



МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ «НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ: НОВОЕ ВРЕМЯ»

INTERNATIONAL SCIENTIFIC JOURNAL «SCIENCE AND EDUCATION: MODERN TIME»



NATIONAL ACADEMY
OF SCIENTIFIC AND INNOVATIVE
RESEARCH (NACSIR)

OJS
OPEN
JOURNAL
SYSTEMS



NATIONAL ACADEMY OF SCIENTIFIC AND INNOVATIVE
RESEARCH(NACSIR)

**SCIENCE AND EDUCATION:
MODERN TIME**

International Electronic Scientific and Practical Journal

№7 (2024)

Журнал основан в 2023 г.
Ежемесячное научное издание

Адрес редакции:

Республика Казахстан, 010000, г. Астана, проспект Мангилик Ел, С4.6

E-mail: nacsir.nauka@gmail.com

Адрес страницы в сети Интернет: nacsir.kz

Google Scholar



INDEX COPERNICUS
INTERNATIONAL

Главный редактор:
Абенов Айдос Максатович, *PhD (Казахстан)*



Редакционная коллегия

Сериков Айдос Максатович,
PhD (Казахстан)
С. Айтбаева,
магистр гуманитарных наук (Казахстан)
Аубакиров Максат Отешович,
кандидат педагогических наук (Казахстан)
Бурханов Ермек Нурмакович,
профессор (Казахстан)
Искандаров М.И.,
д.б.н., профессора (Кыргызстан)
Ниязова Т.Д.,
к.т.н., доцент (Узбекистан)
Хужамбердиев А.А.,
PhD (Узбекистан)
Ходжиева А.Б.,
кандидат медицинских наук (Таджикистан)
Борисов Антон Васильевич,
кандидат политологических наук, доцент (Россия)
Ахмедова С.Р.,
кандидат психологических наук, (Азербайджан)
Досина Елена Владимировна,
кандидат филологических наук (Белоруссия)
Курманов Айбол Болатович,
кандидат экономических наук (Кыргызстан)
Чемерисов Сергей Андреевич,
профессор, доктор юридических наук (Казахстан)
Жамбылов Канат Оралович,
профессор, доктор медицинских наук (Казахстан)

Editorial team

Aydos Maksatovich Serikov,
PhD (Kazakhstan)
S. Aitbaeva,
Master of Humanities (Kazakhstan)
Aubakirov Maksat Oteshovich,
Candidate of Pedagogical Sciences (Kazakhstan)
Burhanov Ermek Nurmakovich,
professor (Kazakhstan)
Iskandarov M.I.,
PhD, professor (Kyrgyzstan)
Niyazova T.D.,
Ph.D., associate professor (Uzbekistan)
Khuzhamberdiev A.A., PhD (Uzbekistan)
Khodzhieva A.B., candidate of medical sciences
(Tajikistan)
Borisov Anton Vasilyevich,
candidate of political sciences, associate professor
(Russia)
Akhmedova S.R.,
candidate of psychological sciences, (Azerbaijan)
Dosina Elena Vladimirovna,
candidate of philological sciences (Belarus)
Aybol Bolatovich Kurmanov,
Candidate of Economic Sciences (Kyrgyzstan)
Chemerisov Sergey Andreevich,
professor, doctor of legal sciences (Kazakhstan)
Zhambylov Kanat Oralovich,
professor, doctor of medical sciences (Kazakhstan)

Издатель: National Academy of Scientific and Innovative Research(NAcSIR)

Тематическая направленность: по различным отраслям технических, естественных, медицинских, общественных и гуманитарных наук.

Периодичность: Ежемесячно

Международный научный журнал зарегистрирован в комитете информации, Министерства культуры и информации Республики Казахстан.

