

3 КЛИНИЧЕСКАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

FTAXP 15.81.99

ӨОЖ 159.99

JEL Z00

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-1-24-32>

А.А. МЭЛС,¹

магистрант.

e-mail: Altoskam1@gmail.com *

ORCID ID: 0009-0009-0758-0523

Е.Б. ДУПЛЯКИН,^{*1}

м.ғ.к., профессор.

*e-mail: e.duplyakin@turan-edu.kz

ORCID ID: 0009-0005-8417-1978

¹«Тұран» университеті,

Алматы қ., Қазақстан

КОМПЬЮТЕРЛІК ОЙЫНҒА ТӘУЕЛДІЛІКТІҢ ДАМУ ҚАТЕРІ ЖОҒАРЫ БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ТҰЛҒАЛЫҚ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Андатпа

Мақалада компьютерлік ойындарға тәуелділіктің студенттердің жеке тұлғалық қасиеттеріне әсері туралы мәселе сипатталған. Аталған мәселе бойынша шетелдік және отандық зерттеулерді теориялық және эксперименттік талдауға көп көңіл бөлінеді. Мақаланың мақсатына сәйкес компьютерлік ойындарға тәуелді студенттердің тұлғалық ерекшеліктері туралы мәліметтер келтірілген. Тәуелділіктің пайда болу механизмдері мен факторлары егжей-тегжейлі қарастырылады.

Тірек сөздер: компьютерлік тәуелділік, ойын, компьютерлік ойын, тәуелді мінез-құлық, кіріптарлық.

Кіріспе

Қазіргі қоғамда ақпараттың көптігі әрі сан алуандығы мәселесі адам өмірінің барлық салаларына еніп, оның барлық құрылымдық аспектілеріне әсер етеді. Адам өмірінің жалған мұраттары мен мағыналарын, нейролингвистикалық бағдарламалауды, қоғамдық азғындық пен жалған ақпаратты енгізуден көрінетін ақпараттық зорлық-зомбылық адам санасының эволюциясына теріс әсер етеді. Ақпараттың адам санасына әсерінің ерекше түрі-компьютерлік ойындарға тәуелділік. Бұл мәселе шетелдік және отандық психологияда жаңа емес, бірақ елеулі жағымсыз салдардан ол өзектілігін жоғалтып қана қоймайды, сонымен қатар патологиялық тәуелді компьютерлік ойыншылардың көбеюіне байланысты үлкен айқындыққа ие болады.

Басқамедиадан(кино, теледидар, радио және т.б.) айырмашылығы, компьютерлік ойындардың бір маңызды қызметі бар. Компьютерлік ойынның ерекшелігі-бұл адамды пассивті көрермен емес, виртуалды ойын әлемінде өмір сүретін және әрекет ететін белсенді ойыншы, басшы етеді. Компьютерлік ойын әлемі өзінің ерекше ережелеріне сәйкес, оны пайдаланушы орындауы керек. Ол өзі үшін қарастырылған шешімдерді қабылдайды. Осылайша, адамның санасында белгілі бір дағдылар мен моральдық стереотиптер бағдарламалары қалыптасады.

Материалдар мен әдістер

Зерттеу мақсатын жүзеге асыру үшін сауалнама, бақылау, психологиялық тестілеу, эмпирикалық деректерді математикалық-статистикалық өңдеу қолданылды. Оның ішінде

компьютерлік ойынға тәуелділік деңгейін анықтауға арналған авторлық сауалнама, «Тұлғаның еріктік потенциалын диагностикалау» (А.В. Зверьков, Е.В. Эйрман) және тұлғаның психологиялық типін анықтауға арналған «Темперамент қасиетінің акцентуациясы» (В.В. Плотникова, Л.А. Северьяновой, Д.В. Плотникова, Д.В. Бердникова) және Компьютерлік тәуелділікті скринингтік диагностикалау әдісі (Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Большот) тесті қолданылды.

Негізгі ережелер

Ұсынылатын негізгі ой – компьютерлік ойынға тәуелділік студенттердің тұлғасының психологиялық ерекшеліктерімен детерминанталады. Компьютерлік ойынға тәуелділік студенттердің әртүрлі топтары арасында кең таралған. Ол жас және кәсіби сипаттамалармен анықталады және арнайы заңнамалық, профилактикалық және түзету бағдарламаларын қажет ететін төтенше әлеуметтік-дағдарыстық жағдай ретінде қарастырылуы керек, бұл әсіресе компьютерлік ойынға тәуелділік қаупі бар балалар мен жасөспірімдерге қатысты.

Әдебиетке шолу

Чиу Ли және Хуарг Хуаге, Гентил Сетзер, Дуккетт Ван және Чиоу зерттеулеріне сәйкес ойындардың ең негізгі теріс элементі зерттеу барысында тәуелділік түрінде анықталды [1]. Д.Г. Рыбалтовичтің анықтамасына сәйкес, компьютерлік ойынға тәуелділік-бұл компьютерде ойынның жиі қайталанатын эпизодтарынан, әлеуметтік, кәсіби, материалдық және отбасылық құндылықтарға зиян келтіретін пациенттердің өмірінде үстемдік ететін онлайн ойындарды пайдаланудан тұратын бұзылыс [4]. О.В. Григорьева мен Н.В. Ванюхинаның мәліметтеріне сәйкес, Интернетке тәуелділіктің түрі (ойындардан, ақпарат іздеуден, интернеттегі қарым-қатынастан) жас ерекшелігіне сәйкес психоэмоционалды саласының ерекшеліктерімен байланысты [6]. Психолог Иванов М.С. компьютерлік тәуелділіктің даму динамикасын атап өтіп, оны оны төрт кезеңге бөлді [8]. Психология ғылымдарының докторы Кравцова Е.Е., психология ғылымдарының кандидаты Максимов А.А., психолог Иванов М.С. өз жұмыстарында тәуелділік элементтері мен бейнесін сипаттады: ойын орталығында ойын іс-әрекетінің субъекті орналасады, бұл жағдайда-жасөспірім, ол ойын іс-әрекетінің еріктілігін бейнелейді [9].

