



ИНТЕРНЕТ ӘЛЕМІ:

СЕН ҮШІН КІМ ШЕШІМ ҚАБЫЛДАЙДЫ?

**ӨЗІҢДІ ИНТЕРНЕТТЕГІ ТЕРІС ЫҚПАЛДАН ҚОРҒАУ
ТУРАЛЫ**



ИНТЕРНЕТ ӘЛЕМІ: СЕН ҮШІН КІМ ШЕШІМ ҚАБЫЛДАЙДЫ?

ӨЗІҢДІ ИНТЕРНЕТТЕГІ ТЕРІС ЫҚПАЛДАН ҚОРҒАУ
ТУРАЛЫ

Безендірген
Зубарева Елена



Астана
2023

УДК 159.9
ББК 88.1
П 37

*Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігінің Республикалық
психикалық денсаулық ғылыми-практикалық орталығымен ұсынылған*

Б.Алтынсарин атындағы Ұлттық білім Академиясымен ұсынылған

Автор: Айтмухамбетов Е.А.

**Интернет әлемі: сен үшін кім шешім қабылдайды? Өзінді интернеттегі теріс
ықпалдан қорғау туралы – Астана: «Bilim Foundation» КҚ, 2023. – 48б.**

ISBN 978-601-7638-21-4

«Интернет әлемі: сен үшін кім шешім қабылдайды? Өзінді интернеттегі теріс ықпалдан қорғау туралы» кітабында діни экстремизм тобына тарту бойынша ықтимал қауіптер сипатталған. Манипуляцияның түрлі тәсілдері және интернет кеңістігінде ұқсас жағдайлардың алдын алу жолдары қарастырылған. Жасөспірімге виртуалды кеңістіктегі ақпаратты сыни бағалауға үйреніп, сын тұрғысынан ойлауды дамыту ұсынылған.

Кітап жасөспірімдер мен олардың ата-аналарына арналған. Мектеп психологы бұл материалды тәжірибелік жұмысында қосымша ретінде пайдалана алады.

УДК 159.9
ББК 88.1
П 37

ISBN 978-601-7638-21-4

© «Bilim Foundation» корпоративтік қоры

Кітаптағы ақпаратты қолдану кезінде кітапқа сілтеме көрсету міндетті.

Барлық құқық авторларға тиесілі, құқық иесінің жазбаша рұқсатынсыз кітаптағы ақпаратты және объектілерді көшіру, тарату немесе басқа мақсатта қолдануға тыйым салынады.

Барлық насихат бірдей мақсатқа қызмет етеді және оның әр құралы мен бүкіл аппараты адамдарға бір бағытта үйлесімді түрде әсер ететіндей етіп ұйымдастырылады, сайып келгенде, барлық ақыл-ойды біріктіруге қол жеткізеді.

Фридрих фон Хайек (1899–1992)



Мазмұны

Қымбатты досым!.....	7
Кішігірім жарна қажет.....	9
Психолог жазбалары.....	19
Виртуалды желілер.....	21
Психолог жазбалары.....	28
Тоңазытқыш пен қақпандағы жүз мың.....	30
Психолог жазбалары.....	40
Бұл саған қажет болар.....	43
Ата-ана мен қамқоршы назарына.....	44
Авторлар мен безендіруші туралы	46



ҚЫМБАТТЫ ДОСЫМ!

Интернет әлемімен таныссың ба?

Менің ойымша, 21 ғасырда өмір сүретін адамдардың барлығы дерлік дүниежүзілік интернетке қол жеткізе алады және оны тиімді пайдаланады.

