

деги шаўқым 250-300 dB ге шекем жетип барады. Демек, тез-тез ресторандар яки кафелердеги шаўқымлы тойларға барып турсақ, қараптан-қарап турып «сатып алған аўырыўымыздың» қурбанына айналамиз. Анығырақ етип айтқанда, еситиўдин нерв клеткаларының он бес мыңнан асламының исинип кетиўине өзлеримиз себепши боламиз.

Жақыннан берли тойға студенттин группалас досларының елиў мың сумнан жазылыў дәстүри пайда болып киятыр. Қызық. Студенттин ата-анасы тойға он, жигирма мың сумнан жазылады. Ал, олардики не мәслик хәм ақшаны әкешешесинен сорағанда қандай сылтаў айтады екен? деп те ойланасан. Бизин пикиримизше, бул жерде қудайға жазған муғаллимди сылтаўлайтуғын болса керек... Бирақ, бул дәстүр де қатардан тез шығады деген үмиттемиз.

Мениңше, өткерилип атырған тойларда миллий дәстүрлеримизден орынлы түрде пайдаланып барыў оғада үлкен тәрбиялық әхмийетке ийе. Себеби, той хабарын еситкен адам мүмкиншилиги болған шелли тойға келиўге хәрекет жасайды. Әсиресе, хаяллар болса тойда «реклама ушын жаңадан сатып алынған көйлеклерин» тезирек халыққа көрсетиўге асығады. Тойда адамлар биреў-биреўи менен ушырасады. Басқалар менен сөйлесип маўқын басқысы келеди. Демек, той беріў орны адамлардың ушырасыў хәм тойға қатнасыўшы жасларды тәрбиялаў орны да болып есапланады.

Тойда хызмет етиў - оғада әдиўли хәм тәрбиялық тәсири де күшли ўазыйпа. Сонлықтан да

халқымыз өсип киятырған жас әўладты әдеп-икрамлылыққа тәрбиялаў исинде тойға хызмет еттириў усылларынан да пайдаланады. Хәмме тойда мешит-кәўимде жасаўшы жас жигитлер тойға хызмет етиў ушын шақыртылады. Олардың ишинен басшысын сайлайды. Қалғанлары сол басшының айтқаны менен жүреді. Келген қонақларды қонақ жайларына алып барады. Тойдың палаўын тасыйды. Қулласы, тойды басқарып турған бийдин оң қолына айналады. Себеп пенен өзлери де той басқарыў ислерине әсте-әсте ўирене баслайды.

Тойлардың барлығында да той беріўши шаңарақ барқулла халықтың нәзеринде болады. Той беріўши хәм ол жердегі қоныс-қобалардың адамлар менен болған мүнәсибетлерине баха бериледи. Қонық кирген ўйлердегі тәртип-интизам, келинлердин хызмети, чай демлеў, аўқат асыў усыллары, дәстүрхан безеў шеберлиги, ең баслысы хожалықтың үлкенинен кишкенесине шекем әдеп-икрамлылыққа тәрбияланғанлық дәрежесине баха бериледи.

Жуўмақлап айтқанда, өткерилип атырған хәр бир тойда тек артистлер емес, ал басқа да қатнасыўшылар өз өнерлерин көрсетсе, биреў қосық айтса, биреў саз шертсе, биреў гүреске шықса, улыўма халқымыздың миллий дәстүрлери кеңнен пайдаланылса, тойдың мазмуны бурынғыға салыстырғанда анағұрлым дәрежеде байытылады. Оның тәрбиялық тәрәпи де күшли болып, өсип киятырған жас әўладты хәр тәрәплеме тәрбиялаў ислерине де сөзсиз унамлы тәсир жасалады.

РЕЗЮМЕ

Мақола халқимизнинг миллий анъаналаридан бири бўлган тўй маросимларини ўтказиш масалаларига бағишланган. Тўйда қатталарнинг ўзларини тута олишлари, кичикларга намуна бўлишлари, шовқин-суронли тўйларнинг зарарли оқибатлари, тўйда хизмат қилишнинг тарбиявий жиҳатлари каби масалалар қиёсий ҳолда таҳлил қилиниб, муаллиф бу бўйича ўзининг шахсий фикрлари билан ўртоқлашади.

