

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ

«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КЕАҚ

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«GYLYM JÁNE BILIM - 2023»
XVIII Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XVIII Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«GYLYM JÁNE BILIM - 2023»**

**PROCEEDINGS
of the XVIII International Scientific Conference
for students and young scholars
«GYLYM JÁNE BILIM - 2023»**

**2023
Астана**

УДК 001+37
ББК 72+74
G99

«GYLYM JÁNE BILIM – 2023» студенттер мен жас ғалымдардың XVIII Халықаралық ғылыми конференциясы = XVIII Международная научная конференция студентов и молодых ученых «GYLYM JÁNE BILIM – 2023» = The XVIII International Scientific Conference for students and young scholars «GYLYM JÁNE BILIM – 2023». – Астана: – 6865 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.

ISBN 978-601-337-871-8

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

УДК 001+37
ББК 72+74

ISBN 978-601-337-871-8

**©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2023**

СТУДЕНТТЕРДІҢ ЭМОЦИЯЛЫҚ ЖАҒДАЙЫНА ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕРДІҢ ӘСЕРІ ЖӘНЕ МАҢЫЗЫ

С.Е. Даулетбек, Ш. Жандәулетқызы, Л.А. Казбекова
dauletbeksymbate@gmail.com

Л.Н. Гумилев атындағы ЕҰУ, Психология білім беру бағдарламасы, 1 курс студенттері
 Астана, Қазақстан
 Ғылыми жетекші – п.ғ.к. Б.Ш. Байжуманова

Кіріспе. Қазіргі заманның талабына сай біздің қоғам – жоғары технологиялар қоғамы болып табылады. Интернет бүкіл әлемді және адам өмірінің барлық салаларын қамтыды. Интернет арқылы онлайн-дүкендер үйден шықпай-ақ сатып алуға мүмкіндік береді, онлайн-трансляциялар телешоуларды, жаңалықтар бағдарламаларын және т.б. көруге мүмкіндік береді. Әлеуметтік медианың негізгі функциясы – адамдар бір-бірінен алыс болса да, олардың арасындағы байланысты қамтамасыз ету. Әр адам әлеуметтік желілер арқылы достарымен және әріптестерімен оңай сөйлесе алады, сондай-ақ байланысы үзілген адамдарды іздеп-тауып, жағымды жаңа таныстар таба алады. Егер сізде достарыңызға көрсеткіңіз келетін жаңа фотосуреттер немесе фильм болса, оны көру үшін фильмді оңай тапқыңыз келсе немесе сүйікті аудио хиттеріңізді басқа музыкалық сайттардан ұзақ іздемей тыңдағыңыз келсе — сізге көмекке келетін әлеуметтік желілер бар. Дегенмен, көбінесе адамдар желіде болған жағдайды немесе өздері көрген ақпаратты теріс қабылдауы мүмкін. Оған мысалы, Наталья Литвинова (Ресей психологы, психолог-терапевт) айтуы бойынша: “Эмоциялық күйдің өзгеруі (әсіресе: нашарлауы) сыни ойлаудың болмауына байланысты пайда болады. Біз әлеуметтік желілердегі фотосуреттерге негізделген керемет әлемнің бейнесін көріп, қиялдаймыз. Бұл адам өмірінің ең жақсы жағы, бұл жай ғана фотосурет деп ойламай, мінсіз картинаға сеніп қаламыз. Дәл солай, сериалдарды қарау кезінде де ұқсас ситуация болады, себебі біз жақын адамымызбен қарым-қатынасымыздың сериал кейіпкерлері сияқты керемет емес екенін байқаймыз, бұл көрініс екенін ескермей кетеміз және эмоциялық тұрғыда өзімізді нашар сезіне бастаймыз

Осының бәріне сүйене отырып, әлеуметтік желілер қазіргі студенттердің өмірінде үлкен рөл атқарады деген қорытынды жасауға болады және соның негізінде 1-4 курс студенттеріне онлайн түрде сауалнама жүргізілді. Сауалнамаға қатысушы студенттер саны 200 (137 қыз бала, 63 ер бала), қатысушылардың жас аралығы 16 – 24 жас (71% - 16-18 жас, 27,5% - 19-21 жас, 1,5% - 22-24 жас). Сауалнама барысы қазақ/орыс тілінде және сұрақ-жауап түрінде жүргізілді, нәтижесінде әлеуметтік желілердің студенттердің эмоциялық жағдайына әсері және маңызы анықталды.

