

ӘОЖ 378
FTAMP 14.35.18

**MOS SF-36 САУАЛНАМАСЫ АРҚЫЛЫ ЖОО СТУДЕНТТЕРІНІҢ ӨМІР СҰРУ
САПАСЫН БАҒАЛАУ**

М. Қартбай¹, С.М. Базарбаева¹, А.Ж. Нусупова¹

¹*М. Қозыбаев атындағы СҚМУ, Петропавл қ., ҚР*

**ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ПОСРЕДСТВОМ АНКЕТЫ
MOS SF-36**

Картбай М.¹, Базарбаева С.М.¹, Нусупова А.Ж.¹

¹*СКГУ им. М. Козыбаева, г. Петропавловск, РК*

**ASSESSMENT OF THE QUALITY OF LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS
THROUGH QUESTIONNAIRES MOS SF-36**

M. Kartbai¹, S.M. Bazarbaeva¹, A.Zh. Nusupova¹

¹*NKSU named after M. Kozybayev, Petropavlovsk, KR*

Аңдатпа

SF-36 сауалнамасының көмегімен өмір сүру сапасын зерттеу халықаралық тәжірибеде жалпы халықтың, сондай-ақ жекелеген әлеуметтік топтардың денсаулық жағдайын бағалаудың жоғары ақпараттық, сезімтал және үнемді әдісі болып табылады. Әдіс адамның тіршілік әрекетінің сипаттамасына сандық баға беруге мүмкіндік береді – оның физикалық, психологиялық және әлеуметтік қызмет етуі.

Өмір сапасы – адамның субъективті қабылдауына негізделген физикалық, психологиялық, эмоциялық және әлеуметтік қызметінің интегралдық сипаттамасы. Сауалнаманың сегіз шкаласы 2 көрсеткішті құрайды: денсаулықтың психологиялық компоненті және денсаулықтың физикалық компоненті. Келесі көрсеткіштер бағаланады: физикалық қызмет көрсетуі, рөлдік қызмет көрсетуі, ауру қарқындылығы, жалпы денсаулығы, өмір сүру бейімділігі, әлеуметтік қызмет көрсетуі, эмоциялық қызмет көрсетуі және психологиялық денсаулығы.

Солтүстік Қазақстан мемлекеттік университетінде оңтүстік және Солтүстік Қазақстаннан студенттерді оқыту үрдісінде. М. Қозыбаев студенттердің әртүрлі психоәлеуметтік тәуелділікке бейімделуінің таралуы мен сапасы анықталды. MOS SF-36 сауалнамасы бойынша, «физикалық қызмет көрсету (PF)» көрсеткіші жоғары болды, ең аз шамасы сауалнаманың «рөлдік эмоциялық қызмет көрсетуі (RE)» шкаласы бойынша анықталды.

Түйінді сөздер: студент, өмір салты, денсаулық, психоәлеуметтік тәуелділік, өмір сапасы, бейімделу.

Аннотация

Изучение качества жизни с помощью опросника SF-36 является общепринятым в международной практике высокоинформативным, чувствительным и экономичным методом оценки состояния здоровья как населения в целом, так и отдельных социальных групп. Метод позволяет дать количественную оценку характеристик жизнедеятельности человека – его физического, психологического и социального функционирования. Качество жизни — интегральная характеристика физического, психологического, эмоционального и социального функционирования человека, основанная на его субъективном восприятии. Восемь шкал опросника формируют 2 показателя: психологический компонент здоровья и физический компонент здоровья. Оцениваются показатели: физическое функционирование, ролевая деятельность, телесная боль, общее здоровье, жизнеспособность, социальное функционирование, эмоциональное состояние и психическое здоровье. В процессе обучения студентов из южного и северного Казахстана в Северо-Казахстанском государственном университете им. М. Козыбаева выявлена распространенность и качество адаптации студентов к различным психосоциальным зависимостям. По результатам анкетирования MOS SF-36, высокие показатели зарегистрированы у

студентов по параметру «физическое функционирование (PF)», наименьшая величина была определена по шкале «ролевая деятельность (RE)».

Ключевые слова: студент, образ жизни, здоровье, психосоциальная зависимость, качество жизни, адаптация.

Annotation

The study of the quality of life with the help of the SF-36 questionnaire is a generally accepted in international practice highly informative, sensitive and economical method of assessing the health status of both the population as a whole and individual social groups. Quality of life is an integral characteristic of physical, psychological, emotional and social functioning of a person based on his / her subjective perception. Eight scales of the questionnaire form 2 indicators: psychological component of health and physical component of health. Indicators are evaluated: physical functioning, role-playing activity, bodily pain, General health, vitality, social functioning, emotional state and mental health. The method allows us to give a quantitative assessment of the characteristics of human life – its physical, psychological and social functioning. In the process of training students from southern and Northern Kazakhstan in North Kazakhstan state University named after M. Kozybayev are identified the prevalence and quality of adaptation of students to various psychosocial dependency. According to the results of the survey MOS SF-36, high rates were registered in students on the parameter " physical functioning (PF)", the lowest value was determined on the scale of " role-playing activity (RE)».