РЕЗЮМЕ

Статья посвящается вопросам проведения одной из национальных традиций нашего народа – свадьбы. Сравнительно рассматриваются поведение взрослых на свадьбе в качестве примера людям молодого возраста, высказывается мнение автора по вопросу о вредных последствиях пышных свадеб, воспитательном значении обслуживания на свадьбах.

SUMMARY

The article is dedicated to the description of one of the main national customs of our people- weddings. In the article the author tells his opinion about upbringing points of national weddings, where grown-ups with their manners of behaviour show the model to young generation, about negative sides of luxurious weddings and the importance of service at wedding parties

ШАҢАРАҚ - СУИЦИДАЛ ХӘРЕКЕТЛЕРДИ САПЛАСТЫРЫҰ ФАКТОРЫ СЫПАТЫНДА

Э.Сүлетбаева - аға оқытушы

Қарақалпақстан Республикасы ХБХҚТ хәм ОҚАИ

Таянч сўзлар: оила, ота-она, психологик кризис, ўсмирлар, девиант хулқ, суицидал харақатлар, психик ҳолатлар, самимий муносабат, қўллаб-қувватлаш, стресс.

Ключевые слова: семья, родители, психологический кризис, подростки, девиантное поведение, суицидальное поведение, психическое состояние, доверительное отношение, поддержка, стресс.

Key words: family, parents, psychological crisis, teenagers, deviant behavior, suicidal behavior, psychiatric state condition, confidential attitude(relation), support, stress.

Шаңарақ инсан тәрбиясы хәм оның қәлиплесиўинде айрықша социаллық-психологиялық әхмийетке ийе болған жәмийеттин буўыны. Себеби инсанның ең таза

хәм пәкизе сезимлери, дәслепки турмыслық түсиниклери биринши гезекте шаңарақта қәлиплеседи. Баланың минез-қулқын, тәбияты хәм дүньяға көзқарасын белгилейтуғын руўхый

өлшемлер – жақсылық хәм адамгершилик, жоқары пазыйлет, мехир – мириўбет, ар-намыс хәм әндийше сыяклы мукаддес түсиниклердин негизи шаңарақ шараятында кәлиплесиўи тәбийий [1].

Шаңарақлық тәрбия мәселесинде кәтеге жол қоймаў ушын ең дәслеп хәр бир үйдеги руўхый ықлымды өз ара хұрмет, әдеп-иқрамлылық, инсаный мүнәсибетлер тийкарына қурыў оғада орынлы. Айырым ўақытлары ата-аналар өз перзентлери менен өз-ара қарым-қатнаста болыў ўақтында шегараланыўларға алып келеди. Сол себептен ата-аналар «Сиз өз перзентинизди бүгин не қызықтыратуғынын, бүгин қандай жұмыслар менен бәнт болғанлығын билесиз бе, ертеңги күнги режелери ҳаққында қызықтыңыз ба? Оқыўдағы өзлестириўлери қандай жағдайда? деген сораўларымызға толық жуўап бере алмайды.

Шаңарақта ата-аналардың зиянлы әдетлери үйренилгенде толық шаңарақлардың қалада жасайтуғынларының 12,4%ти, толық емес шаңарақлардың 32%ти шаңарақта ишиўшилиқ затларды хәдден зыят көп қабыллаған. Жоқарыдағы барлық унамсыз факторлар нәтийжеси шаңарақта унамсыз психологиялық қатнасықлар хәм көплеген келиспеўшилиқлердин келип шығыўы менен характерленеди.

