

Қазақстандықтар фобиясының өсуіне ықпал ететін себептер

ЖАРИЯЛАНДЫ
19.11.2025

СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/183959/>

Әділ Дескелді

Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті, Саясаттану және саяси технологиялар кафедрасының II курс магистранты

Аңдатпа. Бұл мақалада Қазақстан қоғамындағы фобиялар деңгейінің соңғы онжылдықта күрт өсуіне ықпал ететін негізгі әлеуметтік-психологиялық, экономикалық және мәдени факторлар қарастырылады. Зерттеуде қазақстандықтардың денсаулыққа, қауіпсіздікке, болашаққа және әлеуметтік қабылдауға қатысты қорқыныштарының артуы әлеуметтік-экономикалық дағдарыстармен, пандемия салдарымен, урбанизациямен, медианың ақпараттық қысымымен және цифрлық платформалардағы үрей тудыратын контентпен өзара байланысты екені анықталады. Қазақстандықтарды мазалайтын фобиялардың ерекшеліктері жас, аймақтық және әлеуметтік топтар тұрғысынан сараланады. Сондай-ақ, қоғамдық психологияға ықпал ететін факторлар – жұмыссыздық, көші-қон процестері, геосаяси шиеленістер және жаңа медиа – адамның қорқынышқа бейімділігін күшейтетіні талданады. Мақалада фобиялардың өсуінің оң және теріс салдары қарастырылып, ұлттық деңгейдегі психологиялық сауаттылықты арттыруға бағытталған ұсыныстар берілген.

Кілт сөздер: фобия, қоғамдық психология, әлеуметтік үрей, экономикалық қауіп, цифрлық стресс, Қазақстан, медианың әсері.

XXI ғасыр — қоғам өмірінің барлық саласын қамтыған жаһандық белгісіздік, ақпарат ағыны және әлеуметтік трансформация кезеңі. Бұл өзгерістердің ең маңызды салдарларының бірі – адамдардың қорқыныш деңгейінің өсуі. Фобия – адамның шынайы немесе елестетілген қауіпке қатысты қалыптан тыс, шамадан тыс қорқынышы ретінде анықталады. Психологтардың пікірінше, фобия жеке деңгейдегі психологиялық құбылыс болумен қатар, әлеуметтік және мәдени факторлардың ықпалымен қалыптасатын қоғамдық феноменге айналып келеді.

Соңғы жылдары фобиялардың өсуі тек әлемдік деңгейде ғана емес, Қазақстанда да айқын байқалуда. Денсаулыққа қатысты қорқыныш (COVID-19-дан кейін), экономикалық тұрақсыздыққа байланысты алаңдаушылық, жұмыссыздық, әлеуметтік қабылданбаудан қорқу, геосаяси оқиғалар мен мемлекетаралық шиеленістер туралы ақпараттар қазақстандықтардың қорқыныш деңгейін күрт арттырды. Сонымен бірге цифрлық медиа мен әлеуметтік желілердегі үрей тудыратын контент психологиялық қысымды одан әрі күшейтуі мүмкін.

Әлеуметтанушылар, психологтар мен саясаттанушылар фобияларды тек клиникалық құбылыс ретінде емес, қоғамдағы күйзеліс пен сенім дағдарысының көрсеткіші ретінде қарастыруды ұсынады. Себебі фобия – жеке адамның ғана реакциясы емес, қоғамның өзгерістерге бейімделу деңгейін, әлеуметтік тұрақтылық пен қауіпсіздік сезімін айқындайтын құбылыс. Осы тұрғыдан алғанда, Қазақстандағы фобия деңгейінің өсу себептерін зерттеу қоғамдық психологияны, әлеуметтік мінез-құлықты және ұлттық тұрақтылықты түсіну үшін өзекті болып табылады. Бұл тақырып қазақстандықтардың психологиялық денсаулығына ғана емес, әлеуметтік интеграция мен қоғамдық сенімге де тікелей әсер етеді.