МАЗМҰНЫ/ CONTENT/ СОДЕРЖАНИЕ

ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ

AMANGELDI D. (ALMATY, KAZAKHSTAN) WOMEN'S EMANCIPATION IN THE CONTEXT OF CULTURAL REVOLUTION: ANALYSIS OF THE WORK "ROSE GATE" BY TIE NING.....	6
КУВАНДЫКОВА АЙНУРА АСАНТУРОВНА, МУСАЕВА АЙГҰЛ АРДАКБЕКОВНА (КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫ, КАРАКОЛ ШААРЫ.) ЭПОС ТИЛИНДЕГИ АЛЛИТЕРАЦИЯ (С.ОРОЗБАКОВДУН «МАНАС» ЭПОСУ БОЮНЧА).....	13
БАЛПАНОВА ШАҒАЛА ЖҰМАҒАЛИҚЫЗЫ (ҚАРАҒАНДЫ, ҚАЗАҚСТАН) НОҒАЙ-ҚАЗАҚ «КІРМЕ ТОБЫНЫҢ» ҚАЛЫПТАСУЫ ЖӘНЕ ДАМУЫ.....	20
МЫРЗАБАЕВА БАКЫТГУЛ МЫРЗАХМЕТОВНА (ОРАЛ, ҚАЗАҚСТАН) ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ КОНСУЛДЫҚ ҚЫЗМЕТІ: ҚАЛЫПТАСУЫ МЕН ДАМУЫ.....	26
НАУАНОВА КАРМАНАЙ МАДЕЕВНА, ЕСЕЕВА ГУЛЬНАРА НАБИЕВНА (Г. УРАЛЬСК. РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАНА) ФАКТОР «МЯГКОЙ СИЛЫ» В СОВРЕМЕННЫХ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЯХ.....	31
ЧУЕМБАЕВА Э.Ш., ДЖАМЕКЕЕВА Э.Б., УАХИТОВА А.Ф., БОРАНБАЕВА Б.Қ. (КАЗАХСТАН, АСТАНА) “ИССЛЕДОВАНИЕ В ДЕЙСТВИИ: КАК «РАСКРЫТЬ» УЧАЩИХСЯ, ИСПОЛЬЗУЯ РАЗЛИЧНЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ”.....	41
ТОИЕВА МЕРУЕРТ ЕСЕНГЕЛЬДИЕВНА, КУКЕЕВА МИРА КУЛЬЧИМБАЕВНА (Г.ШЫМКЕНТ, КАЗАХСТАН) КІТАПХАНА КЕҢІСТІГІНДЕГІ АҚПАРАТТЫҚ МӘДЕНИЕТ: ЦИФРЛАНДЫРУДЫҢ МІНДЕТТЕРІ.....	45
ПАРМЕНКУЛОВА ГУЛЬНАЗ АБИЛКАИМОВНА, АНАРТАЕВА ГУЛЬНАРА УЛАСБЕКОВНА (ШЫМКЕНТ, ҚАЗАҚСТАН) КӨЛІК ТЕРМИНДЕРІН АУДАРУДАҒЫ ҚИЫНДЫҚТАР ТУРАЛЫ.....	52
AINURA MAMATOVNA ZHOROEVA (KYRGYZSTAN, JALAL-ABAD) QUALITY EDUCATION IS AN INTEGRAL ELEMENT OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT IN DEVELOPED COUNTRIES.....	57
САГИДУЛЛА НАЗИГАТ, МУСАБЕКОВА Г.Т. (КАЗАХСТАН) ТРЕБОВАНИЯ К ТЕКСТАМ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЧТЕНИЮ.....	62
СЫЗДЫКОВА АРУЖАН, МУСАБЕКОВА Г.Т. (КАЗАХСТАН) РОЛЬ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИНГВИСТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ УЧАЩИХСЯ.....	67
А.М.МУКАШЕВА, А.А.МОЛДАБАЕВА (ТАРАЗ Қ., ҚАЗАҚСТАН) ТӘУЕЛСІЗ ҚАЗАҚ ПОЭЗИЯСЫНДАҒЫ ҚАҒАРМАН КЕЛБЕТІ.....	73
ДЮСЕБАЕВА ГУЛЬНАР КАРАТАЕВНА (АЛМАТЫ, КАЗАХСТАН) КООПЕРИРОВАНИЕ СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА В КАЗАХСТАНЕ: ПРЕДПОСЫЛКИ, ХОД, ПОСЛЕДСТВИЯ.....	80
ЖАСУЛАНОВА НУРАЙЫМ ЖАСУЛАНОВНА, АЛИЕВ ҚАЙРАТ ЗЕРАВШАНҰЛЫ (ҚЫЗЫЛОРДА) ҚАЗАҚ СПОРТ ЖУРНАЛИСТЕРІНІҢ ШЫҒАРМАЛАРЫ АРҚЫЛЫ ЖАСТАРДЫ ОТАНСҮЙГІШТІККЕ ТӘРБИЕЛЕУ (С.БЕРДІКҰЛОВ, Н.ЖҮНІСБАЙҰЛЫ, Қ.РЫСБЕКҰЛЫ - ЖУРНАЛИСТЕР).....	89
ТКАЧЕНКО ЮЛИЯ СЕРГЕЕВНА, ТАЖИГУЛОВА БАТИМА МАЖИТОВНА, САГИЕВ ТАЛГАТ АБАЕВИЧ, СЫДЫКОВ ДАУЛЕТ ТАСТАНОВИЧ (Г. АСТАНА, КАЗАХСТАН) ОПТИМИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ПАРАЛИМПИЙЦЕВ.....	95
АБДИЕВА ЧЫНАРА ИЛЬИЯСОВНА (ОШ Ш., КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫ) ПОДКАСТ ЖУРНАЛИСТИКАСЫНЫҢ САНАРИПТИК МАРКЕТИНГ СТРАТЕГИЯСЫНДАҒЫ МААНИЛҰУ РОЛУ.....	102
УМАРОРОВА АЙЖАН АКБАРАЛИЕВНА (ОШ, КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫ) САНАРИПТИК МЕДИАДАҒЫ ВИЗУАЛДЫК КОНТЕНТТИҢ ТААСИРИ THE EFFECT OF VISUAL CONTENT IN DIGITAL MEDIA.....	108
МАМЫРОВА МАХАБАТ КАРИМОВНА (ОШ, КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫ) «ОШ ЖАҢЫРЫҒЫ» ГАЗЕТАСЫ КӨТӨРГӨН КӨЙГӨЙЛӨР АНЫҢ ЧЕЧИЛИШИ, ЭЛЕКТРОНДУК ФОРМАТКА ӨТҮШҮ.....	113
СҮЮХАНОВА ҚАРЛЫҒАШ БАХТИЯРОВНА (АСТАНА Қ., ҚАЗАҚСТАН) ӘБУБӘКІР ДИВАЕВТЫҢ АҒАРТУШЫЛЫҚ ҚЫЗМЕТІ.....	123
БОРАНБАЕВА АКБИКЕ БЕРДИБЕКОВНА (АСТАНА, ҚАЗАҚСТАН) ПЕДАГОГИКАЛЫҚ БІЛІМ БЕРУДЕ ИКЕМДІ ДАҒДЫЛАРДЫ ДАМУЫНДАҒЫ МАҢЫЗЫ МЕН ТӘЖІРИБЕСІ.....	131
ЖАНГЕЛДІ АРСЕНҰЛЫ ШАУКЕНОВ, ЗАЙДА ЖАРАСБЕКҚЫЗЫ ШАУКЕНОВА (ҚОСТАНАЙ, ҚАЗАҚСТАН) ҚАБДЕШ ЖҰМАДІЛОВТИҢ ЖАЗУШЫЛЫҚ ҚЫЗМЕТІ МЕН ЕҢБЕКТЕРІ.....	135
MOLDAZHANOV DIDAR (ASTANA) FOCUS ON MULTILINGUALISM APPROACH IN THE CONTEXT OF TRILINGUAL EDUCATION.....	141
МЫРЗАБЕКҚЫЗЫ ҚҰНДЫЗ, ДОСАНОВ БАҚДӘУЛЕТ БАТЫРҰЛЫ (ТҮРКІСТАН, ҚАЗАҚСТАН) КӨСПОРЫННЫҢ ҚАРЖЫЛЫҚ ТҰРАҚТЫЛЫҒЫН БАҒАЛАУ ЖӘНЕ ТАЛДАУ.....	146

