

ГТАХР 15.41.59

<https://doi.org/10.51889/2959-5967.2025.83.2.015>

С.С.Букешова^{1*} , Нуетбаева Г.Б.¹ , Ж.С.Адирбекова¹ 

¹Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

ҚАЗІРГІ ЖАСТАР АРАСЫНДА АДДИКТИВТІ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚТЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ АСПЕКТІЛЕРІ

Аңдатпа

Бұл мақалада жастар арасындағы аддиктивті мінез-құлықтың психологиялық аспектілері қарастырылған. Зерттеу жұмысының өзектілігі жастар арасындағы аддиктивті мінез-құлықтың түрлі формаларының кеңінен таралуының механизмдері мен оның себептерін кешенді ғылыми талдауды қажет ететіндігінде болып отыр. Аддиктивті мінез-құлық ішкі кернеу, эмоциялық тұрақсыздық пен жеткіліксіздік кезінде пайда болатын дезадаптивті мінез-құлықтық реакциялардың формасы ретінде қарастырылады.

Зерттеудің мақсаты невротизация деңгейі мен жастар арасында аддиктивті мінез-құлықтың қалыптасуына деген бейімділік арасындағы байланысты анықтау болды. Негізгі диагностикалық құрал ретінде Л.И.Вассерманның невротизация деңгейін анықтау әдістемесі болып отыр. Зерттеуге 20-22 жастағы 3-4 курс студенттері қатысқан. Сауалнамаға жауап берген респонденттер саны 82. Алынған нәтижелердің математикалық және статистикалық талдауы мақалада берілген. Статистикалық талдауды жүргізу үшін Студенттің Т-критерийі таңдалды. Мәліметтер кестелер және диаграммалар түрінде берілген. Теориялық және эмпирикалық мәліметтер жүйеленіп, қорытындысы берілді.

Түйін сөздер: аддиктивті мінез-құлық, жастар, психологиялық аспектілер, мазасыздық, эмоциялық тұрақсыздық, диагностика, әдістеме, химиялық тәуелділік, химиялық емес тәуелділік

С.С.Букешова^{1*} , Нуетбаева Г.Б.¹ , Ж.С.Адирбекова¹ 

¹Казахский Национальный университет имени Абая, г.Алматы, Казахстан

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СОВРЕМЕННЫХ МОЛОДЕЖИ

Аннотация

В данной статье представлен анализ психологических аспектов аддиктивного поведения у представителей молодежи. Актуальность представленного исследования подчеркивается необходимостью глубокого научного изучения механизмов и факторов, обуславливающих широкое распространение различных форм аддиктивного поведения в молодежной среде. Аддиктивное поведение трактуется как разновидность дезадаптивных поведенческих реакций, возникающих в ответ на внутреннее напряжение, эмоциональную неустойчивость и неадекватность.

Целью проведенного исследования являлось установление взаимосвязи между уровнем невротизации и вероятностью формирования аддиктивного поведения в молодежной среде. Основным инструментом для диагностики служила методика определения уровня невротизации, разработанная Л.И.Вассерманом. В исследовании участвовали студенты 3-4 курсов, возрастной диапазон которых составил 20-22 года. Общее число респондентов, предоставивших ответы для анализа, составило 82 человека. В статье представлены результаты математико-статистического анализа полученных данных. Для проведения статистической обработки информации применялся t-критерий Стьюдента. Результаты представлены в формате таблиц и диаграмм. Произведена систематизация теоретических и эмпирических данных, сделаны соответствующие выводы.

Ключевые слова: аддиктивное поведение, молодежь, психологические аспекты, тревога, эмоциональная нестабильность, диагностика, методология, химическая зависимость, нехимическая зависимость

S.S.Bukeshova^{1*} , G.B.Nietbaieva¹ , Zh.S.Adirbekova¹ 

¹ Kazakh National Pedagogical University named after Abai, Almaty, Kazakhstan

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ADDICTIVE BEHAVIOR AMONG MODERN YOUTH

Abstract

This article presents an analysis of the psychological aspects of addictive behavior among young people. The relevance of the presented research is emphasized by the need for in-depth scientific study of the mechanisms and factors that cause the widespread use of various forms of addictive behavior among young people. Addictive behavior is interpreted as a type of maladaptive behavioral reactions that occur in response to internal tension, emotional instability and inadequacy. The purpose of the study was to establish the relationship between the level of neuroticism and the likelihood of addictive behavior among young people. The main diagnostic tool was the method of determining the level of neuroticism developed by L.I.Wasserman. The study involved students of 3-4 courses, whose age range was 20-22 years. The total number of respondents who provided answers for the analysis was 82 people. The article presents the results of a mathematical and statistical analysis of the data obtained. The Student's t-test was used for statistical information processing. The results are presented in the format of tables and diagrams. The systematization of theoretical and empirical data has been carried out, and appropriate conclusions have been drawn.