Нәтижелер мен талқылау

Компьютерде шамадан тыс ойнауға және оған тәуелділікке қатысты зерттеу барысында ойыншылардың көптеген физиологиялық және психологиялық проблемалары анықталды, атап айтқанда: агрессивті мінез-құлық, қатыгездік белгілері пайда болады, адам тұтастай өзгереді. Сондай-ақ ойыншылардың сезімдерінің әлсіреуі, гиперактивтілік, баланың тым ерте дамуы, психомоториканың нашарлауы, белсенділік пен қозғалыстың жеткіліксіздігінен туындайтын денсаулық проблемалары, қоғамға қарсы мінез-құлық, өз пікірлері мен тілектерінің жоғалуы, мұғалімдермен және жолдастарымен қақтығыстарға бейімділік, жоғары деңгейдегі дұшпандықтың көрінісі, академиялық үлгерімнің төмендеуі, мазасыздық сезімдерінің жоғарылауы, адамдар арасындағы жағымсыз мінез-құлық, шындықтан және шынайы өмірден қашу, салмақ жоғалту, көру қабілетінің нашарлауы, адамның жетілмеген қарым-қатынасы, қиял мен шындық арасындағы шекараның жоғалуы, депрессия, сезімталдықтың төмендеуі жатады. Осы себепті тәуелділік ең көп ойланатын және тереңірек зерттеу жүргізетін тақырыпқа айналды [1].

Компьютерлік ойындар, сондай-ақ басқа да жастар хоббиі жасөспірімнің өмірінде белгілі бір әлеуметтік-психологиялық функцияларды орындайды. Олар балаға өзін тұлға ретінде көрсетуге көмектеседі, оның өзін-өзі жүзеге асыруына және топта өзін-өзі растауына ықпал етеді (өзін-өзі актуализациялау функциясы), жаңа әлеуметтік жағдайларға бейімделуге көмектеседі (әлеуметтендіру немесе бейімделу функциясы), танымдық қызығушылықтарды оятады, дүниетанымды кеңейтеді, оқытады, қабілеттердің барлық спектрін дамытады, қоршаған әлемді тануға көмектеседі (тәрбиелік функция), оң көзқарас қалыптастырады және оны ұзақ уақыт сақтауға көмектеседі (эмоционалды функция), құрдастар арасындағы қарым-қатынасқа мүмкіндік береді, сонымен, әр түрлі ұрпақтардың өкілдері арасында (коммуника-

тивті функциялар) ойыншының психоэмоционалды әл-ауқатын, оның басқаларға, сондай-ақ өзіне деген көзқарасын өзгертуге мүмкіндік береді (психотерапиялық функция) [2]. Жеке зерттеулер көрсеткендей, компьютерлік ойындар жасөспірімдердің жеке саласына оң әсер етеді. Экшн ойындары зейіннің жақсы таралуына ықпал етеді, зейін мен кеңістіктік ойлау қабілетін дамытады; стратегиялық рөлдік ойындар логикалық есептерді шешуде жоғары нәтижелерге қол жеткізеді; рөлдік және шытырман оқиғалы компьютерлік ойындарды ойнайтын балалар ойын сюжетіне ойша ену және кейіпкердің мотивациясы, оның мінез-құлқы туралы ойлау үшін қиялды жиі пайдаланады, бұл олардың шығармашылығын дамытады. Ойындар жасөспірімдерге «жақын даму аймағын» жасайды деп айтуға болады, ол қиындықтардың онымен байланысты көңілсіздік пен сәттілік пен толықтық тәжірибесінің арасындағы оңтайлы тепе-теңдікті біріктіреді. Компьютерлік ойындар-бұл тамаша жаттығу алаңы, өйткені олар өз қабілеттерінің кезең-кезеңімен дамуын түсінуге мүмкіндік береді. Ойыншылар шешілген әрбір тапсырма үшін марапатталғандықтан, олар біртіндеп оқуды және өсіп келе жатқан жетістіктерді қабылдауды үйренеді. Сонымен, ойында алынған мотивация жасөспірімнің нақты өмірінде жүзеге асырылуы мүмкін [3].

Компьютерлік тәуелділікке арналған арнайы зерттеулер кибер тәуелділіктің немесе құмар ойындардың басқа түрлеріне, атап айтқанда интернетке тәуелділікке қарағанда айтарлықтай аз. Онлайн ойын пайдаланушыларында циклотимиялық-гипертивті-эмотивті сипат типі анықталды, сондай-ақ онлайн ойындарға тәуелділіктің ауырлығы мен реактивті және жеке мазасыздық деңгейлері арасындағы оң байланыс анықталды [4].