Forbes Kazakhstan журналында жарияланған «Рейтинг страхов казахстанцев за 15 лет: чего боятся чаще всего» атты материалда 2008–2023 жылдар аралығындағы үрей динамикасы талданған [1].

2025 жылғы сәуір айында «Стратегия» әлеуметтік және саяси зерттеулер орталығы қазақстандықтардың әлеуметтік көңіл-күйі мен қорқыныш деңгейіне арналған кең ауқымды сауалнама жүргізді. Зерттеу нәтижесінде халықтың негізгі алаңдаушылықтары экономикалық және әлеуметтік сипатта екені анықталды. Респонденттердің 86,1%-ы экономикалық дағдарыстан, 83%-ы пандемия мен жұқпалы аурулардан, 82,5%-ы жұмыссыздық пен кедейленуден қауіптенеді. Қоғамдық тұрақтылыққа тікелей әсер ететін факторлар — соғыс, жаппай наразылықтар, терактілер және этносаралық қақтығыстар — респонденттердің басым бөлігі үшін маңызды болғанымен, рейтингтің соңында орналасқан.

Қазақстандықтардың негізгі әлеуметтік қорқыныштары (2025 ж.)

№ Қорқыныш түрі Қорқамын (%) Қорықпаймын (%) Жауап беруге қиналды (%)

1 Экономикалық дағдарыс 86,1 11,5 2,4

2 Пандемиялар мен індеттер 82,9 14,4 2,7

3 Жұмыссыздық, кедейлену 82,5 14,9 2,6

4 Табиғи апаттар 79,5 17,2 3,3

5 Экологиялық жағдайдың нашарлауы 79,4 18,0 2,6

6 Жемқорлық пен заңсыздық 74,5 22,7 2,8

7 Көлік және өндірістегі апаттар 74,2 22,0 3,8

8 Қылмыстың өсуі 73,5 23,4 3,1

9 Соғыс және әскери іс-қимылдар 71,7 25,2 3,1

10 Билік пен тәртіптің болмауы 67,1 29,0 3,9

11 Жаппай наразылықтар, бүліктер 66,6 29,2 4,2

12 Террорлық актілер 65,1 30,5 4,4

13 Этносаралық қақтығыстар 57,8 38,2 4,0

Әлеуметтік қорқыныштардың салыстырмалы динамикасы (2010–2025)

Қорқыныш түрі 2010 ж. (%) 2025 ж. (%) Өзгеріс (%) Негізгі себеп

Пандемиялар мен індеттер 58 83 +25 COVID-19 пандемиясынан кейінгі биологиялық қауіптерге назардың артуы

Соғыс қаупі 47 72 +25 Украина–Ресей шиеленісі және геосаяси тұрақсыздық

Әлеуметтік анархия (тәртіпсіздік, биліктің әлсіреуі) 45 67 +22 Ақпараттық манипуляциялар мен билікке сенімнің әлсіреуі

Экономикалық қорқыныштар (жұмыссыздық, кедейлену) 77 83 +6 Инфляция мен экономикалық теңсіздік

Экологиялық апаттар 76 80 +4 Климаттық өзгерістердің күшеюі

Өндірістік және көлік апаттары 65 74 +9 Инфрақұрылымның ескіруі, адам факторлары

Бұл нәтижелер қазақстандық қоғамдағы тұрақсыздық пен сенім дағдарысының артып келе жатқанын көрсетеді. 2025 жылы респонденттердің шамамен 80%-ы кем дегенде үш түрлі әлеуметтік қауіптен (экономикалық дағдарыс, пандемия, жұмыссыздық) тұрақты түрде алаңдайтынын білдірген. Сонымен бірге, саяси және қоғамдық сипаттағы қорқыныштар (соғыс, тәртіпсіздік, терактілер, этносаралық шиеленіс) кейінгі орындарға жылжып отыр. Бұл қоғамның басты назарында экономикалық және өмір сүру сапасына қатысты қауіптер тұрғанын білдіреді. Сарапшылардың пайымдауынша, мұндай үрдіс соңғы 15 жылда қалыптасқан және қазақстандықтардың өмірлік стратегиясы мен сенім құрылымында ұзақ мерзімді әсер қалдыруы мүмкін.