Keywords: addictive behavior, youth, psychological aspects, anxiety, emotional instability, diagnosis, methodology, chemical dependence, non-chemical dependence

КІРІСПЕ. Цифрландыру шарттарының, әлеуметтік және оқу жүктемелерінің күрт өсуінің қоғамдағы қарқынды өзгерістердің салдарынан жастардың аддиктивті мінез-құлықтың түрлі формаларына қатысты әлсіздігі мен осалдығына алып келуде. Ғаламторға тәуелділік, құмар ойындарға тәуелділік, әлеуметтік желілер мен психобелсенді заттарға тәуелділік – жастардың күнделікті өмірінің ажырамас бөлшегіне айналууда. Сонымен қоса, психологиялық тұрақсыздық, эмоциялық интеллектінің төмендігі, өзін-өзі бағалаудың төмендігі, әлеуметтік жағдылардың жеткіліксіздігі жастарда аддиктивті мінез-құлықтың қалыптасуына барынша бейім болуға итермелеуде. Аддиктивті мінез-құлықтың психологиялық аспектілерін зерттеу деструктивті мінез-құлық модельдерін алдын алу мен оларды ертерек анықтауға мүмкіндік береді. Сол себепті *«Қазіргі жастар арасында аддиктивті мінез-құлықтың психологиялық аспектілері»* мақаланың тақырыбы ретінде таңдалуы *өзекті* болып отыр.

Аддиктивті мінез-құлықтың жастар арасында белең алуына қарамастан олардың жетілуі мен дамуы үшін әсер ететін ішкі психологиялық механизмдер әлі де жеткілікті деңгейде зерттелмегенін аңғарамыз. Тәуелділік мәселесін диагностикалау және алдын алу үшін жүйелі тәсілдердің болмауы, тұрақтылықты жетілдіру мен эмоциялық кемелдікке қол жеткізуге бағытталған психологиялық бағдарламалардың жеткіліксіздігі мәселенің одан әрі ушығуына алып келуде. Аддиктивті мінез-құлыққа бейім жастардың негізгі психологиялық ерекшеліктерін анықтау және психологиялық түзетудің тиімді әдістерін анықтау *зерттеудің мәселесін* айқындауда.

Зерттеудің мақсаты: қазіргі жастар арасындағы аддиктивті мінез-құлықтың қалыптасуына әсер ететін психологиялық ерекшеліктерді анықтау және талдау.

«Аддиктивті мінез-құлық жастардың қалыпты және өзіндік девиантты мінез құлқының аралығының формасы болып табылады. Аддиктивті мінез-құлық – бұл мінез-құлықтағы ауытқушылықтың бірінші сатысы деп атап көрсетуге болады»[1].

Зерттеушілерге (А.Е.Личко, Т.А.Марцинковская, В.Д.Менделевич және т.б.) сүйенетін болсақ, жастық шақ құндылықтар жүйесі, қарым-қатынас және мінез-құлық болмысы, жекелік қасиеттері қалыптасатын интенсивті психологиялық өзгерістер орын алатын тұлға қалыптасуындағы критикалық кезең болып табылады. Дәл осы кезеңде жастарды сыртқы ортаның

ықпалынан және ішкі психологиялық қысымнан туындайтын әлсіздік түрлі аддикцияның түрлеріне алып келуі мүмкін.

Жастар арасындағы аддиктивті мінез-құлықтың психологиялық аспектілері, ең алдымен, стрессті жеңудің сындарлы стратегияларының жетіспеушілігімен, фрустрацияға төзімділіктің төмендігімен, эмоциялық-еріктік саладағы бұзылыстармен, сондай-ақ тұлғааралық қатынастарды құрудағы қиындықтармен байланысты. Зерттеулер көрсеткендей, аддиктивті мінез-құлықты қалыптастырудың жетекші себептерінің бірі – ішкі дефициттердің орнын толтыру: мазасыздық, өзіне деген сенімсіздік, бос қалу сезімі, өзін тыс қалғандай сезіну, эмоциялық қолдаудың жеткіліксіздігі.

Аддиктивті мінез-құлықтың қалыптасуында өзін-өзі реттеу деңгейі, темперамент типі, ата-ана тәрбиесінің ерекшелігі және де белгілі әлеуметтік топтарға тиесілілік сынды факторлар маңызды роль ойнайды. Сонымен, В.Д.Менделевичтің пікірінше, аддикция көбінесе тұрақты құндылық белгілері жоқ әлеуметтік-мәдени ортаға бейімделудің жалған әдісі ретінде әрекет етеді, ал адам белгісіздік пен әлеуметтік күйзеліске тап болады.

Химиялық емес аддикцияның контекстінде басымдылық ғаламтор және гаджеттерге тәуелділікке беріледі. Қазіргі цифрлық орта жастарда әлеуметтік байланыстар туралы бұрмаланған түсінікке, толеранттылық пен эмпатия деңгейінің төмендеуіне, аутооқшаулану тенденциясының артына ықпал етеді. Бұл өз кезегінде шынайы өмірдің қиындықтарынан қашу тәсілі ретінде вертуалды өмірге ойысуды қалыптастырады.

Ғылыми мақаланың зерттеу нысанына келіп тоқталатын болсақ, «жастар» туралы түрлі түсініктер ғылыми әдебиеттерде өте көп. «Жастар – бұл әлеуметтік - демографиялық топ, ол әлеуметтік жағдайдың ерекшелігі және туындайтын әлеуметтік-психологиялық ерекшеліктер негізінде анықталатын жас көрсеткіштерінің кешені. Жастық шақ биологиялық әмбебаптыққа ие, бірақ жастың нақты шекаралары, оған байланысты әлеуметтік мәртебе және әлеуметтік-психологиялық ерекшеліктер қалыптасатын өмір жолының кезеңі. Кезең ретінде әлеуметтік-тарихи әлеуметтік-саяси орналасуға, мәдениетке және осы қоғамға тән әлеуметтену принциптеріне байланысты»[2]. Демек, жастық шақ тұлғаның потенциалының жоғары болып, өзінің түрлі әлеуметтік топтарға тиістілігін анықтайтын уақыты болып табылады. Осы аралықтар жастардың басым бөлігі іс-әрекетіне қатысты өзін түрлі орталар мен топтардың қатарына қосқысы келеді. Біздің жағдайымызда қарастыратынымыз студент жастар болып отыр. Ал студент жастар академиялық оқу іс-әрекеті мен тұлғалық өсуді қатар алып жүре отырып, өзін барынша «іздеуге» тырысады. Көп жағдайда оқу жүктемесінің қиындығы немесе қатарластарына жақын болу мақсатында түрлі топтармен байланыса отырып, тәуелді әрекеттер мен заттарға душар болу ықтималдығы жоғары.

