

MPHTI:15.21.45. <https://doi.org/10.51889/2020-1.1728-7847.33>

Р.К. Арысбаева<sup>1</sup>, Н.М. Иргебаева,<sup>2</sup>, Р.О. Жолшыбекова<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> «Тұран-Астана» университеті  
Нұр-Сұлтан, Қазақстан

## ЦИФРЛЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАР МЕН ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕРДІҢ ОҚУШЫ ЖАСТАРДЫҢ ПСИХИКАСЫНА ЖАҒЫМСЫЗ ӘСЕРІ: АЛДЫН АЛУ ШАРАЛАРЫ

*Аңдатпа*

Бұл мақалада цифрлық технологиялар мен әлеуметтік желілердің оқушы жастардың психикасына жағымсыз әсері туралы зерттеушілердің еңбектері қарастырылған. Виртуалдық әлемнің адамның зейінін және іс әрекеттерін басқару дағдыларына ықпалы талданған. Студенттер өміріндегі интернеттің алатын орнын және оны пайдалану дағдыларын анықтау мақсатында С.Сейфуллин атындағы КазАТУ-ң 2-3 курс студенттерімен жүргізілген сауалнама көрсеткіштері талданған. Болашақта тұрмыстағы күнделікті әрекеттер автоматтандырылатынына қарай студенттердің түрлі мәселелерге әр түрлі қырынан қарау іскерлігін және креативтілігін дамыту қажеттілігі көрсетіледі. Мақалада ата-аналарға балаларын тәуелділіктен сақтау мақсатында бірқатар кеңестер қарастырылады. Интернетті белсенді қолданушылар, 13-24 жастағы жеткіншектердің жас мөлшеріне байланысты психологиялық, физиологиялық ерекшеліктері сөз етіледі. Әлеуметтік желілердің жастардың психикасына жағымсыз әсерлер тудыруы мүмкін факторлар атап көрсетіледі.

**Түйінді сөздер:** әлеуметтік желі, цифрлық технология, виртуалды әлем, жас ұрпақ, студенттер, сауалнама, респонденттер, алдын-алу жолдары

Arysbaeva R.K.<sup>1</sup>, Irgebayeva N.M.<sup>2</sup>, Zholshybekova R.O.<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Turan-Astana University  
Nur-Sultan, Kazakhstan

## THE NEGATIVE IMPACT OF DIGITAL TECHNOLOGIES AND SOCIAL NETWORKS ON THE PSYCHE OF YOUNG LEARNERS: PREVENTION

*Abstract*

This article examines the work of researchers on the impact of digital technology and social networks on the psyche of young learners. The influence of the virtual world on the ability to control one's attitudes and actions has been analyzed. To determine the role of the Internet in the life of students and their skills in using the Internet, the survey results of 2-3 year students of S.Seifullin KazATU were analyzed.

In the future, as everyday activities become more automated, there is a need to develop students' creativity and creativity in dealing with different issues.

**Keywords:** social networking, digital technology, the virtual world, the younger generation, ways to prevent students, polls, respondents

Р.К. Арысбаева<sup>1</sup>, Н.М. Иргебаева,<sup>2</sup>, Р.О. Жолшыбекова<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Университет «Тұран-Астана»  
Нұр-Сұлтан, Қазақстан

## НЕГАТИВНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ПСИХИКУ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ: ПРОФИЛАКТИКА

*Аннотация*

В статье говорится о негативном влиянии цифровых технологий и социальных сетей на психику учащейся молодежи и какие профилактические мероприятия можно предпринять с целью снижения этого воздействия. В статье рассматриваются работы исследователей о влиянии цифровых технологий и социальных сетей на психику учащихся. Проанализированы результаты анкетирования, проведенное в КазАТУ имени С.Сейфуллина со студентами 2-3 курсов об определении роли интернета в жизни студентов и правил их пользования. В связи с интенсивным развитием автоматизации во всех отраслях повседневной жизни, появляется необходимость развить способности творческого потенциала и креативности молодежи. В статье обсуждается ряд советов для родителей о том, как защитить своих детей от зависимости, рассматриваются физиологические и психологические особенности активных пользователей интернета в возрасте 13-24 лет. Выявлены факторы, которые могут оказать негативное влияние на психику молодежи.

