**ТӘУЕЛДІ МІНЕЗ- ҚҰЛЫҚ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ МӘСЕЛЕ РЕТІНДЕ**

**(ШЕТ ЕЛДІК ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕР МЫСАЛЫНДА)**

**Бердібаева Света Қыдырбекқызы**

**психолог.ғ.д., профессор,**

**әл-Фараби атындағы ҚазҰУ,**

**Ергешов Ержан Тенизович**

**подполковник, аға оқытушы,**

**Сағадат Нұрмағамбетов атындағы**

**Құрлық әскерлерінің Әскери Институты**

**Мүлік Баян**

**«7М03117-Балалар психологиясы»**

**мамандығының 1 курс магистранты,**

**жалпы және қолданбалы психология кафедрасы,**

**Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ**

**Аңдатпа**

Бұл мақалада тәуелді мінез-құлық шет елдік зерттеу бағыттары арқылы талданады. Әлемдік психологиядағы жаңалықтар мен жаңа психологиялық зерттеулер негізінде тәуелді мінез-құлықтың психологиялық мәселелері қаралады. Шет елдік ғылыми зерттеулер негізінде қабылданған тәжірибелер көпшілік ғылыми қауымға таныстырылады. Психология ғылымының қазіргі әлемдік жетістіктері мен кәсіби бағыттағы зерттеулер мақала авторлары қатысқан ғылыми конференциялар арқылы талқыланады.

**Кілт сөздері:** тәуелді мінез-құлық, психологиялық мәселе, тәуелді мінез-құлықтың түрлері, әлемдік психологиялық тәжірибелер, мінез-құлықтың аддиктивті модельдері.

**Аннотация**

В данной статье зависимое поведение анализируется через зарубежные направления исследований. На основе новостей мировой психологии и современных психологических исследований рассматриваются психологические проблемы зависимого поведения. Опыт, усвоенный на основе зарубежных научных исследований, представлен широкой научной общественности. Современные мировые достижения психологической науки и профессиональных исследований обсуждаются на научных конференциях, в которых принимали участие авторы статьи.

**Ключевые слова:** зависимое поведение, психологическая проблема, виды зависимого поведения, мировой психологический опыт, аддиктивные модели поведения.

**Abstract**

In this article, addictive behavior is analyzed within the framework of foreign research areas. Based on news from world psychology and new psychological research, psychological problems of addictive behavior are considered. The experience gained on the basis of foreign scientific research is presented to the wider scientific community. Modern world achievements of psychological science and professional research are discussed at scientific conferences in which the authors of the article took part.

**Key words:** addictive behavior, psychological problem, types of addictive behavior, world psychological experience, addictive behavior pattern

Тәуелді мінез-құлық - зиянды әдет, кез келген заттарға немесе нәрселерге қатты көңіл блу, соларға қатты әуестену, осы жағдайларға қатысты қажеттіліктер орындалмаса, адам ауыр физикалық немесе психологиялық жайсыздықты сезінеді. Адам өзінің барлық әрекеті мен бос уақытын өзінің тәуелділігін қанағаттандыруға бағыттайды.

Мінез-құлық тәуелділігі - бұл мүмкін болатын жағымсыз салдарға қарамастан, белгілі бір іс-әрекетпен айналысуға мәжбүрлену немесе ұмтылу. Кез келген тәуелділік әдетте шамадан тыс сезіммен және өкіну немесе ұят сезімімен байланысты. Мінез-құлыққа тәуелділік кез келген адамға әсер етуі мүмкін және оны анықтау қиын.

Сондықтанда тәуелді мінез-құлық психологиялық мәселе ретінде ең маңызды сұрақтардың бірі болып табылады. Тәуелді мінез-құлықтың түрлері өте көп соның ішіндегі ең мәндісі ол мінез-құлықтық тәуелділік.

Бұл мінез-құлық жағымды қанағаттануды шақыра алады, ал ми оған тез бейімделеді. Уақыт өте келе, бұл жағымды қанағаттану сезімін қайтадан бастан кешіру үшін оны белсендірудің саны мен қарқындылығын арттыру қажет екенін білдіруі мүмкін. Бұл тәуелділіктің танымал спиралы болып саналады. Мінез-құлыққа тәуелділікке не себеп болады?

Адамдардың мінез-құлық тәуелділігін дамытудың кейбір себептері де тәуелділікке әкелуі мүмкін, атап айтсақ:

-өзін-өзі төмен бағалау сезімі;

-психологиялық жарақаттану оқиғалары немесе өмір кезеңдері;

-барлығын жеп қоятын қайғылар;

-кінә немесе ұят сезімі.

