

**К.С.Бактыбаева<sup>1</sup>, Т.Қ.Бөлеев<sup>2</sup>, Д.Жарқынбаева<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Халықаралық Тараз инновациялық институты

<sup>2</sup>Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті, Қазақстан, Түркістан қаласы

## **ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ЖАЛҒЫЗДЫҚ СЕЗІМІН ЗЕРТТЕУ СУИЦИДТІҢ АЛДЫН АЛУ ШАРАЛАРЫНЫҢ БІРІ**

Аңдатпа

Жасөспірімдер арасыздағы суицидтік мінез-құлық қазіргі уақытта жаһандық проблемаға айналып отыр. Баланың өзіне қол жұмсауы - қайғылы жағдай. Әрбір осындай жағдай өмірден қорқу өлім қорқынышынан күштірек болып тұр. Жасөспірімдердің арасындағы суицидке барудың факторлары көп, соның ішінде педагог, психолог, ата-аналардың көп назар аударма бермейтін себептің бірі – баланың өзін жалғыз сезінуі, қол ұшын созатын, көмек беретін, мәселені шешуде жол сілтейтін, жанын түсінетін адамның қасында болмауы. Бұл жаста оларға айналасындағылардың (әсіресе құрдастарының) қолдауы, түсінуі өте қажет. Осы мәселеге арналған зерттеулер біздің елде жоқтың қасы. Баланың өзін жалғыз сезіну мәселесіне мектеп, отбасы аса зер салмайтыны да анықталып отыр.

Зерттеудің мақсаты - жасөспірімдер арасындағы суицидтің себептерінің бірі жалғыздық болуы мүмкін екенін, оны зерттеу және алдын алудың маңыздылығын негіздеу.

Жасөспірім кезіндегі жалғыздықтың ерекшеліктерін эмпирикалық зерттеуде Д.Расселл мен М.Фергюсонның «Жалғыздықтың субъективті сезімінің деңгейін диагностикалау» әдісін қолданған, сонымен қатар зерттеу нәтижелерін жіті талданған.

Осы сауалнамамен қатар авторлар оқушылардан жалғыздықтың себептерін білу және сол арқылы өзін жалғыз сезінетіндерге көмектесу үшін бірқатар сұрақтар беріп, жауап алған. Осындай зерттеулердің нәтижесінде олар жасөспірімдердің көпшілігі белгілі бір дәрежеде жалғыздықты бастан кешіретіндігін, бұл жәйт олардың әрқайсысына белгілі бір оң немесе теріс жағынан әсер ететінін анықтаған.

Зерттеудің ғылыми жаңалығы: мектеп психологтары, педагогтар мен сынып жетекшілеріне жасөспірімдердің жалғыздық сезімдерін зерделеу және алдын алу үшін тиімді әдістеме мен сауалнамалар ұсынылады.

Жасөспірімдік шақта жалғыздық жағдайы өте айқын көрініс табады. Бұл жағдай сол жасқа тән элеуметтік қажеттіліктің артуымен байланыстыруға болады. Түсініксіздік, рухани оқшаулану, меланхолия, қарым-қатынасқа деген қажеттілік, адамдардың жақындығы – жасөспірім үшін ауыр және стресстік жалғыздыққа әкеледі. Ал бұл проблеманың дер кезінде алдын алмаса ауыр, орны толмас қайғыға душар етуі әбден мүмкін.

**Түйін сөздер:** жалғыздық, суицид, суицидтік мінез-құлық, жасөспірім, қарым-қатынас.

*К.С.Бактыбаева<sup>1</sup>, Т.Қ.Бөлеев<sup>2</sup>, Д.Жарқынбаева<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Международный Таразский инновационный институт

<sup>2</sup>Международный казахско-турецкий университет им. Ходжи Ахмеда Ясауи, Казахстан, г. Туркестан

## **ИССЛЕДОВАНИЕ ПОДРОСТКОВОГО ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА ОДНА ИЗ МЕР ПРОФИЛАКТИКИ СУИЦИДА**

Аннотация

Суицидальное поведение среди подростков в настоящее время становится глобальной проблемой. Самоубийство ребенка-трагедия. Каждая такая ситуация показывает, что страх жизни сильнее страха смерти. Существует множество причин суицида среди подростков, и одна из причин, которой педагоги, психологи, родители не уделяют особого внимания - это чувство одиночества подростка.

