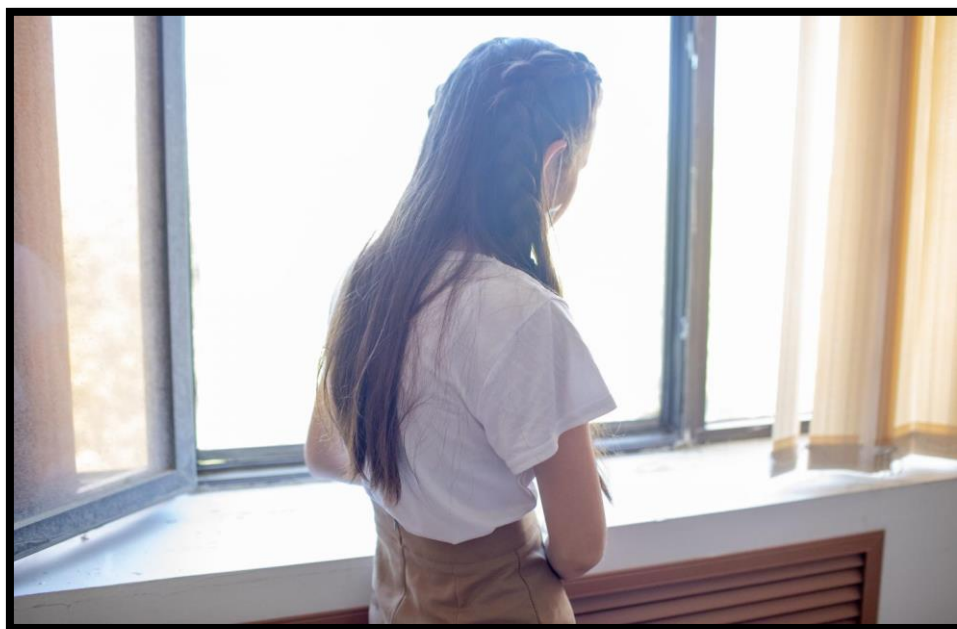


ЖАҢА БИІКТЕРГЕ ЖЕТУ: СУИЦИДТІҢ АЛДЫН АЛУДАҒЫ БЕЛСЕНДІ ӘДІС

ҚАЗАҚСТАН ПСИХИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚТЫ - ӘСІРЕСЕ БАЛАЛАР МЕН
ЖАСТАРДЫҢ - БАСТЫ ҰЛТТЫҚ ҚАМҚОРЛЫҚҚА АЛУ ЖОЛЫНДА.



- Егер жасөспірім өзіне немесе басқаларға қауіп төндіретінін сезсеңіз, ұлттық жедел желіге қоңырау шалып, көмек сұрай аласыз. Егер сіздің елде жедел желі болмаса, күтім жасайтын оқытылған және тәжірибелі тұлғаларға кәсіби қолдау сұраңыз.

Динаның * үйінде көптеген қызығушылықтары бар. 14 жасар қыз ағаш отырғызады, бақшаға қамқорлық жасайды және қонақ бөлмесінде К-рор клиптеріне билейді.

Мектепте күрделірек, ал құрдастарымен қарым-қатынас күйзелісті тудырады.

"Олар мен сияқты емес", - деді Дина. "Біздің қызығушылықтарымыз әртүрлі".

Алайда, соңғы уақытта Дина өзінің күйзеліс және үрей сезімдерін педагог-психолог Бақыткүл Сейтханованың көмегімен жеңіп жүрді.

"[Сейтханова] маған өз ойымды ашық білдіруді үйретті", - деді Дина.

"Қазір мен ешқашан берілмеуім тиіс екенімді сеземін".

2020 жылы Дина мен Сейтханова жасөспірімдердің психикалық денсаулығын нығайту және өзін-өзі өлтірудің алдын алу Бағдарламасы (AMHSP), жасөспірімдердің психикалық денсаулығы туралы хабардарлықты арттыру және Қазақстандағы мектептер мен медициналық

мекемелердегі өзін-өзі өлтірудің алдын алу бойынша түйінді бағдарлама шеңберінде жүргізілген бағалаудан кейін танысты.

"Ол тым жабық болды", - деді Динаның мектебінде жұмыс істейтін Сейтханова. "Оның отбасында проблемалар болды. Мен онымен аптасына бір рет екі ай бойы жұмыс істедім. Енді мен онымен айына екі рет жұмыс істеуді жалғастырып келемін".