Key words: student, lifestyle, health, psychosocial dependence, quality of life, adaptation.

Kіріспе

Ұлт денсаулығы – біздің табысты болашағымыздың негізі. Денсаулық жеке адамның ғана емес сонымен қатар барлық қоғамның негізгі құндылықтарының бірі болып табылады.

Қазіргі таңдағы білім алушы жастардың бойындағы психоәлеуметтік тәуелділіктен (ғаламторға, есірткіге, құмар ойындарына және т.б.) арылтудың жолдарын қарастыру. Соңғы жылдарда есірткі тәуелділік емінде көрнекті қозғалыс болды. Бүгінде Қазақстанда ресми дерек бойынша, есірткі тұтынушы ретінде тіркелген 48000 адам есепте тұр. Алайда, ресми емес дерек көздері бойынша, олардың саны 350000–нан асып жығылады, дейді мамандар. Сондай-ақ, есірткіге тәуелділердің 27%–ын 12–6 жастағылар құраса, 42%–нан астамы 17–26 жас арасындағылар, яғни жастар [2].

БҰҰ–ның жариялаған мәліметтері бойынша, осы кезде дүниежүзінде есірткінің әр түрін, атап айтқанда марихуана, героин, кокаин, опиум және тағы да басқа түрлерін пайдаланатын 200 миллионнан артық нашақор бар. Алаңдататын мәселе, есірткі пайдаланатындардың жастарының төмен болуы мен жастар мен жасөспірімдердің есірткіге бейім болуы болып табылады. Мәліметтер бойынша, әртүрлі елдерде пайдаланатын есірткі мөлшері өсіп, расында есірткі мафиясы жаңа құрамдар шығаруда. Күн сайын әртүрлі химиялық құрамдарды пайдалану арқылы есірткінің жаңа жасанды түрлері психотроптық дәрі атауымен есірткі нарығында таралуда. Олардың кейбіреулерінің зияны бұрыннан танымал табиғи есірткілермен салыстырғанда күштілеу әрі көптеген мәселелер тудырады. Жасанды есірткіге тәуелді адамдарды емдеу де қиындау. Есірткі мафиялары «олар есірткі емес, қиындық тудырмайды» деген үгіттерімен адамдарды пайдалануға тартады.

Мақсаты: Манап Қозыбаев атындағы Солтүстік Қазақстан Мемлекеттік Университетінің Оңтүстік және Солтүстік Қазақстан студенттерінің жоғарғы оқу орнындағы оқыту процесі барысында әр түрлі психоәлеуметтік тәуелділіктерге бейімделуінің студенттер арасында таралуын және сапасын анықтау.

Зерттеу әдістері: Сауалнама зерттелушілердің тіршілік әрекеттерінің олардың денсаулығы мен көңіл күйіне әсерін зерттеуге бағытталған. Сауалнама адам денсаулығының жай-күйіне әсер ететін адам өмірінің барлық аспектілерімен қанағаттанудың жалпы әл-ауқатын және қанағаттану дәрежесін көрсетеді.