**Ключевые слова:** социальная сеть, цифровая технология, виртуальный мир, молодое поколение, профилактика

XXI ақпараттар ғасырына аяқ басқан уақытта адамды түрлі дамыған цифрлық технологиялар мен техникасыз елестету мүмкін емес. Заманауи техникалар біздің ажырамас бір бөлігімізге айналды. Әсіресе, соңғы он жылдың көлемінде қарқынды даму байқалып отыр, оған Google, Apple, Amazon, Netflix сияқты алпауыт өндірушілердің өз смартфон, гаджеттерін үздіксіз жетілдіріп, халыққа ұсынып отырғаны дәлел бола алады. Қазіргі уақытта жаңа туылған баладан, қартайған қарияға дейін осы құрылғылардың тұрақты қолданушылары. Интернет біздің параллельді өмір сүру ортамызға айналды. Интернет ақпараттар мен қызметтердің сан алуандығымен адамдарды өзіне баурайды. Ең кереметі- бір орында отырып ақ бүкіл әлемді шарлай аласыз, интернет адам баласына бұрын соңды болмаған шексіз мүмкіндіктер ұсынууда.

Негізінен цифрлық технологиялар адам өмірін жеңілдетіп, уақыт үнемділігін қалыптастыратын таптырмас құралдар. Соңғы кездері цифрлық технологияны пайдаланбайтын сала жоқ деп айтсақ болады. Және ол біздің елімізде үкімет тарапынан қабылданған «Цифрлық Қазақстан» 2018-2022 жылдарға арналған бағдарлама бойынша іске асып келеді[1]. Кең ауқымды бағдарламаның қысқа уақыт аралығында жүзеге асыру міндеті қойылғаны да таңқаларлық емес. Себебі ақпараттың даму жылдамдығына басқа ешбір өндіріс ілесе алмайтыны белгілі.

Әйтсе де осыншама көп мүмкіндікке ие болған адам баласында нәліктен шешілмеген түйткілді мәселелер көп, медицина мен түрлі технологиялар қарқынды дамып отырған заманда ауру-сырқаудың да сан түрі жарыса дамып кетуі не себептен? Әсіресе, жасөспірімдер мен ересек адамдар арасында жүйке ауруына жиі ұшырап, психолог мамандардың көмегіне сүйеніп жатқандар саны жыл сайын артып келеді. Бұған осы қолданып жүрген түрлі құрылғыларымыздың әсері бар ма? деген сұрақ көпшілігімізді мазалайды.

Оксфорд университеті (Ұлыбритания) ғалымдарының зерттеулері бойынша цифрлық құрылғылар мен смартфондардың жасөспірімдердің психологиялық денсаулығына әсері айтарлықтай емес, оның үлесі 0,5 пайызды ғана құрайды деп тұжырымдайды[2,173]. Негізгі психикалық денсаулыққа әсер етуші факторлар: алкогольді ішімдіктер, нашарлық, ұйқысыздық және түрлі нашар әдеттер деп санайды. Бұл әлі де зерттеулерді қажет ететін мәселе, бастысы, жасөспірімдердің құрылғылармен қанша уақыт өткізгенінде ғана емес, нені тыңдап, нені қабылдап жатқандығына да байланысты. Соңғы кездері осы техникаларды шектен тыс ретсіз қолданудың адам ағзасына, психикасына әсері туралы көптеген ғалымдардың зерттеулері мен мақалалары жарық көрді. Сөйткенмен, адамның барлық қажеттіліктерін цифрландыру арқылы, онлайн режимде жүзеге асыру интенсивті өмірге енуде.

Қарым-қатынас адам өмірінде үлкен маңызға ие үрдіс болса, ал ақпараттармен бөлісудің негізгі құралы – әлеуметтік желі болып табылады. Желідегі ақпараттардың мазмұны сан алуан. Мақсатты, белгілі бір сұраққа жауап іздеген адамдармен қатар, көбіне бос уақытын өткізу мақсатында себепсіз кезіккен ақпараттарды жаппай оқып, санасын керексіз нәрселермен толтырып, есіл уақытын есепсіз жұмсайтындар да баршылық. Интернеттегі көпшілік ақпараттардың шындыққа жанаса бермейтіндігі, негізінен бірін-бірі қайталап отыратыны жасырын емес. Негативке толы, үгіт-насихаттық мазмұндағы, немесе еліміздегі және әлемдік саясаттағы мәселелерді көтерген ақпараттар ешкімге оңды әсер етпейді. Елімізде халық арасына іріткі салып, жастардың санасын улайтын мұндай материалдар әлеуметтік желіде жеткілікті. Кейде Watshar арқылы да таратылып жатады.