С.Даулинг өзінің Психология және тәуелді мінез-құлықты емдеу кітабында аддиктивтілікті «біреуге немесе бірнәрсеге ләззат алу немесе бейімделу мақсатында арқа сүйеу» деп түсіндіреді[3, 716.]. Бұл жерде қалыпты және шамадан тыс тәуелділік туралы сөз қозғауға болады. Барлық адам өмір сүруге қажетті ауа, су, тағам секілді заттарға және ата-ана, достар, өмірлік жар секілді белгілі тұлғаларға тәуелділікті сезінеді. Кейбір жағдайларда қалыпты қатынастардың шамадан тыс ауытқуы байқалады, яғни өз кезегінде аддиктивті мінез-құлықтың туындауына алып келетін тәуелділікке шамадан тыс бейімділік қалыптасады. Басқаша айтқанда, аддиктивті мінез-құлық тұлғаның бірнәрсені немесе біреуді шамадан тыс пайдаланумен анықталатын қажеттіліктер аймағының бұзылуымен шартталады[3].

Аддиктивті мінез-құлық есірткіге тәуелділік немесе алкоголизм секілді көп жағдайда асқынған ауру мен өлімге алып келмесе де, тұлғалық өзгерістер мен әлеуметтік бейімсіздікке ұшыратуы мүмкін.

Тәуелділік аддиктивті бағыттылығы бар өзге адамдарға бағыну түрінде көрініс табады. Кейде пассивтілік, өзіндік тәуелсіздіктің (самостоятельность) жоқтығы және қолдауға қол жеткізуге ұмтылу түрінде де көрініс беріп жатады. Аддиктивті мазасыздығы өз өзіне көңілі толмаушылықпен тығыз байланысты. Ерекшелігі, дағдарыс жағдайында мазасыздық артта

калуы мүмкін, ал қалыпты өмірде ол ешқандай себепсіз немесе тәжірибеге нақты себеп болмайтын оқиғалар кезінде пайда болуы мүмкін[4].

Аддикция мәселесі шындықтан қашу мақсатында сананы өзгерту тұлғаның санасында басымдылық алып, орталық идеяға айналуымен басталады[5, 291-2926].

Тұлғаның бойында клиникалық аддиктивтілігін анықтау мақсатында төмендегі белгілердің бесеуінің болуы, оны аддиктивті тұлға типі деп тану үшін жеткілікті:

- 1) өзгелердің ақыл-кеңесінсіз шешім қабылдай алмау;
- 2) өзі үшін маңызды болып табылатын шешімдерді қабылдауға өзгелерге жол беруге дайын тұру;
- 3) басқалардың ойлары дұрыс емес болса да, олардың өзінен теріс айналуынан қорқып ойларымен барынша келісуге даяр тұру;
- 4) өзі жеке белгілі бір істі бастауға қиналуы;
- 5) айналасындағылардың қолдауы мен махаббатына ие болу мақсатында өзінің шамына тиетін немесе жағымсыз істерді өз еркімен жасауға дейін бару;
- 6) жалғыз қалуды қабылдай алмау – одан қашу мақсатында барынша күш жұмсап, әрекеттер жасау;
- 7) жақын қарым-қатынастар үзілген сәтте бос қалу немесе шарасыздың сезімінің болуы;
- 8) өзгелердің теріс айналуынан қорқу сезімінің басымдығы;
- 9) осалдық сезімінің, кішкене ғана сынға немесе өзгелердің жақтырмауының жиі кезігуі және сол күйге бейімділік.

Жоғарыда аталған ақпараттар мен мәліметтерді жүйелей келе студент жастардың невротизация деңгейін зерттеу жөн деп есептедік. Аддиктивті мінез-құлық пен тұлғаның невротизациясы көп жағдайда бір-бірімен тығыз байланысты және бір-бірінің себебі немесе салдары ретінде танылады. Невротизация - бұл эмоционалды тұрақсыздықта, мазасыздықтың жоғарылауында, ішкі қайшылықтарда және стресстік жағдайларды жеңу қабілетінің төмен-деуінде көрінетін тұлға құрылымындағы невротикалық белгілерді қалыптастыру немесе тереңдету процесі[6].

Көптеген зерттеулерге сүйенетін болсақ, бойында невротизация белгілері бар жастардың басым бөлігі шындықтан қашу және аддиктивті мінез-құлық түрлерін психологиялық

«қашудың» бір тәсілі ретінде пайдалануға деген бейімділік байқалады[7]. Біз жоғарыда атап өткен ғаламторға тәуелділік, құмар ойындарға деген тәуелділік немесе психобелсенді заттарға әуес болу сынды аддикцияның формалары тұлғаның ішкі шиеленістері мен қақтығыстарының жоғары болған кездегі өзін-өзі реттеудің механизмдеріне айналады[8].