Толық емес шаңарақлардағы ата-аналар менен сәўбетлесиўлер шөлкемлестирилгенде ата-аналар перзентлери тәрпинен әмелге асырылған «суицидаль» урынысларының себеплерин «еситпеген» сыяклы қабыл етеди [5]. Әлбетте, келиспеўшилиқлер ең бахытлы шаңарақларда да болып турады. Бирақ, олардың айырмашылығы соннан ибарат, айырым шаңарақларда жасы үлкенлер өз наразылықларын «конструктив» түрде билдирип, бир-бирин түсиниўге хәрекет етсе хәм жарасыўға умтылса, басқалары бир-бирин кемситиў арқалы мүнәсибетлерин бузады, бунда шаңарақтағы тынышлық, эмоционал жақынлық жоғалады. Айырым ўақытлары ата-аналар өзлериниң келиспеўшилиқлерине, ал айырым ўақытлары хәтте жәнжеллерине перзентлерин де қосып алады хәм соның нәтийжесинде ең жаман жағдайларда өспиримлерде руўхый жәбирлениў жағдайлары келип шығыўына, нерв системасының бузылыўларына, эмоционал кескинлик, өзін айыплаўы хәм ақырғы шара сыпатында өз жанына қастыянлық етиўге алып келеди [2].

Перзентлер өз жанына қастыянлық етиўлериниң алдын алыўда ата-аналар олардың психологиялық өзгешеликлеринен хабардар болыўлары кереклигин және бир мәрте атап өтпекшимиз. Өспиримлик дәўир әпиўайы жас дәўири емес, бул жастағы дәўир қарама-қарсылықларға толы болғанлығы себепли олардың ис-хәрекетлери ата-аналарға көп тәшўишлер пайда етеди. Ашыўшақлық, шаңарақ хәм жәмийеттеги агрессивлиги, сезимлердин турақлы болмаўы, ата-ананың артықша ғамхорлығына қарсылық көрсетиўи, уялшақлық хәмде өзи менен жақынларына мүмкиншилигинен артық талаптар қойыўы әтираптағыларды қәўетерге салады. Соның ушын, өспиримлердин хәрекетлерин түсиниў ушын

олардың келип шығыў себеплерин түсиниў керек. Ата-аналар перзентлериниң усы басқышта қарама-қарсы дәўирди басынан кеширип атырғанлығын түсиниўлери зәрүр.

Сондай-ақ, өтиў дәўири деп аталыўының себеби сонда, бунда өспирим өзін шахс сыпатында шаңарақтың, топардың жәмийеттин тең хуқыклы ағзасы сыпатында аңлай баслайды. Ол өзін тек ғана жәмийетлик мүнәсибетлерде ғана емес, ал өзиниң келешектеги, үлкейгенлигиндеги режелерин дүзиўди баслайды. Әлбетте, бул режелер еле жетилискен, анық емес. Бирақ өспирим ушын олар жүдә үлкен әхмийетке ийе. Фантазия (арзыўлар) әлеминде жасап атырған өспирим режелерин үлкенлердин билип қалмаўы ушын хәрекет етеди. Бундай жағдайда үлкенлер өзлерин қалай тутады? Әдетте турмыслық тәжирийбеге ийе ата-аналар, устаз-оқытыўшылар, қала берсе өспирим ушын әхмийетли болған басқа да үлкенлер өспиримлик дәўирин есапқа алмастан, өз пикирлерин оларға өткизбекши болады. Нәтийжеде жасы үлкенлер хәм жаслар мүнәсибетлери ортасында тең салмақлылық бузылады хәм олар бир-биринен узақласып кетеди [3]. Жасы үлкенлер өз перзентлери менен теңдей өзгериўлери керек. Сонда олар менен жақсы мүнәсибет сақланып қалады, балалар оларды хұрмет етеди хәм олардың пикирлери әхмийетли екенлигин аңлап жетеди. Балалар түскинлик хәм стресс халатына түсип қалғанда әйне ата-аналары оларға мәсләхәт берип, кеўлин алыўын қәлейди. Жаслар хәм ата-аналар арасында орнатылған өз ара жақсы мүнәсибетлер аўыр жағдай хәм түскинликке түскен өспиримлерге жақсы қорғаныў болып хызмет етеди [6].