Біз осы мәселені көтергенде оның пайдалы және жағымсыз жақтарын қарастыруды мақсат еттік. Ғылым мен техниканың дамуында туындаған жаңашыл заманауи технологиялар мен техникалар біздің өмірімізді жеңілдетіп, орасан зор пайдасын тигізуде. Мәселе, оларды өз игілігімізге дұрыс пайдалануда.

Жалпы көпшілігінде қолданыста жүрген смартфондар қазіргі кезде ешкімге жаңалық емес. Жастарды қызықтыратыны: олардың жылма-жыл жетілдіріліп, жаңартылып отыратын қосымшалары мен бағдарламалары, жанаша модельдері. Бұл өндіруші компаниялардың маркетинг жоспарының жемісі. Тәуелділік тудыратын факторлар.

Кез-келген дүние реттелуге келеді. Осы адам ойлап тапқан таптырмас құрылғыларды өз мүддемізге дұрыс пайдалана білуге үйрену – *қажеттілік*. Күнделікті тұрмыста қажетті құралдарды қалай пайдаланатын болсақ, осы компьютер, смартфон, гаджеттерді де өз ретімен, уақытымен қолдану мәдениетін қалыптастыру қажет. Google зерттеулеріне қарағанда Интернетті қолданушылардың негізгі контингенті 13-24 жас аралығындағы жастар, олар тәулігіне 6 сағаттан артық уақытын смартфон бетіне үніліп өткізеді [3]. Демек, осы жастағы балалардың уақытты пайдалану салты, жас ерекшеліктеріндегі негізгі факторлар басты назар аудару керектігін көрсетеді. Өтпелі жастағы 12-15 жасөспірімдер өздерінің ер жеткендігін, тәуелсіздігі мен жеке көзқарасын, өз қалауымен өмір сүруге деген ұмтылысын ересектерге дәлелдеуге тырысады. Осы жастағы ұл-қыздар әлеуметтік желіден не іздеуі мүмкін? Ұл балалар түрлі онлайн-ойындар ойыншылары, қызығушылығы артқан ойыншылар уақытқа назар аудармайды. Нақты осы кезде көпшілік ойынқұмар жастарда омыртқаларының қисаюы, көздің көру қабілетінің төмендеуі байқалады. Кейбір жеткіншектер күмәнді сайттарға кіріп әр түрлі ағымдағы топтардың жетегіне ілесіп жатса, тағы бір тобы түрлі тапсырмаларды орындап, өздерін суицидке апарып жатады. Қыз балалар өздеріне үлгі тұтатын «жұлдыздар» өмірі, соларға еліктеулер, өздерінің instagram парақшаларын толтыру сияқты маңызсыз істермен уақытын өткізеді. Осы кезеңдегі жасөспірімдердің эгоистік қасиеттерінің басымдығынан ата-анасының ескертулерін елемейді. Нағыз толқымалы кезең оларды бір жағынан батыл, өзіншіл етсе, екінші жағынан сезімтал, әлсіз көрсетеді. Калифорния университетінің профессоры, невролог Адам Газзали «Мен осы цифрлық әлемді көп пайдаланудағы басты қауіп: адамды табиғаттан аластату, физикалық белсенділігі мен сабырлылық, тыңғылықтылықтан айыру деп білемін»-деп жазады[4]. Шындығында жастар шынайы өмір мен шынайы қатынастан алшақтап бара жатыр. Олар көбінесе өзінің досы ретінде смартфонды таңдайтын жағдайға жетті. Ата-аналарының да нұсқаулары оларға әсер ете бермейді, көбінесе оқшау отырып, смартфонмен жалғыз қалғанды қалайды. Изабель Фийоза – француз психологы, өзінің «Балаларыңды тыңдату үшін жасалатын 20 қадам» еңбегінде жасы 8-15 жас аралығында ұл-қыздары бар ата-аналарға қажет болатын 20 кеңес ұсынады. Біздің ұл-қыздарымызға айтатын сөзіміздің 80% нұсқаулар мен тыйымдардан тұрады. Бірақ олар қысқа бір мерзімге ғана әсер ету күшіне ие. Әдеттегі тәртіптік шаралар баланы тәртіпті етпейді. И. Фийозаның бірқатар кеңестері мынадай:

1. Баланы тыңдап үйреніңіз
2. Балаға таңдау қалдырыңыз
3. Баламен бірге өткізетін уақытыңызды көбейтіңіз
4. Ақпаратпен бөлісіңіз
5. Мәселені шешу жолын онымен бірге қарастырыңыз
6. Уәдені орындауды үйретіңіз
7. Ескертулеріңізді кейде жазба түрінде қабырғаға және шкафқа жапсырыңыз[5].

