

Жакишылыкова Т.А.

ӨСПҮРҮМДӨР АРАСЫНДАГЫ СУИЦИД

Жакишылыкова Т.А.

СУИЦИД СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

T. Zhakshylykova

SUICIDE AMONG ADOLESCENTS

УДК: 616.89

Макалада акыркы жылдары Кыргызстанда абдан көйгөйлүү маселе катары каралып келген өспүрүмдөр арасындагы суицид тууралуу талкууланган. Өспүрүмдөр арасындагы суициддик жүрүм-турумдун себептери жана алдын алуу сыяктуу маселелер каралган. Адамдын жашоосунун мезгилиндеги өтө татаал курак өспүрүм мезгилиндеги 12-15-жаш маңыздуу. Бул курактагы кризистик абалга айлана чөйрөнүн тийгизген таасири өтө чоң. Анткени, өспүрүмдөр бат алданышат жана алар башка адамдардын сөздөрүнө жана иш-аракеттерине аярлуу мамиле кылуунун себебинен назик келишет. Ата-энелердин көз карашы боюнча баланын кризистик абалы эч кандай деле көйгөйдөй кабыл алынбайт. Жаш өзгөчөлүгүнө карап айлана чөйрөдөгүлөр өспүрүмдүн кризистик абалын норма катарында кабыл алышат. Ошол себептен, өспүрүмдөр тескерисинче, көйгөйлөрү жөнүндө айткысы келбей, өзүнө көңүл бурдуруу максатында суицид абалга дуушар болушууда. Өспүрүмдөрдүн өз жанын кыюунун алдын алуу үчүн бала менен ата-эненин мамилесин жакшыртуу маанилүү. Өспүрүмдөр бир гана себеп менен өзүн-өзү өлтүрүшпөйт, көбүнчө аларга ар кандай факторлор таасирин тийгизет. Көбүнчө өспүрүм өз жанын кыйгандан кийин, ата-энеси баласынын ушундай абалда кризиске учурап жаткандыгын танып келишет. Ошондуктан өспүрүм куракта суициди алдын алуу абдан маанилүү.

Негизги сөздөр: жүрүм-турум, кризис, мораль, өспүрүм курак, суицид, профилактика, психолог.

В статье рассматривается суицид среди подростков, который в последние годы считается очень проблемным вопросом в Кыргызстане. Обсуждаются такие вопросы, как причины и профилактика суицидального поведения у подростков. Наиболее сложным возрастом в жизни человека является 12-15 лет в подростковом возрасте. Влияние социальной среды на кризисную ситуацию в этом возрасте играют очень большой роль. Это связано с тем, что подростки легко обманываются и чувствительны к чужим словам и действиям. С точки зрения родителей кризисная ситуация ребенка не считается проблемой. В зависимости от возраста кризисная ситуация подростка принимается за норму. В результате подростки чаще совершают суицид, чтобы привлечь к себе внимание, а не рассказать о своих проблемах. Важно улучшить отношения между ребенком и родителями, чтобы не допустить совершения самоубийства подростками. Подростки не совершают самоубийства по одной причине, но часто на них влияет множество факторов. Часто после самоубийства подростка родители отрицают, что ребенок находился в подобной ситуации. Вот почему так важно предотвратить суицид в подростковом возрасте.

Ключевые слова: поведение, кризис, нравственность, подростковый возраст, суицид, профилактика, психолог.

The article deals with suicide among teenagers, which in recent years has been considered a very problematic issue in Kyrgyzstan. Issues such as the causes and prevention of suicidal behavior

in adolescents are discussed. The most difficult age in a person's life is 12-15 years in adolescence. The influence of the social environment on the crisis situation at this age plays a very important role. This is due to the fact that adolescents are easily deceived and sensitive to other people's words and actions. From a parent's point of view, a child's crisis situation is not considered a problem. Depending on the age, the crisis situation of a teenager is taken as the norm. As a result, teenagers are more likely to commit suicide to get attention rather than to talk about their problems. It is important to improve the relationship between the child and parents in order to prevent teenagers from committing suicide. Adolescents do not commit suicide for one reason, but often they are influenced by many factors. Often, after a teenager's suicide, parents deny that the child was in a similar situation. This is why it is so important to prevent suicide in adolescence.