Авторы в статье указывают, что одной из причин суицида среди подростков может быть одиночество. В этом возрасте им очень нужна поддержка, понимание окружающих (особенно сверстников).

Целью исследования является обосновать, что причиной суицида среди подростков может быть одиночество, важность изучения и профилактики чувства одиночества подростков.

В эмпирическом исследовании особенностей одиночества в подростковом возрасте авторы использовали метод «Диагностики уровня субъективного чувства одиночества» Д. Рассела и М. Фергюсона, а также провели тщательный анализ результатов исследования. Наряду с этим опросом авторы приводят ряд вопросов на выявление среди учащихся причин их одиночества, для оказания помощи тем, кто чувствует себя одиноким. В результате таких исследований авторы установили, что большинство подростков в той или иной степени испытывают одиночество и что данное чувство оказывает определенное положительное или отрицательное влияние на каждого из них.

Научная новизна исследования заключается в том, что школьным психологам, педагогам и классным руководителям предлагается эффективная методика и опросники по изучению и профилактике чувства одиночества подростков.

В подростковом возрасте состояние одиночества проявляется очень ярко. Это состояние может быть связано с увеличением социальной потребности, присущей этому возрасту. Двусмысленность, духовная изоляция, меланхолия, потребность в общении, близость людей-все это приводит к болезненному состоянию и стрессу. А несвоевременная профилактика этой проблемы может привести к серьезным, невосполнимым последствиям.

**Ключевые слова:** одиночество, суицид, суицидальное поведение, подросток, взаимоотношения.

*K. Baktybayeva<sup>1</sup>, T. Boleyev<sup>2</sup>, D. Zharkinbayeva<sup>2</sup>*

*<sup>1</sup>International Taraz Innovation Institute*

*<sup>2</sup>Khoja Akhmet Yassawi International Kazakh-Turkish University, Kazakhstan, Turkestan*

## **RESEARCH ON ADOLESCENT FEELINGS OF LONELINESS IS ONE OF THE MEASURES OF SUICIDE PREVENTION**

### *Abstract*

Suicidal behavior among adolescents is now becoming a global problem. Child suicide is a tragedy. Each such situation shows that the fear of life overcomes the fear of death. There are many reasons for suicide among adolescents, and one of the reasons that teachers, psychologists, parents do not pay special attention to is the adolescent's feeling of loneliness.

The authors of the article point out that one of the reasons for suicide among adolescents may be loneliness. At this age, they really need support, understanding of others (especially peers).

The aim of the study is to prove that the cause of suicide among adolescents may be loneliness, the importance of studying and preventing the feeling of loneliness in adolescents.

In an empirical study of the peculiarities of loneliness in adolescence, the authors used the method "Diagnostics of the level of subjective feeling of loneliness" by D. Russell and M. Ferguson, and also conducted a thorough analysis of the research results.

Along with this survey, the authors provide a number of questions to identify the causes of loneliness among students, to help those who feel lonely. As a result of such studies, the authors found that most adolescents experience loneliness to some extent and that this feeling has a certain positive or negative impact on each of them.

The scientific novelty of the study lies in the fact that school psychologists, teachers and class teachers are offered an effective methodology and questionnaires for the study and prevention of feelings of loneliness in adolescents.

In adolescence, the state of loneliness is very pronounced. This condition may be associated with an increase in the social need inherent in this age. Ambiguity, spiritual isolation, melancholy, the need for communication, the closeness of people—all this leads to a painful state and stress. And untimely prevention of this problem can lead to serious, irreparable consequences.

**Keywords:** loneliness, suicide, suicidal behavior, teenager, relationships.

## **Кіріспе**

Соңғы жылдары жасөспірімдердің суициалды мінез-құлық проблемасына ерекше көңіл бөлінуде. Себебі, соңғы жылдары жастардың арасында суицидтік әрекеттердің жиілігі артты. Ол жастардың суицидалды белсенділігінің үздіксіз өсуімен байланысты [1, 27 б.].