Сауалнама нәтижелері:

1. Сіздің жынысыңызды таңдаңыз.

Бұл сұрақ бойынша сауалнамаға 31,5 % (63) ер адам, 68,5% (137) әйел адам қатысқан.

2. Сіздің жасыңыз қаншада?

Бұл сұрақ бойынша сауалнамаға 71% (142 студент) 16-18 жас аралығында, 27,5 % (55 студент) 19-21 жас аралығында, 1,5% (3 студент) 22-24 жас аралығында қатысқан.

3. Сіз әлеуметтік желіге тіркелгенсіз бе?

Бұл сұрақ бойынша 99% (198 студент) әлеуметтік желілерге тіркелген, 1% (2 студент) әлеуметтік желіге мүлдем тіркелмеген, яғни бұл нәтиже арқылы тек 2 студент, жалпы студент жастарының 1% ғана әлеуметтік желілерге қызықпайтынын көруге болады.

4. «Сіз қандай әлеуметтік желілерді қолданасыз?» деген сұрақ бойынша 88,5% (177 студент) Instagram, 86,5% (173 студент) WhatsApp, 72,5% (145 студент) Tik-Tok , 83% (166 студент) Youtube, 8% (16 студент) Facebook, 79,5% (159 студент) Telegram, 17,5% (35 студент) Twitter желілерінде тіркелген. Барлық әлеуметтік желілерді қолданылатын студенттер саны 11,5% (23 студент) және мүлде әлеуметтік желілерді қолданбайтын студенттер саны 0% (0 студент).

5. Сіз әлеуметтік желілерге әдетте қанша уақыт жұмсайсыз?

Бұл сұрақ бойынша 13,5% (27 студент) күніне 1-3 сағат, 45,5% (91 студент) күніне 4-6 сағат, 26,5% (53 студент) күніне 7-10 сағат, 14,5% (29 студент) күніне әлеуметтік желілерге қанша уақыт жұмсайтынын нақты айта алмайды.

6. Әлеуметтік желілерде уақыт өткізу Сізге қандай эмоциялар сыйлайды?

Бұл сұрақ бойынша әлеуметтік желілерді қолдану барысында 79% (158 студент) қуаныш, 15% (30 студент) қызғаныш, 35% (70 студент) мұң, 16,5% (33 студент) қорқыныш, 54% (108 студент) таңқалу, 56,5% (113 студент) ляззат, 18,5% (37 студент) мазассыздық, 7,5% (15 студент) ұялу, 13% (26 студент) толқу күйлерін сезінеді.

7. Әлеуметтік желіде қандай мақсатпен отырасыз?

Бұл сұрақ бойынша әлеуметтік желілерде отыру мақсаты 50% (100 студент) бос уақытын өткізу үшін, 65% (130 студент) қызықты видео-роликтерді қарап, көңіл көтеру үшін, 21% (42 студент) шындықтан қашу үшін, 69,5% (139 студент) достарымен сөйлесу үшін, 71,5% (143 студент) жаңа ақпарат алу мақсатымен отырады.

8-сұрақ бойынша «әлеуметтік желілердегі жағымсыз пікірлер сіздің көңіл-күйіңізге қаншалықты әсер етеді?» деген сұраққа 9% студенттер өзімізді жаман сезінем, жылаймын; 83% студенттер мән бермеймін, 8% студенттер жағымсыз пікір жазумен кикілжінге түсе бастаймын деп, жауап берген.

9-сұрақ бойынша 53% (106 студент) “оқу барысында немесе емтиханға дайындық кезінде әлеуметтік желілер сізге кедергі келтіре ме?” - деген сұраққа “ия”деп жауап берген, ал 47% (94 студент) оқу барысында немесе емтиханға дайындық кезінде әлеуметтік желілер сізге кедергі келтіре ме деген сұраққа “жоқ”деп жауап берген.

10-сұрақ бойынша “әлеуметтік желілердегі қарым-қатынас шынайы өмірді алмастыра алады деп ойлайсыз ба?” - деген сұраққа 13,5% (27 студент) “ия” деп жауап берді, ал 86,5% (173 студент) “жоқ” деп жауап берген.

11-сұрақ бойынша студенттердің 15% (30 студент) әлеуметтік желілерде буллингке ұшыраған, ал 85% (170 студент) әлеуметтік желілердегі буллингке ұшырамаған.