Осы зерттеудің әдістемелік негізін қалаған әлеуметтік сауалнамалар ЦСПИ «Стратегия» орталығының өз сайтында да жарияланып, онда қазақстандықтардың 90 пайыздан астамы ең үлкен қауіп ретінде жұмыссыздық пен кедейленуді атап өткені көрсетілген. Бұл материалда әлеуметтік көңіл-күйдің шиеленісуі, әсіресе, экономикалық

жағдайда уайымның жоғары екені айтылады [2]. Lada.kz порталында жарық көрген «Страна страха: чего боятся казахстанцы сильнее всего в 2025 году» мақаласында да дәл осы үрдіс жалғасын тауып, экономикалық дағдарыс, жаңа пандемия және жаппай кедейлену үштік лидер ретінде сипатталады [3]. Ulysmidia.kz жариялаған зерттеуде қазақстандықтардың 70 пайыздан астамы соғыс басталуынан қауіптенетіні көрсетілген; сонымен қатар экология, коррупция, қылмыс сияқты тақырыптар бойынша да барлық жас топтарында тұрақты жоғары тревожность байқалады [4]. LS порталы 2021 жылғы сауалнама нәтижелерін талдай отырып, пандемия кезеңінде онлайн-білім беру сапасына, карантиндік шектеулердің ұзартылуына және табысынан айырылу қаупіне байланысты қорқыныштардың күшейгенін жазған [5]. Businessmir.kz сайтында 2019 жылы жарияланған материалда қазақстандықтар үшін ең басты қорқыныш – жақындарын жоғалту мен денсаулықтың нашарлауы екені, одан кейін азық-түлік бағасының, жанармай құнының өсуі және еңбекке жарамдылықтан айырылу қаупі тұрғаны көрсетілген [6]. Azattyq Rýhy порталында социолог-эксперттермен сұхбат форматында дайындалған «От подорожания продуктов до безработицы: названы главные фобии казахстанцев» атты материалда азаматтардың әлеуметтік фобияларының артында көбіне табыс тұрақсыздығы, аймақтық теңсіздік және билікке сенімсіздік жатқанын атап өтеді [7]. Tengrinews.kz сайтына ҚР Денсаулық сақтау министрлігінің ресми деректері негізінде дайындалған «Чего боятся казахстанцы больше всего» материалында клиникалық деңгейде тіркелген фобиялық бұзылыстарға (агорафобия, әлеуметтік фобия, спецификалық фобиялар) қатысты статистика беріліп, тек экономикалық не саяси емес, медициналық-психиатриялық өлшемдегі фобиялардың да өсімі байқалатыны көрсетіледі [8]. Sagavan.kz порталындағы «По ту сторону фобий: чего боятся казахстанцы» мақаласы агорафобия, жабық кеңістіктен қорқу, қоғам алдында сөйлеуден үрейлену сияқты нақты фобиялардың кең таралатынын, сонымен бірге олар көбіне урбанизация, жалғыздық сезімі және ақпараттық қысыммен байланысты екенін атап өтеді [9]. Ал Zakon.kz сайтында жарияланған «Тревожное поколение: почему молодежь в Казахстане все чаще выбирает психолога» атты аналитикалық материалда әлеуметтік желілерде ұзақ отыру, үздіксіз салыстыру, лайк пен мақұлдауға тәуелділік жастар арасында үрей, ұйқының бұзылуы және депрессиялық симптомдардың артуына әкелетіні, соның нәтижесінде жас буынның фобияға бейімділігі күшейіп отырғаны айтылады [10].