Қазіргі уақытты интернеттің ғасыры деп атауға болады. Әрине, басында көптеген адамдар оны тек ақпарат іздеу үшін қолданды, бірақ виртуалды өмір тез дами бастады және адам өмірінің барлық салаларында үлкен мүмкіндіктер ұсынды. Бұл, сөзсіз, адамдарды бүкіл әлемдік желіге тарта түседі. Қазір адамға көп нәрсе ыңғайлы болды, өйткені кез келген тақырып бойынша қажетті ақпаратты таба алады. Бірақ оның басқада жақтары бар. Қызметтер мен ақпаратқа қолжетімділік неғұрлым қолайлырақ болса, соғұрлым адамдар жалқау бола бастайды: олар аз ойланады, өйткені олар дайын ақпаратты іздеп, виртуалды әлемге толығымен еніп, ойын-сауық пен байланыс үшін интернет кеңістігіне кіріп кетеді. «Жақсы нәрсеге тез үйренесің» дегендей.

Көптеген зерттеулерге сүйенсек, интернетке деген қатты құмарлық денсаулыққа, психикаға, тіпті адам өміріне кері әсерін тигізеді.

Бұрын адамдар телефонсыз, машинасыз, электр жарығынсыз және басқа да көптеген қолайлылықтарсыз өмір сүрген, онсыз болмысты елестету мүмкін болмайтын уақыт болғанын ересектерден білген немесе естіген шығарсың. Егер біздің кезіміздегі адамдармен қарым-қатынасты қарастыратын болсақ, бұл ескі күндерге қарағанда әлдеқайда жеңіл. Енді интернет арқылы біз оңай дос тауып, олардың жүздерін көрмей-ақ сөйлесе аламыз – бұл қызықты, әрі оңай. Мұның да кері жағы бар, өйткені адамдармен бетпе-бет сөйлесудің орны бөлек.

Бүкіл әлемдегі желінің жағымды және жағымсыз жақтары туралы шексіз айта беруге болады. Бірақ бастысы, әрине, шынайы өмір туралы ұмытпау керек және ғаламтор әлеміне ену арқылы өзіңді алдауға болмайды, өйткені, өкінішке қарай, соңғы уақытта киберкеңістіктегі көптеген адамдардың тағдырларымен ойнап,

өмірден айыратын мәселелерге тап болып жатыр. Қажетті ақпаратты ажырата білу және интернеттен тек пайдалысын ғана алу өте маңызды.

«Интернет әлемі» кітабынан сен 9-сынып оқушылары – Ербол, Ахмед және Дәуреннің интернет әлеміндегі қиындықтарға тап болып, бірақ содан сабақ алған әңгімелерімен танысасың.

Менің ойымша, олардың әңгімелерінен өзіңе сабақ аласың!



КІШІГІРІМ ЖАРНАМА ҚАЖЕТ

Қазір мен тоғызыншы сыныпта оқимын, ата-анам менің жетістіктерім, қанша ақша жұмсайтыным немесе олардың маған қанша ақша құртатындары туралы жиі әзілдейді. Бір қарағанда, бұлар бір-бірімен байланыссыз екі дүние сияқты, дегенмен біздің әр әңгімеміз солай басталады:

- Сонымен, Ербол, анаң кеше ғана ата-аналар жиналысында болды және біз тағыда сенің бағаларың туралы, өз сөзіңде тұра алмағаныңды түсіндік, – деп әкем әдеттегідей сөз бастады.

- Біздің саған жаңа ұялы телефон алып бергеніміз есіңде ме? Алайда сен оның рақметінің орнына бағаларыңды жөндеймін, тіпті тоқсандықты бірде-бір үштіксіз бітіремін деп уәде бергенсің. Ал енді мүлдем керісінше болды, биология мен химиядан тағы екі үштік қосып алыпсың, – деп бірден табаға май құйғандай әңгімеге анамда кірісіп кетті.

- Мен бұл қалай болғанын білмеймін, – деп күбірлеп бастадым мен. – Мен бәрін өзім шешуге, үй жұмысын орындауға, тіпті бағаларым жетпей тұрғанда қосымша тапсырмалар алуға тырыстым, бірақ нәтижесінде бәрібір сол пәндерден үшке шықтым, – деп екі бетім қызарып жалғастырдым. Онымен қоймай, мұғалімдерім маған қырсығып қалғандай, бірақ сыныптағы басқа балалардың бағаларын тырысқандары үшін жоғарылатып қойды, – деп сенімді түрмен сөзімді аяқтадым. Негізі бұл менің әдеттегі ақталуым еді, мен шыныменде өз сөзімде тұра алмай, емтихандардан құлап қалғаным да рас еді.