Тәуелді мінез-құлықтың психологиялық мәселе болып отырғаны әлемдік деңгейде, ғылыми қауымдастықта, әсіресе психология ғылымы үшін ең маңызды болғандықтан, осы мәселелер бойынша әлемдік деңгейде көптеген форумдар, конгресстер мен конференциялар ұйымдастырылып, ол мәселелер қызу талқылануда. Сонымен қатар журналдар, кітаптар, ғылыми мақалалар адамзат баласы үшін қиындық келтіріп отырған тәуелді мінез-құлық сұрағын көп талқылайды және бұл сұрақ кезек күттірмейтін мәселелердің бірі.

Жаһандану уақытында, жасанды интеллектің қарқынды дамуында, әрі уақыт талабы бойынша Қазақстандық ғалымдар да шет елге жиі шығып, көптеген жаңа зерттеулерді, жаңа ғылыми тәжірибелерді елімізге әкеліп, жалпы адамзатқа қатысты мәселелерді психологиялық тұрғыдан шешуге үлес қосуда.

Әлемдік деңгейдегі «Мінез-құлықтық тәуелділікті зерттеудің халықаралық қоғамымен (ISSBA) тығыз байланысты болғандықтан, осы қауымдастық үнемі үздіксіз ұйымдастыратын конгресстер мен конференцияларға жиі қатысып, көптеген психологиялық тәжірибелермен алмасып келеміз.

ISSBA- өзінің арнайы «Аддиктивті мінез-құлық» атты журнал шығарады, журналдың мәртебесі өте жоғары, квартилі 1 (Q1) және импакт-факторы 7.788, сонымен қатар әйгілі ғылыми Томсон базасының меншікті журналы болып табылады. Осы журналда Қазақтандық ғалымдар 2019 жылдан бері өз ғылыми зерттеулерін жариялап келеді [1].

Мінез-құлықтық тәуелділікті зерттеудің халықаралық қоғамының мақсаты тәуелді мінез-құлықты зерттеу және тәуелді мінез-құлық туралы ғылыми интерфейсті дамытуға халықаралық деңгейде қолдау беру.

Сонымен қатар бұл қауымдастық мінез-құлыққа тәуелділігі бар науқастардың денсаулығын нығайту, емдеу бағдарламаларын, білім беру бағдарламаларын дамыту, зиянды әрекетті азайту жөніндегі іс-шаралар саласында жұмыс істейтін мамандарды, психиатрларды, нарколог ғалымдарды, психологтарды, әлеуметтік қызметкерлерді, нашақорлық бойынша кеңесшілерді және мамандандырылған мамандарды, еріктілер және басқа мамандарды біріктіру және насихаттау сияқты жұмыстарды да жүргізеді.

Тәуелді мінез-құлыққа байланысты зерттеулер генетикалықтан бастап нейробиологиялық зерттеулерге дейін жалғасады және психологиялық, клиникалық психитариялық ықпалдар арқылы эпидемиологиялық, әлеуметтік және антрорологиялық аспектілерді қамтиды.

Өзіміз қатысқан Оңтүстік Кореяда, Сеулде, Инчхонда өткен «Мінез-құлық тәуелділігі 8-халықаралық конференциясы» ( ICBA 2023) көптеген маңызды мәселелерді талқылады. Конференцияны «Мінез-құлықтық тәуелділікті зерттеудің халықаралық қоғамы мен (ISSBA) Наркотәуелділіктің психиатриясының Корея Академиясы (КААР) бірлесіп ұйымдастырды [2].

Конференцияда тәуелділікті әртүрлі ықпалдарымен зерттелген көптеген маңызды зерттеу нәтижелері, зерттеу есептері, әртүрлі аддиктивті мінез-құлықтың модельдері, әсіресе импульсивті-компульсивті бұзылыс спектрі, мысалы, құмар ойындар (Интернет), компьютер және бейне ойындар (онлайн ойындар), пиромания, клептомания, жыныстық мінез-құлық, компульсивті жинақтау, жаттығуға тәуелділік (обсессивті-компульсивті бұзылыс), тамақтанудың бұзылу мінез-құлықы сияқты зерттеулер талқыланды.