Яғни, қазіргі кезеңнің жеткіншектеріне ата-ана тарапынан мықты қолдау мен қадағалау жетіспейтінін, неғұрлым балаға жақын, сырлас болғанда ғана мәселені шешуге мүмкіндіктер молаяды. Қысқасы, бала жүрегінен орын таба білген адам ғана оны тәрбиеге бағыттай алады.

Жасы 16 асқан жоғары сынып және студенттік кезең - бұл жастағылар өз уақытын біршама ретке қойған кезеңге жатады. Оқуға түсу мақсаты немесе нақты тапсырмалары бар жастар. Дегенмен әлеуметтік желіні белсенді қолданушылар да осы топтағылар. Негізгі бағыттары: мамандық таңдау, өмірдегі өз көзқарасын қалыптастыру, тәуелсіздікке қол жеткізу. Әлі де сыртқы ортаның әсеріне берілгіш, әйтсе де, ата-аналарының пікірімен де санасады. Моральдік ұстамдылығы және төзімділігі біршама жоғары. Интернеттің мүмкіндіктерін мақсатты пайдалана біледі.

Біз студенттердің өміріндегі интернеттің алатын орнын анықтау мақсатында С.Сейфуллин атындағы КазАТУ-ң 2-3 курс студенттерімен сауалнама жүргіздік. Жалпы қатынасқан студенттер саны -106 [6].

Бірінші сауал желіні жетік менгерген студенттердің санын анықтаудан басталды. Оның көрсеткіштері I кестеде берілді.

1 кесте Студенттердің интернет желісін менгеру жағдайы

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
---	-------	-----------	----------------------	-------------

1	Желіні жетік меңгергендер қатарындасыз ба?	а) ия, толық меңгергенмін	29	27%
		б) көпшілігін меңгергенмін	62	58%
		в) кейде көмекке жүгінемін	14	13,2%
		г) үнемі көмек керек	1	0,94%

Бұл сұраққа жауап берген 106 студенттің жауаптарының % көрсеткіштері:

- а) ия, толық меңгергенмін - 27% ;
- б) көпшілігін меңгергенмін -58,4%;
- в) кейде көмекке жүгінемін-13,2%;
- г) үнемі көмек керек болады- 0,94%.

1- кестеден байқайтынымыз: сауалнамаға қатынасқан студенттердің, яғни «а» және «б» нұсқасы бойынша дауыс саны - 85% интернетті еркін меңгергендер қатарына жатады. Кейде көмекке қол созатындар 13,2% көрсетті. Жалпы бұл көрсеткіш қазіргі кезде студенттер арасында Интернет желісін пайдалану деңгейінің жоғарылығын көрсетеді. Оның негізгі себептерінің бірі жоғары оқу орындарында білім беру жүйесін интернетсіз көзге елестету мүмкін емес. Студенттердің оқу материалдарын іздеуі (ОӘК), оқу үлгерімінің көрсеткіштерін бақылау, екі аралық және қорытынды білімді бағалау Платонусқа кіру, үнемі бақылап отыруды талап етеді. Бұл процесс студенттің үнемі Интернет желісінен хабардар болуын талап етеді. Сонымен қатар Электрондық Үкімет мәліметтерін алу да интернетпен байланысты. Жалпы қазіргі кезде Қазақстанда Интернет желісін пайдаланбайтын адамдар саны аз. Ал әлі де болса 0,94%студенттердің үнемі көмекті қажет етуі гаджеттердің қолжетімдігі әлі жеткіліксіздігінен деп санаймыз. Осы мәселені анықтау мақсатымен студенттерге: Интернеттің көмегіңіз қанша уақыт өмір сүре аласыз? деген сауал қойылды 2 кесте.

