық, оқшаулану, достық қарым-қатынасқа түсудегі қиындық пен кедергілер жасөспірімдік кезеңдегі өзіне қол алудың типтік мотивтерінің бірі ретінде қарастырған [10]. Жасөспірімдердің қарым-қатынасқа қабілеттілігін белсендіру өзін қоршаған басқаларға ықпал ету арқылы таныту, қабылдау.

Екінші адаммен диалог құру оны тыңдау, бет әлпеті арқылы сөздің шынайылығы немесе қиялдауын, дауысының ырғағын есту арқылы танып білу. Диалогты қарым-қатынас шарты мен

оның тиімділік факторы ретінде субъектілердің тиімді диалогтік қарым- қатынасын қамтамасыз ететін жағдайларымен анықталады. Олар: мотивациялық (ұстаным, қызығушылық, инициатива көрсетуге талпыныс, шығармашылық); адамгершілік (парыз және жауапкершілік, такт, талап ету және т.б.), танымдық (іс-әрекетті табысты орындауға қажетті жалпы мәдени ой-өрісі, қабылдауға бағыттылығы, ес, зейін, ойлау, кәсіби қабілеттері; әрекет, операция, әдіс), эмоционалды-еріктік (эмоционалды қабылдағыш, оптимизм, инициативтілік, табандылық, өзін-өзі меңгере алу, өзінің және басқалардың көңіл-күйін басқару қабілеті және т.б.), психофизиологиялық (іскерлік, қабілеттілік, бастаған істі соңына дейін жеткізу, белсенділік және өзіндік реттелу, бірқалыптылық және шыдамдылық, ептілік темпі және т.б.). Бұл суицидалды белсенділігі жоғары адамдармен диалог құру «сұрақ қою, қайтадан сұрақ қою» әдісі қолданылады.

Г.А. Денисенконың пікірінше, диалогтік қарым-қатынас орнату, сұрақ-жауап жүргізу екі адамның өзара әрекеттесуінің тиімді көрсеткіші. Олар бір-бірімен ақпарат алмасу, жауап қайтару, пікір білдіру, тыңдау үдерісінде тең құқығылы. Нәтижесінде мәселенің ортақ шешімін немесе екінші тарапты қабылдауына әкеледі [11].

Жасөспірімдер мен олардың ата-аналары арасындағы қарым-қатынас әрқашан өзекті. Ересектер балалары үшін шешім қабылдайды, кейде тыңдау мен естудің арасында да үлкен алшақтық болады. Өйткені жасөспірімдердің мінез құлқын осы кезеңде танып, әрі не қалайтынын білу олармен достық қарым-қатынаста ғана нәтиже береді [12]. Бұл баланың дағдарысты кезеңі мен девиантты мінез-құлық көріністерінде өзіне зиян келтіруді алдын алу.

Екінші адамның ойын тыңдау мен ақпаратты қабылдау процесінде тыңдаушы үшін серіктесінің даусының ырғағы мен айтылатын сөздерінің анықтығын, оны түсінгенін белгі ретінде жеткізу. Айтушы мен тыңдаушының өзара әрекеті қарым-қатынастағы екі жақтың да бір-біріне деген кері байланысын білдіреді. Суицидальді коммуникация айтушы мен тыңдаушы үшін сөзді қалай ұғынып, қабылдап түсінетіндігі маңызды. О.М. Копыленко екінші адамның ойын түсіну процесінің үш құрылымын ерекшелеп көрсетті. Олар: 1) қабылдау; 2) қабылдағанды түсіну, оның мәні мен мазмұнын қабылдау; 3) өзінің түсінігінде ақпаратты реттеу [13]. Бұл жасөспірімдердің іс-әрекеттеріндегі өмір сүру ұстанымдары мен қоғамды қабылдауындағы ересектермен өзара қарым-қатынасындағы кедергілер, түсінбеушілік шиеленістер.

Жас ерекшелік даму үдерісіндегі психологиялық өзгерулерге сәйкес коммуникативтік кедергілер кездеседі. Бұл үдерісті шешудегі негізгі фактор - бірлескен-диалогтік танымдық іс-әрекетті ұйымдастыру, оған қатысушылардың субъект-субъекттік байланысты өзара үйлесімді психологиялық жағдайлармен қаруландыру арқылы тұлғалық дамудың нәтижелігін арттыру туралы С.Жақыповтың тұжырымдамасы негіз болып табылады [10, 37-45 б.]. Осыған сәйкес қарым-қатынас процесіндегі білім, мотив, қабілеттілік компонентінің негізіндегі өлшем белгілерінің жасөспірімдік кезеңдегі маңыздылығы анықталды.

