Лимашева Ляззат Алимбековнаның
«Ұялы байланысты шамадан тыс пайдалану жағдайында студенттердің стресс деңгейі мен резильенттілігін зерттеу» атты диссертациялық жұмысына ғылыми кеңесшінің

ПІКІРІ

Бұл күндері әлем бойынша ұялы телефондарды қолдану ешкімге де жаңалық емес, цифрлық құрылғылардың ішіндегі ең көп қолданылатыны ұялы телефондар, оларды жанымыздан тастамаймыз, тіпті өміріміздің негізгі мазмұнына айналғанын өздеріміз де байқамай жүрміз.

Қазіргі соңғы зерттеулер ұялы телефонды шамадан тыс қолдану адам өмірінің маңызды жақтарына айтарлықтай қатты зиян келтіретіні айтылып жүр. Біздің елімізде де жастардың, әсіресе ЖОО-ның студенттерінде ұялы телефонды шамадан тыс қолдану факторлары артуда, олардың физикалық және психологиялық денсаулықтарына кері әсер етіп жатқан жағдайлары да алаңдатады. Студенттерде қымбат, әрі соңғы нұсқадағы ұялы телефондарды қолдану жиілігі күннен күнге артуда.

Сондықтанда ұялы телефонды шамадан тыс қолдану мәселесі және содан туындайтын стресс пен резиленттілік сұрағына қатысты мазмұнды зерттеу қажеттілігі уақыт талабынан туындады. Осы мәселелерді жан-жақты теориялық- методологиялық, эмпирикалық деңгейде зерттеген бұл ғылыми жұмыс Қазақстандық психология мектебіне өз үлесін нақты қоса алады.

Л.А. Лимашева өзінің дисссертациялық жұмысында осы мәселелерге қатысты өзінің ғылыми қалыптасқан ой қорытындыларын ұсынады. Үлкен көлемдегі әлемдік деңгейдегі әдебиеттерді, жаңа замануи психологиялық зерттеулерді талдай отырып, әсіресе «цифрлық қоғамдағы адам психикасын зерттеуге мүмкіндік беретін бірнеше концепциялар мен ұстынамыдарды ұтымды қолданып, талдап, түсініп жалпы психологияның, даму психологиясының, клиникалық психологияның, тұлға психологиясының, денсаулық психологиясының, психотерапияның фундаменталды негіздерін талдай отырып өзінің зерттеу жұмысының ғылыми бағытын нақты анықтады.

Жұмыстың негізгі мазмұнын құраған резильенттілік ұғымы туралы пікірлер біржақты емес, орыс тілді әдебиеттерде резильенттілік ұғымы ағылышын тіліндегі resilience терминінің транскрипциясы, бұл күндері Ресей психология мектебінде резильенттілік жеке адамның қыры, күйі, процесс, жағымсыз жағдайларға позитивті адаптация нәтижесі деп қарастырады. «Өмірге қабілеттілік» терминіне эквивалент ретінде резильенттілік ұғымын 2003 жылы А.В. Махнач ұсынды.

Алайда «өмірге қабілеттілік» пен «резильенттілік» ұғымдарын ажырату жүзеге аспады. Бұл күндері Ресей психологиясы бұл феноменді белгілеу үшін екі терминді: резильенттілік пен өмірге қабілеттілік терминдерін қатар қолданады, өмірге тұрақтылық, өміршеңдік ұғымы (жизнестойкость) Ресей психологиясында «hardiness» ағылшын терминінің өміршеңдік пен өмірге қабілеттілікке қарағанда кең мағыналы ұғым ретінде қолданыс тапқан.

Сондықтан резильенттілік ұымын өміршеңдік пен өмірге қабылеттілік, шыдамдылық немесе копинг стратегия ұғымдарымен алмастыруға болмайды.

Осы жағдайды нақты талдаған Л.А. Лимашева резильенттілік ұғымын Америка психологиялық ассоциациясы берген анықтаманы алды, олар резильенттілік ұғымын кауіп қатерде, қиын жағдайларды, тіпті стресстің маңызды көздеріне жақсы адаптация деп анықтайды, сондықтанда диссертант резильенттілікті стресстік жағдайды жеңудің позитивті тәсілі деп қарастырады, осы жағдай ұялы телефонды шамадан тыс қолдану профилактикасы үшін резильенттіліктің нақты рөлін анықтады.

