

# ҰЛУ- МЕНІҢ ПІРІМ



**БІЗ КІМГЕ ЖӘНЕ НЕГЕ  
ЕЛІКТЕЙМІЗ?**







# ҰЛУ – МЕНІҢ ПІРІМ

## БІЗ КІМГЕ ЖӘНЕ НЕГЕ ЕЛІКТЕЙМІЗ?

Безендірген  
Мубарова Айнур

Астана  
2023

УДК 159.9

ББК 88.1

У 48

*Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігінің Республикалық психикалық  
денсаулық ғылыми-практикалық орталығымен ұсынылған*

*Ы.Алтынсарин атындағы Ұлттық білім Академиясымен ұсынылған*

**Автор: Айтмухамбетов Е.А.**

**Ұлу – менің пірім. Біз кімге және неге еліктейміз?** – Астана: «Bilim Foundation» КҚ,  
2023. – 39 б.

**ISBN 978-601-7638-36-8**

«Ұлу – менің пірім. Біз кімге және неге еліктейміз?» кітабында еліктеу процессі мен оның салдары сипатталады. Әңгімелерде жасөспірімдер еліктеудің жеке тәжірибелерімен бөлісті. Кітапта позитивтік рөлдік модельдің пайдасына таңдау жасауға көмектесетін психологтың ұсыныстары бар.

Кітап жасөспірімдер мен олардың ата-аналарына арналған. Мектеп психологы бұл материалды тәжірибелік жұмысында қосымша ретінде пайдалана алады.

УДК 159.9

ББК 88.1

У 48

**ISBN 978-601-7638-36-8**

© «Bilim Foundation» корпоративтік қоры

*Кітаптағы ақпаратты қолдану кезінде кітапқа сілтеме көрсету міндетті.*

*Барлық құқық авторларға тиесілі, құқық иесінің жазбаша рұқсатынсыз кітаптағы ақпаратты және объектілерді көшіру, тарату немесе басқа мақсатта қолдануға тыйым салынады.*



*Жастар әлемге үлгі тұтар адамдардың көздерімен қарайды.*

**Вильгельм Швобель**



*Біз үлгі тұтар адамдарды қардан жасаймыз және олар ерігенде жылаймыз.*

**Вальтер Скотт**



## МАЗМҰНЫ

Қымбатты оқырман! .....	7
Қашанда ол емес .....	8
Психолог жазбалары .....	14
Біздің пірлер – олар қандай? .....	16
Психолог жазбалары .....	24
Әпке .....	26
Психолог жазбалары .....	32
Бұл саған қажет болар .....	34
Ата-ана мен қамқоршы назарына .....	35
Авторлар мен безендіруші туралы .....	37

# Қымбатты оқырман!

Сенің қолыңда қиындықтарға тап болып, оларды жеңіп, өзін-өзі дамыта білген және жеке өсу үшін жаңа дағдыларды, білімді игерген сенің жасыңдағы балалардың әңгімелері баяндалатын кітап тұр.

Әлем қашанда даму үстінде. Бізді жетістікке жетіп, күштірек болып, өздері және өзгелер үшін жаңа мүмкіндіктерді ашатын адамдар қоршайды. Ол адамдарға еліктеп, солар сияқты болып, өз өміріңде де солардың жеткен жетістіктеріне жеткің келеді. Мүмкін, сондай адамдарға немесе музыканттар, әншілер, актерлар, шығармашылық адамдар, саясаткерлер, ғалымдарға ұқсағың келетін де болар.

Жасөспірімдік жас – «Үлкен өмір» атты үлкен «жарыстың» бастауы, ал сен болсаң сол жарыстың бастауында тұрған адамдай жарыстың дұрыс стратегиясын таңдаған жөн. Осы үшін саған басқалардың – тәжірбиесі жоғарырақ, жетістікке жеткен, білімі толы қорабы бар адамдардың құндылықтары көмектесе алады.