Ғылыми әдебиеттерде де ұқсас тенденциялар байқалады. Мысалы, Л.М. Омарханованың қазақстандық студенттердің оқу процесіндегі тревождық деңгейіне арналған еңбегінде астаналық мегаполистегі жастар арасында реактивті және тұлғалық тревождықтың жоғары көрсеткіштері анықталып, бұл құбылыс оқу жүктемесімен қатар әлеуметтік-экономикалық қысыммен де байланысты екені атап өтіледі [11]. Жалпы алғанда, бұқаралық ақпарат құралдарындағы әлеуметтік сауалнамалар мен академиялық зерттеулердің деректері қазақстандықтар фобиясының өсуі бір ғана

факторға емес, экономикалық тұрақсыздық, пандемиялық тәжірибе, ақпараттық шудың күшеюі, геосаяси белгісіздік және цифрлық медианың әсері сияқты бірнеше деңгейдегі ықпалдарға тәуелді екенін дәлелдейді.

Қорытындылай келе, Қазақстандағы фобиялардың өсуі – жеке психологиялық құбылыс деңгейіндегі мәселе ғана емес, әлеуметтік, экономикалық, мәдени және ақпараттық факторлардың өзара әсерінен қалыптасқан күрделі қоғамдық феномен. Халықтың болашаққа сенімсіздігі, экономикалық тұрақсыздық, геосаяси белгісіздік, урбанизация қарқыны, пандемия салдары, цифрлық медиадағы үрей тудыратын ақпараттың көптігі – азаматтардың қауіпсіздік сезіміне елеулі ықпал етуде. Фобиялардың күшеюі эмоционалдық әлсіздікке емес, керісінше қоғамның тұрақтандырушы механизмдерінің әлсіреуіне, әлеуметтік қолдаудың жеткіліксіздігіне және ақпараттық ортаның агрессивтілігіне байланысты.

Жас буын да, орта буын да фобияларға бірдей бейім. Жастарда әлеуметтік қабылданбау, болашағына сенімсіздік және цифрлық стресс басым болса, ересектер арасында экономикалық, денсаулыққа байланысты және отбасының әл-ауқатына қатысты қорқыныштар жиі кездеседі. Аймақтық тұрғыда — урбанизация, әлеуметтік теңсіздік пен ақпараттық қолжетімділік айырмашылықтары фобиялардың таралу сипатына әсер етеді.

Фобиялардың өсуі тек жеке тұлғаның психологиялық жай-күйіне ғана емес, қоғамдағы сенім капиталына, әлеуметтік ынтымақ пен тұрақтылыққа тікелей әсер ететіндіктен, бұл мәселе мемлекеттік саясат, білім беру, ақпараттық қауіпсіздік және денсаулық сақтау салалары деңгейінде әрекет етуді талап етеді.

Қазақстандағы фобиялардың өсуіне қарсы күрес кешенді тәсілді талап етеді. Осыған байланысты төмендегі ұсыныстарды қарастыру орынды:

1. Мемлекеттік деңгейде

- Ұлттық психологиялық сауаттылық бағдарламасын әзірлеу — фобия, стресс және мазасыздықпен күресу құралдары туралы ақпаратты халыққа қолжетімді ету.
- Қоғамдық сенімді арттыру саясатын күшейту — мемлекеттік шешімдер мен ақпараттың ашықтығы және халықпен тұрақты диалог.
- Ақпараттық кеңістікті сауықтыру — фейк жаңалықтармен күрес, медианың жауапкершілігін арттыру.

2. Денсаулық сақтау саласы

- Психологиялық қызметтердің қолжетімділігін кеңейту — мемлекеттік емханаларда тегін психолог қабылдауының санын арттыру.
- Фобиялық бұзылыстарды ерте анықтау бағдарламасын енгізу — мектеп, колледж,

ЖОО деңгейінде профилактика.