2 кесте Студенттердің интернеттің көмегіңіз өмір сүру уақыты

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
1	Интернеттің көмегіңіз қанша уақыт өмір сүре аласыз?	а) 1-2 күн	46	43,4%
		б) 1 айға дейін	52	49%
		в) маған интернет күнделікті қажет	8	7,55%

2 кестедегі «Интернеттің көмегіңіз қанша уақыт өмір сүре аласыз?» деген сұраққа:

- а) 1-2 күн ғана - 43,4%;
- б) 1 айға дейін - 49%;
- в) маған күнделікті қажет - 7,55% деген жауаптар алынды.

Жауап бергендердің жартысына жуығы (43,4%) интернетсіз 1-2 күн ғана деп жауап беруі: көпшілік студенттердің оқу үрдісіне байланысты мәліметтерді жинау, күнделікті қарым-қатынас мақсатындағы қажеттіліктен болуы ықтимал, «1 айға дейін» деп 49% дауыс берген студенттер керекті мәліметтерді кітап-журналдардан да қарастыра біледі деп есептейміз. Әйтсе де сұралған студенттердің 7,5% -ы күнделікті қолданбаса тұра алмайтын жағдайда екенін көрсетті.

Студенттердің Интернет желісіне бөлетін уақыттарын анықтау мақсатында «Тәулігіне интернетте қанша уақыт отырасыз?» деген сауал көрсеткіштері 3 кестеде берілген.

3 кесте Студенттердің интернетте тәулігіне бөлетін уақыты

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
3	Тәулігіне интернетте қанша уақыт отырасыз?	а) 1 сағаттан кем	16	15%
		б) 2-5 сағат көлемінде	71	67,9%
		в) уақыт белгілемеймін, көбінде 5 сағаттан астам уақыт	19	17,9%

Бұл сұрақтың жауаптары:

- а) 1 сағаттан кем - 15%;
- б) 2-5 сағат көлемінде - 67/9%;
- в) уақыт белгілемеймін, көбінде 5 сағаттан астам уақыт-17,9 %

Бұдан байқағанымыздай, респонденттердің басым көпшілігі, яғни 67,9 % шамадан тыс уақытын компьютер, смартфон экранында өткізеді, ал 9% 5 сағаттан артық жұмсайтынын мойындайды. Бұл көрсеткіштер жалпы Интернетпен жұмыс жасауда белгілі бір тәртіппен , қалыптасқан тәртіппен жұмыс жасауға мән берілмейтінін көрсетеді. Адамның алдына қойған мақсатына жетуі үшін алдымен күн режимі

белгілі жүйемен тәртіпке құрылуы керек. Бұл пікірімізді нақтылау мақсатында студенттерге Интернетке не мақсатпен кіресіз? деген сауал қойылды. Көрсеткіштері 4-кестеде берілген.

4 кесте Студенттердің интернетке кіру мақсаттары

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
4	Не мақсатпен кіресіз?	а) зеріккеннен	26	24,5%
		б) көңіл көтеру мақсатында	51	48%
		в) оқуға қажетті мәліметтер іздеймін	72	67,9%
		г) таныстық үшін	6	5,6%
		д) жұмыс іздеймін	10	9,43%

Не мақсатпен кіресіз? деген сауалға жауаптың 5 нұсқасы ұсынылды, дауыс берушілердің бірқатары 2 немесе 3 нұсқасын белгіледі. Студенттер «а» және «б» нұсқасын белгілеп, яғни 77% көңіл көтеріп, зеріккеннен интернетте отырады. Оқуға қатысты мәліметтер алуға 67,9%, жұмыс іздеу үшін кіретіндер 9,43% көрсетті. Танысу үшін 5,6% көрсеткіш. Интернет мүмкіндіктерінің сан-алуандығына байланысты студенттердің де жан-жақты ізденісте, қажеттерін қанағаттандыру бағытында болатынын білдіреді. Респонденттердің басым бөлігі оқуға керекті материалдарды алғаннан кейінгі уақыттарын көңіл көтеру үшін өткізетіні белгілі болды. Осы мәліметтер негізінде біз студенттердің интернет мүмкіндігі туралы пікірлерін анықтау мақсатында «Интернет мүмкіндіктерін қалай бағалайсыз?» деген сауал қойдық. Оның нәтижесі 5 кестеде берілген.