12. «Әлеуметтік желіде уақыт өткізу Сізге қалай әсер етеді деп ойлайсыз?» деген сұрақ бойынша 41,5% (113 студент) әлеуметтік желіде уақыт өткізу оң әсер етеді, мотивация аламын; 16% (32 студент) негативті әсер етеді, стресске ұшыраймын; 42,5% (85 студент) еш әсер бермейді деп жауап берген.

13. «Әлеуметтік желілерді ұзақ уақыт қолданбасаңыз, өзіңіздің ыңғайсыз сезінесіз бе?» деген сұрақ бойынша 44,5% (89 студент) әлеуметтік желілерді ұзақ уақыт қолданбаса, өзін ыңғайсыз сезінетінін көрсетті, ал 55,5% (111 студент) өзін ыңғайсыз сезінбейтінін көрсетті.

14. «Әлеуметтік желідегі жағымсыз ақпараттар Сіздің жақындарыңызбен қарым-қатынасыңызға әсер етеді ме?» деген сұрақ бойынша 16% (32 студент) әлеуметтік желідегі жағымсыз ақпараттар жақындарымен қарым-қатынасқа әсер етеді деп жауап берген, ал 84% (168 студент) жоқ, әсер етпейді деп жауап берген.

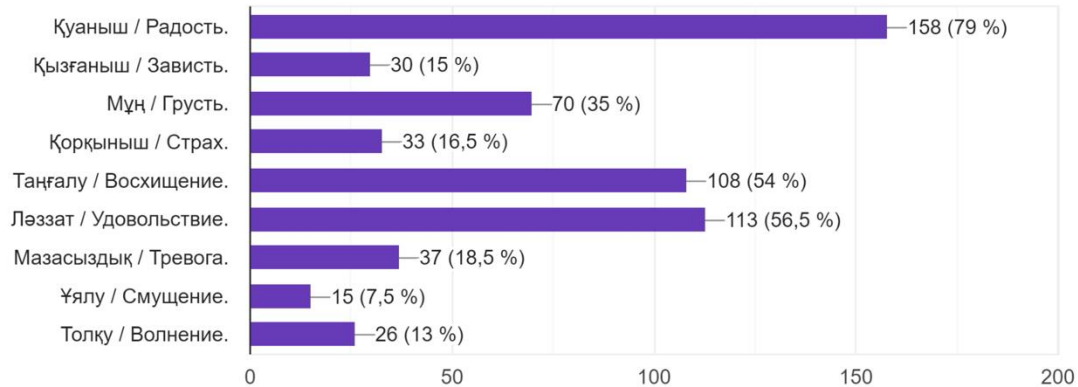
15. «Әлеуметтік желілерді Сіз үшін пайдалы ма?» деген сұрақ бойынша 8,5% (17 студент) әлеуметтік желілер өзі үшін пайдалы десе, 91,5% (183 студент) пайдасы жоқ деп жауап берген.

Сауалнама нәтижелерін зерттеу барысында сауалнамаға қатысушы студенттердің 99% көптеген әлеуметтік желілермен (Instagram, What's app, YouTube, Telegram, TikTok және т.б) қолданатындығы жайлы жауаптар алынды.

Әлеуметтік желіде өткізетін уақыт жиілігі қатысушылардың 45,5%-да 4-6 сағ. аралығы, 26,5%-да 7-10 сағ. аралығы, 13,5%-да 1-3 сағ. аралығында уақыт жұмсайтыны жайында ақпарат алынды, ал қалған 14,5% қанша уақыт жұмсайтыны туралы нақты жауап бере алмады. Әлеуметтік желілерді қолдану кезінде жауап берушілердің (1-сурет) 79% - қуаныш, 56,5% - ләззат, 54% - таңдануды сезінетідігі белгілі болды.

Әлеуметтік желілерде уақыт өткізу Сізге қандай эмоциялар сыйлайды? Какие эмоции у вас появляются благодаря времяпровождению в социальных сетях?

