

## ЖАСӨСПІМДІК ШАҚТАҒЫ ИНТЕРНЕТКЕ ТӘУЕЛДІЛІКТІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ САЛДАРЫ

Есетқызы Айару

«Психология» білім бағдарламасының 3 курс студенті

[yessetkyzyau@mail.ru](mailto:yessetkyzyau@mail.ru)

Х.Досмұхамедов атындағы Атырау университеті, Атырау қ., Қазақстан Республикасы

Ғылыми жетекшісі: аға оқытушы, магистр- Мусина Г.М.

Қазіргі әлем компьютерлік жүйелер негізінде құрылды. Адам өмірінің барлық салалары компьютер арқылы белгіленген. Қазіргі жастар бала кезінен компьютерге байланған. Бала күнінен бастап сандық технологиялармен байланыста өсіп келеді. Олар үшін интернет, гаджеттер мен әлеуметтік желілер күнделікті өмірдің ажырамас бөлігіне айналды десекте болады. Компьютерлік жүйелер мен виртуалды әлем олардың ойлау жүйесін және қарым-қатынас жүйесі, дүниетанымын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады. Шынында да, үздіксіз дамып келе жатқан технологиялар көптеген мәселелерді шешеді. Интернет кез келген қызықты ақпаратты табуға, таныстармен және бейтаныс адамдармен қарым-қатынас жасауға, ойындар ойнауға мүмкіндік береді. «Интернет арқылы жүзеге асырылатын негізгі әрекет түрлері – яғни, қарым-қатынас, таным және ойын– адамды толық қамту қасиетіне ие, онымен басқа іс-әрекеттерге уақыт пен күш қалдырмайды». Бұл жағдайда «интернет-аддикциясы» туралы сөз қозғап отырмыз. Бұл тәуелділік басқа тәуелділік түрлерінен айырмашылығы, оның қалыптасуына өте аз уақыт қажет етеді.

Интернет-аддикциясы – адамның интернетті шамадан тыс пайдалануына байланысты күнделікті өмірінде, оқуында, жұмысында және әлеуметтік қарым-қатынасында қиындықтарға тап болуы. Бұл тәуелділік түрі психологиялық және мінез-құлықтық бұзылыстар қатарына жатады. «Интернетке тәуелділік» термині 1996 жылы Голдбергпен интернетті қолдануға деген жеңілмейтін құштарлықты сипаттау үшін ұсынылған. «Голдберг интернетке тәуелділікті «тұрмыстық, оқу, әлеуметтік және психологиялық салада зиянды әсер ететін» деп сипаттайды». Компьютерлік тәуелділік – бұл клиникалық психологтар айналысатын мәселе. Бұл тақырып 1994 жылы талқылауға түсе бастады. Кимберли Янг өзінің сайтында сауалнама жариялап, оның нәтижесінде 500 адамның ішінен 400 тәуелді адам анықталды. Кейін осы мәселе бойынша И.Голдберг, Д.Гринфилд, К.Суррат және басқа зерттеушілер жұмыс істеді.

Психиатрлар интернетке тәуелділік симптомдарын физикалық және психологиялық деп бөледі. Психологиялық симптомдары компьютерде болғанда эйфория, үй тапсырмаларын елемеу, отбасы мүшелерін елемеу, компьютерсіз күйзеліс пен депрессия сезімі, жұмыс немесе оқу мәселелері жатады. Ал, физикалық симптомдарға: көздің құрғауы мен қызаруы, бас ауруы, режим мен гигиенаны елемеу, тамақ ішу уақытын өткізіп алу, арқадағы ауырсыну, ұйқының бұзылуы. Интернетке тәуелділікті ауру деп атамасақ та, оның салдары өте зиянды. Войкунский зерттеу жүргізіп, бұл тәуелділікке байланысты өлтіру, өзіне қол салу, ажырасу процестерінің көбеюі, балалардың үйден қашуы, эмоционалдық бұзылыстар, депрессиялар мен стресстер жиілеуде екенін сипаттайды.

Виртуалды қарым-қатынасқа тәуелділіктің қалыптасуында С.Э.Давтян үш кезенді бөліп көрсетеді:

- 1) «жаңа ойыншыққа» қызығушылық кезеңі
- 2) абстиненттік кезең (ұйқысыздық, мазасыз ойлар, назардың төмендеуі, эмоционалдық тұрақсыздық, ашуланшақтық және басқа да симптомдар)
- 3) әлеуметтік бейімделу кезеңі. Соңғы кезеңге тән белгілер: депрессия, апатия, енжарлық, қызығушылықтың тарылуы, белсенділіктің төмендеуі, отбасылық қиындықтар мен әлеуметтік оқшаулану.

