

А.М. Тохтаров^{*1}, **К.А. Сайлыбаева²**, **С.Н. Кунгурова²**,
А.Т. Ермуратова², **А.Т. Абдрахманова²**

¹І. Жансүгіров атындағы Жетісу университеті, Талдықорған қ., Қазақстан

²М.Х. Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті, Тараз қ., Қазақстан

*e-mail: akniet.mukhtaruly@mail.ru

СТУДЕНТТЕРДІҢ ФРУСТРАЦИЯ ЖАҒДАЙЫНДАҒЫ ҚАРЫМ-ҚАТЫНАСЫН ЗЕРТТЕУ

Педагогикалық зерттеу проблемаларының бірі фрустрация сезімінің пайда болу себебін нақты түсінбеумен байланысты. Фрустрация жоғарғы білім беру жүйелеріндегі оқытудың салыстырмалы түрде аз зерттелген бөлігі болып табылады. Фрустрация жағдайы студенттердің психикалық жай-күйін өзгертіп ғана қоймай, академиялық үлгерімдері мен құрдастарымен қарым-қатынастарына да әсер етеді. Көңілсіздік сезімін қалыптастыруға ықпал ететін жеке қасиеттердің кең спектрі мен әртүрлі факторлар кездеседі. Академиялық қысым, тұрақты қиындықтар және оқудағы кедергілерге және т.б. жағдайлар көңілсіздік сезімінің артуына, күйзеліске, өзін-өзі бағалаудың төмендеуіне және оқуға мотивацияның болмауына әкеледі.

Бұл мақалада көңілсіздік пен оның оқушылардың мотивациясы мен үлгеріміне әсері арасындағы байланыс зерттелген. Мақалада студенттердің фрустрация деңгейі мен фрустрация жағдайындағы қарым-қатынастарының мазмұнын зерттелді. Мақалада студенттердің көңіл-күйіне салыстырмалы талдау жасалынып, С. Розенцвейгтің фрустрациялық реакция сынағы, Р. Хейвигхерс пен Э. Эриксонның сауалнамасы әдістері қолданыла отырып фрустрация жағдайларының көрсеткіштері анықталды.

Зерттеу әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Философия және саясаттану факультеті, Педагогика және білім беру менеджменті кафедрасында өтті. Зерттеуге 17 бен 27 жас аралығындағы жалпы саны 68 студент, оның ішінде 44 қыз және 24 ұл бакалавриат және магистрант студенттері қатысты.

Түйін сөздер: фрустрация, көңілсіздік, стресс, мотивация, талдау, жеке қасиеттер, студент жастарды педагогикалық-психологиялық сүйемелдеу.

A. Tokhtarov^{1*}, K. Sailybayeva², S. Kungurova²,
A. Yermuratova², A. Abdrakhmanova²

¹Zhansugurov Zhetysy University, Taldykorgan, Kazakhstan

²M.Kh. Dulaty Taraz Regional University, Taraz, Kazakhstan

*e-mail: akniet.mukhtaruly@mail.ru

Studying the relationship of students in situations of frustration

One of the problems of pedagogical research is associated with an implicit understanding of the cause of the feeling of frustration. Disappointment is a relatively little-studied part of learning in higher education systems. The state of frustration not only changes the mental state of students, but also affects academic performance and relationships with peers. There is a wide range of personal qualities and various factors contributing to the formation of feelings of disappointment. Academic pressure, constant difficulties and obstacles in learning, etc. situations lead to increased feelings of frustration, stress, low self-esteem and lack of motivation to learn.

This article explores the relationship between frustration and its impact on students' motivation and academic performance. The article examines the content of the relationship between students in terms of the level of frustration and frustration. The article provides a comparative analysis of students' moods, identifies indicators of cases of frustration using the methods of the S. Rosenzweig frustration reaction test, R. Havighers and E. Erickson questionnaire.

The study was conducted at Al-Farabi Kazakh National University, Faculty of Philosophy and Political Science, Department of Pedagogy and Management of Education. The study involved 68 students aged 17 to 27 years, including 44 girls and 24 boys, undergraduate and graduate students.

Key words: frustration, disappointment, stress, motivation, analysis, personal qualities, pedagogical and psychological support of students.

А.М. Тохтаров^{1*}, К.А. Сайлыбаева², С.Н. Кунгурова²,
А.Т. Ермуратова², А.Т. Абдрахманова²

¹Жетысуский университет имени И. Жансугурова, г. Талдыкорган, Казахстан

²Таразский региональный университет М.Х. Дулати, г. Тараз, Казахстан

*e-mail: akniet.mukhtaruly@mail.ru

Исследование взаимоотношений студентов в условиях фрустрации

Одна из проблем педагогического исследования связана с неявным пониманием причины возникновения чувства фрустрации. Разочарование—относительно малоизученная часть обучения в системах высшего образования. Состояние фрустрации не только меняет психическое состояние обучающихся, но и влияет на успеваемость и отношения со сверстниками. Встречается широкий спектр личностных качеств и различных факторов, способствующих формированию чувства разочарования. Академическое давление, постоянные трудности и препятствия в обучении и т. д. ситуации приводят к усилению чувства разочарования, стрессу, заниженной самооценке и отсутствию мотивации к обучению.

В этой статье исследуется взаимосвязь между разочарованием и его влиянием на мотивацию и успеваемость обучающихся. В статье изучено содержание взаимоотношений обучающихся в условиях уровня фрустрации и фрустрации. В статье проведен сравнительный анализ настроения учащихся, выявлены показатели случаев фрустрации с использованием методов теста фрустрационной реакции С. Розенцвейга, анкета Р. Хейвигхерса и Э. Эриксона.

Исследование проводилось в Казахском национальном университете им. Аль-Фараби, факультете философии и политологии, на кафедре педагогики и менеджмента образования. В исследовании приняли участие 68 студента в возрасте от 17 до 27 лет, в том числе 44 девочек и 24 мальчиков, студентов бакалавриата и магистратуры.

Ключевые слова: фрустрация, разочарование, стресс, мотивация, анализ, личностные качества, педагогико-психологическое сопровождение студенческой молодежи.

Кіріспе

Қоғамның өзгермелі қажеттіліктері мен күнделікті өмірдегі, білім алуға қиындықтар студенттер арасында көңілсіздік сезімін тудырды. Қазіргі таңда фрустрациялық жағдайларды күнделікті өмірде кездестіруге болады, олар кең ауқымды (жаһандық) және тар ауқымды (күнделікті) пайда болды.

ЖОО оқитын студент жастардың денсаулығын сақтау мемлекет пен қоғам алдындағы өзекті міндеттердің бірі, себебі студенттер мемлекеттің болашағы. Елімізде ЖОО студенттер саны 604 мыңнан асады. Алдағы онжылдықта бұл көрсеткіш 1 миллионға жетеді деп хабарлайды ҚР ғылым және жоғары білім министрі Саясат Нұрбек(2022).

XXI ғасырда жастардың денсаулық жағдайы оның қарқынды өсуі мен жеке тұлғаның қалыптасуы, психологиялық процестер адамның жас ерекшеліктеріне байланысты. Нәтижесінде қазіргі таңда жастар айналасында болып жатқан катаклизмдерге осал, қоршаған ортаның қолайлы және жағымсыз факторларына сезімтал (Каусова, 2017) .

Сондықтанда студенттердің психологиялық денсаулығына қамқорлық жасау ЖОО орта-

сында міндетті нысаналы бағдарға, оларға білім берудің қазіргі заманғы жоғары сапасына қол жеткізудің көрсеткішіне айналып отыр (Даму жоспары,2021).

Қазақстан Республикасының Президенті Қасым-Жомарт Тоқаев(2019) педагогтарға арнаған атаулы үндеуінде отандық білім берудің үздік дәстүрлерін сақтауға баса назар аудару керектігін «жоғары білім беру жүйесі іздесте болып, үнемі дамуы тиіс» деп айтады.

Болашақ мамандардың денсаулығы жұмыс берушілерінің қоятын талаптардың бірі, сондықтан студент денсаулығы мемлекет, қоғам және жеке тұлға тарапынан сапалы заманауи білім беруге шоғырландырылған тапсырыстың интеграциялық бөлігі ретінде түсіндіруге болады. Аталмыш талапты орындау студент жастардың жеке басының және психологиялық әлеуетін арттыруға университетте қолайлы психологиялық-педагогикалық климат жасау арқылы ғана мүмкін.