Н.Тоқсанбаеваның зерттеулерінде, қарым-қатынас бірлескен іс-әрекетті жүйелендіру факторы ретіндегі тұлға дамуындағы оның психологиялық ерекшеліктеріне сипаттама беріледі [5, 16-29 б.]. Адамның көңіл-күйі тек қоғамдағы жағдаймен байланысты емес. Мұнда ең алдымен адамды қоғамдық ортадан алшақтатпаудың маңыздылығы айтылады. Осы туралы ұжым арасында күнделікті қарапайым қарым-қатынас үйлесімін тұрақтандыруға психологиялық бірнеше кеңес береді:

- байқамай сөз айтпаңыз;

- күлімсіреуді тықпаңыз;

- жағымды жаңалықты ашық айтып, басқаның қуанышын шын көңілмен бөлісіп, жылы сөзбен ойыңызды анық айтуға талпыныңыз;

- екінші адамға айтылатын мақтау мен мадақтау сөздерінің мазмұнына да ерекше мән беріңіз, өйткені ойында шешілмеген қиын мәселесі бар адамға кері әсері болуы мүмкін;

- қайғы-мұң жылы сөзді айту арқылы басылуы мүмкін, оны айтудың алдында адамның сіздің вербалды көмегіңізді қалай қабылдайтынын бақылап алу маңызды.

### **Суицидтік тәуекелге бейім тұлғалармен қарым-қатынас құру аспектілері.**

Суицидтік тәуекелге бейім тұлғалардың өзіне қол жұмсауға баратындығы туралы белгілері тікелей немесе жанама сөздермен айтылады. Мәселен: «Мен өміріммен қоштасайын деп жүрмін», «Бұл өмірде өмір сүруден қатты шаршадым», «Өле салғаным артық», «Бітті, ойыннан шығамын», «Өмір сүрдім, болды жетеді» және т.с.с. Оның болашақта немесе жақын арада болмайтыны, өмірмен қоштасуға дайындалып жүргені туралы белгілері жанама түрде де болады. Ол: «Келесі жылы бұл жерде мен болмаймын»,

«Біз соңғы рет көрісіп тұрмыз», «Мені енді көрмейсіздер», «Мен жақын арада Сіздерді және өзімді қинамайтын боламын», «Менсіз өмірде енді қиындықтар болмайды». Осы сияқты белгілермен қатар, оның өлім, басқа өмір, оның ішінде біреу сөйлейтіні, құлағына тапсырма беретіні туралы да жиі айтуы мүмкін. Мысалы: «Адамға басқаның жаны қонуы мүмкін бе?»,

«Мен бұл әлемге әйтеуір бір келетін боламын».

Адамның өзіне қол жұмсауға дайындығы туралы белгілер вербалды сөздің астарында жасырын мінез-құлықтық белгілер арқылы да көрінуі мүмкін. Мәселен, адамның үйреншікті мінез-құлқының күрт өзгеруі. Бұл оның жылпы әлеуметтік нормаға жатпайтын қылық-әрекеттерінің орындалуымен сипатталады [14]. Сонымен қатар, суицидтік әрекетке баратындардың 10 пайызға жуық тұлғалары өздерінің болашақ әрекеттері туралы мүлдем белгі бермейді. Қалыпты жоспарлы әрекетін жасап жүреді, ешқандай сөздерінде өзгеріс ауытқуы болмайды. Адамның мінез-құлқындағы өзгерістері әр түрлі:

- ұйқының бұзылуы (адам күні бойы ұйықтайды немесе мүлдем ұйықтай алмайды);  
- жұмыста немесе білім беру мекемелеріндегі жетістігі мен белсенділігінің бірден төмендеуі;

- адам өзінің сырт келбетіне қарауды тоқтатады;
- өзін сыйлаудан қашады;
- мұңлы, қайғылы әуендер тыңдайды;
- үйден кетіп қалу;
- өлім, екінші өмір туралы өлеңдер құрастырады;
- өзінен қашу, оқшаулануды қалау,

Коммуникативтік қажеттілік ерекшелігі адамның тануға ұмтылысы және басқаларды бағалауға негізделген, ал ол арқылы және олардың көмегімен өзін-өзі таниды және өзін-өзі бағалайды.