Ата-аналар хәм перзентлериниң өз ара мүнәсибетлерин жақсылаў жоллары:

Шаңарақта физикалық хәм руўхый халаттың қәуипсизлиги хәм турақлылығын тәмийинлеў. Тилекке қарсы балаларды тәрбиялаўда гейде шегарадан шығып кетемиз. Перзентлеримиз үлкейип қалғанына қарамастан оның орнына қарарлар қабыл етемиз, хәр бир қәдемин қатаң қадағалаймыз, пикирин есапқа алмаймыз.

Балаларға көбирек ўақыт ажыратыў. Өз ара мүнәсибетлер арқалы тәсир көрсетиў хәм перзентке көбирек ўақыт ажыратыў керек. Биз болса не қыламыз? Әдетке айланған гәпимиз: «Жақсы оқып, кейин институтларға кирип кетиң», «Келешекте бизлерди бағасыз, бар үмитимиз сизлерден», «Сизлер жүзимизди жерге қаратпаңдар», «Ел-журт алдында маскара боламыз» хәм т.б. Мүмкин жұмыстың изинен қуып, оларға ўақыт ажырата алмай атырған шығарсыз? Орташа есаппа көрилгенде ата-ана баласы менен тәрбиялық жұмысларды алып барыў, оның жұмысларынан хабардар болыў ушын күнине кеминде 20 минут ўақыт ажыратыў керек. Бирақ, бизиң ажыратқан ўақтымыз көбирек дәстурхан әтирапында, аўқатланыў ўақтындағы гәплер менен шегараланып қалмаған ба екен?

Балаларға дыққат-тибарлы болыў. Өспиримлер ата-аналары оларды тыңламастан, көбирек нәсият беретугынлығын айтады.

Баланың сорауына үстиртин жууап берместен, оның қалбинде нелер бар екенлиги хақында билип алыуға хәрекет етиў керек. Психологлар буны жақсы биледи, себеби, сөзи басқа иси басқа болмауы керек. Ким биледи, хәзир сиз бенен күлип сөйлесип турып, иштей менен аўқатланып атырған балаңыз түскинлик жағдайында да болуы мүмкин.

Қоллап-қууатлау. Балаңызға хәр дайым, «не болды?», «не қылып атырсаң?», «неге ондай?», «неге бундай?» дей берсеңиз бул көбирек сорауға уқсап қалады. Балалар ата-аналары оларды тыңлауға хәм дурыс қарар қабыл етиўге таяр болғанында ғана өз машқалалары менен ортақла-сатуғынлығын умытпау керек.

Сезимлерди қоллап-қууатлау. Көпшилик өспиримлер өз сезимлерин сыр тутуға урынады яки басқара алмастан «партлап» кетеди. Ата-аналар бул жағдайда «жүреги тар», «ынжық» деп баха береді. Негизинде олардан табыслары, қууанышлары, бахытлы жағдайлары, хаўлығыўлары хақында сораўлары керек. Соннан кейин ғана олар сизге өзлерин қыйнап атырған тәшўишлерин де айтып бере алады.

Өз ўақтында стресс халатларының алдын алыу. Күшли хаўлығыў сезими әдетте инсанда қандай да бир әхмийетли ўақыядан алдын ямаса кейин пайда болады. Мысалы, әхмийетли имтихан тапсырыўда, ата-анасы ажырасып атырғанда, оқыўдан қуўылғанда, сүйиклиси таслап кеткенде хәм басқа да соған уқсас халатларда пайда болады. Бундай жағдайларда жақынлары баланы түсиниўге хәрекет етиўи керек. Өз ўақтында оған сүйениш болып, жәрдем қолын созыў оның терең

түскинлик жағдайынан хәм өз жанына қастыянлық етиўден асырап қалыуы мүмкин. Өспиримлер бундай кеўилсизликлерди көбирек жеке қайғы сыпатында қабыл етеди хәм кешир-мелерин әшкар етпейди. Бундай пайытта ата-аналары оларды түсиниўин жүдә қәлейди. Бир-бирин түсиниў хәм исеним менен алып барылған сәўбет балаға бир қанша сүйениш болады [4].