Әдебиетке шолу

Жоғары оқу орындарының студенттері жиі әртүрлі стресстік жағдайларға кезігеді, атап айтқанда: шектен тыс интеллектуалды және (немесе) эмоционалды жүктеме, студенттер тобының

мәдени-әлеуметтік, экономикалық әрқилылығы, университеттегі оқу процессіне бейімделу; қаржылық қиындықтар, аралық емтихан мен сессиялар кезіндегі уақыт режимінің бұзылуы және т.б. Әсіресе жаңадан оқуға түскен I курс студентінің бейімделу процессінде болатын қиындықтардың барлығы стрессті жай-күйге алып келіп, нәтижесінде оқуға деген құлшынысына және денсаулығына кері әсер етуі мүмкін, бұл студентінің эмоционалдық, танымдық, мотивациялық, және мінез-құлық салаларының бұзылуына алып келіп соғады.

Аталмыш себептерден бөлек студенттер оқуда күрделі мазмұнды түсінуде қиындықтарға тап болғанда, академиялық қысым, құрдастарының бәсекелестігі, ата-аналары мен жағындарының жоғары үміттері, қысқа мерзімде көп ақпаратты меңгеруге деген ұмтылыс білім алушыларды фрустрация күйін сезінуге алып келуі мүмкін.

Фрустрация – қанағаттанбаушылықтың күрделі формасы ретінде тұлғаның эмоционалды саласы және жеке басына орасан зор әсер етеді. Фрустрацияларды жеңе білу қабілеті тұлғаның жеке әлеуетінің және эмоционалды тұрақтылығының бірден бір маңызды құрамдас бөлігі болып табылады. Осыған байланысты студенттердің фрустрация жағдайындағы қарым-қатынасын зерттеу және көңілсіздік күйін жеңу жолдарын дамыту бағдарламаларын әзірлеу қазіргі білім беру саласындағы өзекті сұрақтардың бірі. Фрустрация құбылысын зерттеу аумағы психология, сонымен қатар педагогика саласы.

Фрустрацияны көптеген педагог-психологтар зерттеді: В. Н. Мясищев, С. Розенцвейг, Т.В.Мальцева, Н.Д.Левитов, Е. Novak, Jerry Wilde және т.б.

Психологтар фрустрацияға «кедергілердің салдарынан мотив қанағаттанбаған немесе оның қанағаттануы тежелген кезде пайда болатын сана мен іс-әрекеттің шашыраңқы күйі» деген анықтама береді және бұл с психологиялық құбылысы деп түсіндіреді.

В. Н. Мясищев бойынша фрустрация – нәтижесіз немесе сәтсіз шешілген шешімнің салдары және ол сәтсіздіктер, қанағаттанбау, қол жеткізілмеген арман, іске аспаған мақсат, орны толмас жоғалту секілді ауыр өмірлік тәжірибе сезімі. Қиын пробелемалар мен көңілсіз жағдайдан және өмірлік тәжірибелерден дұрыс, нәтижелі жол таба алмауы тұлғаны эмоционалды жаралануға, өзін-өзі сенімнің, өзін-өзі бағалаудың төмендеуіне, өзіне және айналасындағы адамдарға деген күдік сезіміне әкеледі (Юрова,2016).

Т.В.Мальцеваның (2012) пікірінше, фрустрация – «қарама-қайшылықтармен», құлшыныспен пен пен жеке тұлғаның мүмкіндіктері арасындағы айырмашылықтармен сипатталатын жан-жақты психологиялық құбылыс .

Н.Д.Левитов(1967) «фрустрация – еңсерілмейтін немесе субъективті түрде ұсынылған қиындықтармен адам өзінің мінез-құлығын ұзақ уақыт блоктау алып келетін іс-әрекеттің, қарым-қатынастың дұрыс ұйымдастырылмауында көрінетін күрделі эмоционалды тұлға жағдайы» деген анықтама береді.

Ал алыс шет ел ғалымдарының әдебиеттерінде фрустрация күтпеген когнитивті немесе технологиялық қиындықтарға жауап ретінде адамдар сезінетін жағымсыз белсендіруші эмоция ретінде қарастырылады(Бутс, 2015).

Фрустрация – бұл мақсатқа жету жолындағы кездесетін кедергілердің әсерінен күтілетін нәтиже. Мақсат теориясына сәйкес, адамның өз алдына мақсат қоюы жұмысының тиімділігінің артуына оң әсер етеді. Сонымен қатар, мақсатқа жету дәрежесі және оның маңыздылығы, тапсырманың күрделілігі және оқуға берілген материалдар сияқты факторлар студенттердің мақсатына жетуге кедергі келтіретін кедергілерге қалай жауап беретініне әсер етеді (Новак,2023).

Студенттерді фрустрация жағдайына алып келуі мүмкін факторлар:

- *Тапсырмалардың күрделілігі.* Студенттер тым күрделі немесе қазіргі біліктілік деңгейінен тыс тапсырмаларға тап болған кезде реніш немесе көңілдері қалуы мүмкін.

- *Шектен тыс артылған сенім:* ата-аналардың немесе оқытушылардың шамадан тыс сенім артуы немесе үміт күтуі студенттерді өздерін осы стандарттарға сәйкес келе алмайтындай сезіндіріп, өзіне деген сенімсіздікке әкелуі мүмкін.

- *Академиялық талап және шамадан тыс оқу жүктемесі:* сабақ кестесінің ыңғайсыз құрылуы және тапсырмалардың көптігі студенттерді шамадан тыс жүктейді, демалуға және жеке өмірге уақыттың жетіспеушілігі көңілсіздік сезімін тудырады.

- *Құрдастар арасындағы бәсекелестік:* академиялық жетістіктер, үнемі жетістікке жетуге деген ұмтылыс, сәтсіздіктерге ұшырауға деген қорқыныш немесе қоғамдық қабылдау үшін құрдастар арасындағы бәсекелестік өзін төмен сезінуге және алаңдаушылыққа әкелуі мүмкін.

- *Әлеуметтік қабылдамау:* қорқыту, булинг, алып тастау немесе әлеуметтік қабылдамау жағдайлары студенттің өзін-өзі бағалауына

айтарлықтай әсер етіп, көңілсіздікке ықпал етуі мүмкін (Нандита,2023).

С. Розенцвейг(1945) өз зерттеуінде фрустраторлардың келесі түрлерін анықтады :

- Қол жетпеу немесе басқаша айтқанда, қажеттілікті қанағаттандыру құралдардың болмауы, ол сыртқы және ішкі болуы мүмкін. Сыртқы айырылудың (қол жетпеудің) мысалы ретінде қарыны ашқанына қарамастан өзін тамақпен қамтамасыз ете алмау секілді сезімді көрсетуге болады. Ішкі айырудың (жеткіліксіздік) мысалы – мақсатқа жету үшін қажетті белгілі бір білімнің, дағдылардың жетіспеуі.

- Конфликттер. Бұл санатқа кез-келген басқа адамдармен немесе қоғаммен қақтығыстар жатады. Ішкі жанжал адам ішіндегі белгілі бір сезімдердің қарама-қайшылықтарының нәтижесінде «қалау» және «керек» мотивтерінің қақтығысымен байланысты.

- Айырылысу сезімдері. Фрустраторлардың бұл түріне жақын адамның қайтыс болуы, құндылықтардың жоғалуы немесе ауысуы, денсаулық проблемалары, физикалық шектеулер жатады.

Өз қажеттіліктерін қанағаттандырмауға жиі жолығу фрустрацияның пайда болуына және одан әрі дамуына әсер етеді. Одан бөлек, көңілсіздік күйінің қалыптасуы адамның жеке ерекшеліктерімен, қиын өмірлік жағдайларға деген реакциясымен және күресу қабілетімен анықталады. Фрустрацияға жағдайына жиі соқтығысу ықтималдығы темпераментке, жеке көзқарастарға, мәдениет деңгейіне және құндылықтарымен сенімдерне байланысты болуы мүмкін.

Жеке қасиеттер уақыт пен ситуацияларда салыстырмалы түрде тұрақты болатын танымның, эмоцияның және мінез-құлықтың өзіндік үлгілерін сипаттайтын бірлік. Жеке қасиеттер екі негізгі компоненттен тұрады: белгілердің тұрақты деңгейлері және уақыттың әр сәтіндегі өзгермелі жеке көріністер(Ирвинг,2020). Мысалы, адамда экстраверсияның типтік деңгейі бар, ол көптеген жағдайларда көрінеді, бірақ кейде олар қоршаған ортаның шектеулері мен ережелеріне байланысты аталған типтік деңгейден. Тұлғаның өзгермелі көріністері жеке қасиеттердің бір түрден екінші түрге өзгеретінін білдірмейді, керісінше жеке тұлғаның көрінісі тұрақты қасиеттер деңгейіне байланысты икемді болады (Флисон,2015).