А.С. Алексеева мен авторлардың айтуынша, RPG (рөлдік компьютерлік ойындар) құмар тұлғалардың, әсіресе жасөспірімдердің жеке басының психологиялық профилі ауто – және сыртқы агрессияның, реніштің, негативизмнің, дұшпандықтың, ашуланшақтық пен психотизмнің жоғары деңгейімен, сондай-ақ шынайылықтың төмен деңгейімен сипатталады [5].

Жасөспірімдердің тәуелділік тенденцияларының дамуына және компьютерлік ойындарға психологиялық тәуелділіктің қалыптасуына ықпал ететін бірқатар факторларды анықтауға болады (Т.В. Коваль):

1. Ағзаның ерекшеліктеріне байланысты биологиялық факторлар. Тәуелділікке бейім жасөспірімдер арасында депрессиялық, аффективті бұзылулардың жоғары деңгейі байқалады. Американдық зерттеуші S. Sarl ар тәуелді тұлғаларда келесі сипаттамалық ерекшеліктерді атап өтеді: жалғыздық пен бас тартылғандықтың тұрақты сезімі, депрессияға бейімділік, оқшаулану, тұрақты мазасыздық, бұл әрдайым басқалармен қарым-қатынаста қиындықтарды тудырады. Тәуелді балалар көбінесе ашуланшақ, эмоционалды тұрақсыз.

2. Әлеуметтік факторлар. Компьютерлік тәуелділіктің қалыптасуы жеке ерекшеліктерге де, қоршаған ортаның психотравматикалық факторларына да байланысты, мысалы, отбасылық ортадағы қолайсыз атмосфера. Бала-ата-ана қарым-қатынасының бұзылуы, отбасылық қақтығыстар, өзара түсіністіктің болмауы баланың жеке басының барабар қалыптасуына және оның дүниетанымының қалыптасуына кедергі келтіреді. Эмоционалды айыру, ата-ананың балаға немқұрайлы қарауы немесе олардың қатыгездігі, психологиялық ыңғайсыздық баланың өмірлік проблемалардан алшақтап, виртуалды әлемге «енуге» деген ұмтылысына әсер етеді.

3. Психологиялық факторлар. Компьютерлік тәуелділігі бар жасөспірімдер өзін-өзі бағалаудың төмендігімен, сенімсіздік сезімімен немесе, керісінше, мінез-құлық демонстрациясымен сипатталады [7].

Компьютерлік ойынға тәуелділіктің қалыптасуы бірден емес, біртіндеп жүреді. Психолог Иванов М.С. компьютерлік тәуелділіктің даму динамикасын атап өтіп,оны оны төрт кезеңге бөлді:

1. Жеңіл құмарлық кезеңі.

Алғаш рет компьютерлік ойын ойнағаннан кейін, ол осы ойынның сюжетін ұната бастайды, ол өзін басты кейіпкермен байланыстырады, графика, суреттер мен музыканы ұнатады. Ол шынайы және виртуалды әлемді салыстыра бастайды және соңғысын артық көреді. Компьютерлік шындық балаларға армандарын орындауға мүмкіндік береді. Біреуі күшті болуды армандады, сондықтан бәрі одан қорқады, ойында ол басқа адамдарды ұрады, тонайды немесе өлтіреді. Шынайы әлемде ол әлдеқашан ұсталп,түрмеде отырар еді. Бірақ ойында бәрі басқаша: ол полицияның қудалауынан жасырынып, өзінің тонау әрекетін тыныш жалғастыра

алады. Екіншісі әрдайым жарысқа қатысуды, өзіне шетелдік жарыс машинасын сатып алуды армандады, ал ойын оған мүмкіндік береді, Қазір бәрі оның қолында. Бала компьютерлік ойын ойнаудан ләззат алады, мұнда ол жағымды эмоциялар табады. Көптеген зерттеулер адамның үнемі жағымды эмоциялар алуға ұмтылатындығын дәлелдеді, ол оған ұнайтын әрекеттерді үнемі қайталауға дайын. Осылайша, компьютерде ойнауға деген ұмтылыс біртіндеп мақсатты сипатқа ие бола бастайды, бірақ бала, тіпті жасөспірім, өкінішке орай, мұны түсінбейді. Алайда, бұл кезеңнің өзіндік ерекшелігі бар: компьютерде ойнау жүйелі емес, ситуациялық сипатқа ие. Мұнда ойынға деген тұрақты қажеттілік әлі қалыптаспаған, ойын процесі адам үшін маңызды құндылық емес.

2. Құмарлық кезеңі.

Бұл кезеңге өту үшін адамда жаңа қажеттілік пайда болуы керек – компьютерлік ойындар ойнау қажеттілігі. Осы кезеңде ойынға деген ұмтылыс-бұл шындықтан қашу және рөлді қабылдау қажеттіліктерімен делдал болатын мотивация. Бұл жерде ойын жүйелі сипатқа ие. Егер бала қандай да бір себептермен бұл қажеттілікті қанағаттандыра алмаса, ол оған жету үшін әртүрлі әрекеттерге жүгінеді.

3. Тәуелділік кезеңі.

Мұнда қазірдің өзінде баланың құндылық-семантикалық саласында елеулі өзгерістер орын алуда. Өзін-өзі тану және өзін-өзі бағалау өзгереді. Ойын шынайы әлемді толығымен ауыстырады.