АМНСП бағдарламасы Қазақстанда қоғамдық денсаулық сақтау мәселесіне жауап ретінде 2015 жылы құрылды: жастар арасындағы суицидтер. Сол кезден бастап бағдарлама айтарлықтай нәтижелер берді.

2015 - 2017 жылдар аралығында Дина тұратын және мектепке баратын Қызылорда қаласында АМНСП бағалауы жастардың суицидтік ойларының 36,1 пайызға төмендегенін, үрейліліктің 80,6 пайызға төмендегенін, депрессияның 56,1 пайызға төмендегенін және күйзелістің 65 пайызға төмендегенін көрсетті.

Оқушыларға маңызды көмек көрсетумен қатар, АМНСП мектеп қызметкерлері арасында психикалық денсаулықтың маңыздылығы туралы хабардарлықты арттырды. 15 жылдық тәжірибесі бар педагог-психолог Жания Бисенова үшін АМНСП Қызылорда облысы, Қазалы қаласындағы 204 мектепте өз жұмысына деген көзқарасын өзгертті.

"Мен көмекке мұқтаж балалар сигнал жіберетінін түсіндім", - деді Бисенова.

"Мен өзімді кәсіпқой ретінде сенімді сезінемін", - деп қосты. "Мен қорықпаймын, мен батылдырақ әрекет етемін".

ASP бағдарламасы серіктестермен, соның ішінде ЮНИСЕФ-пен бірге мектеп және медицина қызметкерлеріне арналған іс-шара ретінде әзірленді. Бағдарламаның мақсаты - өзіне-өзі қол жұмсау сияқты психикалық бұзылулар қаупі бар жасөспірімдерді анықтау және оларға психоәлеуметтік қолдау көрсету болып табылады.

Сонымен қатар, АМНСП психикалық денсаулыққа байланысты жастарға көмек сұрауға кедергі келтіретін стигматизацияны төмендетуге бағытталған. Бағдарлама аясында стигматизациямен күресудің негізгі әдістерінің бірі ата-аналарға жүгіну болды.

Мысалы, Қызылорда облысында жасөспірімдерге психикалық денсаулықты тексеруге ата-аналарының немесе қамқоршыларының келісімімен ғана қатысуға рұқсат етілді. Осылайша, АМНСП мектеп пен медицина қызметкерлеріне ата-аналарына ақпаратты жеткізуге көмектесуге бағытталған. Осы бағдарламаның нәтижесінде психикалық денсаулықты тексеруге рұқсат беруден бас тартқан ата-аналардың саны 2015 жылдан 2016 жылға дейін 5 пайызға дейін және 2017 жылға қарай 1 пайызға дейін қысқарды. Жоғары үкіметтік деңгейлер тарапынан табанды қолдаудың

белгісі ретінде Қазақстан Премьер-Министрі АМНСП-ті елдің 2015-2020 жылдарға арналған Ұлттық іс-қимыл жоспарына енгізді және 2015 жылы АМНСП-ті енгізу серіктестердің қолдауымен Қызылорда облысында басталды, оның ішінде: Елдің Ұлттық психикалық денсаулық орталығы, Денсаулық сақтау, білім және ғылым және ішкі істер министрліктері (полиция) және өңірлік денсаулық сақтау және білім департаменттері. 2016 жылы бағдарламаны іске асыру Маңғыстау облысында басталды.

Жалпы, Қазақстан психикалық денсаулықты - әсіресе балалар мен жастарды – басты ұлттық қамқорлыққа алу жолында. Қазақстан Үкіметі АМНСП бағдарламасын жасөспірімдердің психикалық денсаулығын сақтау қызметтерінің орталық құрамдас бөлігі ретінде қарастырады және психикалық денсаулықты сақтау қызметтерін қаржыландыруды 25 пайызға арттырды.

Алайда, бұл күштердің сәттілігі ақырында балалар мен жастардың өмірін жақсартумен өлшенетін болады.

Мысалы, Дина жолда.

"Қиындықтарға қарамастан, алға жүру керек", - деді Дина. "Қиындықтарды жеңе отырып, биіктерге жетуге болады".

* Дина - оның жеке басын қорғау үшін оның өтініші бойынша қолданылатын лақап ат. Одан сұхбат 2021 жылдың мамыр айында, ол Қазақстанда Қызылорданың басты көшесінде тұт ағаштарының арасында жүрген кезде алынды. Осы және басқа да осыған ұқсас әңгімелер Әлемдегі балалардың 2021 жылғы жағдайы туралы баяндамада көрсетілген - Менің ойымда: балалардың психикалық денсаулығын көтермелеу, қорғау және қамқорлық ету.