Студенттерді фрустрация жағдайынан алшақтатып, үлгерім және сабаққа қатысу көрсеткіштерін арттыратын факторлар

- академиялық даярлық – СӨЖ, СОӨЖ, курстық жұмыста жоғары тәртіпті ойлау дағдыларына, сондай-ақ студенттің тапсырманы орындауға жұмсайтын уақытына баса назар аудару;

- белсенді және бірлескен оқыту – сабақтардан бөлек, сабақтан тыс іс-шараларға қатысу;

- студенттер мен оқытушылардың өзара іс-қимылы – оқытушылармен талқылау және олармен оқытушылар тарапынан кері байланыстың болуы;

- оқытудың терең тәсілдері – жоғары деңгейлі ойлау дағдыларына баса назар аудару;

- аудиториялық сабақтардағы белсенділік практикасы – топта, шағын топтарда жұмыс істеуге, сабақтарға мәтіндер жазуға, студенттердің презентацияларына және оқытушы мен студенттің басшылығымен іс-шараларға уақыт бөлу;

- зияткерлік дағдылар – нақты жазуға және ауызекі сөйлеуге, проблемаларды талдауға, кейстарды шешуге және өз бетінше оқытуға ерекше назар аударылатын курстар;

- жеке және әлеуметтік жауапкершілік – өзін және басқа нәсіл мен этникалық топтағы адамдарды түсінуге, оларға толерантты қарым-қатынас жасауға баса назар аударатындай құрылымдалған курстар(Уайлд,2012).Ш

Бұдан бөлек фрустрация жағдайын жеңуге ықпал ететін бірқатар жағдайларға мыналар жатады: құндылықтардың тұрақты жүйесінің болуы, бейімделу және қоршаған ортаға икемділік, оптимистік көзқарас, өз эмоцияларын басқара білу, ерік қасиетін дамуы, өзін-өзі адекватты бағалау, мәселелерді уақтылы шешу, конфликті жағдайларды тудырмау.

Зерттеу әдістері. Мақалада студенттердің фрустрация жағдайы, көңіл-күйінің деңгейі мен мазмұнын зерттелді.

1. Е.Н. Осин мен Д.А. Леонтьевтің жалғыздық тәжірибесінің дифференциалды сауалнамасы.

2. С.Г. Корчагинаның жалғыздық түрін анықтауға арналған сауалнама.

3. Айзенк бойынша психикалық күйлердің өзін-өзі бағалауын диагностикалау әдістемесі.

4. Л.И. Вассерманның әлеуметтік күйзеліс деңгейін диагностикалау әдістемесі (В.В. Бойконың модификациясы).

Статистикалық деректерді өңдеу үшін:

- сипаттамалық талдау (қалыпты үлестіруді тексеру, сипаттамалық сипаттамалар);

- Манн – Уитнидің U критерийін қолдана отырып, айырмашылықтарды талдау.

- корреляциялық талдау (Пирсонның корреляция коэффициенті).

Осылайша, зерттеуге қатысушыларға жалғыздықтың субъективті сезімінің болуын анықтауға, тәжірибе дәрежесін және бастан кешкен жалғыздықтың түрін анықтауға, сондай-ақ осы құбылыстың жағымды тәжірибесінің болуын анықтауға мүмкіндік беретін әдістер ұсынылды. Сонымен қатар, фрустрация деңгейін және басқа психикалық күйлерді анықтауға бағытталған әдістер ұсынылды.

С. Розенцвейгтің фрустрациялық реакция сынағы, Р. Хейвигхерс пен Э. Эриксонның сауалнамасы. Эмпирикалық материалды статистикалық талдау әдісі t-тәуелсіз үлгілерге арналған студенттік критерий.

Зерттеу базасы: әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Философия және саясаттану факультеті, Педагогика және білім беру менеджменті кафедрасы.

Зерттеу контингентін 17 бен 27 жас аралығындағы бакалавриат және магистрант студенттер құрады, олардың саны 68 адам, оның ішінде 44 қыз және 24 ұл студент.

Оқу орнындағы бейімделу процесінде бірінші курс студенттері көңілсіздік жағдайына тап болатыны анық. Фрустрацияның ұйымдастырылмайтын сипаты іс – әрекеттің өнімділігіне зиянды әсер етеді, ал оқу қызметі де ерекшелік емес.

Бұрынғы мектеп оқушыларының әртүрлі мәселелерді шешу және қиын өмірлік жағдайларды сауатты жену дағдыларының болмауы көбінесе бейімделуге және оқу мен тұлғааралық қатынастарда қиындықтардың пайда болуына әкеледі. Нәтижесінде академиялық қарыздар пайда болады және оқу орнынан кету қаупі бар, оқытушылармен және курстастарымен жанжал туындау қаупі артады. Мұндай жағдай, әрине, студент үшін белгілі бір стресс болып табылады, бірінші курс студентінің көңіл-күйінің пайда болуы мен дамуына ықпал етеді. Басқаша айтқанда, көңілсіз жағдайлар студентті білім алудың жаңа жағдайларына батыру процесінің ажырамас бөлігі болып табылады, бұл көбінесе студенттің университетте оқуға деген жиынтық қатынасына әсер етеді.

Зерттеу нәтижелері және талқылау

Эмпирикалық зерттеуді ұйымдастыру мен жүргізудің негізгі кезеңдері:

1 кезең-дайындық: зерттеу мәселелерін талдау, кейінгі диагностиканың әдістерін таңдау.

2 кезең – зерттеу: субъектілерге нұсқаулық беру, тестілеу.

3 кезең – жалпылау: алынған тестілеу нәтижелерін өңдеу, алынған нәтижелерді талдау және түсіндіру.

Әдістемелердің сипаттамасы:

1. Е.Н. Осин мен Д.А. Леонтьевтің жалғыздық тәжірибесінің дифференциалды сауалнамасы

Бұл әдіс жеке тұлғаның жалғыздыққа қатынасы туралы экзистенциалды идеяларға негізделген сауалнама болып табылады, оған сәйкес жалғыздықты экзистенциалды факт ретінде қабылдау адамға жалғыздық жағдайларын бағалауға және оларды аутокоммуникация мен жеке өсу үшін ресурс ретінде пайдалануға мүмкіндік береді. Жалғыздықтан бас тарту немесе қорқу, керісінше, жалғыздықтан аулақ болуға, әлеуметтік байланыстарды үнемі іздеуге әкеледі, бұл адамның өзімен кездесуден аулақ болуына және жеке өсуге кедергі келтіреді. Әдістемені 2013 жылы Е.Н. Осин және Д.А. Леонтьев құрастырды және растады.

Ішкі құрылым

Сауалнаманың толық нұсқасында 8 субшкала мен 3 шкалаға топтастырылған 40 мәлімдеме бар.

1-субшкаласында «Оқшаулау» жақын байланыста болуы мүмкін адамдардың жоқтығы туралы мәлімдемелер бар.

2-субшкала «Жалғыздық тәжірибесі» респонденттің жалғыз адам ретіндегі «мен» бейнесін құрастыратын жалпы тұжырымдарды қамтиды.

3-субшкала «Иеліктен шығару» айналадағы адамдармен мағыналы байланыстардың жоқтығын көрсетеді.

4-субшкала «Жалғыздық Дисфориясы» жалғыз қалуға байланысты жағымсыз сезімдерді өлшейді.

5-субшкала «Жалғыздық проблема ретінде» жалғыздықты құбылыс ретінде теріс бағалауды көрсетеді.

6-субшкала «Компанияға қажеттілік» кіші шкаласы қарым-қатынастың тәжірибелік қажеттілігін өлшейді.

7-субшкала «Жалғыздық қуанышы» адамның жалғыздық пен жалғыздықты қабылдауын өлшейді.

8-субшкаласында «Құпиялылық ресурсы» құпиялылықтың өнімді аспектілерін көрсететін мәлімдемелер бар.

1-3 субшкалалардың қосындысы жалғыздықтың өзекті сезімінің дәрежесін, басқа адам-

дармен тығыз қарым-қатынастың болмауын көрсететін «жалпы жалғыздық» шкаласы бойынша балл береді. ҚБ шкаласы бойынша жоғары ұпайлар оқшаулану тәжірибесінің өзекті ауырлығымен, эмоционалды жақындықтың немесе адамдармен байланыстың жетіспеушілігімен және респонденттің өзін жалғыз, оқшауланған адам ретінде тануымен байланысты. ҚБ шкаласы бойынша төмен ұпайлар респонденттің жақындық пен қарым-қатынастың жетіспеушілігімен байланысты жалғыздықтың ауыр тәжірибесін сезінбейтінін және өзін жалғыз адам деп санамайтынын көрсетеді.