Тәуелділік көрінетін екі форманы ажыратуға болады: әлеуметтендірілген және дараланған. Компьютерлік тәуелділіктің әлеуметтендірілген түрінде адам қоғаммен, тіпті ол өзі сияқты ойыншылармен де әлеуметтік байланыста болады. Мұндай жасөспірімдер, жастар бірге ойнағанды, бір-бірімен компьютерлік желі арқылы ойнағанды ұнатады. Бұл жағдайда ойын мотивациясы негізінен бәсекеге қабілетті. Тәуелділіктің бұл түрі келесі формаға қарағанда баланың психикасына аз зиянды әсер етеді. Айырмашылығы-адам қоғамнан бөлінбейді, өздеріне енбейді. Тәуелділіктің жеке формасымен әлемді түсіну мен дүниетанымның қалыпты адамдық ерекшеліктері ғана емес, сонымен бірге сыртқы әлеммен, қоғаммен өзара әрекеттесу де бұзылады. Мұнда психиканың негізгі функциясының бұзылуы орын алады, ал жасөспірімнің айналасындағы шынайы әлемнің орнына шынайы емес және виртуалды әлемнің көрінісі орын алады. Мұндай балалар әрдайым ұзақ уақыт бойы куәгерлерсіз ойнайды, олардың қажеттілігі негізгі физиологиялық қажеттіліктерді қанағаттандырумен өзгермейді және жоғалмайды. Олар үшін компьютерлік ойын есірткі ретінде әрекет етеді. Егер қандай да бір уақыт аралығында олардың құмарлықтары ауыстырылмаса, онда олар сынуға жақын күйге түседі, жағымсыз эмоцияларды сезінеді, ашуланшақ және агрессивті болады. Мұндай құбылыстар клиникалық тұрғыдан психопатология немесе осы патологияны тудыратын өмір салты деп аталады.

4. Байлану сатысы.

Бұл компьютерлік тәуелділіктің соңғы, аяқтаушы кезеңі. Бұл адамның ойын белсенділігінің жоғалуы, адамның психологиялық компонентінің қалпына келу бағытына ауысуымен сипатталады. Мұнда бала компьютермен қашықтықты сақтайды, бірақ ол виртуалды шындыққа бұрыннан қалыптасқан және тамырланған қажеттіліктен толықтай арыла алмайды. Бұл кезең тіркеменің жойылу жылдамдығына байланысты ұзақ уақытқа созылады, кейде тіпті өмір бойы. Өзінің жеке ерекшеліктеріне байланысты жасөспірім оның пайда болуының алдыңғы кезеңдерінің бірінде тартымдылықты қалыптастыруды тоқтата алады, осылайша қажеттілік тезірек жоғалады. Бірақ егер бұл болмаса және бала виртуалды шындыққа психологиялық қажеттіліктің қалыптасуының барлық кезеңдерінен өтсе, онда бұл кезең ұзаққа созылады. Бұл процесте оның жалпы көрсеткішінен бақыланбайтын тартудың төмендеу деңгейі маңызды болып саналады, және ол неғұрлым көп болса, соғұрлым аз уақыт кетеді [8].

Шоттон М., Текл Ш., Янг К., Больбот Т. зерттеулері тәуелділіктің бұл түрінің қалыптасуына тек шындықтан қашуға деген өткір қажеттілік пен қалау,өзін компьютерлік ойындағы кейіпкермен біріктіру ғана емес, сонымен қатар адамның индивидуалды ерекшеліктеріне де байланысты екенін көрсетті.

Субъектінің қалыптасуы мен дамуы ойынның өзінің даму ағымында жүзеге асады. Ойын іс-әрекетінің даму деңгейі екі фактормен байланысты-ойынның маңызды түрлері мен адамның

елестететін жағдай құра алу қабілетімен. Ойынды өзгерте алатын субъект ойынды белгілі бір нормаларға, заңдарға, ережелерге бағындыра алуы тиіс [9].

Кейбір теориялар патологиялық ойынды ойлаудың «қателіктерімен», қисынсыз сенімдермен және «бақылау елесімен» байланыстырады. Ойыншылардың ойлауының ке«қателіктері» тән: ойын автоматын жекелендіру («ойын автоматы маған ұқсайды») немесе жоғалтудың әдеттегі түсіндірмесі («мен назар аудармағандықтан жоғалттым»).

Иррационалды сенімдерге келесі төрт негізгі сипаттама кіреді:

- ♦ шыдамсыздық және ұзақ күш-жігерге қабілетсіздік («мен оны келесі ставкада жеңуім керек»);
- ♦ көңілсіздік жағдайларына төзімділіктің төмендігі («егер мен жеңе алмасам, бұл өте қорқынышты»);
- ♦ өзін-өзі бағалауды бұрмалау («егер мен ойнамасам және жеңсем, мен ештеңе емеспін»);
- ♦ асыра сілтеу («егер мен ойнамасам, мен өмір сүре алмаймын»). «Бақылау иллюзиясы» ойыншы кездейсоқ оқиғаларды ритуалистік мінез-құлықтың әртүрлі тәсілдері арқылы басқара алатынына сенеді, мысалы, ойын автоматы түймелерін басу жылдамдығы.

Бірқатар теориялар ойыншының мінез-құлқын басым психологиялық қорғаныстармен түсіндіреді, олар стресс пен стресстің жоғарылауы жағдайында рәсімнің сипатын алатын симптоматикалық мінез-құлыққа айналады.