5 кесте Студенттердің интернет мүмкіндіктерін бағалауы

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
5	Интернет мүмкіндіктерін қалай бағалайсыз?	а) Студентке қажет дүние	55	51,8%
		б) өз мүмкіндіктерімді іске асыруға тиімді	29	27,3%
		в) өзімше білімімді көтеру мақсатында, қашықтықтан оқу	45	42%
		г) сауда-саттыққа тиімді	23	21,7%

5 кестедегі 4 нұсқалы интернет мүмкіндіктерін бағалау туралы сұраққа:

- а) нағыз студентке керек дүние - 51,8%;
- б) өз мүмкіндіктері үшін - 27,3%;
- в) білімін көтеру мақсатында - 42%;
- г) интернет-магазиндерде сауда жасау - 21,7%.

Жауапты қортындылай келе студенттердің 69,3% білім көтеру, өздеріне пайда келтіру мақсатында интернет мүмкіндіктерін пайдаланса, 21,7% сауда-саттықпен айналысу мақсатында пайдаланады. Жауап берушілердің кейбірі 2-3 нұсқаны таңдады. Жауаптары арқылы интернеттің мүмкіндіктерін кеңінен пайдаланатынын дәлелдеді.

Шынайы өмірдегі қарым-қатынас маңыздылығын біту мақсатында «Желідегі достарыңыз өмірдегіден көп деп ойлайсыз ба?» деген сұрақ қойып көрдік. Нәтижесі 6 кестеде көрсетілген.

6 кесте Желідегі және өмірдегі достарыңыздың саны

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
6	Желідегі достарыңыз өмірдегіден көп деп ойлайсыз ба?	а) ия	18	16,9%
		б) жоқ	88	83%

Бұл сұраққа қайтарылатын жауаптың 2 нұсқасы ұсынылды, олардың көрсеткіштері төмендегідей:

- а) ия - 16,9%;
- б) жоқ - 83% жауап алынды.

Нәтижесі қуантарлық, біздің студент жастарымыз желіде жиі отырып, өзіне дос-жолдастар тапқанымен, шынайы өмірдегі достарының саны одан әлдеқайда көп екенін байқатты. Соңғы сауал компьютер, смартфон құрылғылары басқа да өмірдегі маңызды істерді атқаруға зиянын тигізбей ме? Ол 7 кестеде көрсеткен нәтижелерден тұрады.

7 кесте Желіде отырған уақыттың өмірдегі маңызды шаруаларды орындауға кедергісі туралы пікіріңіз

№	сұрақ	Жауаптары	дауыс бергендер саны	% көрсеткіш
7	Желіде отырған уақытыңыз басқа да өмірдегі маңызды шаруалардан қалдырады деп ойлайсыз ба?	а) ия	33	31%
		б) жоқ	73	68,8%

Бұл сұрақтың көрсеткіші ұсынылған екі нұсқа бойынша төмендегідей болды:

а) ия-31%;

б) жоқ-68,8%.

Сауалнама нәтижелерін талдап, қортындылай келе, студент жастардың интернет желісін белсенді қолданушылар екеніне көз жеткіздік. Олар оқуға қатысты және күнделікті өмірде қажетті мәселелерде интернеттің көмегіне жүгінеді. Білгіміз келген мақсатты және мақсатсыз пайдалану туралы сұрағымызға жауап алдық. Қынжылтатыны, студенттеріміздің арасында мақсатсыз, уақытқа шектеу қоймай пайдаланатындар жоғарыда көрсетілгендей жеткілікті болып шықты.

Қазіргі кезде адамның өз зейінін реттей алмауы туралы нейроғылымдар саласының өкілі Ричард Дэвидсон: «Мені алаңдататын дүние, ол бүкіл халық зейінінің жетіспеушілігінен зардап шегіп отыр, ал мұның салдары өте қайғылы болуы мүмкін. Біздің зейініміздің бәрі өзіміз реттей алмайтындай болып құрылғыларға бекітілген. Біз бір ескексіз қайықпен алпауыт мұхитқа жіберілген жалғыз теңізші секілдіміз:бізді мақсатты бағытпен емес, цифрлық желмен алға қарай жетелейді.Зейінді өз қалауымен бағыттай алу мүмкіндігі тек адамдарға ғана тән. Бірақ біз бұл қабілеттің өте төмендегенін байқап отырмыз» - деп өзінің алаңдаушылығын білдіреді[4].