Өзіңді және басқа адамдарды тануда әрбір адамда үнемі жалпылау қалыптасады, ол тұлғаның мінез-құлқының ерекшеліктері мен оның ішкі әлемінің өзара байланысын дұрыс белгілеуінен көрінеді. Мұнда үш жақты схеманы қолдануға негізделген «субъект-әрекет-объект» және «Мен-осы жерде-қазір» принципінде сана және бейсаналы, қарым-қатынас, кәсіби карьера және т.б. түсінігі. Бұл тұжырымның маңыздысы, ажырамайтын жаны мен тәні, субъект пен әрекет бірлік, тұтастық принципі болып табылады. Осы тұжырымды негіз ете отырып қарым-қатынас жасау әрекетінің психологиялық құрылымы құрастырылды:

- а) қарым-қатынас орнатуға ықылас білдіруі, дайындығы;
- ә) қарым-қатынас жасауға ұмтылыс, бірлескен әрекетті дамытуға бағдарлануы; б) мақсатталған ойын жеткізуді жүйелі жоспарлау;
- в) өзара қатынас орнатып, байланысқа түсу;
- г) тұлғааралық қарым-қатынаста бірін-бірі жағымды қабылдау.

Психологиялық қызмет көрсету жүйесінде жасөспірімнің тұлғалық қалыптасуында оның өмірлік ұстанымын, дүниетануы, қызығушылығы, қоршаған ортаға сезімталдығын үйлесімді қарым-қатынастық байланыс орнату бірінші кезекке алынуы қажет. Мұнда «Субъект-объект», «субъект-субъект» схемасында арнайы бағдарлама негізінде тренингтік жаттығулар, тестік тапсырмалар, әдістемелер, ойындар жүргізіледі. Әрбір топта қарым-қатынас процесінің өзгешелігі сол тұлғалармен ұйымдастырылған іс-шаралардың жүйелі құрылуына байланысты.

Демек, қарым-қатынасты кезеңдерге бөліп жоспар бойынша төмендегі 1-кестеде

берілгендей сипатталады:

**Кесте –1. Қарым-қатынас кезеңдері мен мазмұны.**

№	Қарым-қатынас кезеңдері	Мазмұны
1	Қарым-қатынасты модельдеу	Дайындық кезеңі: берілетін ақпарат, айтатын сөзді нақтылау.
2	Тікелей қарым-қатынасты ұйымдастыру	Топпен бастапқы байланыс, «біз» сезімін қалыптастыру, топты бір мақсатқа жұмылдыру
3	Қарым-қатынасты меңгеру	Коммуникативтік міндеттерді шешу
4	Жүзеге асырылған қарым-қатынасты талдау	Қарым-қатынасқа түсушілердің көңіл күйі, белсенділігі

**Суицидалды белсенділігі жоғары адамдармен диалог құру арқылы психологиялық көмек көрсету ерекшеліктері**

*Сұхбат жүргізу принциптері:*

- *Шұғыл.* Бұл тұлғаның суицидтік тәуекел туралы белгі көрінісінде онымен әңгімелесуді «кейінге қалдыруға» болмайды дегенді білдіреді. Басқа клиенттерге қарағанда оған ерекше, әрі көбірек көңіл бөлу.

- *Эмпатиялық қатынас.* Эмпатия – бұл басқа адамның эмоционалды жағдайының ерекшелігін анықтау, өзін оның орнына қою және оған жанашырлық таныту мүмкіндігі. Эмпатия клиентке деген шынайылықты, бірге уайымдауды білдіреді.

- *Сұрақтардың ашық және тікелей қойылуы.* Әңгімені «ашық» сұрақтардан бастау қажет. Бұл сұрақтарға әңгіме, монолог түрінде жауап алуға мүмкіндік болады. Мысалы:

«Өзіңіз туралы айтып берсеңіз», «Сізді не мазалап жүр?». Әңгіме барасында нақты жауап алу үшін «тікелей», «жабық» сұрақтар санын көбейту қажет. Мысалы: «Сіз зарығу сезімін басыңыздан кешірдіңіз бе?», «Сізде өзіңізге зиян келтіру туралы ой болды ма?».

- *Моральдық баға беруден аулақ болу.* Суицид тақырыбы моральдік, адамгершілік және діни контексте қарастырылады. Суицидтік актіні жалпыадамзаттық тұрғыда бағалау оны жасаған адамды немесе оның айналасындағыларды кіналау болып табылады. Мұндай жағдайдағы әңгіменің мәні кәсіби баға берілмейтін көмек.