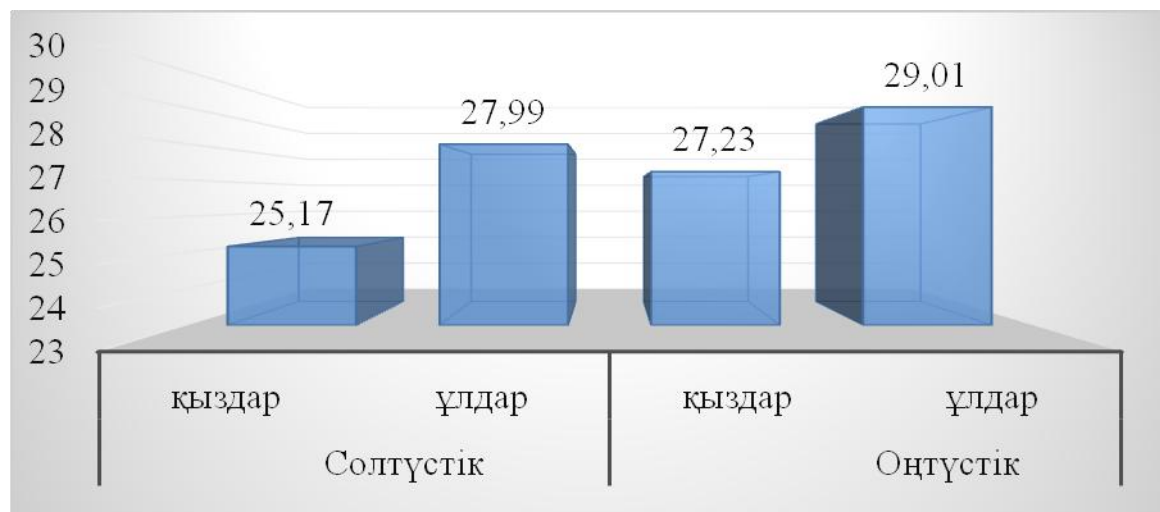
Жастардың өмір сапасын зерттеу нәтижелерін анықтауда MOS-SF-36 сауалнамасын қолдандық. Сауалнама адам денсаулығының жай-күйіне әсер ететін адам өмірінің барлық аспектілерімен қанағаттанудың жалпы әл-ауқатын және қанағаттану дәрежесін көрсетеді. SF-36 құрамында сегіз разрядқа бөлінген: физикалық қызмет көрсетуі, рөлдік (физикалық) қызмет көрсетуі, ауру қарқындылығы, жалпы денсаулығы, өмір сүру бейімділігі, әлеуметтік қызмет көрсетуі, эмоциялық қызмет көрсетуі және психологиялық денсаулығы жайындағы көрсеткіштері көрсетілген. Әр шкала бойынша көрсеткіш индикатордың мәні (0-ден 100-ге дейін) соғұрлым жоғары болған сайын, таңдалған масштабтағы балл жақсы болады. Олардың ішінде екі параметр қалыптасады: денсаулықтың психологиялық және физикалық компоненттері. Осылайша, MOS-SF-36 сауалнамасы сенімді құрал болып табылады. Ол жастардың денсаулығының психологиялық құрамдас бөлігі және олардың өмір сүру сапасын анықтауға мүмкіндік береді (Кесте 1)

Кесте 1 MOS SF– 36 сауалнамасына сәйкес студенттердің өмір сапасын бағалау

Көрсеткіш (балл)	Солтүстік		Оңтүстік		Нақтылық	
	қыздар	ұлдар	қыздар	ұлдар		
1	2	3	4	5	6	7
Физикалық қызмет көрсетуі (PF)	25,17±0,4	27,99±0,3	27,23±0,4	29,01±0,2	*	*
Рөлдік (физикалық) қызмет көрсетуі (RP)	6,44±0,2	6,05±0,1	5,41±0,1	5,61±0,1	*	*
Ауырсыну қарқындылығы (BP)	8,52±0,3	9,20±0,2	8,76±0,2	8,79±0,1	н/д	н/д
Жалпы денсаулығы (GH)	18,89±0,2	17,87±0,2	18,14±0,2	19,22±0,2	*	*
Өмір сүру белсенділігі (VT)	16,24±0,4	16,98±0,3	16,29±0,3	17,2±0,3	н/д	н/д
Әлеуметтік қызмет көрсету (SF)	8,22±0,2	8,31±0,2	8,69±0,1	8,49±0,1	*	н/д
Рөлдік эмоциялық қызмет көрсетуі (RE)	4,65±0,1	4,7±0,1	4,14±0,1	4,08±0,1	*	*
Психологиялық денсаулығы (MH)	20,12±0,5	21,1±0,3	20,51±0,4	21,47±0,3	н/д	н/д

Студенттердің өмір сапасын анықтау барысында жүргізілген MOS SF-36 сауалнамасы бойынша физикалық қызмет (*Physical Functioning – PF*) көрсеткіші анықталды. Бұл физикалық қызмет көрсету студенттердің белсенділігін өлшейді (өзін-өзі қамтамасыз ету, жаяу жүру, баспалдақпен көтерілу, ауыр жүкті алып жүру,