ПОПАНДОПУЛО А.С., МИШЕЛЕВА С.С. (Г. ПАВЛОДАР) ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ МЕХАНИЗМА ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВА НА САМООЦЕНКУ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ.....	159
ЖОЛДУБАЙ КЫЗЫ НАЗГУЛЬ, АЙДАШОВ НУРБЕК САМАНЧИЕВИЧ (БИШКЕК ШААРЫ, КЫРГЫЗСТАН) ИСЛАМ РАДИКАЛИЗМИНИН КОРКУНУЧТАРЫН ЖЕҢҮҮ МҮМКҮНЧҮЛҮКТӨРҮ.....	164
АЛШЫНБАЕВА МОЛДИР АЙДОСОВНА, АДАМОВ НУРТАС МУХИТБЕКОВИЧ, ТӨЛЕУҒАЛИ МАДИНА ӘБІЛСЕЙІТҚЫЗЫ (ҚАРАҒАНДЫ, ҚАЗАҚСТАН) «ОН ЕКІ» САНЫНЫҢ ҚАЗАҚ ЖӘНЕ АҒЫЛШЫН ТІЛДЕРІНДЕГІ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯСЫ.....	168
ТАСМАНОВА АЛТЫНАЙ КЕЛИСБЕКОВНА (ТҮРКІСТАН, ҚАЗАҚСТАН) ФАРАБИТАНУ ЖӘНЕ РАХМАНҚҰЛ БЕРДІБАЕВ.....	172