Аддиктивті және невротикалық мінез-құлық арасында мынадай негізгі жанасу нүктелерін байқауға болады:

Эмоциялық тұрақсыздық – үздіксіз мазасыздық сезімі, жоғары тітіркену, депрессияға бейімділік.

Өзін-өзі реттеудің төмендеуі – импульсивтілік, құмарлықтарды басқаруға қатысты қиындықтар.

Өзін-өзі бағалаудың төмендігі – ішкі осалдық және өзін-өзі жиі кінәлауға бейімділік.

Әлеуметтік оқшаулану – тұлғаның бойынша тәуелді мінез-құлықты тудыруы да, оны одан әрі ушықтыруы да мүмкін.

Осылайша, невротизация көбінесе аддиктивті мінез-құлықтың дамуының алғышарты болып табылады, ал тәуелді мінез-құлықтың өзі өз кезегінде невротикалық көріністерді күшейтіп, қатал циклды қалыптастырады.

МАТЕРИАЛДАР МЕН ӘДІСТЕР. Аталған мәліметтерді ғылыми мақалада көтеріліп отырған мәселелермен байланыстыра отырып, тереңнен зерттеу үшін *Л.И.Вассерманның*

«Невротизация деңгейін диагностикалау» әдістемесі таңдалды.

Л.И.Вассерманның әдістемесі – тұлғаның невротизация деңгейін диагностикалауға арналған сауалнама. Автордың бұл әдістемесіне сүйенетін болсақ, невротизацияның жоғары деңгейі зерттеуді қажет ететін келесідей психоэмоционалды күйдіңерекшеліктерін айқындайды:

- нәтижесінде жағымсыз өткерулер мен тәжірибеге алып келетін айқын эмоциялық қозу (мазасыздық, жоғары кернеу, алаңдаушылық, абдырау, тітіркену);
- уайымдарды қалыптастыруға ықпал ететін қалаулардың қанағаттандырылмауымен байланысты бастамасыздық (безинициативность);
- тұлғалық кемшіліктер мен соматикалық сезімдерге негізделген ипохондриялық фиксацияға алып келетін эгоцентрлік тұлғалық бағыттылық;
- қарым-қатынас құрудағы қиындықтар, әлеуметтік осалдық және тәуелділік.

Невротизацияның төмен деңгейі зерттелінушінің келесідей күйінің ерекшеліктерін көрсетеді:

- эмоциялық тұрақсыздық;
- уайымдаулардың жағымды фоны (сабырлылық, оптимизм);
- бастамашылдық;
- өзін-өзі мадақтау сезімі;
- әлеуметтік батылдық, қарым-қатынастағы жеңілдік, тәуелсіздік[9].

Бұл әдістемені Г.Б.Ниетбаева өзінің «Қазіргі кезеңдегі студенттердің психологиялық денсаулығының дамуы» атты докторлық диссертациясында қазақ тіліне аударып, бейімдеген [10].

Сауалнама респонденттер «иә» немесе «жоқ» деп жауап беруі тиіс 40 ойлардан (үкімдер) тұрады. Оның нәтижесі «оң жауаптардың» санын қосу арқылы есептеледі. Алынған баллдардың нәтижесі тұлғаның невротицизация деңгейі (тереңдік, көрініс беру) туралы болжамдар жасауға немесе алуға мүмкіндік береді.

Нұсқаулық. Респонденттер берілген 40 оймен (үкіммен) танысып шығып, егер өзінің ойларымен сай келсе, «иә» деп, сай келмесе «жоқ» деп жауап берулері тиіс.

Алынған нәтижелерді өңдеу нұсқаулығы. Оң жауаптарды есептей отырып (оң жауап – 1 балл; теріс жауап – 0 балл) мынадай нәтижелер алуға болады. Әдістеме бойынша максималлды балл – 40 балл. Жоғарыда аталып өткендей алынған нәтиже жоғары болған сайын, тұлғаның невротицизация деңгейі де жоғары.

Әдістемеді жоғары немесе төменгі невротицизация деңгейі анықтаудың нақты нормалары көрсетілмегендіктен оны интерпретациялау қалыпты таралу шкаласына сүйене отырып жүргізілуі тиіс.

Егер респондент 40 баллдың 12 баллынан төмен жинаған боса, ол тұлғаның невротицизация деңгейінің төмендігін көрсетеді. Бұл сәйкесінше жалпы баллдың 30%-ын құрайды. Жалпы баллдың 28 баллынан жоғары жинаған болса, бұл тұлғадағы невротицизацияның жоғары екендігін көрсетеді. Бұл жалпы баллдың кем дегенде 70%-ын құрайды[11].

НӘТИЖЕЛЕР ЖӘНЕ ОЛАРДЫ ТАЛҚЫЛАУ. Л.И.Вассерманның невротицизация деңгейін диагностикалау әдістемесі онлайн форматта Google Forms платформасында жүргізілді. Сауалнамаға 3-4 курс студенттер қатысқан болатын. Респонденттердің жалпы саны 82 студентті құрайды. Нәтижелер бойынша төмендегідей болып отыр:

1 - кесте. Невротицизация деңгейін анықтау сауалнамасы бойынша сандық және пайыздық нәтижелер

Невротицизацияның төмен деңгейі (1-9 балл)	Невротицизацияның орташа деңгейі (10-19 балл)	Невротицизацияның жоғары деңгейі (20 балл және одан жоғары)
22 респондент	30 респондент	30 респондент
26,8%	36,6%	36,6%

22 респондент 1-9 балл аралығын жинап, невротицизацияның төмен деңгейін көрсетті. Бұл сәйкесінше 100 пайыздың 26,8%-ын құрайды. Невротицизацияның орташа деңгейін көрсеткен 30 респондент болды. Бұл 10-19 балл аралығын құрайды. Сәйкесінше, респонденттердің үлесі 36,6%-ын құрайды. 20 баллдан жоғары жинаған респонденттер 36,6%-ды құрап, невротицизацияның жоғары деңгейін көрсетті.