Мектепте қызыма англис тили оқытыўшысы бирден «3» баҳасын қойыпты. Себеби – сөйлеуи онша жақсы емес екен. «Неге» 4 жылдан берли өзи «5» қоятуғын еди? дейтуғын адам жоқ (тийкаргы себебин мен билемен – ол муғаллим айтқан қолланбаны сатып алыўдан бас тартқан). Жумыстан келсем, үйде «уўайым», «қызыңыз» «3» баҳасын алыпты. (9 жыл оқып, улыўма «3» баҳасын алмаған, сондай-ақ 2 жылдан бери англис тилинен репетиторға барады). Ха – ха – халап күлип жибердим. Түскинликке түсип қалған қызыма енди үлкен болып қалғанын, турмыста бундай әдалатсызлық болып тура-туғынлығын жақсы аңлап алыуы кереклигин, адам буган хәр дайым таяр турып, нормал түрде қабыл етиўи кереклигин жатығы менен түсиндирип қойдым. «Қызым, сен англис тилин «5» баҳасына билетуғыныңды мен, анаң, репетиторың хәм өзиң билсең болды, дедим. Тамам – ўәссалам!». Бир конфликтли мәселе иешилди.

Күшли руўхый азапларды басынан өткерип атырған өспиримлерге оның ушын әхмийетли болған инсанлар тәрәпинен өз ўақтында көрсетилген психологиялық жәрдем 90 процент халатта жағдайдың унамлы тәрәпке өзгериўине алып келеди!

Әдебиятлар

1. Ислам Каримов. Жоқары мәнәўият – жеңилмес күш. –Ташкент: «Маънавият» 2008.
2. Асадов Ю., Р. Мусурманов «Ўсмирлар девиант хатти – ҳаракатининг ижтимоий – психологик хусусиятлари. –Тошкент: 2011, 16-23-б.
3. Власовских Р.В., Хальфин Р.А. Опыт применения многопрофильного подхода при работе с подростками, совершившими суицидальные действия. Журн. мед. критических состояний. 2005, № 5, 9-26.
4. Игошкина С. Как предупредить попытку самоубийства. // Воспитание школьников. 2002, №1 –С. 31-37
5. Нечипоренко В.В. Некоторые аспекты суицидального поведения у акцентуированных личностей в юношеском возрасте. Саморазрушающее поведение у подростков. Сб.науч. трудов. -Л.: 1991, -С. 36-40.
6. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. А.А. Осипова. – Ростов: «Феникс», 2005, - С. 382-302.

РЕЗЮМЕ

Ушбу мақолада оиладаги ота-она ва ўспирин ўртасидаги салбий муносабатлар суицидал ҳолатларнинг пайдо бўлишига сабаб бўлиши, ўспиринлар орасида суицидал ҳаракатларнинг олдини олишда ота-оналарнинг ўз болаларига кўпроқ вақт ажратиши, диққат-этиборлироқ бўлиши, қўллаб-қувватлаш ва стресс ҳолатларнинг ўз вақтида олдини олиши ҳақида маълумотлар берилган.

РЕЗЮМЕ

В статье рассматриваются плохие отношения в семье между родителями и подростками, которые могут быть причиной возникновения среди подростков суицидальных явлений, а так же приводится информация о предотвращении суицидальных поведениях среди подростков. Родители должны проводить больше времени со своими детьми, быть внимательными, и поддерживать и предотвращать состояние стресса вовремя.

SUMMARY

The article deals with the bad relations in families between parents and teenagers which can be the reasons of origin of suicidal state among teenagers and also there is given information about prevention of suicidal behavior among teenagers. Parents must spend more time with their children and be attentive, they should support and prevent the state of stress in time.