NATIONAL ACADEMY OF SCIENTIFIC AND INNOVATIVE RESEARCH
«SCIENCE AND EDUCATION: MODERN TIME»
(VOLUME 5 ISSUE 7, 2024)
ISSN 3005-4729 / e-ISSN 3005-4737

ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ



УДК 159.922:378:004

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ МЕХАНИЗМА ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВА НА САМООЦЕНКУ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

ПОПАНДОПУЛО А.С.

постдокторант, PhD, Торайгыров университет, г. Павлодар

МИШЕЛЕВА С.С.

студент, Торайгыров университет, г. Павлодар



<https://doi.org/10.5281/zenodo.12123095>

Аннотация: Рассматривается влияние интернет-пространства на самооценку современных студентов. Отмечено, что самооценка играет важную роль в жизни студентов, влияя на их самоуважение, уверенность и успехи в учебе. Исследование определяет механизмы и факторы в интернете, влияющие на самооценку, что окажет помощь в разработке стратегии для ее повышения. Основным выводом исследования является то, что интернет-пространство оказывает влияние на самооценку современных студентов. Выявлены следующие механизмы, влияющие на самооценку: сравнение с другими, негативные отзывы в социальных сетях, виртуальный имидж, прокрастинация и др.

Ключевые слова: виртуальная реальность, интернет-пространство, интернет-зависимость, личность, общение, самооценка, саморегуляция, социальные сети.

Abstract: The influence of the Internet space on the self-esteem of modern students is considered. It has been noted that self-esteem plays an important role in students' lives, influencing their self-esteem, confidence, and academic success. The study identifies the mechanisms and factors on the Internet that affect self-esteem, which will help develop strategies to increase it. The main conclusion of the study is that the Internet space has an impact on the self-esteem of modern students. The following mechanisms influencing self-esteem have been identified: comparison with others, negative reviews on social networks, virtual image, procrastination, etc.

Key words: virtual reality, Internet space, Internet addiction, personality, communication, self-esteem, self-regulation, social networks.