Қазіргі уақытта интернет - дүкендер, аукциондар, жарнамалық беттер мен интернет-жарияланымдар өте танымал. Бұл сайттардың танымалдылығының өсуінің басты себебі – олардың жеңіл қолжетімділігі. Интернет - коммерция әсіресе жастар үшін тартымды, себебі ол жастарға материалдық жағдай мен мансаптық өсу мүмкіндігін ұсына алады. Бірақ ол сонымен қатар теріс әсерлерді, әсіресе әлеуметтік оқшаулану мен бөліну сезімін тудыруы мүмкін. Ақпарат іздеу пайдаланушыларды тартады, себебі ақпараттық ресурстар шексіз. Сонымен қатар, әркім өз ақпаратын жариялап, оқыған мақаласына өз пікірін білдіре алады. Бірақ дәл осы себептен ақпарат іздеудің теріс жақтары да бар. Ақпараттың молдығы сенімді деректерді таңдау процесін қиындатады. Әсіресе, онлайн ақпарат әлі оффлайн көздер сияқты сенімділігін дәлелдемеген. Ю.Д.Бабаева хакерлер туралы айта отырып, олардың көбінесе әлеуметтік дағдылары жеткіліксіз, осы қызығушылықты дамытуға тырысатын жасөспірімдер екенін атап өтеді. Жасөспірім хакерлердің жеке дамымағанын олардың іс-әрекеттері дәлелдейді: компьютерлік вирустарды тарату, электрондық жүйелерді бұзу, банктерден ақша ұрлау. Хакерлерден басқа да желіде құқық бұзушылар бар. Бондаренко интернет-қауіпсіздігіне қатысты бес негізгі құқық бұзушылық категориясын атап көрсетеді:

- 1) хакерлік (жүйелерді бұзушылар, рұқсатсыз қол жеткізу)
- 2) жеке деректердің құпиялылығын бұзушылар (жеке мәліметтерді заңсыз жинау)
- 3) диффамация (компьютерлік желілерде анонимді түрде жалған ақпарат тарату)
- 4) кибертерроризм және компьютерлік педофилия (қорқыту, бопсалау, интернет арқылы жала жабу немесе психологиялық қысым көрсету)
- 5) Зияткерлік меншік құқықтарын бұзу (авторлық құқықпен қорғалған материалдарды заңсыз тарату)

Интернетке тәуелділіктің қалыптасуына анонимділік маңызды рөл атқарады. Анонимділіктің арқасында жастар әртүрлі рөлдерді ойнай алады, тыйым салынған сайттарды қауіпсіз кіріп көру мүмкіндігі бар және басқа да көптеген артықшылықтарға ие болады. Нағыз өмірде жасөспірімдер ұялшақ, тұйық, қарапайым болып көрінуі мүмкін, ал интернет оларды ашылып, еркін болуға мүмкіндік береді. Интернет арқылы олар өмірде ешқашан қимылдамас еді деген әрекеттерді жасайды. Сондықтан жастар үшін, әсіресе өз орнын әлі таппаған және түрлі психологиялық проблемалармен бетпе-бет келетін жасөспірімдер үшін интернет өмірлік қиындықтардан «қашу» орнына айналады. «Көбіне компьютерлік аддиктерлер – тұрақсыз және жанжалдар туындайтын отбасылық немесе мектептік қатынастары бар, ешқандай тұрақты қызығушылықтары жоқ балалар мен жасөспірімдер. Олар виртуалды әлемде өзін тыныштандырып, желідегі болмысын немесе компьютерлік ойындардағы жетістіктерін өздерінің өзін-өзі танытуына жеткілікті деп есептейді». Маңыздысы, интернетте ғана адамның демалып, өзін-өзі танытатын және басқа да жағымды реакцияларды білдіретін сәттері болады. Содан кейін ол шынайы өмірге оралып, барлық қиындықтары мен мәселелерімен қайта бетпе-бет келеді. Осы себепті, интернетке қайта оралу тілегі қалыптасады, себебі виртуалды әлемде ешқандай қиындық жоқ. Бұл осылайша әдетке