Ойын мінез – құлқы отбасылық және жыныстық қатынастардағы бұзылулармен де байланысты, бұл ойыншының жұмыстан кейін неге үйге оралғысы келмейтіні туралы мәселені шешуге үлкен мән береді-жұбайымен кездескісі келмегендіктен немесе қарапайым отбасылық өмірдің скучно ат-мосфрасынан аулақ болу.

«Шынайы» патологиялық ойыншыларға тән келесі диагностикалық белгілер:

- ♦ мұндай пациенттерде орташа нормамен салыстырғанда жоғары интеллект деңгейі (^ орта есеппен 120) байқалады;
- ♦ патологиялық ойыншылар, әдетте, жоғары кәсіби жетістіктерімен ерекшеленетін «жұмысшылар» болып шығады;
- ♦ олар өздерін экстремалды категорияларда жиі сипаттайды-өте жақсы немесе өте нашар, бірақ барлығы дерлік «кейде ешқайда бармайтын» ішкі энергияның жоғары деңгейін атап өтеді;
- ♦ патологиялық ойыншылардың жеке басына өтірік айту, асыра сілтеу және бұрмалау арқылы ауыр қақтығыстардан аулақ болу тән. Олар әдетте жұбайларына, достарына және отбасы мүшелеріне тым сын көзбен қарайды. Мұндай адамдарға авантюризм және бизнестегі тәуекел тән;

♦ бейресми қарым-қатынас кезінде ойыншыларға тән ерекшеліктер бар-олар адамдар арасында жиі скучно. Олар телефон арқылы жұмыс істегеннен кейін іскерлік белсенділігін жалғастыруға бейім;

♦ ойыншылар әдетте жақсы ұйымдастырушылар, бірақ нашар орындаушылар. Осыған байланысты олар әртүрлі жобаларды бастайды, бірақ оларды сирек аяқтайды;

♦ құмар ойыншылар, әдетте, олардың саны болғанша қарызға ақша алмайды, бірақ егер олар қарызға алса, олар мұны мүмкіндігінше және жиілікте жасайды. Жалпы, ойыншылар ақшаны үнемдеу емес, жұмсау керек деп санайды. Олар чектер немесе несие карталары түрінде емес, қолма-қол ақшаға ие болуды жөн көреді;

♦ ойын-бұл ойынға тәуелділікті дамыту процесінде әдетте жоғалып кететін рахат пен релаксацияның ең тартымды тәсілі [10].

Тәуелділікті қалыптастыру механизмі екі негізгі компонентті қамтиды. Ол олардың кез-келгенімен іске қосылуы мүмкін.

1. Ішкі шындықтың диссоциациясы (ыдырау, бөліну). Бұл компонент адамның өзін-өзі, өзіндік ерекшелігін қалай сезінетіндігімен байланысты.

Олардың бірегейлігін қабылдаудың бұзылуы адам өзінің бір бөлігін жоққа шығаратын уақыттан басталады. Бұл сәтте оның ішкі немесе сыртқы болмысының бір саласы, ол қандай да бір себептермен немесе басқа себептермен оған қолайсыз, ыңғайсыз болып шығады. Диссоциация кезінде адам өзін «мен» және «мен емес» деп бөледі. Бұл ыңғайсыздық, ауырсыну құбылыстарын азайтады. Мұндай механизм бала кезінен өмір сүру, өз қауіпсіздігін қамтамасыз ету мақсатында қалыптасады. Мысалы, ата-аналар тарапынан сүйіспеншіліктің болмауы, аурулар, кемсітушілік бағалау және т.б.

Нәтижесінде, адам бас тартқан шындықтың бөлігімен байланысын жоғалтады, оған сенуді тоқтатады. Ол ыңғайсыздықты тудыратын сигналдарды ғана емес, сонымен қатар қажеттілік сигналдарын да қабылдаудан бас тартады. Яғни адамның шындығының бір бөлігі қуғынға ұшырайды, оның дауысы еленбейді, ол өзінің мақсаттары мен жағдайы туралы хабарлау мүмкіндігінен айырылады.

2. Ішкі шындықты оқшаулау. Әр адам қарым-қатынасқа, өзінің шындығын басқасына ашуға және өзін, өмірін жақын адамымен бөлісуге тырысады. Басқа адамдармен жақындасу жолында адам ерте ме, кеш пе өзінің жеке миссиясы бар екенін түсінеді, оны ешкіммен бөлісуге болмайды. Бұл – теріс қабылдау кезінде жалғыздықты білдіреді.

Жалғыздықтан аулақ болу үшін адам басқалармен араласуға тырысады. Сондықтан ол тек біреумен ортақтық қалыптастырып қана емес, ол, ең алдымен, өзінің бірегейлігін бұзады. Ол өзінің шындығын миссиядан босатылу үшін жояды – ал бұл жалғыздықтың басты себебі. Ол үшін шындықты басқаруды басқа адамға беру керек.

Бірақ біріктіру және диссоциация жеке шындықты қалыптастыруда таңдалған серіктес немесе топ адамға ұсынатын нәрсеге толық тәуелділікке әкеледі. Адам шынайы қарым-қатынастан айырылады, ол байланған талаптарға сай жүреді. Адам алатын барлық нәрсе-жоғалту сезімі, жалғыздық, оқшаулану. Ол бұл бос орынды толтыратын нәрсені іздей бастайды. Шындықтың «тесіктерін жабу» үшін психоактивті зат немесе тәуелді мінез-құлық жиі қолданылады.