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының мәліметтеріне сәйкес, бүкіл әлемде өзіне-өзі қол жұмсау 15-19 жас аралығындағы жастар арасында кең тараған [2, 15 б.]. Халық арасындағы өлім-жітім себептерінің жіктелуінде суицид үшінші орында тұр (онкологиялық аурулар мен жүрек ауруларынан кейін) [3, 11 б.].

ДДҰ мәліметтері бойынша әлемдегі өзіне-өзі қол жұмсағандардың 20%-ке жуығы – жеткіншектер. Ал суицидалды әрекеттер мен ниеттің саны одан әлдеқайда көп.

Қазақстан жеткіншектерінің арасында суицид саны бойынша ТМД елдері арасында көш бастап тұр. Осы жас санатында жыл сайынғы өз еркімен өмірден кету статистикасы келесідей: 100 мың тұрғынға 34,5 жағдай. Орталық және Шығыс Еуропа және бұрынғы Кеңес Одағының аумағы бойынша БҰҰ Балалар қорының соңғы есебіне сәйкес Қазақстан 15-19 жас аралығындағы қыздар арасында өзіне - өзі қол жұмсау саны бойынша бірінші орында, ал ер балалар арасындағы өзіне-өзі қол жұмсау саны бойынша Ресейден кейінгі екінші орында тұр. Ресми статистиканың мәліметтері бойынша 2019 жылы балалар мен жеткіншектер өлімінің 237 жағдайы тіркелді, ал алдыңғы 2018 жылы –260 жағдай тіркелген. Қаза болғандардың көбінің жасы –12-ден 19 жасқа дейін [3, 25- 27б.].

Ал Қазақстанда Түркістан облысы жасөспірімдер арасындағы өзіне-өзі қол жұмсау фактілері бойынша көш бастап тұр. Жүргізілген талдаулар бойынша соңғы 2018-2020 жылдарда облыста балалар арасындағы суицид фактілері 13% өскен.

Статистика бойынша, жасөспірімдердің суицидке бару себептерінің негізгілері төмендегідей: жас дағдарысы; тұлғаның психикасының өрескел бұзылуы; ата-аналарының ажырасу немесе біреуінің қайтыс болуы; отбасындағы жанжалдар; жауапсыз махаббат, депрессия, буллинг, жалғыздық т.б.

Ғалымдар өз-өзіне қол жұмсау мүмкіндігі басқа адамдарға қарағанда едәуір жоғары болатын қауіпті топ анықтаған, солардың ішінде бірінші орында - оқшауланған өмір салтын жүргізетін адамдар; тұлғааралық қарым-қатынасы бұзылған жасөспірімдер.

Жалғыздық мәселесі әрдайым ғалым, жазушылар, философтарды, жалпы адамзатты алаңдататын мәселе. Соңғы кездерде жалғыздықтың мәнін, оның пайда болу себептерін, оған тән көріністерін және адам өмірінің әртүрлі кезеңдеріндегі тұлғаға әсерін зерттейтін көптеген жұмыстар осы мәселеге арналған.

Қазіргі заманғы отандық және шетелдік психологтар жасөспірімдердің өз-өзіне қол жұмсау әрекеттерін түсіндіретін ең көп таралған мотивтердің ішінде: жалғыздық, қажетсіздік сезімі, реніш, қиын өмірлік жағдайдан шығудың жолын таба алмау деген пікір айтады.

Жалғыздық - адамның қоғамнан алыстау жағдайының тәжірибесі. Э.Фроммның айтуынша, бұл жағдайды әмбебап, тұрақты тәжірибе ретінде қарастыруға болады. Кейбір

зерттеушілер, жалғыздық сезімі - бұл өздігінен дербес, уақытша пайда болатын сезім, сондықтан оны әмбебап құбылыс ретінде қарастыруға болмайды деген пікір айтады.

Алайда, тыныш, бірқалыпты оқшаланудан басқа, ауыр және стресстік жалғыздық бар - жабырқау, мұңаю, рухани оқшаулаудың субъективті жағдайы, түсініксіздік, қарым-қатынасқа, адамдардың жақындығына деген қажеттілік сезімі.