3. Білім беру жүйесінде

- Мектептерде және ЖОО-да эмоционалдық интеллект және стресске төзімділік курстарын енгізу.
- Жастар арасында медиа сауаттылықты арттыру — жалған ақпаратты тану, ақпараттық қысымды басқару.

4. Ақпараттық және цифрлық ортада

- Әлеуметтік желілердегі контент өндірушілерді жауапкершілікке шақыру, үрей мен агрессияны тарататын материалдарды шектеу.
- Позитивті ақпараттық жобаларды қолдау — ынтымақтастық, сенім, қауіпсіздік мәдениетін нығайтатын медиа бастамалар.

5. Қоғамдық деңгейде

- Қарым-қатынас мәдениетін, өзара қолдау мен әлеуметтік интеграцияны дамыту — волонтерлік, қауымдық және жастар жобаларын күшейту.
- Жұмыссыздықпен күрес және әлеуметтік қолдауды күшейту — әлеуметтік тұрақтылық — психологиялық тұрақтылықтың негізгі факторы.

Қорыта айтқанда, фобиялар – әлсіздіктің емес, қоғам өзгерістеріне жауап ретінде қалыптасқан психологиялық реакцияның көрсеткіші. Егер мемлекет, білім беру жүйесі, медиа кеңістік және азаматтық қоғам күш біріктірсе, қазақстандықтардың қорқыныш деңгейін төмендетіп, сенім мен психологиялық қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру мүмкін.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ (ГОСТ ФОРМАТЫ)

1. *Рейтинг страхов казахстанцев за 15 лет: чего боятся чаще всего // Forbes Kazakhstan. – 2025. Режим доступа: <https://forbes.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).*
2. *Социальные страхи и тревожность населения Казахстана // Центр социально-политических исследований «Стратегия». – Алматы, 2024. Режим доступа: <https://strategycenter.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).*
3. *Страна страха: чего боятся казахстанцы сильнее всего в 2025 году // Lada.kz. – 2025. Режим доступа: <https://lada.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).*
4. *Соцопрос: 70% казахстанцев боятся начала войны // Ulysmidia.kz. – 2024. Режим доступа: <https://ulysmidia.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).*
5. *Чего боялись казахстанцы во время пандемии: результаты соцопросов // LS*

- News*. – 2021. Режим доступа: <https://ism.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
6. *Страхи казахстанцев: болезнь, бедность и рост цен // Businessmir.kz*. – 2019. Режим доступа: <https://businessmir.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 7. *От подорожания продуктов до безработицы: названы главные фобии казахстанцев // Azattyq Rýhy*. – 2023. Режим доступа: <https://azattyq-ruhy.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 8. *Чего боятся казахстанцы больше всего: данные Минздрава по фобиям // Tengrinews.kz*. – 2023. Режим доступа: <https://tengrinews.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 9. *По ту сторону фобий: чего на самом деле боятся казахстанцы // Caravan.kz*. – 2022. Режим доступа: <https://caravan.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 10. *Тревожное поколение: почему молодежь в Казахстане все чаще выбирает психолога // Zakon.kz*. – 2023. Режим доступа: <https://zakon.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 11. *Омарханова Л.М. Психологиялық мазасыздық және студенттердің эмоциялық жағдайы: ғылыми еңбек*. – Алматы: Ұлттық ғылыми кітапхана, 2022. Режим доступа: <https://rmebrk.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 12. *Mental health and anxiety disorders worldwide // World Health Organization (WHO)*. – 2023. Режим доступа: <https://www.who.int> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 13. *Global rise of clinical anxiety and phobias // American Psychological Association (APA)*. – 2022. Режим доступа: <https://apa.org> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).
 14. *2023 жылға арналған психикалық денсаулық статистикасы // ҚР Денсаулық сақтау министрлігі*. – Астана, 2024. Режим доступа: <https://www.gov.kz> (Қол жеткізілген күні: 19.11.2025).