Изучение влияния интернет-пространства на самооценку современных студентов является актуальной темой по нескольким причинам. Во-первых, интернет-пространство играет огромную роль в жизни современных студентов. Они проводят много времени в интернете, общаются со сверстниками, ищут информацию, развлекаются и осуществляют покупки онлайн. При этом в интернете присутствует множество социальных сетей, блогов и других платформ, где пользователи могут сравнивать себя с другими, выставлять свою жизнь на показ и получать оценку со стороны других людей. Исследование влияния этой активности в интернете на самооценку студентов позволит лучше понять, как эта среда формирует их представление о себе и какие психологические эффекты это может вызывать. Во-вторых, самооценка играет важную роль в жизни студента. От нее зависит их самоуважение, уверенность в себе, мотивация к достижению целей и успехов в учебе. Исследование влияния интернета на самооценку студентов позволит определить, какие факторы в интернете могут способствовать улучшению или, наоборот, ухудшению их самооценки. Это позволит разработать стратегии для улучшения самооценки студентов и



помочь им справиться с отрицательными эффектами интернет-пространства. Наконец, в современном обществе все больше возникают проблемы связанные с негативными последствиями использования интернета такими, как кибербуллинг, низкая самооценка, депрессия и тревога. Исследование влияния интернета на самооценку студентов может помочь выявить эти проблемы, разработать меры по их предотвращению и помочь студентам справиться с негативными последствиями использования интернет-пространства.

Таким образом, изучение влияния интернет-пространства на самооценку современных студентов является актуальной темой, которая поможет лучше понять, как интернет влияет на студентов и какие меры можно предпринять для улучшения их самооценки и благополучия.

Интернет – это неотъемлемая часть нашей современной жизни. Он проникает во все сферы нашего существования, предоставляя нам доступ к огромному количеству информации, развлечений и общения с окружающим миром. Однако, как и любая другая технология, интернет может стать источником проблем, особенно когда его использование переходит из нормы в патологию. Ученые Кимберли Янг и Пэмер Шафер провели исследование, посвященное патологическому использованию интернета и его негативному влиянию на психическое здоровье. Они были первыми, кто ввел в научный оборот термин «интернет-зависимость» для описания состояния, при котором человек теряет контроль над своим интернет-пользованием, и его жизнь становится полностью подчинена этой технологии. Зависимые от интернета люди испытывают чувство тревоги и беспокойства, когда они не могут проверить свои социальные сети или поиграть в свою любимую игру. Они часто испытывают ощущение изоляции, потому что большую часть времени проводят в виртуальном мире, а не в реальной жизни. Одиночество и депрессия часто становятся постоянными спутниками зависимых от интернета людей. Человек, который зависим от интернета, теряет интерес к себе как личности, перестает развиваться вне виртуального пространства, что приводит к снижению его самооценки.

Самооценка играет огромную роль в запуске полноценного потенциала личности, определяя способность верить в себя и свои силы, а также влияет на поведение, действия и достигаемые результаты. Изучением самооценки занимались такие ученые, как Л.С. Выготский, А.В. Захарова, Б.В. Зейгарник и др.

Л.С. Выготский рассматривал самооценку как часть личностного развития, которая возникает в результате социального взаимодействия ребенка с окружающими людьми, указывая, что самооценка формируется на основе оценок, которые дается ребенку взрослыми, и она играет важную роль в формировании его самосознания. Для Л.С. Выготского, самооценка основывается на оценке своих способностей, умений и выполненных задач [1, с. 355]. А.В. Захарова в своих работах подчеркивала важность самооценки для формирования высокой самооценки и уверенности в себе, указывая, что самооценка обладает самодетерминацией и саморегуляцией, то есть человек сам выбирает критерии, по которым оценивает себя, и стремится достичь своих целей. А.В. Захарова также выделяла роль взаимосвязи самооценки с самопринятием и самопроекцией [3, с. 17].

Б.В. Зейгарник и др. связывал самооценку с безусловным уважением к себе и с другими основными человеческими потребностями, подчеркивая, что самооценка важна для саморазвития и самозащиты, а также для реализации своих возможностей и достижения своих целей. Б.В. Зейгарник и др. отмечал, что низкая самооценка может привести к негативным последствиям, таким как депрессия и низкая мотивация [4, с. 123]. О.К. Тихомиров рассматривал самооценку как важную составляющую личности, которая формируется в результате самооценочной деятельности и саморефлексии.