Қазіргі кезде жастардың рухани тәжірибесі, оның ішкі әлемі, эмоционалды саласы қоғамның назарынан тыс қалуымен қиындайды. Жастарды әлеуметтік қорғаудың дамыған инфрақұрылымы іс жүзінде жоқ, отбасылық байланыстар өте нәзік – балалар мен ересектер бір-бірінен алшақ. Сонымен қатар, көптеген ата-аналардың психологиялық-педагогикалық білім, мәдениетінің деңгейі төмен. Жасөспірімдердің жалғыздық проблемасы мектептерде олармен педагогикалық жұмысты ұйымдастыруда жеткіліксіз ескеріледі және психологиялық көмек көрсету міндеті ретінде көп қарастырыла да бермейді.

Жалғыздықтың ерекшеліктерін субъективті тәжірибе ретінде білу және жете түсіну жасөспірімнің тұлғасына деструктивті әсер еткен жағдайда оның алдын алуға мүмкіндік береді [4, 316].

И. А. Панкратова мен А. Ф. Чумаков жалғыздықты сезінуге ықпал ететін жеке және әлеуметтік факторларды атайды. Жеке факторларға адамның іштей бастан кешіретін нәрселер жатады, мысалы, өзіндік бағалаудың төмендігі, ұялшақтық, эмоционалды интеллект пен коммуникативті құзыреттіліктің төмендігі. Жалғыздық сезімін тудыратын әлеуметтік факторларға ажырасу, жақын адамның өмірден озуы, басқа қалаға қоныс аудару, жұмыстан айрылу және т.б. жағдайлар жатады [5, 40 б].

Жасөспірімдердің жалғыздық мәселесі Р.Вейс, Г.Салливан, Ф.Фромм-Рейхман, К.Роджерс, К.Ясперс және басқалар сияқты танымал шетелдік психологтардың еңбектерінде көрініс тапты. Орыс психологиясында жалғыздық мәселесі, әсіресе жасөспірімдер арасындағы жалғыздық туралы, жұмыстар өте аз, ал өзіміздің отандық психологияда бұл мәселе бойынша жұмыстар жоқтың қасы. Бұл кеңестік кезеңдегі отандық психологиялық ғылым кеңестік жасөспірімге жалғыздық жағдай тән емес және тіпті болу мүмкін емес деп санап, бұл құбылысқа аса назар аудармағандыққа байланысты. Осы проблемамен айналысатын бірнеше ресейлік зерттеушілердің ішінде жалғыздық саласындағы мамандарды атауға болады И.С.Кон, С.Г.Корчагин, Н.Е.Покровский. Жалғыздық мәселесі байыпты түсінуді, теориялық және эксперименттік ғылыми зерттеулерді қажет етеді [6, 126].

И.С.Кон өтпелі жаста жалғыздық пен оқшалану сияқты ұғымдардың мазмұны туралы ойлары өзгеретінін жазды. Балалар әдетте оларды физикалық жағдайдың бір түрі ретінде түсіндіреді («айналада ешкім жоқ»), ал жасөспірімдер бұл сөздерді психологиялық мазмұнмен толтырады, оларға тек теріс емес, сонымен қатар оң мағына береді [7. 946].

Шетелдік сауалнамалардың (Т.Бренан, 1980; Э.Остров и Д.Оффер, 1980) және клиникалық зерттеулердің деректері көрсеткендей, жеткіншектер мен жасөспірімдер үлкен жастағы адамдарға қарағанда жиі өздерін жалғыз сезінеді екен [8, 2696].

Жеткіншектік жастағы тұлғаның қалыптасуында кездесетін қиындықтармен байланысты жалғыздық сезімі жасөспірімдерді өз құрдастарымен тығыз қарым-қатынасқа түсуге қатты жетелейді, солардың ортасында олар ересектердің бере алмағандарын табуға үміттенеді, ол – эмоционалдық жылулық, зерігуден құтылу, өзінің маңыздылығын мойындату.