Алайда әр тұлға өзінде жағымды және жағымсыз бағыттарын бірге алып жүреді, оның ішінде жақсылығы да, жамандығы да бар, ұқсағың келетін адамды таңдаған кезде бұл туралы ұмытудың қажеті жоқ. Бірақ дұрыс адамды қалай таңдауға болады, саған керек адамның дәл сол адам екенін қалай түсінуге болады, нені үйрену керек, қалай үйрену керек және бұдан да күшті болу үшін қай жағынан өзіңді дамыту керек? Міне, осы сұрақтарға жауапты сен кітабымызда баяндалатын әңгімелерден таба аласың. Оқиғалар саған ойың, кітап, музыка, кино және ғылымның кейіпкерлеріне көзді жұмып еліктеудің қауіпті екенін ашып береді. Сенің құрдастарыңның – басты кейіпкерлердің сезінетін қиындықтары, уайымдары туралы білесің. Әлеуметтік және тұлғалық даму бағыттарының тәсілдерін, қиындықтарды тәжірибе әрі білім арқылы жеңу тәсілдерін өздерінің оқиғаларында айтып береді.

Бұл кітап саған сенің қорқынышыңды, алаңдаушылығыңды, жағымсыз сезімдеріңді, дамуыңдағы қателіктеріңді ұмыттырып, керісінше, сені үлкен жетістіктерге жеткізе алатын қасиеттерді дамыту үшін керемет құрал және қолдау бола алады. Мүмкін бұл оқиғаларда өзіңді танып, әлемге деген қарым-қатынасыңда өзіңе үлгі тұтар адам таңдауда жалғыз еместігіңді түсінесің.

## Қашанда ол емес

Күзгі кезең. Бүгін мектептің бірінші күні. Мектеп сабақтарының басталуының алдында өзімнің сүйікті музыкалық тобымның бейнебаяндарын көріп алғаным жақсы болған екен. Жақында олардың Қазақстанға келіп кеш беретіндерін естіп едім. Бірақ, бастысы – топтың жеке орындаушысы – Джонни Кидс келетіні, ол біраз уақыттар бойы менің сүйікті әншім болған. Бұл орындаушының ерекшелігі – ол өзінің музыкалық мансабынан бөлек мысықтарды жақсы көретін және кактус өсіретін. Мен де мысықтарды өте жақсы көремін, әртүрлі кактустары бар кішкентай проекциям туралы айтпағанда Джонни Кидсті жиі әлеуметтік желіде бақылап отыратынмын.

Алматыдағы кештерінің болатынының алдында желіде Джоннидің оқушылар оқуларына аса назар аударғандары жөн деп жазған бір жазбасын көрдім. Осы сәтте өз піріме қатысты ойларым мен сезімдерім бір-ақ сәтте өшіп кеткен сияқты сезімде болдым. Мен жаман да емес, жақсы да емес оқитын, барлық заттарға бірдей уақыт бөлуге тырысатын оқушы едім. Барлық жағынан бірдей болуға тырысатын адамның айтқан пікірінен көңілім қалды. Оның әні мен мысықтарға, қоршаған ортаны жақсартуға арналған кактустарды өсіруге деген махаббатымыздың ұқсастықтарына қарамастан, оның жазбасында не туралы жазғанын түсінбедім. Өйткені оның жазбасын оқығаннан кейін, маған ол ешқашан оқушы болмағандай көрінді. Ішкі сезімде ол өзінің ең адал жанкүйерін түсінбегендей болды. Енді ескі жанкүйерін. Джони Кидстің кеші өтті. Оның әлеуметтік желісіндегі жазбасынан кейін баруды да ойламадым.

Әдеттегідей бос кезімде және үзіліс уақыттарында мен ғаламтордан сағаттар бойы видеолар көретінмін. Бір күні мен видеодағы адамнан әдемі жейдені байқап қалдым. Жейдеде менің сүйікті «Как стать Возняком?» деген телехикаямның логотипі салынған болатын. Осы сәттен бастап менің жаңа пірім табылғанын түсіндім. Жаңа пірім Шигео Карсудың шағармашылық істері керемет еді! Бір түн бойы оның барлық бейнебаяндарын және альбомдарын естіп шықтым. Ол өзінің кәрілік жасына қарамастан, керемет тұлға еді.





Мектепте мен аса ешкіммен араласпайтынмын, тек мен сияқты Шигеоны сонша таңғаларлық адам екен деп есептейтіндермен бол-маса. Бізде кіріп, музыканттар туралы өз ойымыз және таңдануымызбен бөлісе алатын ғаламтор-форумдары болып тұратын. Шигеоның әндері маған өз жұмыстарымда сенімділік ұялататын. Оның жаңа ән жинағы біздің аймақта ең белгілі әрі сатылымы жоғары болды. Мен бақытты болдым!