Тәуелділіктің кез-келген түрінің дамуында жалпы заңдылықтар бар. Ғылыми наркология бұл процестің үш кезеңін ажыратады. Мұнда бұл кезеңдер кітап негізделген жасанды шындық идеяларын ескере отырып сипатталған.

Бірінші кезең. Ол адам мен ол таңдаған жасанды шындық арасындағы өзара әрекеттесудің басталуымен сипатталады. Бұл адам психикасының қайта құрылуымен және жаңа шындыққа тәуелділіктің дамуымен көрінеді. Сонымен қатар, жасанды шындық өзінің шындығына қарағанда жағымды деп қабылданады.

Кезең екі синдромды қамтиды. Әр синдром – өзара байланысты белгілер тобы. Белгілердің бірінші тобы-өзгерген реактивтілік синдромы. Екінші топ – психикалық тәуелділік синдромы. Бірінші кезеңде өзгерген реактивтілік синдромы адамның өзінен кетуін оңай және ауыртпалықсыз сезінетіндігімен көрінеді. Бөтен шындықта болу аз және жанама әсерлермен бірге жүреді. Адам теріс салдарсыз өзінен тыс болуға «үйренеді». Ол физиологиялық емес жағдайды ұзақ, күшті, жиі, тұрақты түрде көтере алады. Бөтен шындықтың «дозасын» арттыру адам толеранттылығының өзгеруі деп аталады. Мұндай шындыққа түсу жиілігінің артуы тұтыну формасының өзгеруі деп аталады.

Бірінші сатыдағы психикалық тәуелділік синдромы екі негізгі көріністі қамтиды. Біріншісі-жасанды шындыққа психикалық қажеттілік. Екіншісі – басқа шындықта ғана әл-ауқат ыңғайлы, жағымды болуы мүмкін деген идеяның пайда болуы. Оның шындығынан тыс психикалық жайлылық жағдайына жету қабілеті пайда болады.

Қажеттілік адамда саналы немесе бейсаналы болуы мүмкін. Ол еліктеушілік формасын алады, ал еліктеушіліктің өзі мақсатқа жетуге деген ұмтылысқа өте ұқсас. Нәтижесінде, тәуелділіктің «еліктеу» сияқты белгісі әрқашан өз мақсатына ұмтылған адамда пайда болатын тәжірибелерден ерекшеленбейді. Тәуелді еліктеушіліктен айырмашылығы, өзі-өзіне еліктеу мақсат туралы хабардар болуымен, таңдау еркіндігімен, тұрақтылығымен айқындалады. Тәуелділіктегі еліктеушілік бұған қарама-қарсы.

Психикалық тәуелділіктің екі түрі бар: оң және теріс. Жасанды шындықта жағымды түрі бар, ол ең алдымен жағымды, ынталандыратын, көңіл-күйді жақсартатын нәрсені тартады. Теріс түрінде жақсы нәрсені табу соншалықты маңызды емес, бірақ жаман, өз шындығыңыздан қашу әлдеқайда маңызды. Оң психикалық тәуелділік тек бірінші кезеңде байқалады.

Осылайша, бірінші кезең-адамның жаңа жағдайларға бейімделу кезеңі. Ол өзінің шындығынан жасанды түрде жасалғанға тұрақты шығуымен анықталады.

АХЖ – 10-да тәуелділіктің бастапқы (бірінші) сатысында мынадай диагностикалық критерийлер сәйкес келеді: жасанды шындыққа ауысуға деген қатты құлшыныс немесе жеңуге қиын тартылу сезімі; жасанды шындыққа жүгінудің фактісін, басталуын, аяқталуын, тереңдігі мен жиілігін бақылау қабілетінің төмендеуі; жасанды шындықта болудан пайда болған эф-

фектерге толеранттылықтың жоғарылауы. Қажетті әсерлерге қол жеткізу үшін жасанды шындыққа сүңгудің қарқындылығын едәуір арттыру қажеттілігі немесе сол тереңдікте созылмалы уақыт аралығында болу айқын әлсіреген әсерге әкеледі; зиянды салдардың айқын белгілеріне қарамастан, зиянды салдардың табиғаты мен дәрежесін нақты немесе болжамды түсінуімен жасанды шындыққа бет бұруды жалғастыру.

Екінші кезең. Бұл бөтен шындықта өмір сүруге үйрену толығымен дамыған кезде пайда болады. Адам мен басқа шындық арасындағы сапалы жаңа қатынастар пайда болады. Енді адам жасанды шындықта ғана жайлы өмір сүре алады және «өзіне» оралғанда, ол тек психологиялық ғана емес, физикалық жағынан да ыңғайсыздықты сезінеді. Жасанды шындыққа барудың физикалық қажеттілігі пайда болады.

Бұл жасанды шындықтан шыққан кезде, біраз уақыттан кейін адам қайтадан «өзінен тыс» күйге оралу қажеттілігін сезінеді. Бұл уақыт, әдетте, сағатпен өлшенеді және пәтуелділіктің әртүрлі формалары мен процесстің басталу уақытына байланысты әр түрлі болады. Бастапқыда бұл психикалық ыңғайсыздық түрінде сезіледі, бірақ содан кейін физикалық ыңғайсыздық пайда болады. Бұл ағзаның өмір сүруі үшін жасанды шындықта болу қажет болатындығына байланысты. Бұл жағдай әсіресе есірткіні қабылдау кезінде байқалады және ол абстинентті синдром деп атайды.