айналып, тәуелділікке айналады. «Ойын тәуелдісіне шынайы әлем қызықсыз әрі қауіпті болып көрінеді, себебі көп жағдайда тәуелді адамдар – әлеуметтік бейімделуі нашар адамдар. Сол себепті олар виртуалды әлемде өмір сүруге тырысады, онда бәрі мүмкін, бәрі рұқсат етілген, олар өздері ережелерді белгілейді. Виртуалды әлемнен шығу тәуелді адам үшін ауыр, себебі ол қайтадан өзіне жеккөрінішті шынайы өмірмен бетпе-бет келіп, бұл көңіл-күйдің түсуіне және белсенділіктің төмендеуіне, өзін жаман сезінуге әкеледі».

Ц.П.Короленко басқа авторлардан ерекшеленіп, виртуалды әлемнің транзиторлық объект функциясын да атқара алатынын жазады. Бұл дегеніміз, шынайы өмір мен виртуалды әлем бір- бірімен араласып кетеді. «Болашақ тәуелді адам виртуалды әлеммен когнитивті және эмоциялық деңгейде бірігіп, виртуалды шындықтың бір бөлігіне айналады. Шынайы және виртуалды әлемдер арасындағы шекаралар барған сайын ашық бола бастайды. Виртуалды әлемге кетіп қалған тәуелді адам биологиялық тұрғыдан өзін сезінуді тоқтатады. Нәтижесінде өзін-өзі сақтау инстинкті жойылады. Қауіп осында: тәуелді адам шынайы өмірді виртуалды әлемге ұқсас деп қабылдайды, оған виртуалды динамиканы тасымалдайды, онда бәрі мүмкін және қалпына келтіріледі, кез келген оқиғаға «кері қайтуға» болады. Мұндай жағдай шынайы өмірде күтілетін оқиғалардың өз тартымдылығын жоғалтуына әкеледі, ал тәуелділер шынайы мақсатқа жетудің орнына, оны өз қиялында жасайды, ал шынайы әлем оларға барған сайын ашулануды және күйзелісті тудырады. Ақырында, жастар толықтай қиял әлеміне кетіп қалады. Мысалы, компьютерлік ойындар тәуелділер үшін белгілі бір архетиптерді қамтиды. Тәуелді адам осы архетиптерге әсер ете отырып, оларды шынайы оқиғаларға, қарым-қатынастарға проекциялайды. Мұндай архетип жас адамды өз күшін асыра бағалауға әкеліп, оны шынайы өмірде жеңіліске ұшыратады. Жоғарыда айтылғандарды ескере отырып, интернет-тәуелділігін емдеуде интернетті қолдануға тыйым салумен шектелуге болмайды, басқа тәсілдер қолдану қажет. «Тыйым салуға болмайды. Себебі, зорлықпен бас тартуға мәжбүр еткен жағдайда, ол айналып өту жолдарын іздейді. Оның өмірінде шешілмеген мәселелер пайда болды, олар туралы айтуға мүмкіндігі жоқ». Интернетке тәуелділіктің алдын алу мақсатында қарым-қатынас және жеке даму тренингтерін жүйелі түрде өткізу керек. Интернетке тәуелділікке бейім адамдарды олардың мінез-құлқына қарап анықтауға болады. Олар өздеріне үңіліп, көп қиялдайды, сыныптастарынан бөлек жүреді, кейде пәндерден қалып қояды.

#### **Қолданылған әдебиеттер тізімі:**

1. В.В.Караулов (2017) Психологические последствия информатизации общества: современные вызовы и перспективы. Психологический журнал, 38(2), 15-27.
2. А.Е.Войскунский (2012). Интернет-зависимость: современные подходы к исследованию. Психологический журнал, 33(1), 5-17.
3. А.Е.Войскунский Психологические исследования феномена интернетаддикции— URL: <http://www.psychology.ru/internet/ecology/04.stm>.
4. Войскунский А.Е. Зависимость от Интернета: актуальная проблема— URL: <http://cyberpsy.ru/2011/06/vojskunskiij-a-e/>.
5. Давтян С.Э. Клинико-катамнестический анализ одной разновидности интернет- аддикции (патологического влечения к виртуальному общению), URL: <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=101844>.
6. Сейтбекова, А. А. (2020). Жасөспірімдердің девиантты мінез-құлқының психологиялық ерекшеліктері. Педагогика және психология ғылыми журналы, №4, 284-303.