Тәуелді мінез-құлықтың психологиялық аспектісін жан-жақты зерттеген келесі талдауларға қысқаша талдау жасаймыз. «Интернеттегі жалғыздық: сандық медиаға тәуелділіктің әлеуметтік моделі» атты зерттеу 21 елде жүргізілген зерттеу нәтижежелерін баяндады, бұл зерттеуге 6434 (N=6434) сыналушы қатысқан [3].

Сандық медиаға тәуелділік бетпе-бет кездесуде жүзеге асатын қарым-қатынасты шектейді, бұл жағымсыз салдарға әкелуі мүмкін және адамның субъективті әл-ауқатымен байланысты болады. Дегенмен, сандық медиаға тәуелділіктің әсері субъективті әл-ауқатқа әсері жеткілікті түрде зерттелмеген.

Зерттеуде әдебиеттер арқылы әлеуметтік өмірге қатысты өзгергіштіктердің делдалдық рөлін зерттеуді ұсынады. Оларға жалғыздық пен қарым-қатынасқа қанағаттану жатады.

Жалғыздық пен қарым-қатынасқа қанағаттану адамның сандық медиаға тәуелділігі мен өркендеу сезімінің байланысын түсіндіре ме? Міне осы сұрақтарға негізделген зерттеуде

сандық медианы қолдану арқылы тәуелділіктің жан-жақты бағасы енгізілген бірнеше зерттеу шаралары қаралады.

Зерттеуде келесі шкалалар қолданылды, атап айтқанда, мобильді телефонды қолданудағы адаптивті әдеттенулер шкаласы, интернет-тәуелділік шкаласы, фаббинг шкаласы және Facebook әлеуметтік желісіне ену сұрақнамасы, Ди Жонг Гирвельдтің (De Jong Gierveld) жалғыздық шкаласы.

Зерттеу нәтижесі бойынша келесі қорытынды жасалған, жалғыздық пен тұлғааралық қанағаттану сандық медиаға тәуелділік пен жеке деңгейде өркендеу арасындағы байланысты толығымен жанамалайды. Сандық медиаға тәуелділіктің жалғыздыққа және тұлғааралық қарым-қатынасқа қанағаттануға әсері, адамның жеке даралық деңгейде дами алатынын көрсетеді.

Интернеттің таралуының артуымен, балалардың интернетті пайдалануы геометриялық прогресспен өсуде. Балалардың когнитивті және әлеуметтік дамудың үздіксіз процестеріне байланысты олар интернетке тәуелділікке көбірек бейім, сондықтан интернет сауаттылығының рөлі артып келеді. Осыған байланысты келесі зерттеу де өте маңызды психологиялық мәселені анықтайды.

«Балалар арасындағы интернетті пайдалану мен интернетке тәуелділік арасындағы байланыс: интернет-сауаттылықтың рөлі» атты зерттеуде көптеген маңызды мәселелер бойынша нақты нәтижелер алынған [4].

Бұл зерттеуде интернетті әртүрлі мақсатта және оны ұзақ пайдалану мен интернет сауаттылығы арасындағы байланыс анықталды. Балалар арасындағы интернетке тәуелділікті зерттеуге 2276 бала (N=2276) қатысқан. Сыналушылар Шығыс Қытайдағы бастауыш, орта және жоғары мектептерде оқитын балалар болды. Зертеуде әлеуметтік-демографиялық сипаттамалары, интернет-сауаттылық шкаласы және интернетке тәуелділік шкаласы қолданылды.

Сонымен қатар сипаттамалық статистика және құрылымдық теңдеулерді модельдеу талдаулары қолданылды. Зерттеу барысында интернетті пайдалану мен интернетке тәуелділік арасындағы маңызды байланысты көрсетті. Интернетті пайдалану ұзақтығы интернетке тәуелділікке айтарлықтай оң және тікелей әсер етеді. Интернет сауаттылығының әртүрлі аспектілері бойынша, ойын-сауыққа бағытталған интернетті пайдалану интернетке тәуелділікке оң әсер етті, ал білімге бағытталған интернетті пайдалану интернетке тәуелділікке кері әсерін тигізді.

Зерттеу қорытындысын айтатын болсақ, интернетті шамадан тыс пайдалану балалардың интернетке тәуелді болу қаупін арттырады және білімді алуға емес, көңіл көтеруге назар аударады. Интернетті білім беру мақсатында пайдалану да тәуелділік тудырады. Интернет сауаттылығының рөлі күрделі, балаларда интернетке тәуелділіктің дамуын болдырмау үшін сыни интернет сауаттылығы мен функционалдық интернет сауаттылығының күшін арттыру қажет және олар тәуекелге баруда конструктивті ықпалды талап етеді.