4-6 субшкалалардың қосындысы жалғыздықтан бас тартуды, жалғыз қалуға қабілетсіздікті көрсететін «қарым-қатынасқа тәуелділік» шкаласы бойынша балл береді. Осы шкала бойынша жоғары ұпайлар респонденттің жалғыздық туралы теріс түсінігін және жағымсыз немесе ауыр тәжірибелермен байланысты жалғыздық жағдайларын болдырмау үшін кез келген жағдайда қарым-қатынас іздеуге бейімділігін көрсетеді. Бұл шкала бойынша төмен ұпайлар, керісінше, жалғыздық тәжірибесіне, жалғыздық жағдайларына және жалғызбасты адамдарға сабырлы, толерантты көзқарасты көрсетеді.

7-8 субшкалалардың қосындысы адамның жеке өмірінде ресурс табу, оны өзін-өзі тану және өзін-өзі дамыту үшін шығармашылықпен пайдалану қабілетін өлшейтін «оң жалғыздық» шкаласы бойынша балл береді. Осы шкала бойынша жоғары ұпайлар респонденттің жалғыздық жағдайында жағымды эмоцияларды сезінетінін, оларды бағалай білетінін және өз өмірінде саналы түрде жалғыз уақыт өткізуге тырысатынын көрсетеді. Бұл шкала бойынша төмен ұпайлар респонденттің жеке өмір жағдайында ресурс таба алмауын және жеке өмірге байланысты жағымды эмоциялардың болмауын көрсетеді. Аэробатикалық зерттеулерге сәйкес, оң жалғыздық көрсеткіші шығармашылық белсенділікпен байланысты.

Жалғыздық тәжірибесінің дифференциалды сауалнамасы-жалғыздықты көп өлшемді құбылыс ретінде зерттеуге бағытталған түпнұсқа психодиагностикалық құрал, оның ішінде бетінде жатқан және ғылыми зерттеу объектісі ретінде ұзақ уақыт қызмет еткен жағымсыз жақтар да, позитивті жақтар да бар, олар онша айқын емес және аз назар аударады, бірақ жетілген өзін-өзі анықтайтын тұлғаның дамуында үлкен рөл атқарады. Әдістеменің орыс тілінде де, шетелде де баламасы жоқ. Ол әртүрлі зерттеу және

қолданбалы қонахтарда қолданыла алады және жалғыздықты маңызды және даулы адам құбылысы ретінде зерттеуге және түсінуге жаңа серпін бере алады.

2. С.Г. Корчагинаның жалғыздық түрін анықтауға арналған сауалнама

Сауалнама жалғыздықты сезіну деңгейін және оның түрін анықтауға арналған. Шкалалар: диффузиялық, оқшауланған, диссоциацияланған жалғыздық.

Диффузиялық жалғыздықты бастан кешіретін адамдар тұлғааралық қатынастардағы күдік пен қарама-қайшы тұлғалық және мінез-құлық сипаттамаларының үйлесімімен ерекшеленеді: қақтығыстардағы қарсылық пен бейімделу; эмпатияның барлық деңгейлерінің болуы; қозғыштық, мазасыздық және мінез-құлықтың эмоционалдылығы, коммуникативті бағыт. Көптеген жағдайларда мұндай қарама-қайшылық табиғи түрде әртүрлі психологиялық ерекшеліктері бар әртүрлі объектілері (адамдар) бар адамды анықтаумен түсіндіріледі. Диффузиялық жалғыздықтың өткір тәжірибесі жағдайында адам басқа адамдарға ұмтылады, олармен қарым-қатынаста өзінің болмысын, маңыздылығын растайды деп үміттенеді. Бұл сәтсіздікке ұшырайды, өйткені адам өз мағынасында сөйлеспейді, өзін бөліспейді, айырбастамайды, тек екіншісінің личинасын сынап көреді, яғни онымен тірі Айнаға айналады. Мұндай адамдар жанашырлық пен қолдауды іздеу стратегиясын таңдау арқылы стресстерге өте қатты жауап береді. Өзінің шынайы, экзистенциалды жалғыздығын интуитивті түрде болжай отырып, адам үлкен қорқынышты сезінеді. Ол осы сұмдықтан адамдарға «қашуға» тырысады және олармен өзара әрекеттесу стратегиясын таңдайды, ол оны кем дегенде уақытша қабылдауды – сәйкестендіруді қамтамасыз етеді деп санайды. Ол кіммен қарым-қатынас жасайтынының пікірлерімен, принциптерімен, моральымен, мүдделерімен абсолютті келісімді көрсетеді. Негізінде, адам сәйкестендіру объектісінің психикалық ресурстарымен өмір сүре бастайды, яғни басқасының есебінен өмір сүреді. Адамның шынайы қарым-қатынасына ұмтыла отырып, ол осы ұмтылысты жүзеге асырудың ең кішкентай мүмкіндігін қалдырмайтындай әрекет етеді. Мұның салдары, әрине, қорқынышқа, көңілсіздікке және оның өмір сүруінің мағынасыздығын сезінуге толы жалғыздықтың ең қатал тәжірибесі. Бұл жағдайдың сәтті терапиясымен клиенттердің жеке сипаттамалары үйлесімділік пен үйлесімділікке қарай өзгереді, алшақтата-

тын жалғыздық қозғыштықта, мазасыздықта, мінездің циклотимділігінде, эмпатияның төмендігінде, қақтығыстардағы қарама-қайшылықта, ынтымақтастыққа қабілетсіздікте, тұлғааралық қатынастардағы күдік пен тәуелділікте көрінеді.

Жеке тұлғаның оқшаулану тенденциясының басым болуының салдары адамды басқа адамдардан, қоғамда қабылданған нормалар мен құндылықтардан, жалпы әлемнен алшақтату болып табылады. Бұл жағдайда маңызды байланыстар мен байланыстардың, қарым-қатынастағы жақындықтың, құпиялылықтың, бірлік қабілетінің жоғалуы байқалады. Адам өзін тастап кеткендей сезінеді, адасады, өзіне жат және түсініксіз әлемге тасталады. Ол қазірдің өзінде қажетті жауап пен түсіністік таба алмайды. Тыңдау, түсіну, қабылдау, түсіну көбінесе өз пайдасыздығына, қызығушылығына деген сенімге әкеледі. Бұл туралы ой сананы игергенде, өмірге деген қызығушылық жоғалады. Адам өзінің болмысын өзінен ажыратылған деп бағалайды. Оның өмірі түсінде болып жатқан сияқты, және ол оған бейсаналық түрде оған баса назар аударып, баса назар аудара білгенімен жауап береді: бас тарту, бас тарту, немқұрайлылық. Өмірге деген мұндай көзқарас оны төзгісіз етеді, сондықтан суицид туралы ойлар жиі кездеседі. Әдетте біз мұндай адамдарда сенімсіздік, күдік, басқаларға жаман ниет, сағыныш, депрессия, сирек мазасыздықты байқаймыз. Егер адам саналы түрде жалғыздық жағдайында екенін, біреумен бөлісе алмайтынын түсінсе, бұл таңқаларлық емес, өйткені оның ойынша, жақын жерде тыңдауға және түсінуге қабілетті ешкім жоқ). «Иеліктен шығару» термині уақыт бойынша процесс пен күйдің ұзақтығын, бір жағынан, екінші жағынан, иеліктен шығарудың екі жақты сипатын білдіреді, яғни уақыт өте келе иеліктен шығару объектілері оның субъектілеріне айналады және мұны жалғыздықтың осы түрін бастан өткерген адамға қатысты көрсетеді.

Жалғыздықтың келесі түрі-диссоциацияланған-тәжірибе бойынша да, шығу тегі мен көріністері бойынша да ең күрделі мемлекет. Оның генезисі айқын сәйкестендіру және иеліктен шығару процестерімен және тіпті бір адамдарға қатысты олардың күрт өзгеруімен анықталады. Біріншіден, адам өзінің өмір салтын қабылдап, оны ұстану арқылы басқамен сәйкестендіреді, «өзі сияқты» шексіз сенеді. Дәл осы» өзі сияқты «осы жағдайдың психологиялық генезисін түсінуге негіз болады. Толық сәйкестендіруден кейін адамның өзіне деген шынайы көзқарасын

көрсететін бір объектіден күрт алшақтау жүреді. Олардың жеке басының кейбір жақтарын адам қабылдайды, ал басқаларын қатаң түрде қабылдамайды. Осы қабылданбаған қасиеттердің проекциясы сәйкестендіру объектісінде көрінгеннен кейін, соңғысы бірден толығымен қабылданбайды, яғни өткір және сөзсіз иеліктен шығару орын алады. Жалғыздық сезімі өткір, айқын, саналы, ауыр. Диссоциацияланған жалғыздық мазасыздықта, қозғыштықта және мінездің демонстрациясында, қақтығыстардағы қарама-қайшылықта, жеке фокуста, жоғары және төмен эмпатияның үйлесімінде (орта деңгей болмаған кезде), тұлғааралық қатынастардағы өзіншілдік пен бағыныштылықта көрінеді, бұл, әрине, қарама-қарсы тенденциялар.