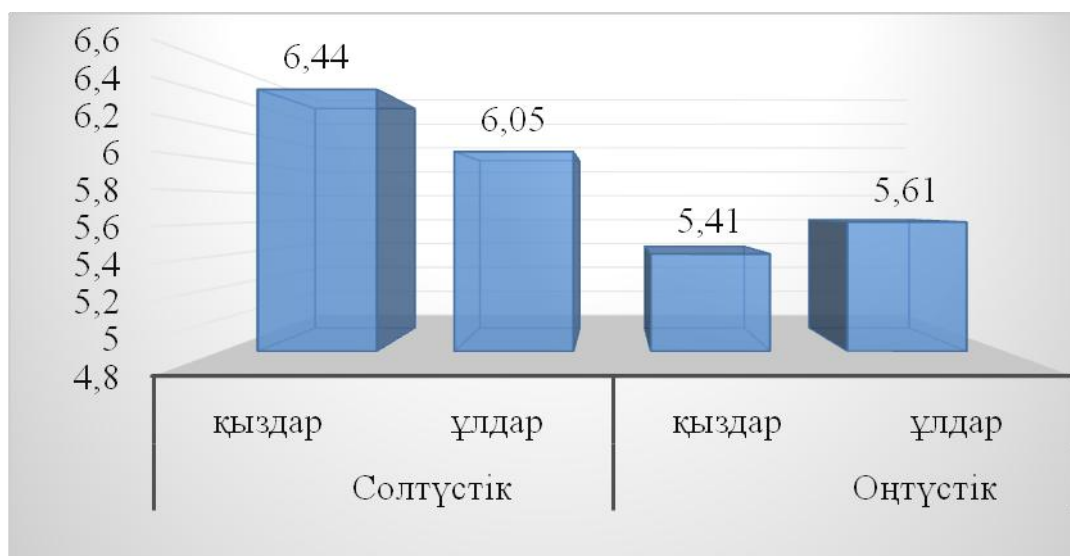
маңызды физикалық күш салу), күнделікті жаттығулардың денсаулығымен шектелмейтін көлемін көрсетеді. Осы зерттеу барысында Солтүстік Қазақстан облысының студенттерінің қыз балаларындағы көрсеткішінен ($25,17 \pm 0,4$) байқалды, ал Оңтүстік Қазақстан облысының студенттерінің қыз балаларында бұл көрсеткіш ($27,23 \pm 0,4$) құрады. Солтүстік аймақтың қыз балаларының Оңтүстік аймақ қыз балаларына карағанда физикалық қызмет көрстеу белсенділіктері төмендеу болды (Сурет 1).



Сурет 1 Физикалық қызмет көрсетуі (PF) шкаласы

Ал Солтүстік Қазақстан облысының ұл балаларының физикалық қызмет көрсету көрсеткіші бойынша ($27,99 \pm 0,3$) құраса, Оңтүстік Қазақстан облысының ұл балаларының көрсеткіші Солтүстіктің ұл балаларының көрсеткішімен салыстырғанда олардың күнделікті жаттығулармен шектелмейтіндігін көрсетеді, яғни ($29,01 \pm 0,2$) құрады (сурет 3.1).

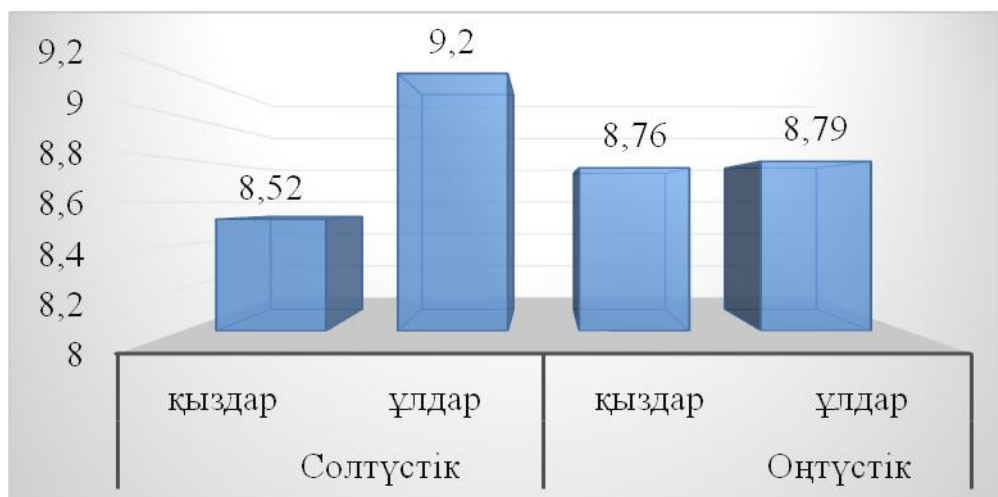
Рөлдік (физикалық) қызмет көрсетуі (*Role-Physical Functioning – RP*) – физикалық жағдайдың күнделікті рөлдік әрекеттерге әсері (жұмыс, күнделікті міндеттер). Бұл шкала бойынша төмен көрсеткіштер Оңтүстік Қазақстан облысының студенттерінің қыз балаларында ($5,41 \pm 0,1$) құраса, ұл балаларында ($5,61 \pm 0,1$) құрады, яғни студенттердің күнделікті әрекеттерінің физикалық жағдайы бойынша айтарлықтай шектелгенін көрсетеді.



Сурет 2 Рөлдік (физикалық) қызмет көрсетуі (RP) шкаласы

Ал Солтүстік Қазақстан облысының қыз балалары ($6,44 \pm 0,2$) мен ұл балаларындағы ($6,05 \pm 0,1$) көрсеткіштер Оңтүстік аймақ студенттеріне қарағанда жоғары нәтиже берді. Осы көрсетілген көрсеткіштердегі мәндер неғұрлым төмен болса, физикалық денсаулығының жай- күйі күнделікті қызметті шектейді (Сурет 2).