О.К. Тихомировым выделено пять основных компонентов самооценки: самооценка как оценка своих способностей и достижений, самооценка как оценка своего внешнего вида, самооценка как оценка своих отношений с другими, самооценка как оценка своей моральности и самооценка как оценка своей личностной целостности [5, с. 128].

Таким образом, сравнивая точки зрения Л.С. Выготского, А.В. Захаровой, Б.В. Зейгарника и О.К. Тихомирова на понятие самооценки, можно сказать, что все они подчеркивают ее важность для развития личности и достижения своих целей. Однако, каждый ученый подходит к этому понятию с разных точек зрения и выделяет свои особенности и аспекты самооценки.

В Казахстане понятие «самооценка» изучается в прикладном плане. Так, Е.Б. Гумель, А.Е. Долобаевой установлено, что самооценка может влиять на поведение и отношения с окружающими. Люди с высокой самооценкой обычно проявляют более позитивное и уверенное поведение, лучше справляются с конфликтами и устанавливают качественные взаимоотношения. В то же время, люди с низкой самооценкой часто ощущают необходимость сравниваться с другими, подвержены влиянию мнения окружающих и могут испытывать трудности в установлении и сохранении отношений [2, с. 180]. Значительно повышая самооценку, личность приобретает больше уверенности, смелости и решительности, что способствует достижению личной и профессиональной целей. Кроме того, отсутствие достаточной самооценки может привести к появлению различных проблем таких, как страхи и тревоги, значительно ограничивающие наш потенциал и жизненные возможности. В студенческом возрасте самооценка играет большую роль в силу того, что молодые люди готовятся строить профессиональную карьеру, планируют свою дальнейшую жизнь.

С целью выявления механизмов влияния интернет пространства на самооценку современных студентов было организовано и проведено экспериментальное исследование. Выборка составила 15 человек. Для данного исследования были взяты студенты 1-4 курс таких высших учебных заведений как: НАО «Торайгыров университет»; Казахский Национальный Университет имени Аль-Фараби; Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева. Сбор материала по данным методикам проходил в период с 01.12.2023 на базе факультета гуманитарных и социальных наук НАО «Торайгыров университета». Выборка была направлена на то, что все респонденты являлись активными пользователями социальных сетей. Исследование проводилось с использованием Google-форма. В качестве диагностического инструмента выступили: вариант опросника «Общая шкала проблемного использования интернета», который был адаптирован Н.А. Сиротой, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонским, А.В. Ялтонской; опросник Дж. Крокер «Базовые основания самооценки» и тип самооценки по модели К. Мрук.

Результаты применения опросника «Общая шкала проблемного использования интернета», который был адаптирован Н.А. Сиротой, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонским, А.В. Ялтонской показали, что 40% (6 студентов) имеют высокий уровень проблемного использования Интернета и 6.6% (1 студент) критический уровень проблемного использования Интернета. Среди показателя высокого и критического уровня проблемного использования Интернета преобладают шкалы «предпочтение онлайн-общения» – она выражена у 57.14% (4 студентов); а также шкала «когнитивная поглощенность» – она выражена у 85.71% (6 студентов).

Для изучения и определения уровня самооценки на выборке студентов с высоким и критическим уровнем использования интернет-пространства (7 студентов) применялся русскоязычный вариант опросника Дж. Крокер «Базовые основания самооценки», который в свою очередь связан с моделью К. Мрук. Самоэффективность и самоуважение



являются основными детерминантами самооценки по методике К. Мрук. На основе их сочетания выделяют пять типов самооценки: аутентичная, умеренная, негативная, ориентированная на себя и ориентированная на успех. В результате применения опросника было установлено, что негативный уровень самооценки, основанный на одобрении другими и нравственности, присутствует у 42.8% респондентов, что говорит о том, что они сильно зависят от мнения окружающих и склонны относиться к себе негативно. Умеренный уровень самооценки, который характеризуется средним уровнем самоуважения и самоэффективности, является наиболее независимым и составляет 14.2% от всех испытуемых. Данная группа студентов верят в свои способности и может сравнивать себя с другими студентами и просто окружающими их людьми, но это не является главным фактором для определения своей самооценки. Я-центрированный уровень самооценки является зависимым типом, вместе с негативным типом, и защитным, наряду с успех-центрированным. Развитие самоуважения у этих людей компенсирует их сомнения в себе. Они часто оценивают себя исходя из своей внешности и сравнивают себя с другими. Этот тип составляет 42.8% от всех респондентов.