3. Эйзенк бойынша психикалық күйлердің өзін-өзі бағалауын диагностикалау әдістемесі

Бұл тест мазасыздық, фрустрация, агрессивтілік және қаттылық сияқты психикалық жағдайларды диагностикалау арқылы тұлғаның психологиялық жағдайын зерттеуге бағытталған.

Шкалалар: мазасыздық, ашуланшақтық, агрессивтілік, қаттылық.

Әр түрлі психикалық күйлердің сипаттамасы ұсынылады. Егер бұл жағдай жиі байқалса, онда 2 балл қойылады, егер бұл жағдай орын алса, бірақ кейде 1 балл қойылады, егер ол мүлдем сәйкес келмесе – 0 балл.

4. Л.И. Вассерманның әлеуметтік күйзеліс деңгейін диагностикалау әдістемесі (В. В. Бойконың модификациясы)

Сауалнама әлеуметтік әл-ауқатты, соның ішінде өмір сапасының әлеуметтік құрамдас бөлігін бағалауға арналған түпнұсқа зерттеу құралы болып табылады.

Әлеуметтік күйзеліс адамның (дені сау немесе одан да көп науқас) өзінің өзекті әлеуметтік қажеттіліктерін жүзеге асыра алмауының салдары ретінде қарастырылады. Бұл қажеттіліктердің әр адам үшін маңыздылығы жеке, өзін-өзі тануға (өзін-өзі бағалауға), өмірлік мақсаттар мен құндылықтар жүйесіне, жеке қабілеттерге және проблемалық және дағдарыстық жағдайларды шешу тәжірибесіне байланысты. Сондықтан әлеуметтік күйзеліс, нақты әлеуметтік жағдайдың салдары бола отырып, жеке сипатта болады, әлеуметтік фрустраторлардың стресстік сипатын анықтайды, мысалы, отбасы мен жұмыстағы қатынастарға, білімге, әлеуметтік-экономикалық мәртебеге, қоғамдағы жағдайға, физикалық және психикалық денсаулыққа, жұмысқа қабілеттілікке және т. б. нақты параметр-

лерді бағалау Нақты ішкі мазмұнмен толтыруға мүмкіндік береді және адамның әлеуметтік қызметі және оның бейімделу мүмкіндіктері тұрғысынан өмір сапасы туралы түсінік. Басқаша айтқанда, әлеуметтік Фрустрацияны фрустрациялық факторлардың әсеріне жауап ретінде пайда болатын жеке тұлғаның тәжірибесі мен қарым-қатынасының нақты кешені ретінде қарастыруға болады.

Әлеуметтік фрустрация, құрылымы жағынан күрделі психологиялық айнымалы ретінде, бұл әдістемеді сарапшылар қоғамда және осы мәдениетте өмір сүретін кез – келген ересек, негізінен еңбекке қабілетті адам үшін гипотетикалық тұрғыдан маңызды деп бөлген тұлғалық қатынастардың 20 саласындағы «қанағаттану-қанағаттанбау» деңгейімен анықталады. Әрине,

жеке адамдар үшін қарым-қатынастың кейбір салалары өзекті болмауы мүмкін, мысалы, ата-аналармен (ата-аналар жоқ), балалармен (балалар жоқ) және т. б. Сондықтан, осы салалардағы «қанағаттану – қанағаттанбау» деңгейін бағалау субъектілерге белгіленбейді.

Зерттеу барысында алынған нәтижелерге жүгінейік. Деректерді статистикалық өңдеу IBM SPSS Statistics 24 бағдарламасы арқылы жүргізілді.

Е.Н. Осин мен Д.А. Леонтьевтің «Жалғыздық тәжірибесінің дифференциалды сауалнамасы» әдісін қолдана отырып, сауалнама нәтижелері.

«Жалғыздықты сезінудің дифференциалды сауалнамасын» пайдалану кезінде алынған нәтижелерді талдау барысында келесі мәліметтер алынды (1-кесте):

1-кесте. «Жалғыздық тәжірибесінің дифференциалды сауалнамасын» қолдану арқылы алынған шкала бойынша ауырлық дәрежесі

Шкала	Ауырлық дәрежесі, %		
	жоғары	орта	Төмен
Жалғыздықтың жалпы тәжірибесі	10	35	55
Байланысқа тәуелділік	29	47	24
Позитивті жалғыздық	92	7	1

Осылайша, бұл үлгіде диссоциацияланған жалғыздық басым-50%. Диссоциацияланған жалғыздық сәйкестендіру және оқшаулау механизмдерінің айқын көрінісін ғана емес, сонымен бірге олардың күрт өзгеруін де білдіреді. Бұл шығу тегі мен көрінісі бойынша жалғыздықтың ең ауыр жағдайы. Біздің үлгіде жалғыздықтың бұл түрінің басым болуы респонденттердің жасына байланысты болуы мүмкін (негізінен 17-18 жас). Бұл жас өзін-өзі іздеумен, өзін-өзі анықтауға тырысумен, өз мақсаттары мен ұмтылыстарын білумен, болашақ өмірге тұтастай алғанда да, кәсіби қалыптасу тұрғысынан да жоспар құрумен сипатталады. Бұл процестердің барлығы айналадағы адамдарда да, өздерінде де жаңа нәрсе табуды, содан кейін белгілі бір жеке қасиеттерді қабылдауды немесе қабылдамауды (яғни сәйкестендіру немесе оқшаулау) қамтиды. Сондай-ақ, жалғыздықтың осы түрін бастан ке-

шіру үрдісі субъектілердің қалыптаспаған, нәрестелік дүниетанымымен байланысты болуы мүмкін.

Бұл үлгіде екінші орында оқшауланған жалғыздық-26,5%. Оқшаулау жалғыздығы оқшаулау механизмдерінің сәйкестендіру механизмдерінен басым болуымен байланысты. Біздің жағдайда жалғыздықтың бұл түрін бірінші курс студенттерінің жағдайларымен түсіндіруге болады. Жаңа ұжым, жақын байланыстардың болмауы, топта қалыптасқан әлеуметтік рөлдердің болмауы және қалыптасқан қарым – қатынас процестері-басқалармен өзара әрекеттесудегі барлық қиындықтар оқшаулануға және иеліктен шығаруға әкелуі мүмкін.

Эйзенк бойынша психикалық күйлердің өзін-өзі бағалау диагностикасын қолдану кезінде алынған нәтижелерді өңдеу барысында қарама-қайшы деректер алынды (3-кесте).

3-кесте. Психикалық жағдайлардың өзін-өзі бағалауын диагностикалау нәтижелері (Г. Айзенк)

Сауалнама шкаласы	Ауырлық дәрежесі, %		
	Жоғары	орта	Төмен
Мазасыздық	5,9	53,9	40,2
Көңілсіздік	2,9	38,2	58,8
Агрессивтілік	9,8	47,1	43,1
Қаттылық	8,8	58,8	32,4

Нәтижелер респонденттердің жартысынан көбінде мазасыздықтың, агрессивтіліктің және қаттылықтың орташа және жоғары дәрежесі бар екенін көрсетеді. Сауалнамаға қатысқан студенттердің көпшілігі (53,9%) мазасыздықтың орташа деңгейімен сипатталады. Бұл бірінші курс студенттерінде сөзсіз болатын бейімделу процестеріне байланысты болуы мүмкін. Жаңа ұжым, оқытудың жаңа тәртібі, жаңа талаптар, әртүрлі бақылау және тексеру шаралары – мұның бәрі стрессті тудыруы мүмкін, яғни алаңдаушылықты күшейтеді.

Орташа қаттылық деңгейі бар респонденттердің жоғары пайызы (58,8%) субъектілердің жасына және олардың елеусіз тәжірибесіне және қоршаған ортаның өзгерген жағдайларына бейімделудің нашар дамыған дағдыларына, сондай-ақ маңызды шешімдерді жедел және дербес қабылдай алмауына байланысты болуы мүмкін.