АХЖ – 10-дағы абстинентті немесе бас тарту (отмена) синдромы белгілі бір шындыққа бірнеше рет, әдетте ұзақ және/немесе терең сүңгуден кейін жасанды шындыққа қашу толығымен тоқтаған кезде пайда болатын белгілер тобы ретінде анықталады. Бас тарту (отмена) синдромының басталуы мен ағымы уақыт өте шектеулі және адам өмір сүруден бас тарту үшін қолданған жасанды шындықтың түріне сәйкес келеді. Бас тарту (отмена) синдромы жасанды шындыққа қашу арқылы жеңілдейді [11].

Ойынның әртүрлі түрлерін ұнататын компьютерлік ойынға тәуелділігі бар адамдардың жеке басының даму ерекшеліктерін талдау бізге компьютерлік ойынға тәуелділіктің үш негізгі себебін анықтауға мүмкіндік берді.

Бірінші себеп «шындықтан қашу» деп аталуы мүмкін. Әр түрлі себептермен шындықтан қорқатын және нақты іс-әрекетте, әсіресе қарым-қатынаста проблемалар мен қиындықтарға тап болған адамдар компьютердің көмегімен өздері жасайтын басқа әлемге енеді деп сенуге негіз бар. Компьютер олардың мазасыздық деңгейін төмендету құралы болып табылады, әртүрлі өзара әрекеттесуге қатысуға, сезім алуға және т.б. көмектеседі.

Екінші себеп адамның өзінің нақты жағдайына, нақты мәртебесіне және т.б. қанағаттанбауына қатысты. осы позициялардан ойын, оның сюжеті, ондағы рөлдері, ондағы позициясы нақты өмірмен салыстырғанда кейбір негативтер (немесе позитивтер) болып табылады.

Үшінші себеп ойын деп аталатын өзін-өзі іске асыру шарттарымен байланысты. Зерттеулерде көрсетілгендей, бұл ойында адам бір жағынан «мен» бейнесін және екінші жағынан, оның тәжірибесінде болмаған әртүрлі жағдайларды біріктіреді, бірақ ол оларды оқылған шығармалардан, айналасындағылардың әңгімелерінен, көрген фильмдер мен спектакльдерден және т.б. құрастыру арқылы құрастырады.

Компьютерлік ойынға тәуелділігі бар кейбір адамдар мұндай жағдайларды жасауда қиындықтарға тап болады. Өзінің бағдарламалары мен мүмкіндіктері бар Компьютер бұл жағдайларды «дайын күйінде алуға» жағдай жасайды, оларға өзінің «Мен» бейнесін орналастырады.

Яғни компьютерлік ойынға тәуелді тұлғаның еріктік қасиеттері мен темперамент акцентуациясының байланысы жоғары дәрежеде.

Қортынды

Қазіргі уақытта отандық психологиядағы ең танымал тақырыптар интернетке және компьютерлік ойындарға тәуелділік мәселелері болып табылады. Оларға деген қоғамдық қызығушылықтың артуы интернет-технологиялардың жаңалығы мен олардың әсерінің жаһандылығының арқасында пайда болды, бұл өз кезегінде осы саладағы ғалымдардың белсенділігін катализдейтін әлеуметтік алаңдаушылық тудырады.

Компьютерлік ойындарға тәуелділікті әр түрлі критерийлер арқылы анықтауға болады-уақытты бақылаудың болмау факторы; нақты әлемде емес, интернет кеңістігінде «маңызды

басқа» позиция; ойындағы қатынастар. Компьютерлік ойындарға тәуелді психологиялық сипаттамалар бейімделмеуімен де ерекшеленеді (мен бейнесінің қалыптаспауы, іс-әрекеттің мотивацияланбауы, мүмкіндіктерді қайта бағалау, әлеуметтік нормаларға сәйкессіздік және т.б.).

Компьютерлік ойындарға тәуелділік құбылысын зерттеу тенденциялары, ең алдымен, оны бөлектеу үшін негіздерді қайта қарастыру болып табылады. Олар когнитивті функцияларды, әлеуметтік дағдыларды, өмір сүру жағдайларын жақсартып алады, бірқатар қажеттіліктерді қанағаттандыра алады.

ӘДЕБИЕТТЕР

- 1 Chiu S., Lee J.Z., Huang D.H. Video Game Addiction in Children and Teenagers in Taiwan // *Cyberpsychology & Behavior*. 2004. No. 7(5). P. 571–581.
- 2 Макалатия А.Г., Матвеева Л.В. Субъективные факторы притягательности компьютерных игр для детей и подростков // *Национальный психологический журнал*. – 2017. – № 1(25). – С. 15–24.
- 3 Швацкий А.Ю. Социально-психологические последствия увлечения подростков компьютерными играми // *Журнал «Азимут научных исследований: педагогика и психология»*, 2019. С. 409–410.
- 4 Рыбалтович Д.Г. Психологические особенности пользователей онлайн-игр с различной степенью игровой аддикции: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2012. – 23 с.
- 5 Алексеева А.С., Миньков К.А., Оконежникова Л.В. Влияние ролевых компьютерных игр на личностные особенности подростков // *Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры*. – 2016. – Т. 22. – № 4(156). – С. 115–120.
- 6 Григорьева О.В., Ванюхина Н.В. Психосоциальная сфера подростков с зависимостью от интернета // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. – 2014. – № 3. – С. 32–35.
- 7 Лужкова М.М. Игровая зависимость несовершеннолетних как причина социальной дезадаптации // *Журнал «Вестник науки и образования»*. – 2019. – С. 105–106.
- 8 Краснова С.В., Казарян Н.Р., Тундалева В.С., Быковская Е.В., Чапова О.Е., Носатова М.О. Как справиться с компьютерной зависимостью? – Москва, 2008. – С. 22. ISBN 978-5-699-2574
- 9 Щербачева П.П., Устинова Н.А. Влияние кибераддикции на личность подростка // *Журнал «Вестник науки и образования»*, 2017. – С. 2–5.
- 10 Трухан Е.А., Рыжковский Н.С. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и увлеченности компьютерными играми у подростков // *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*. – 2019. – № 1. – С. 4–11.
- 11 Котляров А. Другие наркотики, или Homo Addictus. М.: Изд-во Института психотерапии. – 2006. – С. 54–58, 78–79.