«Мектепке дейінгі балалардың мобильді құрылғыларды қолдануы олардың когнитивті функцияларына әсер ете ала ма» деген зерттеу де бізге танымдық қызығушылық тудырды. Зерттеудің мақсаты, 4-6 жастағы балалардың мобильді құрылғыларды пайдалануы мен олардың когнитивті функцияларының арасындағы байланысты тексеру, яғни тежелген қадағалау, зейін және вербалды емес сөз, ес сұрақтары бойынша зерттеу жүргізу.

Қаламаған реакцияларды басып тастай алу қабілеті адамның өзін қадағалаудың негізгі дағдысы болып табылады, осы қабілет өте ерте жастан мобильді құрылғыларды пайдаланатын балаларда жетіспейді. Зерттеуге 4-6 жастағы 750 бала қатысқан (N=750), жасы және жынысы бойынша теңдей бөлінді және соның негізінде 600 бала әртүрлі жиілікпен мобильді құрылғыны пайдаланатындар, ал 150 бала мобильді құрылғыны пайдаланбайтындар және 750 ата-ана қатысты.

Қолданылған әдістер: Q-экраны, адаптация анкетасы (Klakk et al., 2020), балаларға арналған материалдар: вербалды емес (визуалды) есті өлшейтін арахиспен тапсырма ((Morra, 1994), тежелген қадағалау мен зейінді өлшеу өлшемдері.

Зерттеуден алынған нәтижелер келесідей: мобильді құрылғыны пайдалану 4-6 жастағы балалардың танымдық іс-әрекетін дифференциалдамайды. Экранды көп пайдалануы, ата-ананың бақылауының азаюы, баланың эмоцияны реттеу үшін мобильді құрылғыны жиі қолдануы когнитивті функцияларды әлсіретеді. Балалар ата-анасымен, балалармен жиі қарым-қатынасқа түсуі қажет.

Балалардың смартфонды шамадан тыс пайдалануы (PSU) жаһандық мәселеге айналуда. Смартфондардың күнделікті өмірге енуі артып, білім беру мен ойын-сауықтағы мобильді қосымша технологиялары әртүрлі мақсаттарда қолданылуда. Балалар смартфондарда көбірек уақыт өткізеді. Bae S. M (2017) [5] зерттеулері Азия елдерінде 12 жастан асқан балалардың 80%-дан астамы смартфондарды пайдаланатынын көрсетті.

[Pew Research Center (2019)](https://akjournals.com/view/journals/2006/aop/article-10.1556-2006.2024.00002/article-10.1556-2006.2024.00002.xml#B47) [6] зерттеулері бойынша Кореяда смартфонды балалардың пайдалануы өте жоғарғы деңгейде екен, балалардың 95% қолданатынын көрсетті. Сонымен қатар смартфонды қолдану жасы мүлдем жасарып келеді. Әртүрлі зерттеулер бойынша смартфонды жиі қолдану негативті салдар береді, мәселен ұйқымен, оқумен мәселе туындайды, физикалық белседілік төмендеп, депрессия мен мазасыздану сияқты психологиялық мәселелер тудырады ( [Elhai, Dvorak, Levine & Hall, 2017](https://akjournals.com/view/journals/2006/aop/article-10.1556-2006.2024.00002/article-10.1556-2006.2024.00002.xml#B13)). Смартфонды шамадан тыс қолдану мінез-құлықта агрессия және импульсивтілік мәселелері пайда болады [7].

Конференцияда баяндалған келесі зерттеулерде үлкен қызығушылық берді: «Интернеттегі ойын және алкогольді пайдалану бұзылыстарындағы мінез-құлық үлгілерінің нейрондық корреляттары» [8]; «Тұтқындар арасында құмар ойындардың таралуының мәселелері: жүйелі шолу және мета-талдау» [9].

Сонғы уақытта өткен 8-халықаралық конференция (ICBA2023) зерттеулері негізінде көптеген мінез-құлық тәуелділігі жайлы зерттеулерді талдай отырып, өзіміз болашақ зерттеулерімізге жақсы ғылыми идеялар алып, Қазақстандық психология ғылымы кеңістігінде зерттеулер мазмұнын тереңдете аламыз.