Key words: behavior, crisis, morality, adolescence, suicide, prevention, psychologist.

Кыргыз Республикасындагы акыркы мезгилдеги көйгөйлөрдүн бири өспүрүмдөр арасындагы суицид. Расмий статистика боюнча, дүйнө жүзүндө жылына 12-17 жашка чейинки бойго жете электердин 14 пайызы өз жандарын кыйышат. Ал эми бул көрсөткүч Кыргызстанда деле кубанаарлык эмес. Билим берүү жана илим министрлиги социалдык педагогдордун баяндамалары боюнча иликтөө жүргүзүп, Кыргызстандагы ар бир бешинчи бала өз жанын кыюуну көздөйт деген тыянак чыгарышты. Биздин социалдык педагогдор жана психологдор белгилегендей, балдарга көңүл буруу жетпеген учурда өз өмүрүн кыюуга барышат. Алар өзүн өлтүргүсү деле келбейт, көпчүлүгү сакталып калат. Алардан бул ишке эмне себеп болду деп суроо берсең, «менин эч кимге керегим жок, ата-энем баш болуп, мени эч ким байкабай жатат. Булар мени жакшы көрбөйт деп жооп беришет». Мектепте дагы жакшы көңүл бурулбаган бала кат жазып, «мен бул дүйнөдө бармын» деп өзүн көрсөткүсү келет. Анан коркутайын деп асынып алып, күтүүсүздөн каза болуп калышат.

Азыркы учурда өзүнө кол салгандардын көпчүлүгү кыздар болуп жатат. Мамлекет, үй-бүлө анын алдын алуу иштерине көңүл бурууда. Бирок ага карабай эле бул көрсөткүчтөргө айлана-чөйрөдөгү кырдаал, социалдык сеттердин таасири чоң болуп атат. Негизги себептери элдин социалдык абалынын начардыгы, үй-бүлөдөгү жанжалдар жана баланы унутуп коюу маселелери. Андан сырткары бала

жалгыздыкты сезген учурда, бекерчиликте дагы өзүнө кол салат.

Айрым психологдордун айтымында, соңку жылдары балдар укугу мамлекеттик деңгээлде көтөрүлүп, өспүрүмдөрдүн өз кадыр-баркын сезүү даражасы өстү. Ошол себептен, аларга катуу мамиле эмес, досторчо мамиле кылууну заман талап кылып жатат.

Бала менен чоң кишидей эле сүйлөшүп, аны туура нукка багыттоо керек. Азыркы учурда бала өзүнүн, ата-эне дагы өзүнүн көйгөйү менен жүрө берет. Ата-эне кантип акча тапсам, кантип жашасам деп жүрсө, бала аларды карап өзү менен өзү жашап калат дагы, өзүнө кол салат. Баланы кийинтип, ичирип коюу эле милдет эмес, балдар менен көбүрөөк сүйлөшүп, байкоо керек. Психологдордун айтымында, өзүн-өзү өлтүргөн балдар белги берет, досторуна айтат же кат жазат. Ошон үчүн баланы улам байкап, көңүл буруп туруш керек. Бул мугалимдерге да тиешелүү. Бизде мындай жаман адат бар, үйдөгү улуу баланы чоң кишидей кылып, калган кичүүлөрүн бактыртып коет. Ал деле бала да, аны дагы жакшы көрүш керек. Ушундай көңүл бурууларды аткарсак, суицид эл арасында азаят.

Дүйнө жүзүндө бойго жете электердин жанын кыюусуна өздөрүнөн башка дагы көп нерселер себеп болот. Алсак, акыркы мезгилдерде социалдык түйүндөрдө атайын түзүлгөн «Кел чогуу өлөбүз» аттуу баракчалар бар. Аталган топко катталгандар 10-18 жаштагылар. Баракчадагы бардык маалыматтар өлүмдөн кийинки жашоо тууралуу, урааны «Чогуу өлүү коркунучтуу эмес» деп айтылат.

Ошондой эле батыш өлкөлөрүндө жашы жете электерди өлүмгө чакырган миңдеген секталар бар экендиги маалым. Адистердин айтымында, өлүмгө өтө берилген жаш өспүрүмдөр бул секталарга кирип, жандарын курмандыкка чалышат.