- Ербол, біз сенің сабаққа дайындалып, үй жұмысын орындап, күні бойы ноутбуктың алдында отырғаныңды көрдік. Тіпті түні бойы компьютердің алдында отырғандықтан, мектепке бару үшін таңертең тұра алмай қалған кездерің де болған, – деп әкем айтып қалды. – Сен түсін, ешкім сенің ноутбукпен ойнағаныңа қарсы емес, бірақ сен кішкентай бала

емессің ғой, өз іс-әрекеттеріңді уақытымен қадағалап, үйренгенің жөн.

Әкем байсалды түрімен көзіме тіке қарап, әрі қарай жалғастырды:

- Сен көп бостандыққа ие болғың келеді, ол дегеніміз – өзіңе көп жауапкершілік арту.

Әрине, мен мұның бәрін түсінетінмін ...ақылыммен, ал шындығында, мен үй жұмысын жасау үшін 15 минут отырғанның өзінде мазасызданып кететінмін. Одан кейін менің назарым басқаға ауып кететін, зейінімді сабаққа шоғырландыра алмайтынмын. Бірақ ойын барысында бірнеше сағаттар бойы зейінім шоғырланып, шаршамай ойнай беретінмін және бұл керемет еді. Қарнымның ашқанына, шаршағаныма қарамастан ойнайтынмын. Мен дұрыс жасамағанымды, ата-анама берген уәдемде тұра алмағанымды саналы түрде түсінетінмін, бірақ ата-анамда мені түсінулері керек қой. Көбі мұғалімдерге де байланысты емеспе? Мен қанша тырыссам да, мені ұнатпай (не істей аламын енді), бағаларымды қалай болсада төмендетіп жібереді, – дегенімде өзіме шынайы сеніп қалдым. Алайда әкемді тоқтату мүмкін болмады, ол қатты дауыспен жалғастыра бастады:

- Бұл бірінші жағдай емес, алдыңғы жағдайда да солай дегенсің, бірақ өзгерген ештеңе жоқ. Онымен қоса, анаң ата-аналар жиналысында болған кезде, мұғалімдер саған оң көзбен қарайтындарын, тіпті тапсырмаларды орындауың үшін берілетін уақытты да ұзартқандарын, сенің әр сұрақтарыңа жауап беруге тырысатындарын айтқан. Бірақ сен бірде-бір рет жандарына бармапсың, бәріне қолым бос емес деп сілтеп, кейін ештеңе түсінбей, тапсырмаларды орындай алмапсың. Солай бола тұра, үйде бізге қосымша тапсырмаларды орындауға бара жатырмын деп айтушы едің. Осы орайда бір сұрақ туады: не



үйде, не мектепте, шынында да, сабақ орындамасаң, не істеп қолың босамай жүр сонда? – деп әкем логикалық сұрақ қойды. Міне, осы жерде менің сылтауларым тығырыққа тірелді, ата-анам барлық уақытымды ойынмен өткізгенімді, тіпті сол үшін кейде кіші інімнің компьютерін тартып алатынымды айтпаймын ғой. Менің үндемегеніме қарап, айтарым жоқ екенін түсініп, әкеммен анам қайта жалғастырды:

- Ербол, бұлай болмайды, сен әрқашан бәрін алдайсың, оған бірнеше рет көзімізді жұмдық, өзі қатесін түсінер, ақылға келер

деп үміттендік. Бірақ қазір ешқандай шара қолданбасақ, қарап тұрсақ, сен мына жүрісіңмен оқуыңның соңына дейін алаңғасарланып, бәрін құрдымға жіберіп алатын сияқтысың. Сондықтан күнделікті саған беретін керекті ақшаны қысқартып, түскі асыңды үйден ыдысқа салып әкетіп жүресің деп анаң екеуміз шештік, енді сабақтан соң достарыңмен қыдыру деген жоқ, ақылға келетін кезің келді.