Қорыта келе, тәуелді мінез-құлық мәселесі нақты психологиялық мәселе болып отырғандықтан, бізде 2019 жылдан бері осы мәселемен айналысып, шет елдік конгресстер мен конференцияларға қатысып келеміз. Шет елдік ғылыми іс-сапар негізінде жинаған ғылыми психологиялық мәселелерді негізге алып, докторанттар мен магистранттар, сонымен қатар бакалавриат студенттері көптен бері осы тәуелді мінез-құлық пен стресстің өзара байланысы туралы зерттеулерді біздің ғылыми жетекшілігімізбен жан-жақты зерттеуде.

**Әдебиеттер тізімі**

1. Journal of Behavioral Addictions, AKADÉMIAI KIADÓ MEMBER OF WOLTERS KLUWER GROUP IMPACT FACTOR 2022, 7.8.

2. 8 th International conference on behavioral addictions. Incheon, South Korea, 23-25 august 2023 .

3**.** Agata Błachnio1, Aaneta Przepiórka1 , Oleg Gorbaniuk \\ [Journal of Behavioral Addictions](https://akjournals.com/view/journals/2006/2006-overview.xml), Volume 12 Supplement 1 August, pp. 26

4**.** Giaolei jiang, Zonghai Chen, Zizhong Zhang, Can Zuo. Relationship between Internet use and Internet addiction among children: The role of Internet literacy. \\ [Journal of Behavioral Addictions](https://akjournals.com/view/journals/2006/2006-overview.xml), Volume 12 Supplement 1 August, pp. 42

5**.**Bae, S. M.  The relationship between the type of smartphone use and smartphone dependence of Korean adolescents: National survey study. Children and Youth Services Review, 2017, pp. 207–211

6.Pew Research Center  Smartphone ownership is growing rapidly around the world, but not always equally. Retrieved from\\ https://www.pewresearch.org/global/2019/02/05/smartphone-ownership-is-growing-rapidly-around-the-world-but-not-always-equally

7. Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology.\\ Journal of Affective Disorders*,*2017, pp. 251–259*.*

8*.* Mina Kwon, Hangnyoung Choi, Harman Park, Woo-Young. [Neural correlates of model-based behavior in internet gaming disorder and alcohol use disorder](https://akjournals.com/view/journals/2006/aop/article-10.1556-2006.2024.00006/article-10.1556-2006.2024.00006.xml)\\ Journal of Behavioral Addictions. Volume/Issue:[Accepted Manuscript / Online First](https://akjournals.com/view/journals/2006/aop/issue.xml).\\Publication Date 08 Mar 2024

9.Elise Victoria Tordal, Stale Pallesen, Dominic Sagoe. [The prevalence of gambling problems in prison populations: A systematic review and meta-analysis](https://akjournals.com/view/journals/2006/aop/article-10.1556-2006.2024.00005/article-10.1556-2006.2024.00005.xml) \\ Journal of Behavioral Addictions. Volume/Issue:[Accepted Manuscript / Online First](https://akjournals.com/view/journals/2006/aop/issue.xml).\\Publication Date 08 Mar 2024

**ҚАТЫСУШЫНЫҢ ӨТІНІШІ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Автор 1 | Автор 1 |
| Автордың аты-жөні (толық)  Бердібаева С.Қ. | **Ергешов Ержан Тенизович** | **Мүлік Баян** |
| Дәрежесі (ғылыми дәрежесі, ғылыми атағы, лауазымы; студент, магистрант, докторант)  Психология ғыл.докторы, профессор | **аға оқытушы,**  **подполковник** | **«7М03117-Балалар психологиясы»**  **Мамандығының 1 курс магистранты** |
| Жұмыс (оқу) орны  Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ | **Сағадат Нұрмағамбетов атындағы Құрлық әскерлерінің Әскери Институты** | **Жалпы және қолданбалы психология кафедрасы, Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ** |
| Байланыс телефоны  +7 7772374977 | +7 7083320888 | +7 7074223986 |
| E-mail: berdybaeva\_sveta@mail.ru | zhanat\_2006@mail.ru | 2504084677@qq.com |
| Мақала атауы:  Тәуелді мінез-құлық психо логиялық мәселе ретінде  (шет елдік психологиялық зерттеулер мысалында) |  |  |
| Секция атауы (1,2,3,4)  5-секция. Қазіргі психоло гиялық-педагогикалық ғылыми зерттеулер мен әзірлемелер. |  |  |
| Бір мақаланы жариялау құны (3000 теңге) |  |  |
| Ғылыми жетекшісі: аты-жөні-ғылыми дәрежесі, ғылыми атағы, лауазымы |  | Бердібаева С.Қ. психология ғыл. докторы, профессор |