«Жасөспірімнің басты қажеттіліктерінің бірі - қарым-қатынасты қайта бағдарлау: ата-ана, мұғалім және жалпы үлкендерді өзімен жасты құрдастарға ауыстыру» [9,986]. Осыдан жасөспірімдер бұрын отбасынан алатын қолдауды енді құрдастары мен әлеуметтік байланыстардан, жаңа тұлғааралық қарым-қатынастардан іздейді. Ал осы кезде ол құрдастарынан да қолдау таппаған жағдайда, өз проблемасымен жалғыз қалғанда, өзін керексіз сезінгенде, шарасыздықтан өмірден кетуге бел байлайды.

**Зерттеу әдіснамасы**

Гипотеза ретінде біз жасөспірімдердің өздерін жалғыз, ешкімге керексіз сезінген жағдайы суицидке баруға әсер етуі мүмкін деп қарастырамыз.

Жалпы зерттеуге Түркістан қаласының М.Әбенова атындағы жалпы білім беретін орта мектептің 8 «А»; 8 «Б» сыныптарынан 54 оқушы қатысты. Диагностикалық құрал ретінде Д.Расселл мен М.Фергюсонның «Жалғыздықтың субъективті сезімін диагностикалау» әдісі қолданылды. Барлығы Сауалнама 20 сұрақтан тұрады, онда бірқатар мәлімдемелер ұсындық. Әрқайсысын рет-ретімен қарастырып, «жиі», «кейде», «сирек», «ешқашан» деген төрт жауаптың көмегімен оқушылар өз өміріне қатысты олардың орын алу жиілігі тұрғысынан бағалады. Таңдалған опцияны «+» белгісімен белгіледі. Нәтижелерді өңдеуде жауаптардың әр нұсқасының саны есептелінді. Жауаптардың қосындысы «жиі» - үшке, «кейде» - екіге, «сирек» - бірге және «ешқашан» - 0-ге көбейтілді.

Сонымен қатар жасөспірімдердің өздерінен жалғыздықты қалай түсінетінін, ол сезімнің әсерін, себептерін білу үшін біз оқушыларға төмендегі сұрақтарға жауап беруді ұсындық.

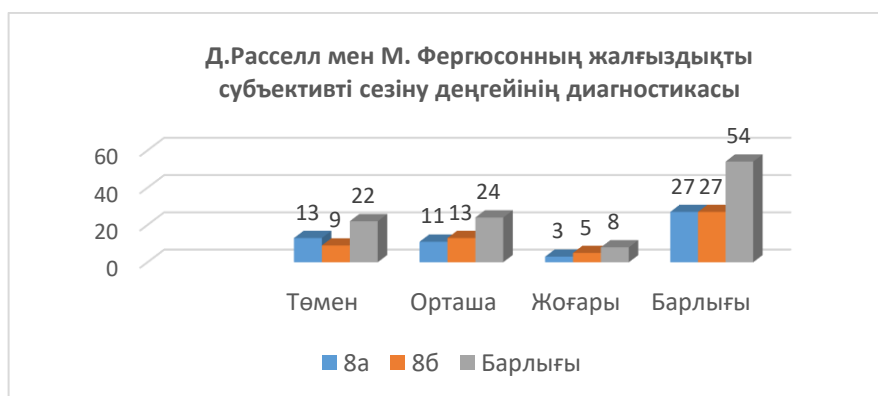
«Жалғыздық дегеніміз не?», «Адамға жалғыздық қажет пе, қалай ойлайсыз?», «Сіз жалғыздыққа қалай қарайсыз?», «Сіз жалғыздық сезімін бастан өткердіңіз бе?».

### Нәтижелер және талқылау

Зерттеуіміздің алғашқы кезеңінде Д.Расселл мен М. Фергюсонның «жалғыздықтың субъективті сезімінің деңгейін диагностикалау» әдісін қолдана отырып, жасөспірімнің жалғыздық тәжірибесінің ерекшеліктері мен деңгейлері анықтадық.

Жалғыздықтың деңгейлері: жоғары – 40- тан 60 балға дейін; орташа – 20-дан 40 балға дейін; төмен деңгейі – 0-ден 20 балға дейін.