Бүгүн өспүрүм арасындагы өз өмүрүн кыйгандардын дүйнө жүзү боюнча актуалдуу көйгөй болуп калууда. Бүткүл дүйнөлүк саламаттыкты сактоо уюмунун (ДССУ) берген статистикасына таянсак, өзүн-өзү өлтүрүү - 15-19 жаштагы балдар арасындагы өлүм экинчи орунда турат.

Атактуу Франсуз окумуштуусу Эмиль Дюркгейм анын маанилүү иши, бул көрүнүшкө бир нече мисал келтирет: «Өзүн-өзү өлтүрүүгө: Маргиналдуулук изилдөө» (1897). Мисалы, бир киши Франция армиясында аскер күзөт кабинада өмүрүн кыйганын, андан кийин бир нече күндүн ичинде, дагы бир нече жоокерлер эле кабинада, өз жанын кыйды. Андан кийин бир нече жоокерлер ошол эле кабинада өз өмүрлөрүн кыйышкан. Акыры өзүн-өзү өлтүрүп жаткан кабинаны өрттөп жандары тынган.

Ал эми мындай учурлар илимий адабияттарда, ал «кластердик жанкечти» деген аныктама берет же

«Лэнгтондун жанкечтиси». Бул окуянын дагы бир аталышы - «Вертер таасир» анткени, жоопсуз сүйүү үчүн өз жанын кыйганын романдын каарманы Иоган Гете далилдеген.

Европа боюнча романдын жарыялангандан кийин, жаш адамдардын Лэнгтондун жан кыюу көйгөйү тарап кеткен. Келгендер ушунчалык көп болгондуктан, китепти басып чыгаруу үчүн арам, ал тургай, ал кайтарылып алынган эле. Бул бактысыз жаштар да бактысыз сүйүү жана ушул романдын жарыяланышы мылтыктары менен жергиликтүү калкты мээлеп турган болуп калган, бирок бир себебин деп айтсак болот.

Америкалык социолог Дэвид Филлипс тарабынан өзүн-өзү жанын кыйуу тууралуу натыйжалуу изилдөөлөр жөргүзүлгөн. Өзгөчө аттуу-баштуу адамдар жанын кыйганга барганын массалык маалымат каражаттарынан таркатуу көп психологиялык жактан жапа чеккендерге таасирин тийгизерин аныктайт. Алсак, Мэрилин Монро жана башка атактуулар өз өмүрүн кыйгандарга толкун агымын алып келген [1].

1978-жылы Венада метронун ачылышы болгон, поезд алдына кирип өмүрү менен кош айтышкандардын ыкмаларынын бири болуп саналат, ал эми Веналык метро бул тагдырынан качып кутула алган эмес эле. Австриялык медиа, бул өзүн-өзү өлтүрүү көбөйдү, бүгүнкү күнгө чейин үзүлбөй келет. Бирок, изилдөө тобу: «Өзүн-өзү өлтүрүүнү алдын алуу үчүн Австрия бирикмеси» кабарга өзүн-өзү өлтүрүү боюнча жарыялоо тууралуу көрсөтмөнү иштеп чыкты. Ал эми алты айдын ичинде, метросундагы жанын кыйгандардын саны 80% га төмөндөгөн.

Суицид (лат. *sui caedere* – өзүн өлтүрүү) – эреже катары, ыктыярдуу жана өз алдынча өз өмүрүнө өзү билип туруп кол салуу дегенди түшүндүрөт. Суицидге классикалык аныктаманы Э.Дюркгейм берген [4]. Анын түшүндүрмөсү боюнча, суицид деп өлгөн адам өзү себепкер болгон иш-аракеттин соңунда аткарылган ар бир өлүмгө кириптер кылган кырдаал эсептелет. Суицид коомдогу, адамдар ортосундагы мамиледеги көйгөйдү ачык күбөлөндүрөт. Мында адам жеке кайгысына, көңүл калуусуна жана пессимизмге сугарылган суук ойлордон арылууга кадимки жолду тандабай, аны биротоло чечүүнүн, болгондо да өз жанын кыюу менен өзү да, өзүн коштогон проблемаларды да ала кетүүнү, же кимдир бирөөгө болгон таарынычын ушундай аянычтуу жана өтө кайгылуу жол менен билдирүүнү көздөйт. Суицидге болгон аракет көпчүлүк учурда узак убакыт оору менен коштолот же такыр эле майып кылып тынат. Суицид коомчулук тарыхында ачууну, капчылыкты билдирүүнүн, мазактоого карата каршылыктын, өз намысына чыдабай актануунун, башка адамга ишенимдүүлүгүн далилдөөнүн бир ыкмасы катары айтылып келет [2].