Оқу процесінде қиындықтарды мүмкіндігінше тез жеңе алмау, жаңа ортамен байланыс орнату, жоғары оқу орнының талаптарына сәйкес келмеу, қарапайым тілмен айтқанда, қажетті нәтижелердің шындыққа сәйкес келмеуі ашуланшақ, тітіркендіргіш, агрессияны тудыруы мүмкін. Бұл респонденттердің шамамен 10% –

агрессив агрессивтілік деңгейі жоғары және 47% – орташа деп түсіндіруге болады.

Респонденттер университеттің бірінші курсына кездесетін қиындықтарға қарамастан, сауалнамаға қатысқандардың көпшілігі (58,8 %) көңілсіздік деңгейі төмен. Бұл көптеген студенттердің өмірінде туындайтын қиын жағдайларды жеңе алатындығын көрсетеді. Бұл студенттердің өмірдегі қиындықтарды, соның ішінде оқуда және басқалармен қарым-қатынаста сәтті жеңуге ықпал ететін фрустрациялық төзімділік пен стресске төзімділік дамыған деп болжау қисынды.

Дегенмен, респонденттердің шамамен 41% – ы қиын өмірлік жағдайларға тап болған кезде қиындықтарға тап болады, сауалнамаға қатысқандардың шамамен 3% – ы жоғары ашуланшақтыққа ие, ал басқалары көмек пен қолдауды қажет етуі мүмкін.

Л.И. Вассерманның әлеуметтік күйзеліс деңгейін диагностикалау әдісін қолдана отырып жүргізілген сауалнама нәтижелері (В. В. Бойконың модификациясы) да өте қарама-қайшы (4-кесте). Әлеуметтік күйзеліс дәл әлеуметтік қажеттіліктерді қанағаттандыру мүмкін связистігіне байланысты қарастырылады.

4-кесте. Л.И. Вассерманның әлеуметтік күйзеліс деңгейін диагностикалау әдістемесінің нәтижелері (В. В. Бойконың модификациясы)

Шкала	Ауырлық дәрежесі, %		
	жоғары	орта	төмен
Әлеуметтік күйзеліс	3,9	10,8	85,3

Нәтижелер респонденттердің көпшілігі (85,3%) әлеуметтік күйзеліске ұшырамайтынын көрсетеді, яғни олардың әлеуметтік қажеттіліктері қанағаттанудың максималды деңгейіне жа-

қын, өмір сапасы мен әлеуметтік әл-ауқат деңгейі жоғары деңгейге сәйкес келеді. Әлеуметтік күйзеліс деңгейі төмен сауалнамаға қатысқандардың саны жалпы күйзеліс деңгейі төмен рес-

понденттердің санынан асып түседі, бұл әлеуметтік саладағы қиындықтарды респонденттер еңсерілмейтін деп аз қабылдайды.

Сонымен қатар, сауалнамаға қатысқандардың 4% – ға жуығы әлеуметтік күйзелістің жоғары деңгейімен сипатталады, ал респонденттердің 10,8% – ы орташа деңгеймен сипатталады. Осылайша, респонденттердің 15% – ға жуығы әлеуметтік сипаттағы мәселелерді шешілмейтін немесе шешу қиын деп қабылдайды.

5-кесте. U көрсеткіштер бойынша Манн-Уитни критерийі

Көрсеткіш	Орташа ранг		Критерий	Мәнділігі	Критич.мәнд.
	Одинокие	Неодинокие			
Күйзеліс	54,8	29,7	U	p	$U_{крит}$
Әлеуметтік күйзеліс	51,15	30,35	67	0,000*	149
			103,5	0,002*	149

* $P \leq 0,01$ кезінде айырмашылықтар маңызды

5-кестеде келтірілген мәліметтерден көріп отырғанымыздай, салыстырмалы талдау жалғызбасты және жалғызбасты студенттер арасындағы көңілсіздік деңгейінде айтарлықтай айырмашылықтарды анықтады. Сондай-ақ, жалғызбасты және жалғызбасты студенттердің әлеуметтік күйзеліс шкаласы бойынша айтарлықтай айырмашылықтар анықталды. Осылайша, жалғыздықтың жалпы тәжірибесі шкаласы бойынша жоғары және төмен көрсеткіштері бар топтарды салыстырмалы талдау фрустрация деңгейіндегі сенімді айырмашылықтарды анықтады, бұл субъективті жалғыздық сезімі мен фрустрация арасында-

Эмпирикалық зерттеу нәтижелерін салыстырмалы және корреляциялық талдау

Іріктемеде екі кіші топты бөліп көрсете отырып – жалғыздықтың субъективті тәжірибесінің жоғарылауымен (жалғыз) және төмендеуімен (жалғыз емес), біз ашуланшақтық көрсеткіштері бойынша салыстырмалы талдау жасадық.

Салыстырмалы талдау Манн – Уитни критерийінің U көмегімен жүргізілді. Нәтижелер 5-кестеде келтірілген.

ғы байланыс бар деген гипотезамызды растайды.

Жалғыздықтың субъективті сезім деңгейі мен көңілсіздік деңгейі арасында байланыс бар деген гипотезаны тексеру үшін корреляциялық талдау жүргізілді. Корреляциялық талдау Осин-Леонтьев әдістемесі бойынша «жалғыздықтың жалпы тәжірибесі» шкаласының көрсеткіштерінің Айзенк әдістемесінің фрустрация шкаласымен және Вассерман – Бойко әдістемесінің әлеуметтік фрустрация шкаласымен (бүкіл үлгі бойынша) байланыс дәрежесін анықтау арқылы жүргізілді. Корреляциялық талдау нәтижелері 6-кестеде келтірілген.

6-кесте. Екі әдіс бойынша корреляциялық талдау нәтижелері

Осин-Леонтьев әдістемесі, шкала:	Корреляция коэффициенті	
	Фрустрация	әлеуметтік фрустрация
Жалғыздықтың жалпы тәжірибесі	0,503*	0,484*

*корреляция 0,01 деңгейінде маңызды. $r_{крит} = 0,18$

Корреляциялық талдау жалпы жалғыздық тәжірибесі мен көңілсіздік пен әлеуметтік күйзеліс көрсеткіштері арасындағы $p \leq 0,01$ маңыздылық деңгейінде орташа оң байланыстың болуын анықтады. Осылайша, біздің іріктеуіміз

үшін жалғыздықтың субъективті сезімінің жоғарылауымен көңілсіздік дәрежесі де артады деген болжам әділетті. Басқаша айтқанда, субъективті түрде өзін жалғыз сезінетін адамдар өмірдегі қиын жағдайларды шешілмейтін немесе шешіл-

мейтін деп қабылдауға бейім. Кері болжам да дұрыс, яғни фрустрациялық төзімділік неғұрлым жоғары болса, жалғыздықтың қарқынды тәжірибесінің пайда болуы немесе өршуі соғұрлым аз болады.

Осылайша, жалғыздықтың субъективті тәжірибесі мен ашуланшақтық арасындағы байланыстың болуы туралы біздің гипотезамыз расталады.

«Қарым-қатынасқа тәуелділік» және «жалғыздықтың жағымды тәжірибесі» шкалалары арасында фрустрация мен әлеуметтік фрустрация шкалаларымен маңызды корреляциялар анықталмаған.

«Жалғыздықтың жалпы тәжірибесі» шкаласы үш кіші шкаладан тұратындығын ескере отырып, «оқшаулау», «жалғыздық тәжірибесі», «иеліктен шығару» кіші шкалаларымен фрустрация көрсеткіштері арасында корреляциялық талдау жүргізілді. Корреляциялық талдау нәтижелері 7-кестеде келтірілген.

Бұл корреляциялық талдау «оқшаулау», «жалғыздық тәжірибесі», «иеліктен шығару» ішкі шкалаларының көрсеткіштері мен фрустрация мен әлеуметтік фрустрация шкалаларының көрсеткіштері арасындағы $p \leq 0,01$ маңыздылық деңгейінде орташа оң байланыстың болуын анықтады.

7-кесте. Ішкі шкала көрсеткіштерімен фрустрация көрсеткіштері арасындағы корреляциялық талдау нәтижелері

Осин-Леонтьев әдістемесі, субшкала:	Корреляция коэффициенті	
	Фрустрация	әлеуметтік фрустрация
Оқшаулау	0,308*	0,362*
Жалғыздық тәжірибесі	0,543*	0,365*
Иеліктен шығару	0,425*	0,499*

*корреляция 0,01 деңгейінде маңызды $r_{\text{крит}} = 0,18$

Ұсынылған кестеден көріп отырғаныңыздай, «Фрустрация» шкаласымен байланыстың ең жоғары деңгейі «жалғыздық тәжірибесі» кіші шкаласының көрсеткіштері бойынша анықталды. Бұл осы үлгіде психологиялық жалғызбасты студенттерге төмен фрустрациялық төзімділік тән екенін көрсетеді.