Бірақ... Бір күні Шигеоның жанкүйерлерінің форумын ақтарып отырсам, оның бір кездері теңіз әскерінде қызмет еткені туралы жазылғанын көріп қалдым. Мен үшін бұл жағымсыз таңдану болды, өйткені әскери адамдарға жағымсыз қарым-қатынаста болатынмын. Маған қашанда мұндай адамдар соғыс шығарып, әлемге жайсыздық алып келетіндей көрінетін. Мен өзімді ешқашанда сонша шаршағандай сезінбейтінмін, пірімнің жиіркенетін адам болып шығарын елестете де алмаған едім.

Джонни мен Шигеодан кейін мен енді бұрынғыдай болмадым. Мен әрқашан пірім дейтін адамдар мені жақсы істерге итермелеп, менімен бірдей оймен бөлісулері керек деп ойлайтынмын. Алайда шындық басқа еді. Менімен сөйлесетіндердің барлығы – ата-анам мен сыныптастарым еді. Соңғылары тек оқу мен мектеп жайлы сөйлесетін. Джонни мен Шигеоның қатысуымен видео көріп жүргенде мен өзімді соншалықты жалғыз сезінбейтінмін. Өйткені олар маған қолдау білдіретіндер еді. Олардың сатқындығынан кейін есімдерін де аузыма ала алмадым. Сондықтан адамдармен сирек араласатын болдым. Мен тағы да ғибадат бейнесі бола алатын адамды табуды ойластырдым, бірақ сен үлгі тұтқан адам сен елестеткендей болмауы мүмкін. Соның салдарынан жанымдағы адамдарға дөрекі сөйлеп, оларға деген қарым-қатынаста өзімді ашушаң секілді ұстай бастадым.

Бүгін тоқсанның бітуіне арналған кеш болады. Мен мектеп пен үйден демалу үшін сол жерге баруды ойладым. Содан соң кеш өтетін залға кірген сәтте бір қарағанда таныс, бірақ сол сәтте маған мүлдем таныс емес қаншама адамдарды көрдім. Үш минут қана өтті, ал менің үйге кеткім келді. Залдың шыға берісіне жақындаған кезде соққыш, гитара және микрофонның дауысын естідім. Бұл құрылғылардың барлығы да тексеріліп жатты, сахнаға ұзын бойлы, кішкене толық жасөспірім шықты.

- Балалар, сендер дайынсыңдар ма?! Естілмей жатыр, дайынсыңдар ма? Күзгі демалыс алдында және келесі мектептің тоқсандығына керемет көңіл-күймен жүру үшін көңілді әбден көтеріп алайық, - көңілді дауыспен сөйледі жігіт.

Ішімнен жүргізуші әдетте кештерді ұйымдастыратын жоғарғы сыныптың оқушысы деп ойладым. Бірер минуттан соң сахнада жағымды әуен мен жігіттің жоғары әдемі дауысы естілді.

«Иә, мүмкін сен осылай ойларсың... Бірақ әлемде саған көмектесетін жанның бар екенін біл...» – маған, шаршаған көңілсіз кіші сыныптың оқушысына қарап айтылған өлеңдердің қайырмасы еді. Сол сәтте болып жатқандарды ойламай, әннің әуезіне ақырын билей бастадым. Маған әннің мәтіні мен таңдалған ноталары қатты ұнады,