Суицид коркунучу жогору болгон топко адистер төмөнкүлөрдү киргизет:

- Үйдөгү зомбулукка кабылган аялдарды;
- Өспүрүмдөр, же медицинада айтылгандай, жыныстык жактан жетилүү курагындагы өспүрүмдөрдүн өзүн-өзү жанын кыюусу;
- Мөөнөттүү кызматтагы аскер кызматчылары.

Эң көп суицидге кабылгандар албетте калкынын санынын көптүгүнөн Кытай, Индия жана социалдык жактан өнүкпөгөн экономикалык жактан жакыр өлкөлөр.

Суицид – психологдордун айтуусу боюнча, жашоо темпинин өсүшү менен, кризистик кырдаалдардын күчтүүлүгү, адамдын психологиялык күчүнүн, эркинин начарлоосу менен түшүндүрүлөт. **«Суицид»** латын тилинен алынган **«өзүн-өзү өлтүрүү, өзүнө эрки менен кол салуу»** деген маанини билдирет [1].

Психологдордун жалпы анализине караганда, суицидге көбүнчө 15 жаштан 17 жашка чейинки өспүрүмдөр барышат. Бул өспүрүмдүк кризис менен байланышкан, өсүп жаткан куракта балдар ар бир нерсени жүрөгүнө жакын алып, эмоционалдык түрдө капыстан реакция жасайт. Ошондуктан алардын сезимдеринин калыптанып, өөрчүп турган кезинде жөнөкөй гана көйгөйдү алар оор кабыл алып, өздөрүнүн проблемеларын ким менен чечүүгө болору тууралуу жол таппай, өздөрүн эч кимге керексиз жана эч ким коргой албай тургандай сезип, алар үчүн өз өмүрүн кыюу гана оңой жол катары көрүнүп, жашоосун кыйганга барышы мүмкүн. Мунун эң негизги себептери баланын учурдагы жагдайын, жан дүйнөсүн түшүнбөстүктөн болот. Мындай кырдаалда, балага эң жакын, эң кымбаты ата-энеси. Ошол себептен, ата-эне көпчүлүк учурда жашоонун ар-кандай шарттарынан, үй-тричилигинен улам балдарына көп көңүл бура албай, өздөрүнүн баласына болгон сүйүүсүн ачык билдире албай калган учурда, (айрыкча көп балалуу үй-бүлөлөрдө) балдар өздөрүн моралдык жана ата-энелик мээримдүүлүктөн кандайдыр боштукта калгандай туюп, өздөрүн эч кимге кереги жоктой сезгенден болот. Психологдордун сунушу боюнча ар-бир ата-эне, күнүнө беш жолудан кем эмес өспүрүм баласын кучактап, аны баары кандай жакшы көрө тургандыктарын, аны менен сыймыктанууга татыктуулугун байма-бай айтып, эркин аны менен маектешип пикир алышып, анын оюу менен эсептешип, ата-энелик мээримин берип туруу керек экен. Ошондо гана жаш өспүрүм өзүнүн кимдир бирөөлөргө керектүүлүгүн, аны жакшы көрөөрүн билип, ата-энелик мээримге сугарылып, толук кандуу моралдык жактан туруктуу бала болуп чыгат экен.

Негизи суицид баланын оюна ар кандай жагдайлар менен келет. Атайын адистердин сурамжылоосу

боюнча, орто эсеп менен ар бир онунчу жаш өспүрүмдүн оюна кандайдыр - бир учурда суицид тууралуу ойлор келип кетет. Бул ой, мисалы: эң биринчиси ата-энеге, айланасындагы жакын адамдарга таарынуу, бактысыз, жоопсуз сүйүүгө кабылуу, экономикалык кыйынчылыктар, карыз болуу, жакын адамынан ажыроо, жакын адамдары менен жаңжал, өзүн-өзү жазалоо, же өзүн көрсөтүү максатында.