200 ответов

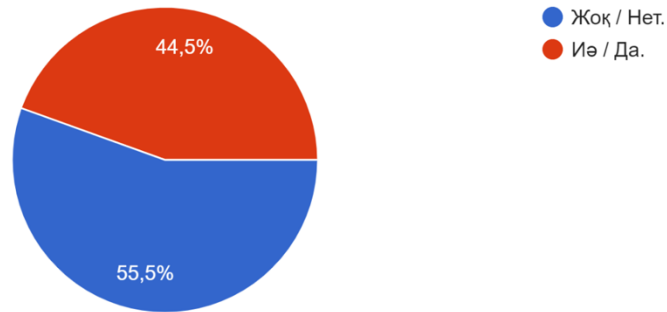


Осы орайда әлеуметтік желілер жақсы эмоция сиялайды деп айтуға келерлік, алайда қазіргі тілмен айтқанда әлеуметтік желілер «жеңіл дофамин» көзі болып табылады. Дофамин табиғи түрде позитивті, адамның субъективті бейнесі, тәжірибесі негізінде пайда болады: жыныстық қатынас, дәмді тағамдарды қабылдау, алкоголь, есірткі қабылдау және гаджеттерді қолдану кезінде көп мөлшерде өндіріледі. Болашақта, осы әрекеттерді орындау кезінде дене үнемі дофаминнің жаңа және жаңа дозаларын шығарады, эйфория сезімін тудырады және адамды оның өндірісіне әкелетін әрекетті қайта-қайта қайталауға шақырады.

Көптеген адамдар өздерінің электронды құрылғыларын пайдалануға қатты тәуелді, өйткені осы құрылғылардың көмегімен қол жетімді ойын-сауық дофаминнің – ләззат алу, рахат гормонының бөлінуін ынталандырады. Жалпы алғанда, ми үшін ешқандай айырмашылық жоқ, бұл дофаминнің бөлінуіне әкелді: уақыт өте керекті дофамин көзін көп сұрай түседі. Әлеуметтік желілердегі ақпарат дофаминді ынталандырады, бұл миды өзгертеді. Сізде дофаминдік рецепторлар азаяды және тұрақтылық азаяды, уәдеде тұра алмау, қоршаған ортамен байланыс төмендейді. Байқағандай эмоциядан бөлек жан-жақты әсерлер жеткілікті.

Әлеуметтік желілерді ұзақ уақыт қолданбасаңыз, өзіңізді ыңғайсыз сезінесізбе? Чувствуете ли Вы себя некомфортно, если не используете социальные сети долгое время?

200 ответов



Келесі көрсеткіштер 35% – мұң мен 18,5% – мазасыздықтың болуы. Әлеуметтік желі мазасыздығы – бұл белгісіздіктен, айналада болып жатқан оқиғаларды жіберіп алудан немесе оқшауланудан үнемі қорқудан туындауы мүмкін жалпы эмоция. Сонымен қатар, сіз бірнеше минут сайын телефонды тексере аласыз немесе көлік жүргізгенде, қандай да бір маңызды жұмысты орындаған кезде де әр ескертуге жауап бергіңіз келуі мүмкін. Қысқаша айтқанда, әлеуметтік желілердегі мазасыздықтың болуы психикалық ауруды тудыруы мүмкін немесе сізді біртіндеп шындықтан алшақтатуы мүмкін. Осы сауалнаманың өзінде 44,5% қатысушы ұзақ уақыт әлеуметтік желіні пайдаланбағанда өздерін ыңғайсыз сезінетіні белгілі болды.

Қорытынды. Онлайн әлеуметтік сауалнама негізінде әлеуметтік желілердің студенттердің эмоциялық жағдайына әсері мен әлеуметтік желілердің студент өмірінде алар орны анықталды. Жалпы әлеуметтік желінің қолдану жиілігі, маңызы, «жеңіл дофамин» іздеу мақсатында студенттер эмоциялық тұрғыда әлеуметтік желілерге тәуелділік танытуы мен шындықтан алшақтауының көрінісі бар екеніне көз жеткізуге болады. Әлеуметтік желілердің әсері қазіргі таңда өзінің өзектілігін жоғалтпауда.

Пайдаланылған әдебиеттер мен дереккөздер

1. Бурко Р.А, Терёшина Т.В. Социальные сети в современном обществе. //“Молодой ученый”№7(66) май-2 ,2014 г.
2. Уоллейс П. “Интернет психологиясы”// Ұлттық аударма Бюросы,Астана 2019.
3. Беловешкин А. Врач,к.м.н. “Электронная зависимость (гаджет-зависимость) и дофамин”//Ноябрь,2015 г
4. <https://daily.afisha.ru/relationship/4270-kak-na-vas-vliyayut-socseti-7-nauchno-dokazannyh-faktov/>
5. Щепилина Е.П. Психология Интернета: интернет зависимость.
6. Егоров А. Ю. Нехимические зависимости. - СПб.: Речь, 2007.