Ауырсынудың қарқындылығы (Bodily pain – BP) және оның күнделікті қызметпен айналысу қабілетіне әсері, оның үй ішінде және үйден тыс жұмысы. Бұл шкаладағы төмен мәндер бұл студенттердің ауырсыну белсенділігін айтарлықтай шектейді (Сурет 3).

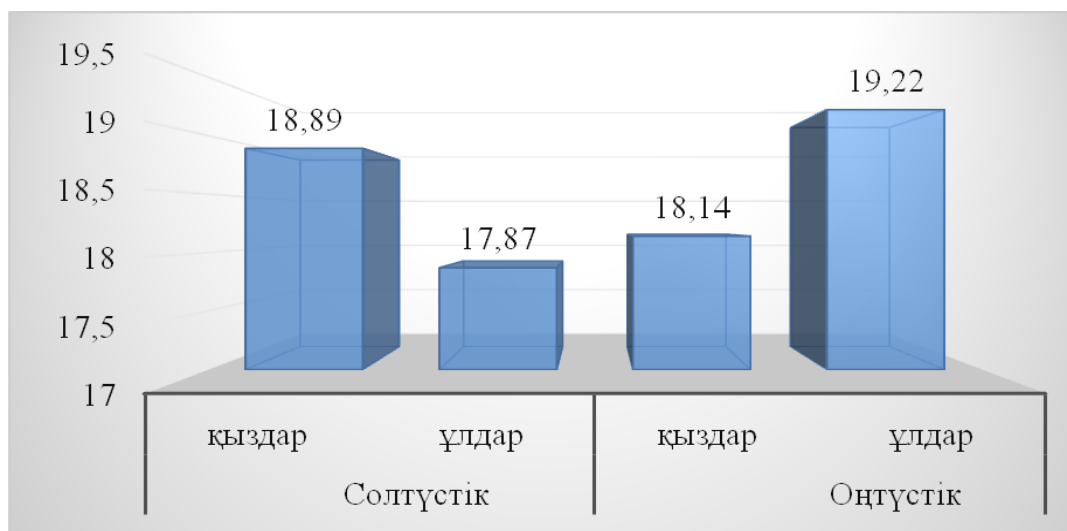


Сурет 3 Ауырсыну қарқындылығы (BP) шкаласы

Бұл шкаладағы студенттердің деңгей көрсеткіштері Солтүстік Қазақстан облысының қыз балаларында ($8,52 \pm 0,3$) құрады. Оңтүстік Қазақстан облысының қыз балаларындағы көрсеткіші ($8,76 \pm 0,2$) құрады. Екі аймақтың да қыз балаларының көрсеткіштері қанағаттандырылдық. Олардың күнделікті қызметпен айналысу

қабілеттері және ауырсыну белсенділіктері бір–біріне ұқсас екендігі байқалды. Ауырсыну белсенділігі бойынша Солтүстік аймақтың ұл балаларының көрсеткіші Оңтүстіктің ұл балаларының көрсеткішіне қарағанда әлдеқайда жоғары болды, $(9,20 \pm 0,2)$. Ал Оңтүстіктің ұл балаларындағы бұл көрсеткіш $(8,79 \pm 0,1)$ олардың ауырсыну қарқындылығы жоғарыда айтып өткеніміздей айтарлықтай шектеулі екендігі көрсетілген (Сурет 3).