Диссертациялық жұмыста ұялы телефонды шамадан тыс қолдану жаңа мінез-құлық типін тіпті тәуелділіктің бір түріне айналып бара жатқанын көрсетіп жатқан көптеген зерттеушілердің зерттеулерін жан-жақты зерттеді.

Зерттеудегі басты идея, ұялы телефонды шамадан тыс пайдалану сөзсіз жағымсыз салдарға әкелетін құбылыс деген ұстанымды басшылыққа алу болды.

Зерттеудің нақты ұсынылған ғылыми зерттеу стратегиясы мен тактикасындағы оның әдіснамалық үйлесімділігі мен басымдықтарын анықтауға мүмкіндік беретін өзара байланысты принциптер жиынтығы, зерттеу объектісі, пәні, мақсаттары мен міндеттері, гипотезалары және теориялық және практикалық маңыздылығын нақты сауатты тұжырымдауы автордың ғылыми жетілгендігін көрсетеді.

Атап айтқанда зерттеудің ғылыми құрылымы мен ішкі логикалық байланысы нақты келесі мәселелермен белгіленді: ұялы байланысты шамадан тыс пайдалану студенттердің резильенттілігі мен стресін зерттеудің теориялық негіздері және қазіргі зерттеу жағдайларын талдау барысында денсаулық психологиясындағы келесі сұрақтар стресс пен резильенттілік, физикалық және психикалық денсаулыққа әсері сияқты мәселелерді фундаменталды білімдермен талдау арқылы эмпирикалық зерттеу үшін тірек болатын негізгі идеяны таба білді.

Диссертацияда қандай маңыды мәселелер қаралды: «резильенттілік» түсінігі және оның психикалық денсаулық үшін маңызы, стресске төзімділік пен резильенттілік қазіргі жастардың денсаулығын сақтаудың алғы шарттары ретінде, резильенттілік - студенттердің оқу процесі барысында психикалық денсаулықты сақтаудың протективті факторлары ретінде, ұялы байланыстарды шамадан тыс пайдалану созылмалы стресс деңгейін жоғарылату және резильенттілік төмендету қаупі ретінде, ұялы байланысты шамадан тыс қолданудың қазіргі жағдайы мен оны диагностикалау негіздері, эмпирикалық зерттеудің сұрақтары туралық нақты ғылыми білімдерді тұжырымдай алды.

Зерттеуде студенттердің ұялы телефонды шамадан тыс қолданудағы стресс пен резильенттілікті зерттеу үшін эмпирикалық зерттеудің дизайны белгіленді, зерттеу әдістері мен әдістемелері нақты таңдалынды, яғни зерттеудің бірінші бөліміндегі сапалық методологияның заңды жалғасы сандық методология құрылды, атап атйқанда зерттеудің негізгі мақсатына орай стресс пен резильенттілікті зерттеудің моделін жасады, жалпы

гипотезаны дәлеледейтін 4 жеке гипотезалар тұжырымдалып эмпирикалық зерттеу жоғарғы деңгейде орындалды.

Диссертацияны оқу барысында кез келген оқырман зерттеу логикасын нақты түсіне біледі, ең бастысы әрбір жеке гипотеза нақтылау сұрақтарымен қоса бірге беріліп, талданылып отырды.

Диссертант Л.А. Лимашеваның авторлық үлесі ғылыми басты жаңалығы келесідей:

-жыныстық айырмашылықтар мен білім алудағы профилін ескере отырып, патогендік фактор ретінде созылмалы стрессті және ұялы телефонды шамадан тыс пайдаланатын студенттерде қорғаныс факторы ретінде резильенттілік ұғымдары зерттелді

-ұялы телефонды шамадан тыс пайдаланатын студенттердегі протективті (резильенттілік, қорғаныс) және патогендік факторларды (созылмалы стресс) зерттеу қазіргі уақытта бірнеше маңызды қарама-қайшылықтарды көрсетіп отырғанын анықтады, атап айтсақ: ұялы телефонды шамадан тыс пайдаланудың теріс салдарын, әрі психологиялық, әрі мінез - құлықтық мәселе болып отырғаны, Қазақстанда жеке зерттеу бағдарламасын құруды, тереңдетіп зерттеудің қажеттілігін көрсетті.