Жүргізілген сауалнаманың нәтижелері төмендегі диаграммада келтірілген.



Сурет 1. Жасөспірімдердің жалғыздықты сезіну деңгейлері

Жалпы алғанда зерттеуге қатысқан 54 жасөспірімнің 22-нің (40,7%) жалғыздықты сезіну деңгейі төмен, 24 (44,4%) жалғыздықты сезіну деңгейі орташа, ал 8 (14,9%) баланың деңгейі жоғары. Жалғыздықты сезіну деңгейі жоғары оқушылардың үшеуі қыз баласы, ал бесеуі – ұл. Бұлардың арасында үш баланың деңгейін анықтау балл сандары өте жоғары: 52-57 аралығында.

Шетелдік ғалымдар Kenny R., Dooley B., Fitzgerald 12-18 жас аралығындағы оқушылар арасында тұлғаралық қатынастар мен эмоционалдық күйзелістерді бағалайтын сауалнамаларға жауап беру барысында қыздар ұлдарға қарағанда аналары және жақын достарымен қарым-қатынастың жағымды қасиеттерін жиі атаған, ал кіші жастағы оқушылар жоғары сынып оқушыларына қарағанда ата-аналармен қарым-қатынаста жағымды қасиеттерді атағанын анықтаған [10, 353 б.]. Біз де ұл балаларға қарағанда қыздардың арасында жалғыздық сезімінің деңгейі төмен екенін анықтадық. Осыдан қыздар мен ұлдардың коммуникативті ерекшеліктері мен қарым-қатынас стильдерінің ұқсамайтыны байқалады. Бұл қарым-қатынас деңгейі мен серіктестіктің сипатына қатысты болады деген тұжырымға келдік.

Осы сауалнаманың негізінде біз оқушылардың арасында «маған басқалармен тілдесу жетіспейді», «мені ешкім түсінбейтіндей сезінемін», «мен өзімді жалғыз сезінемін», «маған достар табу қиын» т.с.с. сұрақтарға «жиі» деп жауап берген оқушылар санының көп болуы бізді алаңдатты. «Айналада адамдар бар, бірақ олар менімен емес», «мені қоршаған адамдар мені түсінбейді, маған қосылмайды», «менің сөйлесетін ешкімім жоқ» т.с.с. сұрақтарға «кейде» деп жауап берген балаларда да көп болды.

Осыған қарағанда жасөспірімдер арасында тұлғааралық қатынас орнатуда оларды қоршаған ересек адамдардың мұндай проблемалардың орын алуы туралы беймәлім екенін түсіндік.

Бір қарағанда анау айтқан проблема жоқ сияқты болып көрінгенмен, өйткені екі сыныпта, зерттеуге қатысқандардың саны бойынша жалғыздықты сезінудің жоғары деңгейі 54 баланың тек 8 –нде анықталды, алайда біз олай ойламаймыз, ол санның артпауына кім кепіл? Ал осы сегіз баланың арасынан осы проблеманың ушығып, психологиялық ауытқушылыққа немесе аяғы қайғы-қасіретке, яғни суицидке әкелмеуіне ешкім кепілдік бере алмайды.

Осы сауалнамамен қатар біз оқушыларға бірқатар мәлімдемелерді дәйекті түрде қарастыру және жауаптардың бірнеше нұсқаларының көмегімен олардың көріністерін бағалауды ұсындық. Осы мақсатта оқушыларға бірнеше сұрақтарға жауап берулерін ұсындық.

Төменде балалардың берген бірнеше жауаптар нұсқасын ұсынамыз:

#### 1. Жалғыздық дегеніміз не?

Жалғыздық — бұл:

- ұжымнан, адамдардан алыстықты сезіну;
- достары мен жақындарының болмауы;
- кейде жалғыздық ауыр;
- басқа адамдарға қажет болмау;
- қалыпты құбылыс;
- зерігу, көңіл-күйдің болмауы;
- сөйлесетін ешкім жоқ;
- сені ешкім жақсы көрмейді және сен ешкімге керек емессің;
- ешкімді көргің келмейтін, реніш сезімі бар кез;
- қиын болған кезде және ойыңмен бөлісетін ешкім жоқ;
- адам үнемі жалғыз болғанда;
- достар болмаған кезде;
- адам жалғыз болғысы келгенде;
- ешкімді көргісі келмей кезі.