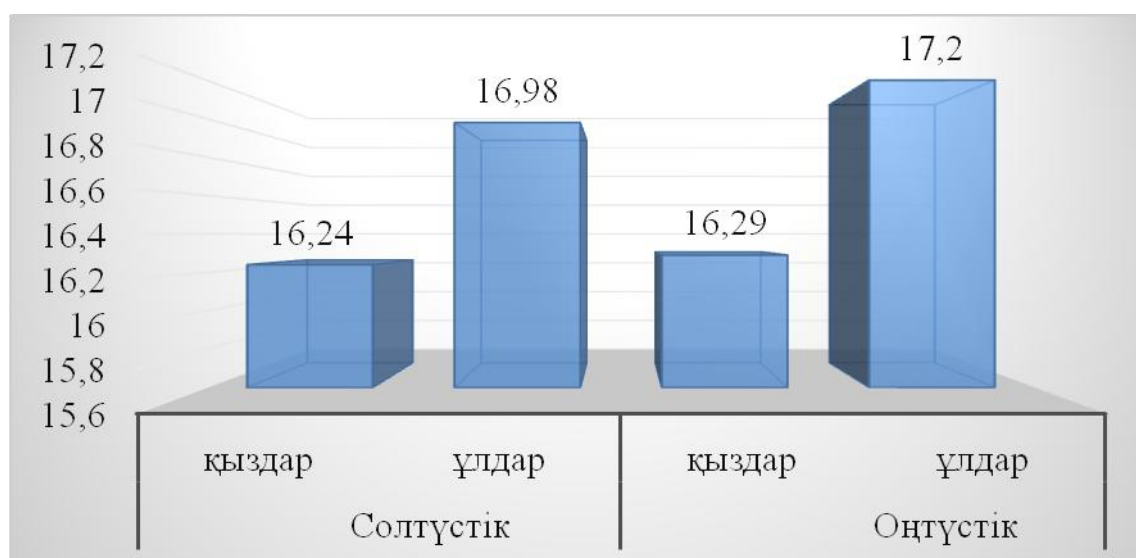
Жалпы денсаулық (*General Health – GH*) – бұл студенттердің қазіргі жағдайы мен келешектегі емделу жағдайын бағалау болып табылады. Бұл шкаладағы көрсеткіш неғұрлым төмен болса, денсаулық деңгейі төменірек болғаны. Біз осы MOS SF–36 сауалнамасы бойынша Солтүстік және Оңтүстік Қазақстан облыстарының студенттерінің жалпы денсаулығы туралы көрсеткіштерін анықтадық. Байқағанымыздай мұндағы көрсеткіш Солтүстік Қазақстан облысының студенттерінің қыз балаларындағы көрсеткіші $(18,89 \pm 0,2)$ көрсетсе, Оңтүстік Қазақстан облысының қыз балаларда бұл көрсеткіш $(18,14 \pm 0,2)$ құрады, яғни екі аймақтың қыз балаларының денсаулық деңгейлері 0,75–ке ғана айырмашылық байқалды. Екі аймақтың да қыз балаларының жалпы денсаулықтары жақсы екендігі байқалды. Ал екі аймақтың ұл балаларының жалпы денсаулықтарының деңгейіне тоқталатын болсақ, Солтүстік аймақтың ұл балаларының көрсеткіші $(17,87 \pm 0,2)$ Оңтүстік аймақтың ұл балаларының көрсеткішіне $(19,22 \pm 0,2)$ қарағанда жалпы денсаулық деңгейлері төмен екендігін анықтадық. Біздің ойымызша, студенттердің жалпы денсаулығы жағынан Солтүстік аймақ ұл балаларының Оңтүстік аймақтың ұл балаларымен салыстырғанда осынша айырмашылықтың болуы ауа райында, яғни күн көзінің аз түсуі мен жауын – шашынның көп болуында деп ойлаймыз (Сурет 4).



Сурет 4 Жалпы денсаулығы (GH) шкаласы

Өмір сүру белсенділігі (*Vitality – VT*) күшке және қуатқа толы сезім, немесе керісінше, әлсіздік. Төменгі көрсеткіштер студенттің шаршағанын, өмірлік белсенділігінің төмендеуін көрсетеді. Өмір сүру белсенділігі шкаласы бойынша орташа деңгеймен алғанда Оңтүстік Қазақстан облысының ұл балаларында «өмірлік белсенділік» (VT) шкаласы көрсеткіштері жоғары болды, $(17,2 \pm 0,3)$. Ал Солтүстік Қазақстан облысының ұл балаларының көрсеткіштері Оңтүстіктің ұл балаларының көрсеткіштеріне қарағанда 0,22–ге аз нәтиже $(16,98 \pm 0,3)$ көрсетті. Яғни, өмір сүру

белсенділіктері төмен, олардың шаршағандығын көрсетеді. Ал қыз балалардың өмір сүру белсенділігі бойынша көрсеткен көрсеткіштері жағынан Солтүстіктің қыз балаларында ($16,24 \pm 0,4$) болса, Оңтүстіктің қыз балаларында бұл көрсеткіш ($16,29 \pm 0,3$) құрады. Өмір сүру белсенділігі жағынан екі аймақтың қыз балаларынан айтарлықтай өзгешелік байқалмады. Бірақ, екі жақтың да қыз балаларынан әлсіздік пен шаршаңқылық басым екендігі анықталды (Сурет 5).



Сурет 5 Өмір сүру белсенділігі (VT) шкала

Әлеуметтік қызмет көрсету (*Social Functioning – SF*) физикалық немесе эмоционалды күйде әлеуметтік белсенділікті шектейді. Бұл шкала студенттердің әлеуметтік белсенділік деңгейі қаншалықты қанағаттанғанын және олардың жай-күйі бойынша қаншалықты қанағаттандырылатынын көрсетеді.