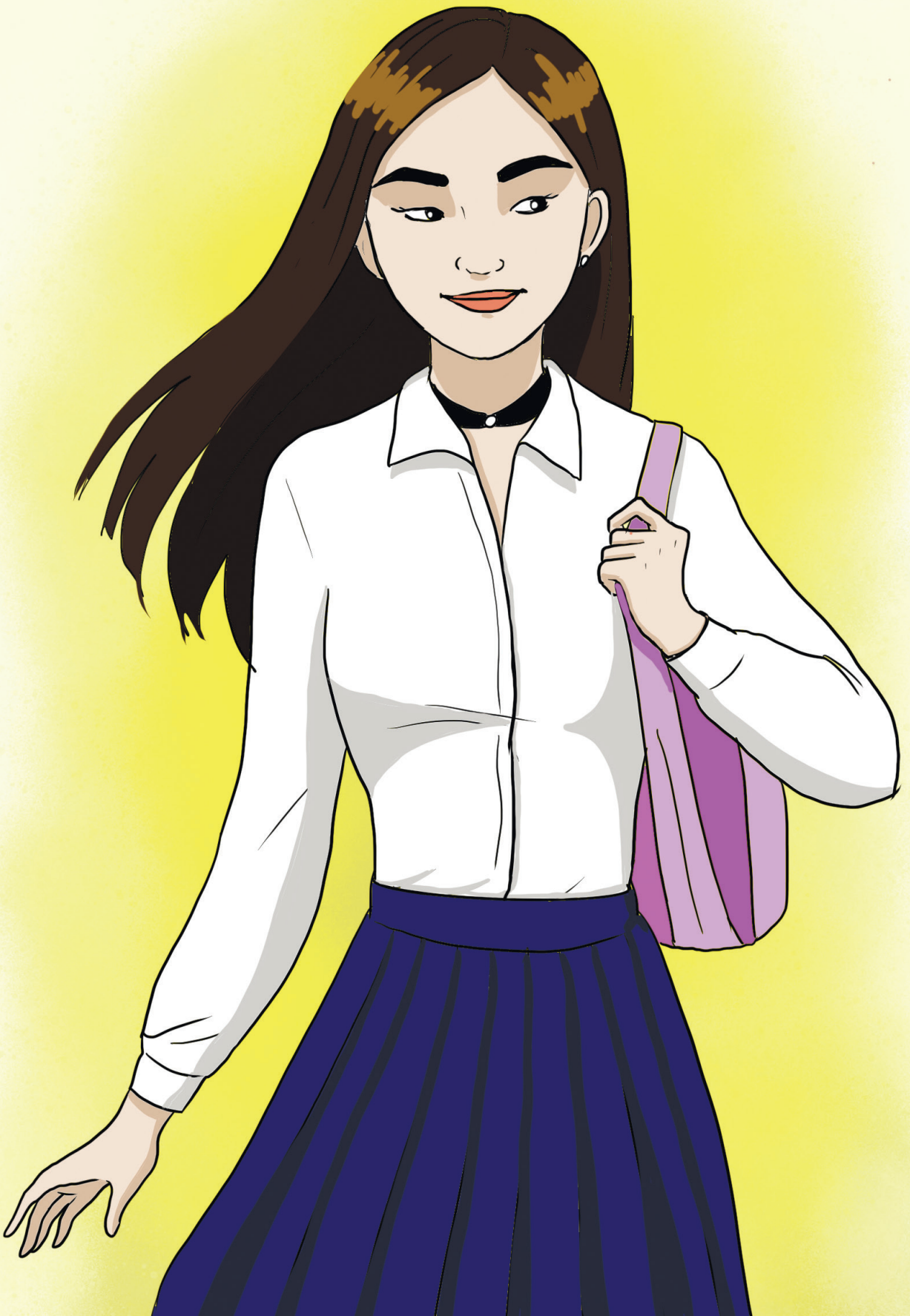
барлығы түстегідей еді. Бір сәтте менің жаңа пірімнің пайда болғанын түсіндім. Үзіліс кезінде жанына жақындап, оның керемет әртіс әрі жақсы адам екенін айтып, жеткіздім және мен өзімнің көңілімді қалдырған пірлерімді жоғалтқанымды айттым.

- Қызықты оқиға екен, – деп маған күліп жауап берді.

- Егер қаласаң, мен саған кішкентай кеңес берейін. Өзіңмен өзің бол. Пірлер дегеніміз – оларға сыйынатын және көшірмесі болатын мінсіз жандар емес. Сен оларға қарап, өзіңе олардың пайдалы қасиеттерін сіңіру үшін арналған. Егер сен мені пірім деп таңдасаң, ол сенің менің көшірмем болуың керек деген сөз емес. Сен мендегі қасиеттерді келешекте тірек ретінде қолдана отырып, өзіңнің жеке ерекшелігіңді құруың керек, - деп жылы шыраймен сөйледі.