- ұялы телефонды шамадан тыс пайдаланудың физикалық және психикалық денсаулыққа теріс әсерін зерттеудегі басты маңызды жағдай ол созылмалы стресстің туындауын қадағалаудың жоғалуы, негативті эмоциялық күйлерді бастан кешіру қаупін алдын алу үшін зерттеуден алынған нәтижелер негіз бола алады.

- ұялы телефонды шамадан тыс пайдалану барысында жалғыздық сезімін бастан кешіру, нейротизмнің жоғарғы деңгейі, мейрімділіктің төменгі деңгейі экстраверсия сияқты факторлар, маңызды патогенді предикторар ұялы телефонды шамадан тыс пайдалануға бейімділікті тездедетін фактор ретінде эмпирикалық жолмен анықталды. Алайда зерттеу барысында студенттердегі резильенттілік ұялы телефонды шамадан тыс қолдану бейімділігін толық төмендете алмайтыны анықталды, яғни зерттеудің болашақта осы бағытта жалғасуын көрсеттеді. Зерттеу мәселлелері ғылыми негізделген.

- диссертация барысында жасалған теориялық-методологиялық және эмпирикалық негіздемелері ұялы телефонды шамадан тыс қолдануға өте бейім болып келетін тәуекел (риск) тобын анықтауға мүмкіндік бере алды, яғни физикалық және психикалық денсаулыққа негативті салдар беретін жағдайларды, әсіресе созылмалы стресстің деңгейі өсіп, өзін қадағалауды жоғалтып, өте күшті негативті эмоциялық күйлерді бастан кешетіндері эмпирикалық жолмен нақтыланды.

- созылмалы стресс пен ұялы теелфонды шамадан тыс қолдануға бейімділіктің арасындағы өзабара байланыстың ерекшеліктерін анықтайтын латентті факторлар факторлық анализ негізінде қол жеткізілді, мәнділігінің азаюы бойынша атап өтсем, 1) басқалардың алдындағы міндеттерін орындамау, баска айналысып жаткан нәрселеріне олардың үнемі негативті әсері; 2) абстиненции/бастарту симптомдарының дамуы; 3) қадағалауды

жоғалту; 4) өте күшті негативті эмоциялық күйлер; 5) белгісіз қалаулары: телефон туралы ойлар, хабарламалар мен келетін қоңыраулар үшін мазасыздау және тағы басқалар.

-техникалық бағытта оқитын студенттерге қарағанда гуманитарлық бағытта оқитын студенттерде ұялы телефонды шамадан тыс қолдануға бейімдеу келетіні анықталды, әрі клиникалық симптомдарды байқауға болатыны табылды;

- өзі құрыстырған сауалнама студенттер арасынан ұялы телефонды шамадан тыс қолдануда тәуекел топқа жататын топтарды анықтады;

- алғаш рет ұялы телефонды шамадан тыс қолдану жағдайындағы студенттердің стресс деңгейі мен резильенттілігі зерттелді. Алғаш рет диссертация аясында созылмалы стрестің жоғарғы деңгейі мен резильенттіліктің төменгі деңгейінде студенттерде ұялы телефонды шамадан тыс қолдануға бейімділігі туралы сұрақтар қозғалды, атап айтсам, бірінші рет студенттердің ұялы телефонды шамадан тыс қолдану жағдайында стресс пен резильенттілік тұрғысынан жыныстық айырмашылықтар мен оқу профильдерін сипаты тұрғысынан кешенді зерттеу нәтижелері алынды, міне осы жағдайлар алғашқы профилактика барысында ЖОО-да оқитын студенттердің денсаулығын сақтау үшін мақсатты бағытталған бағдарлама мен ұялы телфонды дұрыс қолдана алу ережелерін енгізу туралы ұсыныс берілді.

- ұялы телефонды шамадан тыс қолдану мәселесін зерттеу үшін кешенді психодиагностикалық материалдар дайындалды, студенттерде ұялы телефонды шамадан тыс қолдануда созылмалы стресс пен резильенттіліктің үстем болатын тенденциялары мен рөлдерін табылды.