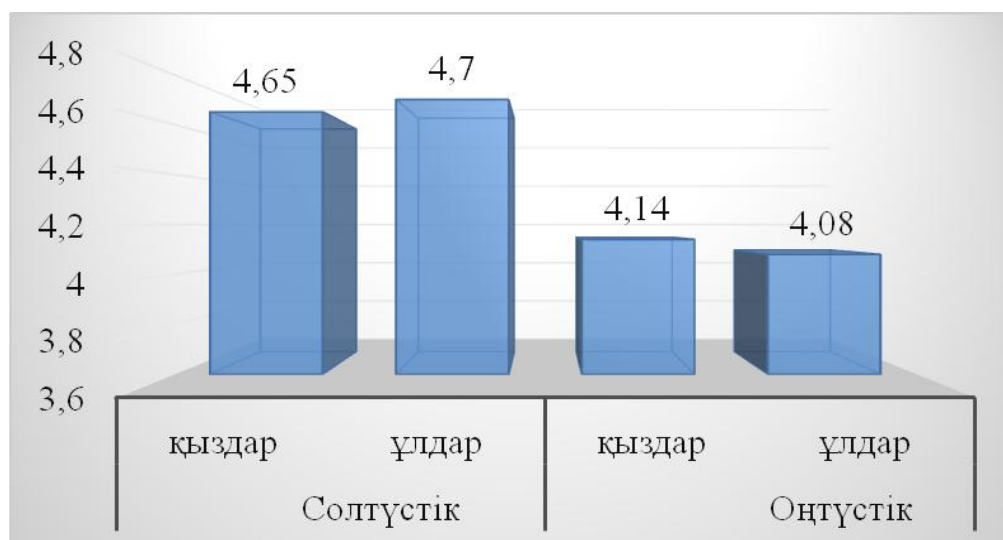
Әлеуметтік белсенділік – бұл әрбір адамның жекетұлғалық мінездемесімен, қоршаған өмірге қарым-қатынасымен және оны өзгертуге әрқашан даярлығымен сипатталатын интеграцияланған сапалар жүйесі. Нақ осы әлеуметтік позициясы оның өзіне, адамдарға, қоғам мен оның нормаларына, ережелері мен талаптарына деген қарым-қатынастық жүйесін айқындайды.



Сурет 6 Әлеуметтік қызмет көрсету (SF)

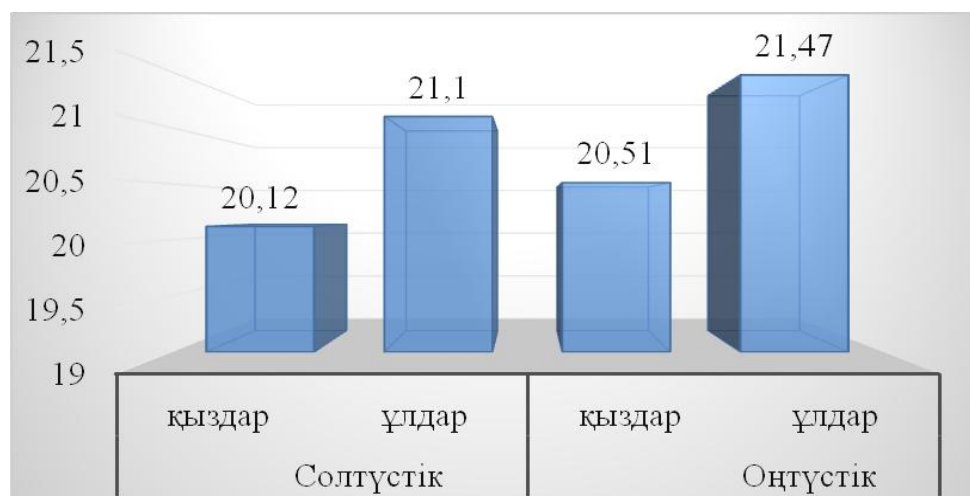
Бұл шкала бойынша студенттер арасындағы анықталған нәтиже Оңтүстік Қазақстан облысының қыз балаларының көрсеткіші ($8,69 \pm 0,1$) Солтүстік аймақтың қыз балаларының көрсеткішіне ($8,22 \pm 0,2$) қарағанда әлдеқайда басымырақ нәтиже көрсетті. Ал ұл балалар арасындағы көрсеткіштер айтарлықтай жоғары емес, Солтүстіктің ұл балаларында ($8,31 \pm 0,2$) көрсетсе, Оңтүстіктің ұл балаларында ($8,49 \pm 0,1$) көрсетті (Сурет 6).