- *Жауапкершілікті бөлу.* Клиентке дер кезінде және мәселеге сәйкес көмек беру, оның психикалық күйін және суицидтік тәуекелдің көрінісін бағалау, клиентке және оның туыстарына ұсыныстар жасау, кеңес беруді ұйымдастыру маманның (психолог, дәрігер және т.б.) жауапкершілігінде. Маман терапиялық іс-шаралардың нәтижесі үшін барлық жауапкершілікті мойнына алмайды. Ол клиенттің суицидтік әрекет жасауына жауапкершілік алмайды. Сондықтан, жауапкершілікті әңгімелесудің алғашқы күнінен бастап клиент, оның туыстары және көмек беретін мамандар арасында нақтылап бөліп алу маңызды.

- *Орындалмайтын уәдеден қашу.* Клиентпен қарым-қатынаста шынайылықтың принципін ұстану маңызды. Адам қиын жағдайға түскенде көмек беретін маманның тұлғасын және оның мүмкіндіктерін идеал ретінде қабылдайды. Сондықтан, көмек беретін маман өзінің мүмкіндіктерінің шекарасын анықтап алу қажет.

- *Психопатология.* Маманның міндетіне (психолог, дәрігер) клиенттің бастапқы психикалық деңгейін бағалау және алғашқы диагнозды қою кіреді. Бірақ патология қандай деңгейде болмасын, адамның психопатологиялық белгілері оның күйзелісі мен қиын жағдайдағы күйінің көрінісі екенін ұмытпау керек. Сондықтан, оны бірден «психикалық ауру» қатарына дейін төмендетуге болмайды. Мысалы, «дауыстарды есту» галлюцинациясы мен сандырақтау адамның қатты қорқуынан болады, ал психикалық бұзылыстың көрінісі адамның ұят, кінәлі, әлеуметтік кемшілік, сол сияқты депрессияның көрінісі қайғы-қасірет, үміттің жоқтығы және т.б.



- *Коммуникативті байланыс орнатудан қашу.* Депрессивті клиенттерде коммуникативтік қабілеттер деңгейі жиі бұзылыста болады. Бұл сөйлеу қарқыны, жауаптардың қиын берілуінен көрінеді. Сондықтан, әңгімеге тарту үшін маман өзінің дауыс ырғағын, сөйлеу қарқынын клиенттің сөйлеу ерекшелігімен сәйкестендіреді.

- *Ақпаратты нақтылау.* Әңгіме барысында кейбір тақырыптарды, оның ішінде суицидтік ойлар мен әрекеттер туралы тақырыптарды жиі нақтылау маңызды. Бұл туралы сұрақтар жабық, жанама түрде әр түрлі формада қойылуы қажет.

Суицидалды белсенділік әсіресе ер балаларда басым болады. Депрессиялық бұзылысы көрінісі бар немесе тәуекел топтағы ер адамдармен ең алдымен эмоционалды байланыс орнату арқылы қарым-қатынасқа тарту маңызды [15].

Қойылатын сұрақтардың бірізділігі да сақталады.

1. Сізде сағыныш, дәрменсіздік, үмітсіздік сезімдері жиі мазалайды ма?
2. Ешкімді Сіздің қызықтырмайтынын сезесіз бе?
3. Өмірді жалғастырудың қажеттілігі жоқ деп ойлайсыз ба?
4. Өлім туралы қиялдарңыз болады ма?
5. Өзіңізге зиян келтіру туралы ойлас кездеседі ме?
6. Кейде өзіңізді өлтіргіңіз келетін жағдайлар болады ма?

Егер адамнан осы сұрақтарға түгел қанағаттанарлық жауаптар алынса, онда төмендегі сұрақтар арқылы оның жауаптарын нақтылау қажет:

- Өзіңізге зиян келтіру туралы ойлар қаншалықты жиі болады?
- Нақты қандай жағдайларда кездесті?
- Өміріңізде кездескен қиындықтарда Сізді жаман ой мазалады ма?
- Осы ойларға қарсы тұратын Сізде қабілет бар. Ол қандай қабілет?
- Сізге көмек беретін жақындарыңыз кімдер?