Суициддин алдын алуу үчүн, эң негизгиси бул учурунда байкоо зарыл. Себеби суицид жөнүндө ойлонуп жүргөн адамды сөздөрүнөн, кыймылынан, жашоого болгон көз карашынан байкаса болот жана жаш балдарга аны алдын алуу үчүн ата-энеси психологго алып баруусу зарыл. Эгерде айыл жеринде психолог жок болсо, ата-энеси же жакын адамы жашоонун баалуулугу, анын керектүүлүгү, баары жакшы көрөрү тууралуу атайып түшүндүрүп, ал эми турмушта болгон проблемаларды башка жолдор менен чечүүгө болорун, жашоо бир күн же бир ай, жыл менен токтоп калбаарын баамдатуу зарыл [3].

Ошол себептен психологдор суицидди үч топко бөлүшөт: чыныгы, демонстративдик, аффекттик. Чыныгы – бул чын эле адам бул жашоодон кеткиси келип, кандайдыр бир нерседен жадагандан өзүнүн өмүрүн кыйган учурлар. **Аффекттик** – депрессияга түшүп калып, жүрүп олтуруп эмоциянын бийик деңгээлине жеткенде аффектке алдырып, өз өмүрүн кыйган учурлар. Ал эми **демонстративдүү** – бул таарынган учурда өзүнө көңүл бурдуруу, өч алуу же коркутуу максатында барышат.

Суицид жүрүм-туруму жалпысынан үч топко бөлүнөт:

1. Чыныгы суицид – адамда өз өмүрүнө кол салууга олуттуу өбөлгөнүн болушу менен мүнөздөлөт. Айрыкча бул жашы өткөн адамдар жана өспүрүмдөрдө көп кездешет. Бул жаш курактагы адамдар өзүн сыңдоого жана жүрүм турумун талдоого көбүрөөк чалдыгышат, ошондуктан, булардын арасында өз өмүрүнө кол салгандар көп кездешет. Орто жаштагы адамдар ата-энесинин же балдарынын алдында жоопкерчиликти алып жүрүшөт, ошондуктан мындай жоруктарды көп жасашпайт. Мындай суициддин түрүндө адамдар көбүрөөк депрессияга кабылышат, алардын маанайы чөгөт жана жашоого болгон кызыгуусу жоголот.

2. Көрсөтмө суицид – суициддин бардык түрлөрүнүн ичинен көп учурда өлүм менен аяктабайт. Бул өспүрүмдөрдө (психикалык туруксуз абалдагы адамдарда), эмоционалдуу аялдарда кездешет. Бул алар үчүн өзүлөрүнүн сезимин көрсөтүүнүн жана адамдарды өзүлөрүнүн көйгөйлөрүнө аралаштыруунун ыкмасы болот. Алар өлүмдү каалабайт, жөн гана айланадагы адамдарды

коркутууга умтулушат. Айрыкча, алар дары-дармектер менен ууланышат (бирок өлүмгө алып келе турган өлчөмдө ичишпейт), тамырын кесишет же асылып өлүүнү көрсөтүшөт.

3. Жашыруун суицид дайыма өлүм менен аяктайт. Адамдар акыл-эси менен туюуп, атайлап өлүмгө алып келе турган экстремалдуу жагдайларды издешет. Ал спорттун түрү, авто унаада катуу жүрүү же «кагылыш» түйүндөрүнө саякаттоо болушу мүмкүн. Алар суицид түз ыкмасын жасай албайт жана бул көйгөйдү чечүү үчүн башка чечимди издөөгө аракет кылышат. Мындай суицид мамилеси өзүнө көңүл бурдурат, бирок алар баш ийбейт жана коркунуч жөнүндө айтылган сөзгө көңүл бургулары келбейт, анткени алар ошону гана күтүп жатышат.

Адам өзү себеп болгон суициддин бардыгын эле өзүнө кол салуу деп айтууга болбойт. Өзүнүн авто унаасын айдап бара жатып уктап кетип бакты сүзүп өлгөн адамдын өзүн атайлап өлтүрөм деген ою жок. Ошентип, Эдвин Шнейдман суициддин алдын ала даярдалган өлүм – адам өзүнүн жашоосун максаттуу жана эс-акылы менен токтотуу аракетин жасаган өз өмүрүн кыюу актысы деп аныктаган.