Исследование позволило выявить основные механизмы влияния интернет-пространства на самооценку современных студентов, которые были сгруппированы и представлены следующим образом:

1) Сравнение с другими. В социальных сетях студенты часто публикуют только лучшие моменты своей жизни, выставляя идеальные фотографии, достижения и благополучие. Это создает ложное представление о том, как должна выглядеть идеальная жизнь. Постоянное сравнение с другими, особенно более успешными или привлекательными людьми, приводит студентов к ощущению недостаточности и низкой самооценке.

2) Отрицательные комментарии и кибербуллинг. В интернет-пространстве студенты могут быть подвергнуты оскорблениям, издевательствам и критике со стороны других пользователей. Такие отрицательные комментарии оказывают влияние на самооценку и вызвать чувство неполноценности и негативное отношение к себе.

3) Виртуальный имидж. В интернете легко создать идеальный образ себя, подчеркнув только положительные стороны своей личности, скрывая недостатки или создавая их иллюзию. Однако, когда реальность не соответствует выставленной в социальных сетях, это вызывает стресс и негативно сказывается на самооценке студентов.

4) Лайки и подписчики. Количество лайков и подписчиков в социальных сетях является для некоторых из студентов показателем их статуса и популярности. В случае низкого количества этих показателей, студенты чувствуют себя недостаточно хорошо принятым в обществе, что также негативно сказывается на их самооценке.

5) Прокрастинация. Зависимость от интернета и социальных сетей приводит к потере продуктивности и чувству вины, что, в свою очередь, оказывает влияние на снижение самооценки.

Для преодоления негативных последствий зависимости от интернета и социальных сетей, важно устанавливать здоровые границы, ограничивать время, проведенное в сети, и не полагаться только на виртуальное одобрение и поддержку других людей. Это поможет студентам и другим пользователям интернета сохранить здоровую самооценку и удерживать под контролем влияние интернета на свою жизнь.

Таким образом, по данным проведенного исследования можно сделать вывод о том, что 46.67% (7 человек) из 100% (15 человек) студентов имеют высокий и критичный уровень проблемного использования интернета. Среди тех, кто имеет высокий и критический уровни проблемного использования Интернета, преобладают шкалы «предпочтение онлайн-общения» и «когнитивная поглощенность». Результаты



исследования на выборке 7 студентов с высоким и критическим уровнем интернет-зависимости показывает, что самооценка студентов может базироваться на различных основаниях, таких как одобрение другими, нравственность, соревнование с другими или доминирующий фактор. Некоторые из студентов зависят от мнения окружающих, другие – верят в свои способности, а некоторые – стремятся компенсировать свои неуверенности с помощью развития самоуважения.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Психология. М.: Апрель пресс, 2000. – 1006 с.
2. Гумель Е.Б., Долобаева А.Е. Особенности формирования адекватной самооценки в подростковом возрасте. Вестник Северо-Казахстанского Университета им. М. Козыбаева. – 2018. – №2 (39). – С. 174-181.
3. Захарова А.В. Генезис самооценки: автореферат дис. ... доктора психологических наук: 19.00.07 / АПН СССР. НИИ общ. и пед. психологии. – Москва, 1989. – 44 с
4. Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б., Мазур Е.С. Саморегуляция поведения в норме и патологии // Психологический журнал. – Т. 10. – №2. – 1989. – С. 122-132.
5. Тихомиров О.В. Психологические исследования творческой деятельности / [Отв. ред. О. К. Тихомиров; АН СССР. Ин-т психологии. – М.: Наука, 1975. – 253 с.