Ең бастысы біздің елдің психологтары болсын басқа да елдегі психологтар болсын жастардың психикалық және физикалық денсаулығын сақтауда қауіпсіз білім беру ортасын жасау, ұялы телефонды шамадан тыс қолдану ережелерін жедел бекіту мәселелерін назардан тыс қалдырмай нақты шаралардың колдану кажеттілігі уақыт кетірмейтін мәселе екенін талдап зерттеу барысында түсіндіре білді.

Диссертант **Л.А.Лимашеваның зерттеу жұмысы бойынша алынған негізгі нәтижелерінің бәрі жаңа болып табылады:**

1-нәтиже: зерттеу нәтижелерінің сенімділігі қазіргі жаңа заманауи психология ғылымының теориялық және әдістемелік негіздерін салыстыру мен талдауға байланысты нақтыланған.

2-нәтиже: зерттеу нәтижелерінің сенімділігі Қазақстандық студенттердің стресі, резильенттілігі және ұялы байланысты шамадан тыс пайдалану арасындағы байланысты шетелдік, рессейлік және қазақстандық психологияның контекстіндегі зерттеулердің айтарлықтай көлемі мен сыни талдауға байланысты нақтыланған.

3-нәтиже: автор нақты өзі жүзеге асырды: ұялы байланысты шамадан тыс пайдалану мәселесі бойынша созылмалы стресс пен резильенттілік тұрғысынан Қазақстандық студенттер контингенті бұрын зерттелмеген.

4-нәтиже зерттеу нәтижелерінің сенімділігі сапалық және математикалық-статистикалық талдау мен өңдеу нәтижелерімен, компьютерлік бағдарламалар (SPSS) пайдалана отырып, зерттеу нәтижелерінің статистикалық мәнділігі мен дәлдігін анықтаумен расталды.

Талдау нәтижелерін қорытындылай отырып, Л.А. Лимашеваның зерттеу жұмысы өте өзекті, зерттеуден алынған нәтижелері маңызды теориялық және қолданбалы мәнге ие.

Эмпирикалық зерттеудің өту барысын, талдау мен өңдеу сатыларын өте жоғарғы деңгейде сипаттай отырып, автор қойылған мәселені жүйелі және логикалық тұрғыдан зерттеуге деген зерттеушілік қабілетін көрсетті.

Ұсынылып отырылған «Ұялы байланысты шамадан тыс пайдалану жағдайында студенттердің стресс деңгейі мен резильенттілігін зерттеу» атты Л.А.Лимашеваның диссертациялық жұмысы психология ғылымдары бойынша диссертацияларға қойылатын талаптарға толығымен сәйкес келеді және жоғарғы ғылыми-теориялық, эмпирикалық деңгейде орындалған өзбеттілі аяқталған ғылыми зерттеу болып табылады.

Диссертациялық жұмыстың өзектілігі, ғылыми жаңалығы, нәтижелерінің дәлдігі мен негізділігі, сондай-ақ теориялық және практикалық маңыздылығы бұл еңбекті тәуелсіз және білікті ғылыми жұмыс ретінде мойындауға толық мүмкіндік береді және оның авторы Лимашева Ляззат Алимбековна «8D03107-Психология» білім беру бағдарламасы бойынша философия докторы (PhD) дәрежесін иеленуге лайық деп есептеймін.

Ғылыми кеңесші:
Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ,
жалпы және қолданбалы
психология кафедрасының профессоры,
психология ғылымдарының докторы **С.Қ. Бердибаева**

әл-Фараби атындағы Қаз... Ғылыми кадрларды
даярлау және аттестаттау басқармасының басшы...
ЗАВЕРЯЮ
Начальник управления подготовки и аттестации
научных кадров КазНУ им. аль-Фараби
«14» 11 20 2 ж/г

«ӘЛ-ФАРАБИ АТЫНДАҒЫ ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КОММЕРЦИЯЛЫҚ ЕМЕС АКЦИОНЕРЛІК КОҒАМЫ
НЕКОММЕРЧЕСКОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО «КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АЛЬ-ФАРАБИ»
NON-PROFIT JOINT-STOCK COMPANY «AL-FARABI KAZAKH NATIONAL UNIVERSITY»
FARABI
1934
KAZAKH NATIONAL UNIVERSITY
БИН
990140001154