«Бұл енді артық!» деген ой сарт ете қалды. Ата-анамның маған берген ақшаларымен, алған бағаларыммен үнемі түртпектей беретіндері қатты жыныма тиді, біреуге тәуелді болуды жек көремін, бұл жазаға лайықты емеспін деп ойланып, ашулана бастадым. Сол сәтте менің айтарым қалмады, оларға дауысымды көтеріп жібермес үшін бөлмеме қашып кеттім. Есікті жаптым да, ойым бөлінуі керек деп сүйікті онлайн ойынымды қостым. Ол жерде мен өзімді ыңғайлы әрі еркін сезінетінмін, сондықтанда ойын ішінде балалармен араласқанда олармен көңілді сөйлесетінмін, ашуландырса да ойнап-күліп отыратынмын, өйткені мені шын өмірден, сыртқы мәселелерден тасалайтын, ойым бөлінетін.

Бірде кезекті ойындардың бірінде бір бала дауысымды естіп қалып, маған бірден қызығушылық білдірді, дауысымнан байланыста жас бала екені түсінікті болған шығар. Тоғызыншы сыныпта оқысам да, дауысым әлі де жас баланың дауысы екенін сездіріп қоятын.

- Ей бала, қарап тұрсам бұрыннан ойнайтын сияқтысың, дұрыс киімдерің жоқ па еді, әлде ақша салмайсың ба? – деп маған бейтаныс жігіт сөйледі. Бұл сұрақ болды ма немесе пікір ме толық түсінген жоқпын. Бірақ бір білетінім, маған қатысты айтқаны, өйткені сол сәтте менен басқа ешкім сөйлемеген еді. Сондықтан жауап берейін деп шештім.

- Иә, мен ешқашан ойынға ақша салмаймын.

- Оның дұрыс қой, бірақ меніңше сенде салатын да ештеңе жоқ сияқты, менде жақында ғана сен сияқты мектеп оқушысы едім, ақшам да болмайтын, ата-анам тек түскі асқа ғана ақша беретін, онда да күнде емес. Бірақ қазіргі таңда менде не бар екенін ойын парақшама кіріп қара.

Маған кішкене қызық болды, бұл әңгіменің қайда апарарын түсінбедім де, сонымен оның парақшасын қарап шығайын деп шешіп, көрген соң таңғалдым. Парақшасында ең жоғарғы класстағы заттар, парақшасы соңғы деңгейдегі үлгіде болды. Менің таңғалысымда шек болмады, мұның барлығына жәй ойын арқылы жете алмайсың, ол мүмкін миллионын құртқан шығар, шын миллионын.

- Менің ойымша, сен қалай жақсы көтеріп алғанымды кіріп көрдің, мен еш жерде жұмыс істемеймін де, онымен қоса, ата-анама көмектесіп тұратын болдым, –деп жалғастырды біртүрлі жігіт.

Соңғы болған жағдайлармен, ата-аналарыммен болған әңгімелерден кейін бұл сұрақ қай кезденде ең өзекті еді. Оның табысы соншалықты ойындарға, ойын-сауыққа ақша құртуға мүмкіндік берсе, ол жігіттен қалай ақша табуға болатынын біліп, өзім үйреніп алуым керек.

- Айтып берші, мұншалықты табыс табу қалай қолыңнан келді? Менде ата-анама көмектессем жаман болмас еді, – деп қызығушылық таныттым мен.

- Білесің бе, өз құпияларымды жайдан-жай ешкімге айта бермеймін...

- Өтініш, айтып берші, қазір менің шыныменде ақшамен мәселелерім бар, сосын саған да айтып беремін, егер қаласаң, – деп табандылықпен сұрай бастадым мен.