### **Қорытынды.**

Адамның өмірлік қиын жағдайлардан шығу кезеңінде жаңа өмірге қайта бейімделіп, алға қойған өзіндік мақсатына жетуімен қатар жеке бас ерекшеліктерінде де бірқатар өзгерістер болады. Мысалы, сана сезімі, өзіндік бағалауы, мінез құлық ерекшеліктері тұрақталынады. Осы орайда қарым-қатынас мәселесінің мән-маңызына, жалпы тұлғаның қоғамдағы рөліне айрықша ден қоюды талап етеді. Ол қарым-қатынас дағдысын кеңейтуге бағытталған іс-шаралармен қамтамасыз ету.

Мақала AP09259839 «Жасөспірімдердің суицидтік мінез-құлқын психологиялық бейіндеу және түзету жүйесін ұйымдастыру» тақырыбындағы ҚР Білім және ғылым министрлігі қаржыландыратын ғылыми жоба аясында жүргізілген зерттеулердің нәтижелері негізінде жазылған.

### *References*

[1] Taşimova F.S., Mazitova D.E. *Jasöspirim şaqtağy äleumettik mazasyzdyqtyñ zamanauı teorialary /Abai atyndağy QazÛPU-nıñ HABARŞYSY, «Psihologia» seriasy №1(66) 2021.* <https://doi.org/10.51889/2021-1.1728-7847.14>

[2] Edvin S. Şneidman. *Psihikalyq auru retinde suisid: özın-özi joiuğa klinikalyq közqaras.* - 1995 jylдың 1 säur

[3] Lassuell Garöld D. *Psihopatologia i politika: Monografia / Per. s angl. L 26 T.N.Samsonovoi, N.V.Korotkovoi.* - M.: İzdatelstvo RAGS, 2005. - 352 s. (Seria «Antologia zarubejnoi i otechestvennoi mysli»

[4] Andreeva G.M. *Psihologia sosiälnogo poznanıa: Uchebn. Posobie dlä studentov vysşih zaevideni.* – M.: Aspekt Pres, 2000. – 288 s.

[5] Toqsanbaeva N.Q. *Psihologiadağy qarym-qatynas mäselesi. // Bilim beru jüiesinde adam resurstaryn basqarudyñ qazırğı tendensialary: Halyqaralyq ğylymi-praktikalyq konferensia materialdary.* - Almaty, 2005.

- [6]Abaev V.E. *Praktikum po nauchnomu stilii rechi dlä studentov, izuchaiuših mejdunarodnye otnoşenia i mejdunarodnoe pravo.* – Almaty: «Äreket–Print», 2010. – 131s.
- [7]Leontev A.N. *Problemy razvitiia psihiki.* - M.: Moskovski universitet, 1972
- [8]Golovin S.İu. *Slovär psihologa-praktika.* - Minsk: Harvest, A: AST, - 2001. – 974 s.
- [9]Jakupov S.M. *Metodologicheskie probelmy izuchenia sovmestnoi deiatelnosti // Metodologicheskie problem obşei psihologii: Uchebnoe posobie-Almaty: İzd-vo “Qazaquniversiteti”, 2003.-S.114-149*
- [10] Şelehov İ.L, Kaştanova T.V., Kornetov A.N., Tolstoies E.S. *Suisidologia: uchebnoeposobie / İ.L Şelehov, T.V. Kaştanova, A.N. Kornetov, E.S. Tolstoies – Tomsk: Sibirski gosudarstvennyi medisinski universitet, 2011. – 203 s.*
- [11] Denisenko G.A. *Dialogovoe obşenie uslovia i faktory ego effektivnosti: avtoref. dis. nakand.psihol.nauk.:. 19.00.05 – M., 1992–21 s.*
- [12] Aqajanova A.T. *Deviantologia.* - Almaty: Nür-pres, 2009. - 126 b.
- [13] Kopylenko O.M. *Stupeni vospriatia i ponimania rechi. Voprosy issledovania reche-myslitelnoi deiatelnosti. // «Psihologia» (vypusk VII) - Alma-Ata, 1977.-100 s.*
- [14] Qulmağanbet, Ä.Q t.b. *Jasöspirimder arasyndağy suisidaldy minez-qūlyq jäne onyñ aldyn alu jūmystary (ädistemelik qūral) Qostanai q., (QR), 2016. 51 b.*
- [15] *Vyivlenie pasientov s suisidälным riskom v obşemedisinskoi praktike: Ucheb. - metod. posobie / E.V. Lasyi, O.İ. Parovaia. Mn.: BelMA-PO,2012.–34 s.*