Әр деңгей туралы тереңнен тоқталып өткен жөн:

Тұлғада невротизацияның жоғары деңгейі жоғары эмоциялық қозу мен тітіркенудің жоғары деңгейімен, негативті ойлардың басымдығымен, мазасыздық пен қысымның жоғарылығы, бастамасыздық, қарым-қатынас құрудағы қиындықтар арқылы көрініс береді.

Невроизацияның төмен деңгейі болған жағдайда тұлғаға мынадай белгілер тән: эмоциялық тұрақтылық, оптимизм және жағымды эмоцияларды өткеру, бастамашылдық, әлеуметтік белсенділік және қарым-қатынасты жеңіл әрі тез құра білу қабылеті[11].

Төменге аддиктивті мінез-құлыққа себеп бола алатын ойларға қатысты респонденттердің жауаптарының пайыздық үлесін ұсынбақпыз. Сауалнаманың 40 сұрағының ішінде төмендегі сұрақтарға зерттелінушілер «ия» деген жауаптарды берген.

1- кесте. Сауалнама жауаптарының пайыздық үлесі

Сұрақтар/Ойлар	«Ия» жауабының % үлес (100%-дан)
Толқудың салдарынан менде ұйқым қашқан кезеңдер болды	56,1% (46 респондент)
Кейде менің басым әдеттегіден баяу жұмыс істейтін сияқты	56,1% (46 респондент)
Мен үшін ең қиын күрес - ол өз-өзіммен болатын күрес	76,8% (63 респондент)
Кейде мен өзіме көп жүктеме алып қойып, шаршап кетемін	54,9% (45 респондент)
Мен кейде болмашы нәрселерге алаңдайтынымды мойындауым керек	63,4% (52 респондент)

Біз мақаланың кіріспе бөлімінде аддиктивті мінез-құлыққа қатысты және оның психологиялық аспектілерін айқындайтын бірқатар теориялық ақпараттармен бөліскен болатынбыз. Нәтижесінде Л.И.Вассерманның сауалнамасы жүргізіліп, кестеде көрсетілген сұрақтардың пайыздық үлесі назарды аудартты.

1. «Толқудың салдарынан менің ұйқымның қашқан кездері болды» ойымен респонденттердің 56,1%-ы (46 респондент) келіскен.

Толқудың салдарынан ұйқының қашуының басты себебі мазасыздық деңгейінің тым жоғарылап кетуі болып табылады. Мазасыздық бұзылыстары бар адамдар көп жағдайда үздіксіз уайымдауларды «өшіріп тастау» жолдарын іздестіре бастайды. Көп жағдайда оны белгілі бір заттарды тұтыну (ішімдік, есірткі) немесе аддиктивті мінез-құлықтың өзге де формалары (шопинг, прокрастинация, артық тамақтану) арқылы жасауы да мүмкін.

2. «Кейде басымның әдеттегіден баяу жұмыс жасайтынын байқаймын» деген үкіммен жауап берушілердің 56,1%-ы (46 респондент) келіскен.

Бұл когнитивті саркылудың немесе депрессивті симптомдардың көрсеткіші болуы әбден мүмкін. Мұндай жағдайда адам «өзін бір сілкіп алу» немесе ақыл-ойдың айқындылығын уақытша қайтару (кофеин, қоздырғыштар, тәуекелшіл әрекеттер) мақсатында сырттан стимулдарды іздеуі мүмкін.

3. «Мен үшін өзіммен күрес – ең қиын күрес» сұрағына зерттелінушілердің 76,8%-ы (63 респондент) оң жауап берген.

Бұл тұлғаның ішкі кикілжіңдерін немесе өзіндік басқарудың төмендігін көрсетеді. Өз кезегінде осы мәселелер аддиктивті мінез-құлыққа итермелейтін кілттік сілтемелер болуы мүмкін. Мұнда аддикция ішкі кернеуден құтылу немесе өзімен күресті «түншықтырушы» ролін атқарады.

4. «Кей кездерде өзіме көп жұмыстарды артып алып, қажып кетемін» деген ойға 82 респонденттің 45-і (54,9%) «ия» деген жауап берген.

Перфекционизм, гипержауапкершілік және «озат оқушы» синдромының жарқын көрінісі. Адам өзіне көп жүктемелер мен жауапкершіліктерді алып, шаршағаннан кейін одан «шығудың» жолдарын, босансуды деструктивті формада жүзеге асырады.

5. Кейде болмашы нәрселер үшін алаңдайтынымды мойындауым керек» ойымен келіскен респонденттердің пайыздық үлесі 63,4%-ды құрайды. Бұл өз кезегінде 52 студент.

Гиперсезімталдық және ойлаудың мазасыздық типі. Мұндай жағдайлар обсессивті- компульсивті немесе аддиктивті мінез-құлыққа алып келуі мүмкін қайталанып отыратын мінез-құлық арқылы (рәсімдер, заттарды ретімен орналастыру, тексерістер) бақылау әрекеттерімен қатар жүреді.