Кесте 1 - Адамға жалғыздық қажет пе, қалай ойлайсыз? сауалнамасының нәтижесі

Сынып	Иә	Жоқ	Әр кезде әр қалай	Кейде
8 «А» 27 оқушы	29,6%	40,7%	22,2%	7,5%
8 «Б» 27 оқушы	37,0%	33,3%	11,1%	18,6%

#### 2. Қандай адам жалғыз болады?

- үнсіз адам;
- қызықсыз, өйткені онымен ішің пысады;
- бақытсыз;
- ұқыпсыз;
- өзін-өзі төмен бағалайтын;
- дәрекі, өйткені басқа адамдар онымен сөйлескісі келмейді;
- өте қарапайым, ұялшак;
- тұйық;

- бұзақы, басқаларды сыйламайтын;
- барлығы, өйткені әркімде жалғыздық кезеңі болады;
- кез келген.
- жалғыз болғысы келетін адам;
- қиялшыл;
- төзімді емес, өзімшіл адам.

Оқушылардың 40%-і жағдайға байланысты кез-келген адам жалғыз бола алады немесе жалғыз болғысы келеді деп санайды. Кейбір оқушылардың теріс қылықты, нашар мінез-құлықты адамдар ғана жалғыздыққа ұшырайды деп ойлайтындары анықталды. Сондай-ақ, оқушылар жалғыз адамның жағымсыз қасиеттерден басқа жағымды жақтары болуы мүмкін екенін де айтады.

Кесте 2 – «Сіз жалғыздыққа қалай қарайсыз?» сауалнамасының нәтижесі

Сынып	Оң	Теріс	Әр кезде әр қалай
8 «А»	18,5%	44,0%	37,5%
8 «Б»	29,6%	25,9%	44,5%

Осы жауаптарды талдағаннан кейін, жасөспірімдердің жалғыздыққа деген көзқарастарының әртүрлі екенін көруге болады. Әлі де біздің кейбір оқушыларымыз жалғыздық сезіміне үстіртін қарайтыны, оған аса мән бермейтіні, күрделі проблема ретінде қабылдамайтыны сезіледі, бұл біздің менталитетімізге, тәрбиемізге байланысты болуы да мүмкін.

Кесте 3 - Сіз өзіңізді жалғыз сезінген кез болды ма? сауалнамасының нәтижесі

Сынып	Иә	Жоқ	Кейде
8 «А»	39,4%	44,7%	15,9%
8 «Б»	43,1%	27,2%	29,7%

Біз соңғы сұраққа жауап алған кезде, жасөспірімдердің көпшілігінде жалғыздықтың белгілі бір тәжірибесі бар екенін түсіндік.

Бұл, әрине, өте қауіпті жағдай, өйткені жасөспірімнің жанында өзінің сырын аша алатын, құпиясымен бөлісе алатын, жан дүниесін түсіне алатын адамдардың болмауы кей жағдайларда арты жақсылыққа әкелмейтіні мәлім. Сол себепті балалардың қоршаған ортасы, әсіресе, ересектер, яғни ата-ана, мұғалімдер, психологтар бұл жағдайға өте мұқият болуы керек.

Жоғарыда келтірілген кестелерге қарағанда 8Б сыныбы оқушыларының барлық сұрақтар бойынша жауаптарының көрсеткіштері жоғары болып тұр, бұл осы сыныптың оқушылары арасында қарым-қатынас мәселелері орын алады дегенді де білдіреді.

Бұл жасөспірімдердің жалғыздық сезімін зерттеумен бірге, бұдан басқа да оқушылардың отбасындағы, сыныптағы қарым-қатынастары, өзін-өзі тану, өзіндік бағалаудағы проблемаларды анықтауға тырыстық, «қауіпті топқа» жататын жасөспірімдерді анықтауға бағытталған сауалнамалар жүргіздік. Өйткені жалғыздық сезімінен, өзін ешкімге керексіз сезінуден арылу үшін бірінші кезекте балалардың өзара, яғни оң тұлғааралық қарым-қатынас орнату дағдыларын дамыту өте маңызды.