Кеш залындағы піріммен кездесуімнен кейін бір-екі жыл өтті. Мен пір тұтқан адамыңа толығымен ұқсауға тырысудың керек емес екенін түсіндім. Тек жақсы деген қасиеттерді ғана өзіме алып, жетілдіруім керек. Джонни менің жағымсыз қарым-қатынасымды тудыратын жазба жазды, бірақ сонымен қатар ол мені көп дүниеге үйретті: мен кактустың көп түрлерін әрі оларға қалай қарау керектігін үйрендім. Шигео болса, мен мүмкін ұнатпай қалған музыкант болатын, музыкант бола тұра оның бойында біздің сүйікті телехикаямыздың ішінен бір ақиқатты айтатын, жақсы әзілдей алатын қасиеті бар еді. Өмірімде бұл адамдар мені белгілі бір дүниеге үйретті, мен өз кезегімде болашақ дамуым үшін пайдалы білімдер мен қасиеттірді ала білдім.





## Психолог жазбалары

Бұл оқиға теледидардан, компьютерден өз пірлерін бақылап, соларға сәйкес болуға тырысып, олардың көзқарастары, қызығушылықтары, құндылықтарымен өмір сүретін қыздың уайымы туралы. Ол басқа, өзіне сенімді, әйгілі адамдардың дағдылары арқылы сыртқы әлеммен қарым-қатынас жасауды үйренді, оларды өз орнында елестете отырып, рөл ойнады, сол рөлдің артында қорқыныш пен белгісіздігін жасыруға тырысты. Ол өзгеруге, үлкеюге, өзінің «мінсіз әлемін» үлгілендіруді қатты қалады, бірақ өзі ойлап тапқан әлемінің қиындықтары мен сәтсіздіктерімен бетпе-бет келгенде, үйде және мектепте соқтығысатын күн сайынғы мәселелерден жасырынып қалу үшін өзіне жаңа пірлер қайтадан іздей бастайтын. Өзі ойлап тапқан пірінің әлеміне еніп, өз қызығушылықтарын, арақатынастары мен кейінгі дамуын дұрыстайтын, шын өмірде оны жасау өте қиын еді.

Біз өзімізге пірлікке бізді шабыттандыратын, өз құндылықтарын айқын елестететін, риясыз, біздің көзқарасымыз бойынша қиындықтарын жеңіл жеңетін адамдарды таңдаймыз. Олардың қолынан келетін барлық дүниеге үйрену үшін оларға ұқсағымыз келеді.

Алайда әртүрлі жағдайларға байланысты өз пірлерімізге қашанда ұқсас болу қолдан келе бермейді, сондықтан өзіңнің жекелігіңді түсініп, біздің бойымызда бар талаптарға сәйкес келетін жаңа үлгіні жинап шығаруымыз керек.

Біздің кейіпкеріміз өзінің үлгі тұтқан адамына толығымен ұқсауға тырыспай-ақ, оның жақсы, өзіне қажет қасиеттерін

ғана сіңіріп алу арқылы өз қорқыныштарын жеңіп, дамып, шынайы өз өмірінде өмір сүру керек екенін пірім деп таңдаған адамдарынан көңілі қалғаннан кейін ғана түсінді. Ол одан тек нақты керекті дүниелерді ала алады. Шын мәнінде, маңыздысы – өз тұлғалық құндылықтарың мен өзіңе керекті көзқарастар, қабілеттерді жинап, біреуге ұқсауға тырыспай, жеке тұлға болу.

**Өз піріңнің толық көшірмесі болуға тырыспа, сен мұндай жалғызсың және сен секілді адам жоқ екенін ұмытпа!**

**Және бұл керемет жаңалық!**

Егер сен өзіңе не керек екеніне әлі сенімді болмасаң, айналаңда сен үшін маңызды салаларда жетістікке жеткен адамдар болса, келесі қадамдарды орында:

▶ Піріңнен не үйренуге болатындығы туралы нақты түсінік алу үшін рөлдік үлгілерді қарым-қатынас шеңберіндегі жақын адамдардан таңда.

▶ Неге қол жеткізгізің келетіні туралы тізім жаса.

▶ Өзіңде өзгертің келетін дүниелерді анықта.

▶ Таныстарыңның арасынан сенің талпынысың мен мақсаттарыңды бөлісетін адамды ізде.

▶ Ұқсағың келетін адамның тек жетістіктерін іздеп қана қоймай, оның қиындықтарды қалай жеңгені, жолының болмауы мен сәтсіздіктері туралы да ізден.

▶ Мақсатқа жету жолында тоқтама. Көр, талпын!