Жоғарыда талданып өткен ойлар немесе үкімдер стресстің, эмоциялық қажудың, мазасыздықтың өзін-өзі реттеудегі қиындықтардың жоғары деңгейін байқатады. Осы ішкі күйлерді есепке ала отырып, «өзіндік көмек беру» түрі ретінде аддиктивті мінез-құлық қалыптасып кетуі мүмкін. Бұл міндетті түрде тәуелді мінез-құлық бар деген сөз емес, алайда оның пайда болуының қауіп факторларының бірі болуы да мүмкін.

Сауалнамаға қатысушылардың 49-ы әйелдер және 33-і ерлер. Сәйкесінше, пайыздық үлестер бойынша ерлер – 40,2%, әйелдер – 59,8%.

Эксперименттік болжам төмендегідей:

Нөлдік гипотеза (H_0): ерлер мен әйелдердің орташа баллдары бірдей.

Альтернативті гипотеза (H_1): ерлер мен әйелдердің орташа баллы бірдей емес.

Сауалнамадан алынған нәтижелер Excel кестесіне жинақталып ер – 1 ; әйел – 0 болып кодталды. Сипаттаушы статистикалық мәліметтер төмендегідей:

Респонденттер саны: 82 Орташа балл (M_e): 15.62 Стандартты ауытқу: 8.61

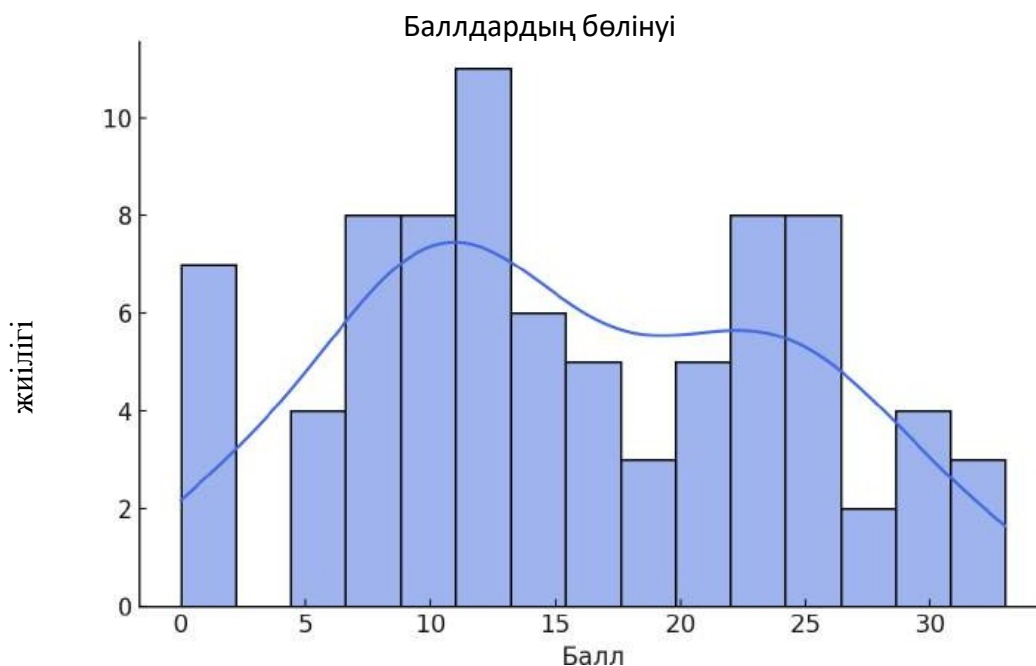
Минималды балл: 0

Максималды балл: 33

Медиана (M): 14.5

Мәліметтер Excel бағдарламасының формулалары көмегімен есептелді.

1-диаграмма. Сауалнама нәтижесінің балл бойынша бөлінуі



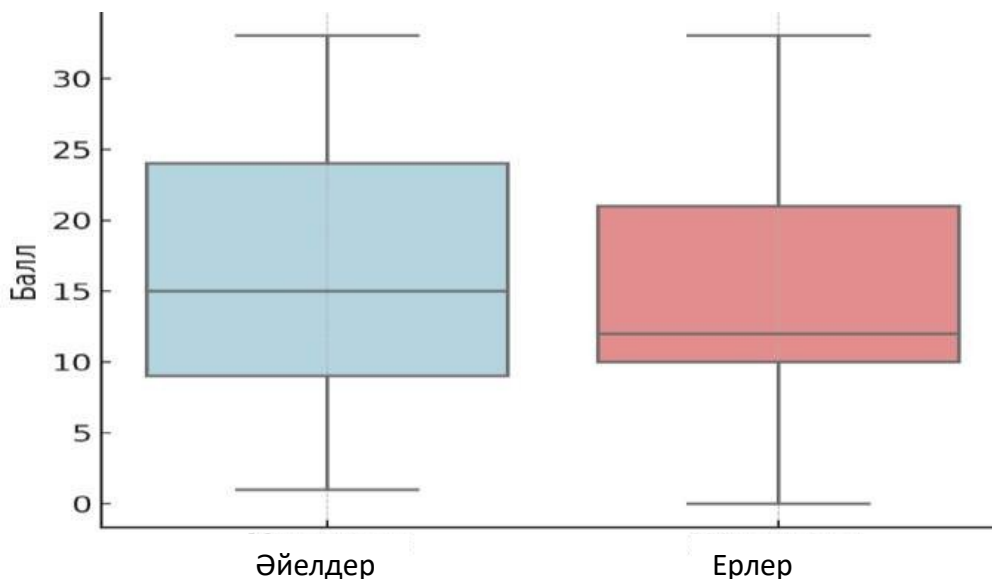
Көрсетілген гистограмма ұпайлардың таралуы қалыптыға жағын алайда сызба бойынша оның аздап қисаюы бар екендігін көрсетеді.

