

**Дәрігер кеңесі**

**АУТОАГРЕССИВТІ  
МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТЫҢ  
АЛДЫН АЛУ**



Аутоагрессивті мінез-құлық – адамның өзіне зиян келтіруге бағытталған әрекеттері мен ойлары. Бұл құбылыс әсіресе жасөспірімдер арасында, күйзеліс пен психологиялық қысымға ұшыраған адамдарда жиі кездеседі. Мұндай мінез-құлық адамның ішкі жан дүниесіндегі ауыр сезімдердің, жалғыздықтың, түсінбеушіліктің немесе үмітсіздіктің белгісі болуы мүмкін. Сондықтан оның алдын алу – отбасының, мектептің және қоғамның ортақ міндеті.

**Аутоагрессивті мінез-құлықтың себептері**

Мамандардың пікірінше, оған әсер ететін негізгі факторлар:

- отбасындағы түсініспеушілік;
- эмоционалдық қолдаудың болмауы;
- буллинг пен әлеуметтік қысым;
- күйзеліс, қорқыныш, уайым;
- өзін бағалаудың төмендігі;
- жалғыздық сезімі.

Әсіресе жасөспірім кезеңінде бала эмоциясын ашық жеткізе алмай, ішкі күйзелісті өзіне зиян келтіру арқылы көрсетуі мүмкін.

**Алдын алу жолдары**

1. Баламен сенімді қарым-қатынас орнату  
Бала өзін тыңдайтын, түсінетін адамның бар екенін сезінуі қажет. Ата-ана мен ұстаз оның ойын бөліп тастамай, сабырмен тыңдай білуі керек.
2. Психологиялық қолдау көрсету  
Кез келген қиындықта «сен жалғыз емессің» деген сезім беру маңызды. Қажет жағдайда психолог маман көмегіне жүгінуден қорықпау керек.
3. Эмоцияны дұрыс жеткізуге үйрету  
Ашу, реніш, қорқыныш сияқты сезімдерді іште сақтамай, сөзбен жеткізуге дағдыландыру қажет. Спорт, өнер, шығармашылық үйірмелер де эмоционалдық тепе-теңдікті сақтауға көмектеседі.
4. Буллингтің алдын алу  
Мектептегі мазақтау, кемсіту, қысым көрсету жағдайларына немқұрайлы қарауға болмайды. Әр бала өзін қауіпсіз ортада сезінуі тиіс.
5. Бос уақытты тиімді ұйымдастыру  
Спортпен шұғылдану, кітап оқу, қоғамдық шараларға қатысу, достармен пайдалы қарым-қатынас жасау адамның өмірге деген қызығушылығын арттырады.



**Зауре СОПБЕКОВА,**  
«Қызылтан» дәрігерлік амбулаториясының  
жалпы тәжірибелі дәрігері.

«Шарбұлақ» жалпы білім беретін мектебінің ұжымы және кәсіподақ ұйымы осы мектептің ағылшын тілі пәнінің мұғалімі Мұхтар Әминаның жолдасы  
**Әсет Алпысұлының**  
қайтыс болуына байланысты қайғысына ортақтасып, көңіл айтады.

«Қақпақ» жалпы білім беретін мектебінің ұжымы және кәсіподақ ұйымы осы мектептің қызметкері Есенбаева Зылихаға жолдасы  
**Есенбаев Әсілханның**  
мезгілсіз қайтыс болуына байланысты қайғысына ортақтасып, көңіл айтады.

**Хабарландыру!**

«КазМедУтелит» ЖШС-і төмендегі жобалар бойынша ашық жиналыс түрінде қоғамдық тыңдаулар өткізілетіні туралы хабарлайды:

- Қазығұрт ауданы Шарбұлақ а/о 032 квартал 1300-уч, «Қазмедутелит» ЖШС-нің медициналық қалдықтарды кәдеге жарату үшін жоспарланған қызметтің ықтимал әсерлері туралы есебі.

**Өтетін күні мен уақыты: 23 маусым 2026 ж. сағат 11:00-де.**

- Қазығұрт ауданы Шарбұлақ а/о 032 квартал 1300-уч, «Қазмедутелит» ЖШС-нің медициналық қалдықтарды кәдеге жарату үшін рұқсат етілген шығарындылар нормативтері жобасы, қалдықтарды басқару бағдарламасы, өндірістік экологиялық бақылау бағдарламасын түзету.