- Иә, сенің жақсы жігіт екеніңді көріп тұрмын, байқап көрейік, қазір саған бір сілтемені жіберемін, сол жаққа кіріп тіркелсең, сенімен өздері байланысып, түсіндіреді.
- Жақсы, үлкен рақмет, қазір тіркелемін, – деп сілтемеге басып, қоштасып жатып айттым. Мен бұл жігітпен өз табысымды бөлісейін деп жатқан жоқ едім, тек ақшаны қалай жарататыным жайлы әдемі ой мен әсер ғана болды менде.

- Иә, сәттілік саған жас жігіт!

Мен кірген сайт маған бірден сенімділік ұялатты. Тұтынушылардың пікірлері жақсы еді, өзі де жақсы үйлестірілген, тіркелу де аса қиын болған жоқ, тек аты-жөнің мен ұялы телефоныңның нөмірі ғана керек болды. Мен бұл



жұмыстың мағынасын толық түсінбедім, алайда бір мәнісін қылармын деп ойладым. Тіркелген соң бір-екі минуттан кейін маған Юрий Новелл есімді жігіт хабарласты, барлығын түсіндіре бастады, үлкен компаниялардың акциялармен сауда жасауды толығырақ айта бастады:

- Бір сәтті ашып алайық, есіміңіз Ербол, солай ма?

- Иә, бәрі дұрыс.

- Табыс таба бастау үшін сіз бастапқыда он мың теңгеге шотыңызды толтыруыңыз қажет. Аз соммадан бастайық, сіздің біздің жүйені қарастырып, табыс таба алатыныңызға сенімді болуыңыз үшін.

- Бірақ бұл мен үшін үлкен сомма, қазір бола ме екен, сенімді емеспін – осы сәтте сенімсізденіп қалдым. Өйткені қолымда ондай ақша жоқ еді, ал ата-анамнан сұрау жаңа болған жанжалдан кейін орынсыз еді. Осы кезге дейін Юрий менімен өте сыпайы сөйлесті, қалайда көңілімнен шығуға тырысты, бірақ менің соңғы сөздерімнен кейін дауыс ырғағын бірден өзгертіп, айғайлағандай сөйлей бастады:

- Сіз табысты болуыңыз үшін жалғыз мүмкіндігіңізден айырылып жатқаныңызды түсінесіз бе? Бүгін соңғы күн, тіпті ертең саудадағы жағдай түбегейлі өзгеріп кетуі мүмкін, ойынға кіріп, ақша таба алмайсыз. Тек ақша мен уақытыңызды босқа жоғалтасыз. Ал қазір мұндай аз соммамен сіз жеңімпаз болып, барлық арман, мақсаттарыңызды орындай аласыз, сіз жалпы түсініп отырсыз ба?! Менің сізге кеңесім: ертерек шешім қабылдаңыз, қарыз ала алатын таныс табыңыз, осы сомманы табыңыз. Өйткені ештеңені уайымдамай, ертең-ақ ол ақшалардың барлығын қайтарып бере аласыз.

- Жақсы, жарайды. Бір нәрсе ойластыруға тырысамын, – деп сенімсіз айттым мен.

- Сізді түсіндім, қоштаспаймыз, сізге бірнеше сағаттан соң хабарласамын, – деп әңгімесін бітірді Юрий.

Мен әлі Юриймен болған әңгімеден алыстаған жоқпын, жүрегімнің соғысы жиілеп кетті, оның айтқан сөздерін ойлай беріп, бұл іске кірісsem бе екен түсіне алмадым, басыма келген әр ойдан басым айналып кеткендей болды. Бәрі шын сөздей көрінді, тіпті менің барлық жұмыстарымды жасайтын, жүргізетін жеке кеңесші де тағайындап берді. Мүмкін оларға сенудің қажеті жоқ шығар деген іштегі күмәнім мені мазалады. Мен олардың ресми парақшасына кірдім, пікірлерді оқып, бас кеңселері Лондон қаласында екенін де көрдім және олар туралы пікір білдірген бірнеше сайттарға кіріп шықтым, барлығы да жағымды еді.