Жынысына қатысты алынған мәліметтерді талдайтын болсақ, төмендегідей мәндерді алатын боламыз.

Ерлер бойынша орташа балл: $X_e = 14,18$ Әйелдер бойынша орташа балл: $X_a = 16,63$ Ерлер бойынша стандартты ауытқу: $S_e = 8,14$ Әйелдер бойынша стандартты ауытқу: $S_a = 8,85$

Ерлер бойынша саны: $n_e = 33$ Әйелдер бойынша саны: $n_a = 49$

2-диаграмма. Ерлер және әйелдер бойынша баллдардың бөлінуі



2-диаграммада бейнеленген Boxplot ерлер мен әйелдер арасында баллдардың бөлінуіндегі кейбір айырмашылықтарды байқауға мүмкіндік береді. Т-Студент критерийі арқылы осы айырмашылықтардың статистикалық маңыздылығын тексеріп көрейік.

Тәуелсіз таңдамалыларға арналған Т-критерий формулалары төмендегідей:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Егер берілген мәндер бір-біріне тәуелді болмаса және олардың дисперсиясы әр түрлі болса, онда біз мынадай формуланы қолданамыз:

$$df = \frac{\left(\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}\right)^2}{\left(\frac{S_1^2}{n_1}\right)^2 + \left(\frac{S_2^2}{n_2}\right)^2}$$

Еркіндік дәрежелері Уэлч формуласы бойынша есептеледі:

Сонымен, мынадай мәндерге қол жеткіземіз: t-статистика: 1,28; p-мәні: 0,203

p-мәні 0,05-тен үлкен, яғни ерлер мен әйелдер арасындағы орташа баллдарда статистикалық маңызды айырмашылық жоқ. Жоғарыдағы графикте визуалды түрде айырмашылықтар байқалғанына қарамастан, олар статистика тұрғысынан аса маңызды емес.

ҚОРЫТЫНДЫ. Бұл ғылыми мақалада қазіргі жастар арасындағы аддиктивті мінез-құлықтың психологиялық аспектілері қарастырылды. Соның ішінде теориялық мәліметтерді талдай келе, мынадай қорытындылар жасауға болады.

Жүргізілген зерттеу теориялық және практикалық маңыздылыққа ие заңдылықтарды анықтауға мүмкіндік берді. Тақырыптың өзектілігі жастар ортасында аддиктивті мінез-құлықтың түрлі формалары қарқынды түрде өрбіп, сонымен қоса, осы мәселені алдын алудың және коррекциялық жұмыстардың дұрыс жүзеге асырылу жолдарын іздеумен тікелей байланысты.

Л.И.Вассерманның невротизация деңгейін анықтауға арналған әдістемені жүргізген эмпирикалық мәліметтерге сүйенетін болсақ, невротизацияның жоғары деңгейі жастар бойындағы аддиктивті мінез-құлыққа бейімділіктің алғашқы предикторлары болуы мүмкін.

Невротизация белгілері бойларынан айқын көрінетін тұлғаларда аддиктивті мінез-құлыққа алып келетін мазасыздық күйі, эмоциялық лабильділік, стресске және ішкі ұйымдастырудың нашарлығына деген жоғары сезімталдық өмірлік қиындықтарды еңсеруге деген бейімділіктің жоқтығымен тікелей байланысады.

Жүргізілген талдаулардың нәтижесінде, невротизация деңгейі жоғары болатын тұлғалар психобелсенді заттарды шамадан тыс пайдалану, ғаламтор және ойындарға деген құмарлық,

компульсивті мәселелермен тікелей байланысты тәуелділіктер (мәселен, эмоциялық сатып алулар) секілді аддиктивті мінез-құлық түрлеріне әуестіктің басым болатындығын аңғартады. Мінез-құлықтың мұндай түрі уақытша ішкі кернеу мен мазасыздықты бәсеңдету мақсатында компенсаторлық қызмет атқарғанымен, уақыт өте келе ол тұлғаның дезадаптацияның тереңіп кетуіне алып келуі мүмкін.

Алынған нәтижелер аддиктивті мінез-құлық бар жастардың диагностикасында алдын алу шараларын тиімді пайдалану үшін невротизация деңгейін анықтау және сол тұлғалардың белгілерін есепке алған дұрыс екендігін көрсетеді. Бұл өз кезегінде эмоциялық өзін-өзі реттеуді жетілдіруге, мінез-құлықтық модельдерге бейім және стресске төзімділікті психологиялық түзетуге арналған конструкциялық копинг-стратегияларды қалыптастыруға көмек береді.

Бұл зерттеу Л.И.Вассерманның әдістемесі аддиктивті мінез-құлыққа бейімділігі бар тұлғаларды бағалауда құрал ретінде жоғары дәрежеде ақпараттарды алып, практикалық маңызы жоғары мәліметтерге қол жеткізуге көмекші екендігін атап өту керек. Осылайша, берілген әдістеме білім беру мекемелерінде, аддиктивті мінез-құлыққа тап болған тұлғаларға психологиялық көмек және қолдау көрсету орталықтарында кешенді психодиагностика жүргізудің компоненті есебінде ұсынылуы мүмкін.