Суицид – адам өзүнүн жашоосун максаттуу жана эс-акылы менен токтотуу аракетин жасаган өз өмүрүн кыюу актысы. Суициддин белгилери. Суицидге ниеттенген адамдардын ичинен 70%дан 75%га чейинкиси тигил же бул себептен өзүнүн ниет кылганын ачыкка чыгарышат. Кээде бул көп билинбеген кыйытма болушу мүмкүн, коркутуулар көбүнчө оңой таанылып калат. Алар оюн айтууга жана аларды уга турган адам табууга мүмкүндүк издешет. Бирок көп учурда аларды эч ким укпайт. Эгерде адам суицидге барууну чындап кааласа, анда бул жөнүндө бир катар мүнөздүү белгилер боюнча байкаса болот, алар төрт түргө бөлүнөт: сөз түрүндө, жүрүм-турум, тышкы жана жагдайлуу.

Жашы жете электердин арасында суицид жылдан жылга көбөйүп жатканын кейиштүү статистика көрсөтөт.

Жыл	Мектеп окуучуларынын саны
2009	76
2010	96
2011	94
2012	121
2013	127
2014	106
2015	102
2016	95
2017	97

2018	104
2019	118
2020	92
2021	114

Суицид кээ бир адамдарда өнөкөт оору сыяктуу аң-сезиминде өмүр бою калыптанып калат. Негизи өмүрүнө кол салып өлбөй калган өспүрүмдү жакшы колдоого алып дарылатпаса арадан үч-төрт ай өткөндө ал экинчи жолу аракет кылышы ыктымал. Ошондуктан мындай балдарга өзгөчө аяр мамиле жасоо шарт.

Өспүрүмдөр өз жанын аргасыздан кыят, ошол учурда өлүмдөн аман калууга үмүттөнүшөт. Көпчүлүгү өздөрүнө кол салганда аны тезирээк таап ала тургандай көрүнүктүү жерде, же үйүндө чак түштө жасашат. Алар өлүп баратканда кимдир бирөө жардамга келет деп үмүттөнүшөт. Бирок, тилекке каршы чечиле турган көйгөйдү биротоло өлүм менен чечип, ага эч ким жардамга келбей калганын өздөрү да андабай калат. Суицидге каршы факторлордун бири анын жакындарына, туугандарына болгон сүйүүсү, бирөөгө милдеткерлиги, өзүнүн ден соолугунан чочулоо, айланасындагы адамдардын ал өлгөндөн кийинки ушак сөздөрү, жашоодогу жетпей калган нерселери, үй-бүлөсүндөгү чечилелек пландары жана жашоого болгон кызыгуусу жогоруласа өмүрүн кыюудан баш тартат. Суицидди болтурбай алдын алууга болот. Эң негизгиси, ага кам көргөн, аны сүйгөн, уга билген, түшүнгөн адамдар айланасында болуусу шарт.

Адабияттар:

1. Ананьев Б.Г. Психологическая структура личности и ее становление в процессе индивидуального развития человека // Психология личности: в 2 т. - Т. 2: Хрестоматия. - 2-е изд., доп. - Самара: Изд. дом «Бахрах-М», 2000. - С. 7-95.
2. Абраменкова В.В. Социальная психология детства: развитие отношений ребенка в детской субкультуре / В.В. Абраменкова. - М.-Воронеж: НПО «Модэк», 2000. - 416 с.
3. Дети, не посещающие школу в Кыргызстане / ЮНИСЕФ. - Бишкек, 2008. - 110 с.
4. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд. / Пер. с фр. с сокр.; под ред. В. А. Базарова. - М., 1994. - 399.
5. Опыт работы Центра Защиты детей по созданию реабилитационного пространства для уличных детей: учеб. метод. пособие / под. ред. Е.Г. Чалковой - Бишкек, 2019. - 228 с.
6. Организационно-правовые основы защиты детей и забота о детях в КР. / Материалы респ. конф. Бишкек, 2007. - 80 с.