Енді, Юрий айтқандай, істің ең соңы қалды, ол дегеніміз – оптималды сауданың ішіне кіріуім үшін керекті сомманы табу. Мен өзімнің барлық жинаған ақшамды іздеп шықтым, бүкіл бөлмені ақтарып, екі мың теңге ғана таптым. Сонымен қатар бұл ақшалардың жартысы түскі асқа, келесі күндерге еді, амал жоқ, шұғыл түрде бүгін керек еді.

Қалған бөлігін қайдан тапсам екен, ертең-ақ қайтарып бере аламын ғой, табысқа кенелемін деп ойлап тұрғанымда сарт етіп ойыма ақша жинағы түсті. Тек ол менің жинағым емес, менен төрт жасқа кіші інімдікі еді. Ол жақында ғана орта мектепке ауысқан, ұялы телефонға ақша жинап жүргенді. Жинағында міндетті түрде ақшалары болуы керек.

Күткенімдей, оның жинағынан ақша таптымда, жақын банкоматқа, өзімнің банктік картама жүгіріп барып аударып, үйге қайтып келдім. Келе сала Юрийге хабарластым, ол төлем жасауға көмек берді, екі жүз теңгедей жетпей қалғанда ештеңе етпейді, сонымен, «төлем сәтті аяқталды» деген сөз шықты. Артынан Юрий мына сөздерді айтты:

- Рақмет, Ербол, сізбен жұмыс істегеніме қуаныштымын, енді сізге жақын уақытта өзіңіздің жеке жаттықтырушыңыз хабарласады, – деді.

- Сау болыңыз, – деп ақшаларымның айналысқа түскенін асыға күтіп, риза болған дауысыммен жауап бердім.

Бірақ маған екі минуттан кейін де, үш сағаттан кейін де ешкім хабарласпады.

Мен не істерімді білмедім, менің аккаунтым мүлдем болмағандай, маған хабарласқан нөмірлер үнемі байланыс аясынан тыс жерде болып, осы жерде тітіркеніп, уайымдай бастадым. Айқын болғаны – менің соңымның келгені! Ақшаларды желге, айдалаға шашқанымды, мені алдағандарын түсінген кезде денемді суық тер жайлады, команда дегендері екі ғана адамнан тұратын ойында Юрий өзі болса, бірақ ол оның шын есіміме – оған да сенімді емеспін.

Ақшалар менікі емес болғандықтан, оларды жаратуға мүлде құқығым жоқ еді, енді қайтара алмаймын, бірақ қалай да шешу қажет болды. Қатты қорықтым, ұялдым да, мектептегі жағдаймен қоса енді ақшалар да қосылды. Бірақ басқа амалым болмады, ерік-жігерімді жұдырығыма жиып алып, ата-анама айтып бердім. Әрине олар жағымсыз қабылдады, ұрысты, соңында кешірді, өйткені інімнің алдында кінәмді қалай жуатынымды өзім ұсындым. Бұл ақшаларды қалайда өзім табамын деген ниетпен әкем екеуіміз жасөспірімдерге арналған заңды жарты күндік жұмыс таптық. Мен компанияның ақпараттық қағаздарын саябақтың ішінде тарататын болдым. Әрине, бұл жерден миллион таба алмаспын, жоқ дегенде ініме жинағын қайтарып бере алатын шын ақшалар. Ал мына болмайтын ойынды мүлдем өшіріп тастадым, ата-анама уәде бергенімдей уақытымның көбін оқуыма арнадым, желіде ұзақ уақыт өткізу менің барлық уақытымды алып қана қоймай, алаяқтармен де бетпе-бет жолықтырды, ақшамның барлығын

тартып алды. Енді мұндай жағдайға түспеспін, бұл маған жақсы өмірлік сабақ болды.



Психолог жазбалары

Осы оқиганы оқығаннан кейін Ерболмен болған оқиганың оған сабақ болғанын біліп қуандым. Не істесек те, өзімізге керегін немесе одан сабақ алуымыз керек.