Таңдамалылардың аймағын кеңейту мақсатында қосалқы айнымалыларды есепке алу (мысалы, отбасылық тәрбие ерекшелігі, әлеуметтік-мәдени факторлар, әлеуметтік қолдау деңгейі), сонымен қоса, жастарда психоэмоционалды күйлердің деңгейінің өзгеруі контекстінде аддиктивті мінез-құлықтың динамикасын бақылауға арналған лонгитюдты зерттеуді жүргізу де назарға алынғаны жөн.

Жалпылай алғанда, зерттеу нәтижелері жастардың индивидуалды-психологиялық сипаттамаларын есепке ала отырып оларда аддиктивті мінез-құлықтың таралуын төмендетуге бағытталған профилактикалық бағдарламалар мен психокоррекциялық іс-шараларды әзірлеуде қолданылуы мүмкін.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Проказина, Н. В. Социальная сущность аддиктивного поведения молодежи [Электронный ресурс] / Н. В. Проказина, Л. В. Каткова // Среднерусский вестник общественных наук. – 2010. – № 2. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-suschnost-addiktivnogo-povedeniya-molodezhi> (дата обращения: 10.04.2025).
2. Большая советская энциклопедия : в 30 т. Т. 16. – М. : Советская энциклопедия, 1988. – С. 127.
3. Даулинг, С. Психология и лечение зависимого поведения / С. Даулинг ; пер. с англ. Р. Р. Муртазина. – М. : Класс, 2000. – 240 с.
4. Короленко, Ц. П. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск : Наука, 1990. – 124 с.
5. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь : в 2 т. Т. 2 / А. Ребер ; пер. с англ. – М. : АСТ ; Вече, 2001. – 560 с.
6. Карвасарский, Б. Д. Психотерапия : учебник для вузов / Б. Д. Карвасарский. – 2-е изд., перераб. – СПб. : Питер, 2002. – 672 с.
7. Hjelle, L. A. Personality Theories: Basic Assumptions, Research, and Applications / L. A. Hjellev, D. J. Ziegler. – 3rd ed. – New York : McGraw-Hill, 1992.
8. Young, K. S. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery / ed. K. S. Young. – New York : John Wiley & Sons, 1998. – 248 p.
9. Методика диагностики уровня невротизации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://test.grupla.ru/market/2/metodika_dagnostiki_urovnya_nevrotizacii/ (дата обращения: 10.04.2025).

10. Нуетбаева, Г. Б. Қазіргі кезеңдегі студенттердің психологиялық денсаулығының дамуы : дис. ... д-ра психол. наук / Г. Б. Нуетбаева. – Абай атын. Қазақ ұлттық пед.ун-ті, Алматы, 2014. – 205б.

11. Вассерман, Л. И. Методики психодиагностики в клинике и психологии / Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев, Н. В. Барышников. – СПб. : Питер, 2005

References

1. Prokazina, N. V. Social'naya sushhnost' addiktivnogo povedeniya molodezhi [E'lektronny'j resurs] / N. V. Prokazina, L. V. Katkova // Srednerusskij vestnik obshhestvenny'x nauk. – 2010. –

№ 2. – Rezhim dostupa: <http://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-suschnost-addiktivnogo-povedeniya-molodezhi> (data obrashheniya: 10.04.2025).

2. Bol'shaya sovetskaya e'nciklopediya : v 30 t. T. 16. – M. : Sovetskaya e'nciklopediya, 1988. – S. 127.

3. Dauling, S. Psixologiya i lechenie zavisimogo povedeniya / S. Dauling ; per. s angl. R. R. Murtazina. – M. : Klass, 2000. – 240 s.

4. Korolenko, Cz. P. Sem' putej k katastrofe: destruktivnoe povedenie v sovremennom mire / Cz. P. Korolenko, T. A. Donskix. – Novosibirsk : Nauka, 1990. – 124 s.

5. Reber, A. Bol'shoj tolkovy'j psixologicheskij slovar' : v 2 t. T. 2 / A. Reber ; per. s angl. – M. : AST ; Veche, 2001. – 560 s.

6. Karvasarskij, B. D. Psixoterapiya : uchebnik dlya vuzov / B. D. Karvasarskij. – 2-e izd., pererab. – SPb. : Piter, 2002. – 672 s.

7. Hjelle, L. A. Personality Theories: Basic Assumptions, Research, and Applications / L. A. Hjelle, D. J. Ziegler. – 3rd ed. – New York : McGraw-Hill, 1992.

8. Young, K. S. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery / ed. K. S. Young. – New York : John Wiley & Sons, 1998. – 248 p.

9. Metodika diagnostiki urovnya nevrotizacii [E'lektronny'j resurs]. – Rezhim dostupa: http://test.grupla.ru/market/2/metodika_diagnostiki_urovnya_nevrotizacii/ (data obrashheniya: 10.04.2025).

10. Nietbaeva, G. B. Қазіргі кезеңдегі студенттердің психологиялық денсаулығының дамуы : дис. д-ра психол. наук / G. B. Nietbaeva. – Абай аты'n. Қазақ ұлттық пед.ун-ті, Алматы, 2014. 205б.

11. Vasserman, L. I. Metodiki psixodiagnostiki v klinike i psixologii / L. I. Vasserman, B. V. Iovlev, N. V. Baryshnikov. – SPb. : Piter, 2005.