**Өтетін күні мен уақыты: 23 маусым 2026 ж. сағат 11:30-да.**

**Қоғамдық тыңдауларды өткізу мекен-жайы:**

Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт а. о., Қазығұрт а, Қонаев көшесі 1Д  
Жоспарланған іс-шаралардың бастамашысы: «Қазмедутелит» ЖШС-і; БСН: 201240016196, тел + 7 701 212 1517 Дмитрий

Орындаушы: «КЭСО Отан-Тараз» ЖШС-і, БСН: 130640020120

Қоғамдық тыңдауларға шығарылатын материалдармен келесі сілтеме бойынша танысуға болады: <https://ndbecology.gov.kz/>, <https://www.gov.kz/memleket/entities/turkestan-tabigi-resurstar?lang=ru>

«Түркістан облысының табиғи ресурстар және табиғатты пайдалануды реттеу басқармасы», ММ

Барлық ескертулер немесе ұсыныстар, сонымен қатар қосымша ақпаратты мына жерден: <https://ndbecology.gov.kz/> «Ашық жиналыстар» бөлімінде немесе келесі телефон арқылы алуға болады: +7 7262 45 23 45

**Объявление!**

ТОО «КазМедУтелит» объявляет о проведении общественных слушаний в форме открытого собрания по:

Отчету о возможных воздействиях намечаемой деятельности для ТОО «КазМедУтелит» утилизация медицинских отходов в Казыгуртском районе, с/о Шарбулак, квартал 032, уч. 1300.

**Дата и время проведения: 23 июня 2026 г. в 11:00 час.**

- Корректировке проекта нормативов допустимых выбросов, программы по управлению отходами, программы производственного экологического контроля для ТОО «КазМедУтелит» утилизация медицинских отходов в Казыгуртском районе, с/о Шарбулак, квартал 032, уч. 1300.

**Дата и время проведения: 23 июня 2026 г. в 11:30 час.**

**Адрес проведения общественных слушаний:** Туркестанская область, Казыгуртский район, Казыгуртский с.о., с.Казыгурт, ул Конаева 1Д

Инициатор намечаемой деятельности: ТОО «КазМедУтелит»

БИН: 201240016196, тел. + 7 701 212 1517 Дмитрий

Разработчик: ТОО «КЭСО Отан-Тараз» БИН 130640020120,

Материалы проекта размещены по следующей ссылке на сайте: <https://ndbecology.gov.kz/> и Адрес МИО <https://www.gov.kz/memleket/entities/turkestan-tabigi-resurstar?lang=ru>

ГУ «Управление природных ресурсов и регулирования природопользования Туркестанской области».

Все замечания или предложения принимаются, а также дополнительную информацию можно получить по адресу: <https://ndbecology.gov.kz/> в разделе «Открытые собрания» и по телефону: +7 7262 45 23 45

**Мұрагерлік іс ашылғандығы жайлы хабарландыру!**

**Сыздықов Абдумуталип Минжанович 23.04.2022 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Адамбеков Е.А.**  
\*\*\*

**Дарханбаев Лесбек 26.01.2018 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Адамбеков Е.А.**  
\*\*\*

**Каримов Тойчи Толашович 16.04.2026 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Адамбеков Е.А.**  
\*\*\*

**Латыпов Бахыт Джумабекович 28.12.2025 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, А.Яссауи көшесі №1-үй.

**Нотариус: Демченко Я.В.**  
\*\*\*

**Еримбетова Анар 22.01.2026 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп

хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Сахы Талғат Әбдіқалиұлы.**  
\*\*\*

**Жаникулова Гулзода Мамуровна 17.03.2014 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Адамбеков Е.А.**  
\*\*\*

**Бигизбаева Жамила 01.05.2026 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Адамбеков Е.А.**  
\*\*\*

**Сайпов Сайдали Ергешович 04.05.2026 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №101-үй.

**Нотариус: Сахы Талғат Әбдіқалиұлы.**  
\*\*\*

**Карабаева Гулайша Ораловна 24.12.2025 жылы** қайтыс болған. Мұра қалдырушыға тиесілі мұралық мүліктен өз үлесін, заңды құқығын пайдаланып аламын деген мұрагерлер болса, мына төмендегі мекенжайға келіп хабарласуына болады: Түркістан облысы, Қазығұрт ауданы, Қазығұрт ауылы, Д.Қонаев көшесі №75-үй.

**Нотариус: Адамбеков Б.А.**