Рөлдік эмоциялық қызмет көрсетуі (*Role– Emotional – RE*) эмоциялық жағдайдың жұмысқа немесе басқа да күнделікті іс–әрекеттерге кедергі келтіретін дәрежесін (соның ішінде үлкен уақыттық шығындар, жұмыс көлемінің төмендеуі, оның сапасының төмендеуі және т.б.) бағалауды қамтиды. Бұл шкаладағы төмен көрсеткіштер эмоционалдық жағдайдың нашарлауына байланысты күнделікті жұмыстың орындалуына шектеу ретінде түсіндіріледі. Сауалнама нәтижесінде Солтүстік Қазақстан облысының студенттерінің қыз балаларындағы көрсеткіші ($4,62 \pm 0,1$) құраса, ұл балаларындағы көрсеткіші ($4,7 \pm 0,1$) құрайды. Ал Оңтүстік Қазақстан облысынан келген студенттерінің қыз балаларындағы көрсеткіші ($4,14 \pm 0,1$) көрсетсе, ұл балаларында ($4,08 \pm 0,1$) көрсетті. Көріп отырғанымыздай, Солтүстік және Оңтүстік аймақ студенттерінің рөлдік эмоциялық қызмет көрсетудегі көрсеткіштері қанағаттандырылмайтын деңгейде, бір–бірімен жобалас нәтиже көрсетілген. Екі аймақтың да студенттерінің эмоционалдық жағдайлары мен күнделікті жұмысты орындауларында кедергінің болмауын көрсетеді (Сурет 7).



Сурет 7 Рөлдік эмоциялық қызмет көрсетуі (RE) шкаласы

Психологиялық денсаулық (*Mental Health – MH*) – депрессия, көңіл– күй, оң эмоциялардың жалпы көрсеткішінің көңіл– күйін сипаттайды. Осы көрсеткіштің мәндері неғұрлым жоғары болса, студент өзінен соңғы айларда тыныштықты сезінгендігі. Төмен көрсеткіштері депрессиялық, алаңдаушылық, психикалық аурудың болуын көрсетеді. Студенттрден алынған MOS SF–36 сауалнамасы бойынша, олардың психологиялық денсаулығы жайындағы көрсеткіштері Солтүстік Қазақстан облысының қыз балаларында ($20,12 \pm 0,5$) көрсетсе, ұл балаларында ($21,1 \pm 0,3$) көрсетті. Ал Оңтүстік Қазақстан облысынан келген студенттрдің қыз балаларындағы көрсеткіші ($20,51 \pm 0,4$) құраса, ұл балаларының көрсеткіші ($21,47 \pm 0,3$) деген ең жоғарғы көрсеткішке ие болды. Солтүстік және Оңтүстік аймақтың ұл балаларының көрсеткіштерінде сәл ғана айырмашылық бар. Қыз балалар арасында да дәл солай. Салыстыра келсек, екі аймақтың да студенттерінің көрсеткен көрсеткіштері жақсы. Яғни, оларда депрессиялық алаңдаушылық және психикалық аурулардың төмен деңгейде екенін көрсетеді (Сурет 8).



Сурет 8 Психологиялық денсаулық (MH) шкаласы

Заклучение

М. Қозыбаев атындағы Солтүстік Қазақстан Мемлекеттік Университетінің Оңтүстік және Солтүстік Қазақстан студенттерінің жоғарғы оқу орнындағы оқыту процесі барысында әр түрлі психоәлеуметтік тәуелділіктерге бейімделуінің студенттер арасында таралуы және сапасы анықталды. Студенттерден алынған MOS SF-36 сауалнамасы бойынша, «физикалық қызмет көрсету (PF)» шкаласының мәні ең жоғары болды; ең аз мәндер сауалнаманың «рөлдік эмоциялық қызмет көрсетуі (RE)» шкаласы бойынша анықталды.

Қорытындылай келе, зерттеудің мақсаты жасөспірімдердің өзіне-өзі қол жұмсау үрдістері мен сипаттамалары арасындағы өзара қатынасты орнату болып табылады. Алынған нәтижелерді университеттерде профилактикалық және тәрбие жұмысында ескеру қажет. Психоәлеуметтік тәуелділіктерге бейім адамдарды анықтау әдістемесі, психологтардың, оқытушылардың, нашақорлықтың алдын-алу және түзелуімен айналысатын барлық мамандардың жұмысында білім беру жүйесінде кеңінен қолданылуы мүмкін.

Әдебиет:

1. Ұлт Қазақстан Республикасының Президенті Н.Назарбаевтың Қазақстан халқына Жолдауы, 2014.
2. Өмешұлы Ә. Салауатты өмір – денсаулық кепілі //Мектептегі психология. №4. – Алматы: Алматыкітап, 2016. – Б. 11–12.
3. Ордабеков С. Студенттердің жоғарғы оқу орнына бейімделуі. //Денсаулық журналы. Алматы, 2012 – №3 –Б. 2–3.
4. Қайырова Ж.А. Мінез-құлық ауытқушылығының себептері//Білім беру жүйесіндегі этнопедагогика. № 6. – Алматы: Мектеп, 2005.– Б. 46–52.
5. Әлімова М. Денсаулық - бастыбайлық //Егемен Қазақстан. № 4. - Астана:Аруна, 2002. - Б. 1-2.