«Әлеуметтік күйзеліс» шкаласымен байланыстың ең жоғары деңгейі «иеліктен шығару» кіші шкаласының көрсеткіштері бойынша анықталды. Бұл нәтиже психологиялық жал-

ғызбасты респонденттердің өздерінің өзекті әлеуметтік қажеттіліктерін, оның ішінде қарым-қатынас қажеттіліктерін іске асыру мүмкінестігі аясында айналасындағы адамдармен маңызды байланыстарының жоқтығын көрсетеді.

Жалғыздықтың жалпы тәжірибесінің көңілсіздік шкалаларымен байланысын талдаудан басқа, біз мазасыздық, агрессивтілік және қаттылық шкаласымен корреляциялық талдау жасадық (8-кесте).

8-кесте. Мазасыздық, агрессивтілік және қаттылық шкаласымен корреляциялық талдау нәтижелері

Шкала	Корреляция коэффициенті
	Жалғыздықтың жалпы тәжірибесі
Мазасыздық	0,407*
Агрессивтілік	-0,02
Қаттылық	0,431*

*корреляция 0,01 деңгейінде маңызды $r_{\text{крит}} = 0,18$

Корреляциялық талдау барысында жалғыздықтың жалпы тәжірибесінің көрсеткіштері мен мазасыздық пен қаттылық шкалаларының көрсеткіштері арасында айтарлықтай орташа оң байланыстар табылды. Бұл осы үлгіде жалғыздықтың субъективті сезімінің жоғарылауы бар респонденттерде мазасыздық пен қаттылық деңгейінің жоғарылағанын көрсетеді. Бұл адамның байланыстарының саны мен сапасына және басқа адамдармен байланысына қатысты ішкі тәжірибесіне байланысты болуы мүмкін. Әлеуметтік байланыстардың қажетті деңгейінің шындыққа сәйкес келмеуі, әрине, алаңдаушылық пен алаңдаушылық тудырады. Мұндай жағдайға деген мінез-құлқыңызды немесе көзқарасыңызды өзгерте алмау респонденттің қаттылығы туралы айтады, бұл субъектілердің жасына және мұндай мәселелерді шешуде жеткілікті тәжірибенің болмауына байланысты болуы мүмкін. Сонымен қатар, өзгермелі жағдайларда мінез-құлқын тез өзгерте алатын мазасыздық деңгейі төмен респонденттерге жалғыздықтың жалпы тәжірибесінің төмен көрсеткіштері де сәйкес келеді. Бұл ойлау мен мінез-құлқының икемділігі, сондай-ақ ішкі тыныштық қарым-қатынасты ыңғайлы құруға және басқалармен қарым-қатынаста қажетті нәтижелерге қол жеткізуге мүмкіндік береді.

Жүргізілген эмпирикалық зерттеу нәтижелері бойынша келесі қорытындылар жасауға болады:

1. С.Г. Корчагинаның «жалғыздық түрін анықтауға арналған сауалнама» әдісінің көмегімен бірінші курс студенттерінің ұсынылған үлгісінде жалғыздықтың басым түрлері анықталды: диссоциацияланған жалғыздық – 50% және оқшауланған жалғыздық – 26,5%.

2. Е. Н.Осин мен Д. А. Леонтьевтің «жалғыздық тәжірибесінің дифференциалды сауалнамасы» әдістемесінің арқасында ұсынылған үлгідегі жалғыздықтың жалпы тәжірибесінің ауырлық дәрежесі анықталды. Субъектілердің 55%-ы «жалпы жалғыздық тәжірибесі» шкаласы бойынша төмен, 35%-ы орташа және 10%-ы жоғары. Осы мәліметтер негізінде үлгіде екі кіші топ бөлінді – «жалғыз» және «жалғыз» студенттер.

3. Эйзенк бойынша «психикалық күйлердің өзін-өзі бағалауын диагностикалау» әдісінің көмегімен респонденттердің көпшілігінде мазасыздықтың, агрессивтіліктің және қаттылықтың орташа және жоғары дәрежесі және көңілсіздіктің төмен деңгейі бар екендігі анықталды.

4. Л.И. Вассерманнның «әлеуметтік күйзеліс деңгейін диагностикалау» (В.В. Бойконың моди-

фикациясы) әдісін қолдана отырып жүргізілген сауалнама респонденттердің көпшілігі (85,3%) әлеуметтік күйзеліске ұшырамайтынын, яғни олардың әлеуметтік қажеттіліктері қанағаттанудың максималды деңгейіне жақын екенін көрсетті.

5. Манн-Уитнидің U критерийін қолдана отырып, салыстырмалы талдау жалғыз және жалғыз респонденттердің ашулану деңгейінде сенімді айырмашылықтардың болуын анықтады. Сенімді айырмашылықтардың болуы жалғыздықтың субъективті сезімі мен көңілсіздік деңгейі арасында байланыс бар деген гипотезаны қолдайды.

6. Корреляциялық талдау шкалалар арасында маңызды орташа оң байланыстардың болуын анықтады:» жалғыздықтың жалпы тәжірибесі «және» Фрустрация»;» жалғыздықтың жалпы тәжірибесі «және» әлеуметтік фрустрация»;» жалғыздықтың жалпы тәжірибесі «және» мазасыздық»;» жалғыздықтың жалпы тәжірибесі «және» қаттылық».

Осылайша, зерттеу нәтижелері жалғыздықтың субъективті тәжірибесі мен ашуланшақтық арасындағы байланыс бар деген гипотезаны қолдайды.

Зерттеудің нәтижелері бейімделуге көмектесу, ашуланшақтық пен жалғыздықтың субъективті сезімін азайту, қиындықтарды жеңудің сындарлы стратегияларын қалыптастыру және соның салдарынан оқу үлгерімін арттыру үшін бірінші курс студенттерімен консультативтік жұмыста пайдаланылуы мүмкін.

Қорытынды

Зерттеу жұмысындағы талдау нәтижесінде студенттер мен жалпы жастардың фрустрация жағдайын оңалтуға бағытталған бағдарламаларды әзірлеу мен жүзеге асырудың өзектілігін айқындайды.

Студенттердегі көңіл-күй деңгейі мен мазмұнындағы біз белгілеген тенденциялар студент жастарды психологиялық сүйемелдеудің маңыздылығын, қажеттілігін анықтайды. Мұндай сүйемелдеу әрбір жеке жағдайда көңілсіз жағдайларды жеке талдауды, нәтижелі күресу стратегияларын дамыту және студенттердің көңіл-күйін жеңудің өнімсіз стратегияларын азайту бойынша жұмысты қамтиды. Психологиялық сүйемелдеудің жеке және топтық оқыту формалары адамды көңілсіз күйлерден босатады, оларды жеңу қабілетін арттырады. Мұндай жұмыс,

өсіресе топта, психологтан сенім, ашықтық, қауіпсіздік кеңістігін құруды талап етеді. Топ мүшелері өздерінің көңілсіз жағдайларын пысықтау үшін қазіргі немесе өткен көңілсіз оқиғаға байланысты жанжалдың мазмұнымен, ойларымен және тәжірибелерімен бөлісуі керек. Бұл өте нәзік және күрделі жұмыс. Бұл психологтың студенттермен шынайы, үйлесімді диалог түріндегі аналитикалық жұмысы, нәтижесінде адам

өзін тыныш, сенімді, күшті сезіне бастайды. Топтың әр мүшесінің рефлексиясы объективті, аз бұрмаланған болады. Психологпен бірлескен талдаудың нәтижесінде студенттер эмоционалды сауатты бола бастайды. Топтық тренингтік психологиялық жұмыс өте күшті қолдау әсерін тигізуі мүмкін және өткеннен де, қазіргіден де көптеген травматикалық тәжірибелерді жоя алады.