REFERENCES

- 1 Chiu S., Lee J.Z., Huang D.H. (2004) Video Game Addiction in Children and Teenagers in Taiwan // *Cyberpsychology & Behavior*. No. 7(5). P. 571–581. (In English).
- 2 Makalatiya A.G., Matveeva L.V. (2017) Sub#ektivnye faktory prityagatel'nosti komp'juternyh igr dlja detej i podrostkov // *Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal*. No. 1(25). P. 15–24. (In Russian).
- 3 Shvackij A.Ju. (2019) Social'no-psihologicheskie posledstviya uvlechenija podrostkov komp'juternymi igrami // *Zhurnal «Azimut nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologija»*. P. 409–410. (In Russian).
- 4 Rybaltovich D.G. (2012) Psihologicheskie osobennosti pol'zovatelej onlajn-igr s razlichnoj stepen'ju igrovoj addikcii: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk. SPb. 23 p. (In Russian).
- 5 Alekseeva A.S., Min'kov K.A., Okonechnikova L.V. (2016) Vlijanie rolevyh komp'juternyh igr na lichnostnye osobennosti podrostkov // *Izvestija Ural'skogo federal'nogo universiteta. Serija 1: Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury*. V. 22. No. 4(156). P. 115–120. (In Russian).
- 6 Grigor'eva O.V., Vanjuhina N.V. (2014) Psihohemocional'naja sfera podrostkov s zavisimost'ju ot interneta // *Azimut nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologija*. No. 3. P. 32–35. (In Russian).
- 7 Luzhkova M.M. (2019) Igrovaja zavisimost' nesovershennoletnih kak prichina social'noj dezadaptacii // *Zhurnal «Vestnik nauki i obrazovaniya»*. P. 105–106. (In Russian).
- 8 Krasnova S.V., Kazarjan N.R., Tundaleva V.S., Bykovskaja E.V., Chapova O.E., Nosatova M.O. (2008) *Kak spravit'sja s komp'juternoju zavisimost'ju?* Moskva. P. 22. ISBN 978-5-699-2574. (In Russian).
- 9 Shherbacheva P.P., Ustinova N.A. (2017) Vlijanie kiberaddikcii na lichnost' podrostka // *Zhurnal «Vestnik nauki i obrazovaniya»*. P. 2–5. (In Russian).

10 Truhan E.A., Ryzhkovskij N.S. (2019) Vzaimosvjaz' jemocional'nogo intellekta i uvlechennosti komp'juternymi igrami u podrostkov // Vestnik Omskogo universiteta. Serija «Psihologija». No. 1. P. 4–11. (In Russian).

11 Kotljarov A. (2006) Drugie narkotiki, ili Homo Addictus. M.: Izd-vo Instituta psihoterapii. P. 54–58, 78–79. (In Russian).

А.А. МЭЛС,¹

магистрант.

e-mail: Altoskam1@gmail.com

ORCID ID: 0009-0009-0758-0523

Е.Б. ДУПЛЯКИН,^{*1}

к.м.н., профессор.

*e-mail: e.duplyakin@turan-edu.kz

ORCID ID: 0009-0005-8417-1978

¹Университет «Туран»,

г. Алматы, Казахстан

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ С ВЫСОКИМ РИСКОМ РАЗВИТИЯ ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР

Аннотация

В статье описан вопрос о влиянии зависимости от компьютерных игр на личностные качества учащихся. Большое внимание уделяется теоретическому и экспериментальному анализу зарубежных и отечественных исследований по данному вопросу. В соответствии с целью статьи приведены данные о личностных особенностях учащихся, зависимых от компьютерных игр. Подробно рассматриваются механизмы и факторы возникновения зависимости.

Ключевые слова: компьютерная зависимость, игра, компьютерная игра, зависимое поведение, аддикция.

A.A. MELS,¹

master student.

e-mail: Altoskam1@gmail.com

ORCID ID: 0009-0009-0758-0523

YE.B. DUPLYAKIN,^{*1}

c.m.sc., professor.

*e-mail: e.duplyakin@turan-edu.kz

ORCID ID: 0009-0005-8417-1978

¹Turan University, Almaty, Kazakhstan

PERSONAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS AT HIGH RISK OF DEVELOPING ADDICTION TO COMPUTER GAMES

Abstract

The article describes the problem of the influence of addiction to computer games on students' personal qualities. Much attention is paid to the theoretical and experimental analysis of foreign and domestic research on this issue. In accordance with the purpose of the article, data on the personality characteristics of students addicted to computer games are given. The mechanisms and factors of addiction are considered in detail.

Key words: computer addiction, game, computer game, addictive behavior, addiction.