Біраз уақыт интернетсіз елестетіп көрейік, онда не істейміз және қандай қызықты істер жасай бастаймыз? Білесің бе, мен өзімді кейде осылай елестетемін, содан кейін өзімнің мінез-құлқымды сынап, талдай отырып, өзімді басқаша ұстай бастаймын. Отбасыммен тікелей сөйлесіп, басқалар үшін бос уақытым бар екенін байқадым. Бұл сондай керемет!

Мүмкін, интернеттің артықшылығы мен кемшілігін қарастырып көреміз? Қандай жағдай болмасын, оның жағымды немесе жағымсыз жағы болады. Бұл өмірде ештеңе де мінсіз емес. Сонымен, артықшылықтардың қатарында әртүрлі елдер мен континенттердегі адамдардың дүниежүзілік желі арқылы байланыс еркіндігі бар. Интернет арқылы бір-бірімізбен танысамыз, бейнежазбалар көреміз, музыка тыңдаймыз, ақпарат іздейміз, ойындар ойнаймыз, дүкендерде сауда жасаймыз және форумдарда әртүрлі мәселелерді талқылаймыз. Соңғы жылдары әлеуметтік желілерде адамдарды қолдану уақытының ұзақтығы өзекті бола бастады. Енді кемшіліктерді қарастырайық: кейде адамдар интернеттегі өмірді жақсы көреді, виртуалды шындыққа күніне 20 сағатқа дейін уақыт жұмсайды, бұл олардың нақты өмірлерінен бас тартуға әкеледі. Үнемі «желіде» болуға деген бұл құмарлықты уақытында ажырата алмауды тәуелділік деп атауға болады. Сонымен қатар гаджеттерді үнемі пайдалану ұйқының сапасы мен жалпы ұзақтығын төмендетеді. Әлеуметтік желілерді, мессенджерлерді, әртүрлі интернет ойындарын және басқа заттарды пайдалану «маңызды» нәрсені жіберіп аламын немесе біреудің «маңызды» жаңалықтарын көрмей қаламын деген қорқыныш тудырады. Бұл жазбаларды және әлеуметтік желілердегі парақшаны үнемі тексеріп отыруға мәжбүр етеді.

Психолог жазбалары

Ерболмен болған әңгімеде ол өзінің ата-анасы алдында өзін кінәлі сезінгені анық, сонымен бірге ол барлық сөгістер мен ескертулерден жұбаныш табу үшін интернет ойынынан пана тапты. Ойындағы алаяқтар оған «жеңіл» ақша табудың тиімді жолдарын ұсынған кезде, оңай көне салды, өйткені осылайша өзінің ата-анасына интернет ойынында өткізген уақытының пайдалы екенін дәлелдей аламын деп ойлады Ербол. Шындығында бұл туралы ойланып көр? Осы әңгімеде Ерболдың өзі көп ұзамай алданғанына сенімді болды – ата-анасының неге қарсы болғанын түсінді. Балалардың өмірлік тәжірибесі аз және бұл объективті, міне, осыны желілердегі алаяқтар пайдаланады. Алаяқтар көбіне жеткіншектерге қысым жасайды: «уақытың аз қалды, дәл қазір шешім қабылдауың керек», сезімдеріне әсер етіп: адамдарға, жақындарыңа көмектесуің керек немесе ата-анаңның немесе сыныптастарыңның алдында үлгілі болуың керек, әйтпесе олар сені «әлсіз» деп санайды деп қорқытады. Менің ойымша, бұл оқиғадағы басты нәрсе – Ербол болған оқиғадан сабақ ала алды.

Барлығымыз виртуалды өмірге басымызбен кіріп кетпей және шынайы өмір сүруіміз керек екенін түсінуіміз керек. Интернет тек жаңа және пайдалы білім алу үшін қажет. Уақытты сауатты әрі қызықты басқаруды біз тек өзіміз үйрене аламыз.