#### **Қорытынды**

Жасөспірімдер арасындағы суицидтің алдын-алу тек қамқорлықта ғана емес, сонымен бірге қауіптің белгілерін танудан тұрады.

Біріншіден, жасөспірімдердің жалғыздығы сөзсіз құбылыс екені түсінікті. Әрбір жасөспірім белгілі бір дәрежеде немесе басқа бір түрде жалғыздықты бастан кешірген, бұл жәйт олардың әрқайсысына белгілі бір оң немесе теріс жағынан әсер ететіні белгілі.

Екіншіден, жасөспірімдердің жалғыздық тәжірибесі көбінесе теріс сипатқа ие, дұрыс емес мінез-құлықтың себебі болып табылады, сондықтан психологиялық көмек қажет. Осыған байланысты жасөспірімдердің жалғыздықты сезіну мәселесіне қосымша зерттеулер жүргізумен қатар тиісті түзету бағдарламаларын әзірлеу қажет екенін атап өткен жөн.

Сондықтан ендігі кезекте біздің мақсатымыз жүргізілген зерттеулер нәтижелеріне сүйеніп, жасөспірімдердің жалғыздықтан арылу, ортада өзінің қажеттігін сезіну үшін педагогикалық-психологиялық сүйемелдеу бағдарламасын құру. Бұл бағдарламада біз жасөспірімдердің жалғыздықтан шығуға, өзінің ортасында орнын, дос табуға, жасқаншақтықтан арылуға, өзіндік бағалауын арттыруға бағытталған түрлі жаттығулар, тренингтер, ойындар т.б. жоспарлайтын боламыз.

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 жазылғанын атап айту керек.

#### ***Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:***

1. Kornetov A.N., Shelekhov I., Kashtanova T.V., Tolstoles E.S. *Suicidologiya: uchebnoe posobie*. - T.: SGMU, 2011. - S. 276.
2. Әди`лбекова М. *Suicidke beji`m adamdardy`ң mi`nez-құлқы`ну`ң psikhologiyaly`қ ereksheli`kteri`*. // *Zhantanu мәseleleri`*. -#1 /2010. 15 b.
3. *Қазақстанда балалар арасы`ндағы` өzi`-өzi`ne қол zhұmsau. Arnajy` bayandama YuNISEF 2014 g. 25-27b.*
4. Shilyaeva I.F. *Perezhivanie odinochestva v podrostkovom vozraste: polovy`e i vozrastny`e osobennosti* // *Vektor nauki TGU. Seriya: Pedagogika, psikhologiya*. - 2018.- # 4 (35) – S. 51-57
5. Pankratova I.A., Chumak A.F. *Osobennosti stressoustojchivosti pozharny`kh s razny`m tipom odinochestva* // *Sbornik nauchny`kh trudov SWORD. Po materialam nauchno-prakticheskoy konf. «Nauchny`e issledovaniya i ikh prakticheskoe primeneniye. Sovremennoye sostoyaniye i puti razvitiya»*. Tom 17. Odessa. 2012. S. 39-41.
6. Neumoeva E.V. *Odinochestvo kak psikhicheskij fenomen i recurc razvitiya lichnosti v yunosheckom vozracte: Avtoref. dic. kand. pskh. nauk.* – Tyumen`, 2005. – 26 c.
7. Kon I.C. *Psikhologiya rannej yunosti*. - M., 1982.
8. Dukhnovckij C.V. *Diagnoctika mezhlichnoctny`kh otnoshenij. Psikhologicheckij praktikum*. SPb.:Rech`, 2009. — 141 c.
9. Nepomnyashhaya N.I. *Psikhodiagnoctika lichnosti. Teoriya i praktika: ucheb. pocobie dlya vuzov*. - M.: VLADOC, 2001. - 191 c.
10. Kenny R., Dooley B., Fitzgerald A. *Interpersonal relationships and emotional distress in adolescence* // *Journal of adolescence*. – 2013. – T. 36. – #. 2. – C. 351-360