Әдебиеттер

1. Butz, N. T., Stupnisky, R. H., & Pekrun, R. (2015). Students' emotions for achievement and technology use in synchronous hybrid graduate programmes: A control-value approach. *Research in Learning Technology*, 23. <https://doi.org/10.3402/rlt.v23.26097>.
2. Chitrakar, N., & Nisanth, P. M. (2023). Frustration and its influences on Student Motivation and Academic Performance. *International Journal of Scientific Research in Modern Science and Technology*, 2(11), 01-09.
3. Fleeson, W., & Jayawickreme, E. (2015). Whole trait theory. *Journal of research in personality*, 56, 82-92.
4. Irwing, P., Cook, C., Pollet, T. V., & Hughes, D. J. (2020). Comedians' trait level and stage personalities: Evidence for goal-directed personality adaptation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(4), 590-602. <https://doi.org/10.1177/0146167219867963>
5. Novak, E., McDaniel, K., & Li, J. (2023). Factors that impact student frustration in digital learning environments. *Computers and Education Open*, 5, 100153. <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2023.100153>
6. Rosenzweig, S. (1945). The picture-association method and its application in a study of reactions to frustration. *Journal of personality*, 14(1).
7. Wilde, J. (2012). The relationship between frustration intolerance and academic achievement in college. *International Journal of Higher Education*, 1(2), 1-8. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v1n2p1>
8. Выступление министра науки и высшего образования. https://el.kz/ru/chislo-studentov-v-kazahstane-dostignet-1-milliona-glava-minnauki_47817
9. Выступление Президента Казахстана Касым-Жомарта Токаева на пленарном заседании августовской конференции «Bilim және Ғылым»/Астана-16 августа 2019 года. https://www.akorda.kz/ru/speeches/internal_political_affairs/in_speeches_and_addresses/vystuplenie-prezidenta-kazahstana-kasym-zhomarta-tokaeva-na-plenarnom-zasedanii-avgustovskoi-konferencii-bilim-jne-ylym.11.11.2024.
10. Каусова, Г. К., & Уразиманова, Г. С. (2017). Медико-социальная оценка состояния здоровья и оптимизация медицинской помощи студентам. *Вестник казахского национального медицинского университета*, (4), 295-297.
11. Левитов, Н. Д. (1967). Фрустрация как один из видов психических состояний. *Вопросы психологии*, 6, 118-129.
12. Мальцева, Т. В., & Реуцкая, И. Е. (2012). Профессиональное психологическое консультирование.
13. Национальный план развития Республики Казахстан до 2025 года.// Указ Президента Республики Казахстан от 26 февраля 2021 года, № 521. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/U1800000636>. 11.11.2024.
14. Юрова, К. И., & Юров, И. А. (2016). Фрустрация как фактор неадекватного поведения. *Гуманизация образования*, (6), 110-114.

References

- Butz, N. T., Stupnisky, R. H., & Pekrun, R. (2015). Students' emotions for achievement and technology use in synchronous hybrid graduate programmes: A control-value approach. *Research in Learning Technology*, 23. <https://doi.org/10.3402/rlt.v23.26097>
- Chitrakar, N., & Nisanth, P. M. (2023). Frustration and its influences on student motivation and academic performance. *International Journal of Scientific Research in Modern Science and Technology*, 2(11), 1–9.
- Fleeson, W., & Jayawickreme, E. (2015). Whole trait theory. *Journal of Research in Personality*, 56, 82–92. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.10.009>
- Irwing, P., Cook, C., Pollet, T. V., & Hughes, D. J. (2020). Comedians' trait level and stage personalities: Evidence for goal-directed personality adaptation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(4), 590–602. <https://doi.org/10.1177/0146167219867963>
- Novak, E., McDaniel, K., & Li, J. (2023). Factors that impact student frustration in digital learning environments. *Computers and Education Open*, 5, 100153. <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2023.100153>
- Rosenzweig, S. (1945). The picture-association method and its application in a study of reactions to frustration. *Journal of Personality*, 14(1), 32–57.
- Wilde, J. (2012). The relationship between frustration intolerance and academic achievement in college. *International Journal of Higher Education*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v1n2p1>

Vystuplenie Ministra nauki i vysshego obrazovaniia [Speech of the Minister of Science and Higher Education]. (n.d.).https://el.kz/ru/chislo-studentov-v-kazahstane-dostignet-1-milliona-glava-minnauki_47817 (in Russian)

Tokayev, K.-Zh. (2019, August 16). Vystuplenie Prezidenta Kazakhstana Kasym-Zhomarta Tokaeva na plenarnom zasedanii avgustovskoi konferentsii «Bilim jáne ylym» [Speech of the President of Kazakhstan Kassym-Jomart

Tokayev at the plenary session of the August conference “Bilim jáne ylym”]. https://www.akorda.kz/ru/speeches/internal_political_affairs/in_speeches_and_addresses/vystuplenie-prezidenta-kazahstana-kasym-zhomarta-tokaeva-na-plenarnom-zasedanii-avgustovskoi-konferentsii-bilim-jne-ylym (in Russian)

Kausova, G. K., & Urazimanova, G. S. (2017). Mediko-sotsial'naya otsenka sostoyaniya zdorov'ya i optimizatsiya meditsinskoy pomoshchi studentam [Medico-social assessment of student health status and optimization of medical care]. *Vestnik kazakhskogo natsional'nogo meditsinskogo universiteta [Bulletin of the Kazakh National Medical University]*(4), 295–297. (in Russian)

Levitov, N. D. (1967). Frustratsiya kak odin iz vidov psikhicheskikh sostoyaniy [Frustration as one of the types of mental states]. *Voprosy psikhologii [Issues in Psychology]*, (6), 118–129. (in Russian)

Maltseva, T. V., & Reutskaya, I. E. (2012). *Professional'noe psikhologicheskoe konsul'tirovanie [Professional Psychological Counseling]*. (in Russian)

Natsional'nyi plan razvitiya Respubliki Kazakhstan do 2025 goda [National Development Plan of the Republic of Kazakhstan until 2025]. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/U1800000636> (in Russian)

Yurova, K. I., & Yurov, I. A. (2016). Frustratsiya kak faktor neadekvatnogo povedeniya [Frustration as a factor of inadequate behavior]. *Gumanizatsiya obrazovaniya [Humanization of Education]*, (6), 110–114. (in Russian)

Авторлар туралы мәлімет:

Тохтаров Ақниет – I. Жансүгіров атындағы Жетісу университеті, Педагогика және психология мамандығының докторанты (Талдықорған қ., Қазақстан, *e-mail: akniet_mukhtaruly@mail.ru)

Сайлыбаева Куралай – психология ғылымдарының магистрі, М.Х. Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті (Тараз қ., Қазақстан, e-mail: sailybaeva.k@mail.ru)

Қунгурова Сауле – М.Х. Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті, «Қазақ және орыс тілдері» кафедрасы, аға оқытушы (Тараз қ., Қазақстан)

Ермуратова Алмагул – М.Х. Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті, «Мәдениет және өнер» кафедрасы, педагогика магистрі, аға оқытушы (Тараз қ., Қазақстан)

Абдрахманова Айгуль – М.Х. Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті, «Әлеуметтік психология» кафедрасы, психология магистрі, аға оқытушы (Тараз қ., Қазақстан)

Информация об авторах

Тохтаров Ақниет-докторант Жетісуского университета имени И. Жансугурова по специальности Педагогика и психология (г. Талдықорған, Казахстан, *e-mail: akniet_mukhtaruly@mail.ru)

Сайлыбаева Куралай-магистр психологических наук, Таразский региональный университет им. М. Х. Дулати (г. Тараз, Казахстан, e-mail: sailybaeva.k@mail.ru)

Қунгурова Сауле-Таразский региональный университет им. М. Х. Дулати, кафедра «казахский и русский языки», старший преподаватель (г. Тараз, Казахстан)

Алмуратова Алмагуль-Таразский региональный университет им. М. Х. Дулати, кафедра «Культура и искусство», магистр педагогики, старший преподаватель (г. Тараз, Казахстан)

Абдрахманова Айгуль-Таразский региональный университет им. М. Х. Дулати, кафедра «социальной психологии», магистр психологии, старший преподаватель (г. Тараз, Казахстан)

Information about authors

Tokhtarov Akniet- PhD student at I. Zhansugurov Zhetysu University, specializing in Pedagogy and Psychology (Taldykorgan, Kazakhstan, *e-mail: akniet_mukhtaruly@mail.ru)

Sailybaeva Kuralai-Master of Psychology, M.Kh. Dulati Taraz Regional University (Taraz, Kazakhstan, e-mail: sailybaeva.k@mail.ru)

Kungurova Saule – M.Kh. Dulati Taraz Regional University, Department of Kazakh and Russian Languages, Senior Lecturer (Taraz, Kazakhstan)

Almuratova Almagul- M.Kh. Dulati Taraz Regional University, Department of Culture and Art, Master of Pedagogy, Senior Lecturer (Taraz, Kazakhstan)

Abdrakhmanova Aigul- M.Kh. Dulati Taraz Regional University, Department of Social Psychology, Master of Psychology, Senior Lecturer (Taraz, Kazakhstan)

Келін түсті 18.01.2024
Қабылданды 01.12.2024