Патрисия Уоллейс «Интернет психологиясы атты еңбегінде интернеттің өзіне тәуелді ететін жақтарын ескертеді: 1. Желі адамдарға сыртқы бақылаусыз құпия сайран құруды жеңілдететін мүмкіндіктер ұсынады (қолжетімді оффлайн еліктіргіш орталар, порнография, компульсивті ойыншылар-казино т.б.) 2. Қиял-ғажайыптарға толы уақыт жегіштер-онлайн-ойындар. Шаршау, ашығу және сыртқы ықпал әсерін елемейсіз. 3.Интернеттегі тағы бір тартымды аудан-элеуметтік желі. Facebook, Instagram – үнемі тексеріп тұруға әдеттену. Маңызды жаңалықтан көз жазып қалудан, бүкіл оқиға сені айналып өтіп жатқандай сезім, алаңдаушылық. 4. Онлайн-аукцион, онлайн-дүкендер. Уақыттың қалай өткенін сезбейсіз, таңдау көлем кең.

Мұндай зор тәуекелге барып, өз жұмысын, отбасын, тіпті өз өмірін құрбандыққа шалуға интернет-аудандардың қандай қасиеті итермелейді?

Бұл сұраққа жауап іздеу барысында зерттеушілер адамдардың өміріндегі өзін-өзі төмен бағалау, күйзеліс, дұшпандық және эмоциялық тұрақсыздық сияқты мәселелердің жиі бой көрсеткенін байқаған [7].

Яғни, виртуалдық әлем адамды еліктіруге, зейінін аударуға бағытталған, сондықтан адам өз зейінін және саналы әрекетін басқара білуге дағдылануы тиіс.

Цифрлық әлемде ақпараттық сауаттылықпен қатар, ақпараттық гигиена:

а) шынайылықты жалаңдықтан ажырата білу,

б) цифрлық ортада бағдарлана алу талап етілетіні белгілі.

Қазірдің өзінде біз үйренген заттар қате немесе аса тиімді болмай жататын жағдайлар кездесіп жатады. Сондықтан болашақта оқуға үйрену, оны құндылық деп тану және жаңаны іздеу адамнан талап етілетін басты дағды болып табылады. Студенттер білім іздеуге, оқуға үйреніп, дағдылануы тиіс. Жақын болашақта тұрмыстағы күнделікті әрекеттер автоматтандырылатыны белгілі. Сондықтан студенттердің міндеттерге түрлі қырынан қарау іскерлігін және креативтілігін дамыту жоғары оқу орындарының негізгі міндеті болып табылады.

Бұл қарама-қайшылықтарға толы ХХІ ғасыр. Адамзаттың өмірі алдағы уақытта та жетілдірілген техника құралдарына тәуелді болуы анық. Білім беру ұйымдарының, оқытушылардың міндеті жас ұрпақты техникаларды өз қажеттілігіне дұрыс пайдалана білуге үйрету. Есеюдің дұрыс нұсқасын таңдап,

өнер мен білімнің белгілі бір салаларына қызығушылық танытып, жеке даму жолын тандаған жеткіншектер өз болашағына да, еліміздің болашағына да жарқын жол ашады.

*Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:*

1. Цифрлық Қазақстан; заманауи технологиялар [электрон.ресурс].-2018.- [primeminister.kz](http://primeminister.kz)
2. Влияют ли цифровые технологии на психику подростков [электрон. ресурс]- 2019.- <https://mix.tn.kz/mixnews/vliyayut-li-tsifrovyye-tehnologii-na-psihiku-podrostkov-368475/> Nature Human Behavior 3, 2019.pages173–182
3. Влияние социальных сетей на человека и к чему это приведет [электрон.ресурс]-2019-<https://zen.yandex.ru>
4. Б.Резник, Д.Бэллуз, Э.Барклей, Л.Ширшова Социальные сети-это ловушка? Отвечают мировые эксперты [электрон.ресурс]-2018-<https://knife.media/social-media-experts/>
5. Изабель Фийоза 20 шагов к тому, чтобы дети вас слушали. Приложение к журналу Psychologies № 32 (ноябрь) 2008 г. С.3-27.
6. С.Сейфуллин атындағы ҚАТУ студенттерімен жүргізілген сауалнама қорытындысы 2019 ж.
7. Патрисия Уоллейс Интернет психологиясы Алматы, «Дәуір»,2019 С.306-315.