**«6D050300 - Психология» мамандығы бойынша философия докторы (PhD) ғылыми дәрежесін алу үшін ұсынылған «Алматыдағы студент жастардың мысалындағы субъективті әл-ауқат пен мимикрияның байланысы» тақырыбы бойынша докторлық диссертацияның аннотациясы**

**Докторант:** Ризулла Айдана Ризуллаевна.

**Шетелдік ғылыми кеңесші:** PhD докторы, профессор, SWPS Әлеуметтік және гуманитарлық ғылымдар университеті, Варшава, Польша, Войцех Марек Кулеша.

**Отандық ғылыми кеңесші:** жалпы және қолданбалы психология кафедрасының доценті, психология ғылымдарының кандидаты Кабакова Майра Победовна.

**Жұмыстың жалпы сипаттамасы.** Диссертация субъективті әл-ауқат(бақыт) феноменін және оның жоғарылауын ынталандыратын механизмдерді зерттеуге арналған. Бұл мәселе кез келген прогрессивті елдің мемлекеттік деңгейіндегі және психологиялық ғылым саласындағы басым құндылықтардың бірі болып табылады. Субъективті әл-ауқат феноменінің зерттеулерін талдау оны түсінуде және оның құрылымының, сондай-ақ оны ынталандыратын механизмдердің біркелкі еместігін анықтауға мүмкіндік берді. Механизмдерді талдау субъективті әл-ауқатты ынталандыратын ең тиімді механизм ретінде мимикрияға баса назар аударуға мүмкіндік берді. Осыған байланысты, жұмыс мимикрия механизмінің субъективті әл-ауқаттың жоғарылауына әсерін зерттеуге арналған.

**Зерттеу тақырыбының өзектілігі.** Субъективті әл – ауқат деңгейін арттыру проблемасы-бұл барлық прогрессивті елдердің басымдығы және тиісінше осы проблеманы шешуге байланысты жобаларды енгізудің маңыздылығын көрсетеді. Бұл Жаһандық Әл-ауқатты Зерттеу (Gallup World Poll, 132 елді қамтитын), Әлемдік Денсаулық Ұйымы (World Health Organization), 52 елді қамтитын Әлемдік Құндылықтарды Зерттеуді ұйымдастыру (World Values Survey), Қазақстандағы "Рухани Жанғыру", "Туған жер", "Денсаулық" жобалары. Бұл жобалар мен бағдарламалар қоғамның қозғаушы күші және елдің болашағы ретінде мемлекеттің әртүрлі жіктері, әсіресе әлеуметтік осал және жас ұрпақ азаматтарының әлеуметтік әл-ауқатын қолдауға бағытталған. Барлық жобалар елеулі материалдық салымдармен және ұзақ мерзімділікпен сипатталады, бұл субъективті әл-ауқатты арттыруға мүмкіндік беретін қолжетімді және шағын шығынды психологиялық технологиялардың қажеттілігін болжайды.

Субъективті әл-ауқат мәселесін талдау оның психологиялық ғылымдағы маңыздылығын 1916 жылдан қазіргі күнге дейін анықтауға мүмкіндік береді. Алайда, зерттеулер феноменнің өзін, сондай-ақ оның құрылымдық компоненттерін, оны ынталандыратын механизмдерді түсінуде кең таралумен сипатталады. Осыған байланысты, субъективті әл-ауқат түсінігін жүйелеу және

интеграциялау, сондай-ақ оны ынталандыратын құрылым мен механизмдерді негіздеу өзектілікке ие болады. Субъективті әл-ауқатты (СӘ) ынталандыру механизмдерін талдау олардың маңызды алуан түрлілігін анықтауға мүмкіндік берді: еліктеу, имитация, идентификация, модельдеу, мимикрия. Бұл салыстырмалы талдау жүргізу және мимикрия ерекшелігін анықтау қажеттілігін өзектендіреді. Зерттеулерді талдау мимикрияның әсер ету проблемасының ашықтығын, субъективті әл-ауқатқа "осында және енді" қағидаты бойынша өзара іс-қимылдың интеракциясын оңтайландыратын неғұрлым тиімді механизм ретінде анықтауға мүмкіндік берді. Мемлекет азаматтарының субъективті әл-ауқатын, әсіресе оның неғұрлым перспективалы және жаңа технологиялар үшін ашық бөлігін, жастар тұлғасында арттыру қажеттілігі субъективті әл-ауқатты қысқа уақыт ішінде оңтайландыруға мүмкіндік беретін тиімді, қолжетімді және шағын шығынды психологиялық техникаларды әзірлеу өзекті болып отыр.

**Мәселенің даму дәрежесі.** Психологиялық ғылымда бақыт мәселесі 1916 жылдан бастап шетелдік классикалық психологияның әр түрлі бағыттарында өзектіленеді. Психоаналитикалық бағытта бақыт Рахат принципі тұрғысынан қарастырылады (Freud S.). Гуманистік психологияда әлеуметтік өзара әрекеттесудің жемісті тәсілдерімен анықталатын ләззат ретінде (Rogers C.), ал индивидуалды психология бағыты бойынша бақыт (Adler A.) бірігу сезімін бастан кешіру, бастан кешірудің шыңы ретінде анықталады. Экзистенциалды психологияда - қарым-қатынас, шығармашылық, бастан кешіру құндылықтарын жүзеге асыру (Frankl V.), мінез-құлық психологиясында бақыт нәтижеге бағытталған мақсаттарға жетумен анықталатын өмірге қанағаттану ретінде анықталады (Watson J., Bandura A., Rotter J., Cummins R., Schwarzer R., Jerusalem M., Coleman J., Haller M., Hadler M., Myers D., Ikiz F., Cakar F., Kim J., Lee C., Ji M. және т.б.).

Когнитивті және когнитивті - бихевиоралдық психология субъективті әл-ауқат ми қызметінің жұмыс істеуімен, ақпаратты өңдеу және эмоциялық интеллектпен (ЭИ) қамтамасыз етілетін оң эмоцияларды бастан кешіру ретінде анықталады (Davidson R., Campbell A., Parkinson B., Dfarhud D., Scherer K. және т.б.) .

Позитивті психологияда бақыт-бұл тұлға ерекшеліктерімен анықталатын, оптимизм рөлін анықтайтын, жағдай мен болашақты позитивті қабылдау, позитивті ойлау мен көңіл-күй ретінде, бақытқа жетудің нәтижелі тәсілдерін ынталандыратын тұлға ішіндегі үйлесім (Csikszentmihalyi M., Seligman M.E.P., Diener E., Diener M., Emmons R., , Proyer R., Berthold A., Ruch W., Gollwitzer P.M., Wadsworth T. және т.б.).

Кеңестік психология мен посткеңестік кеңістіктегі психологияда бақытты зерттеу 1980 жылдан басталады және қызмет жүйесімен қамтамасыз етілген қажеттіліктерді қанағаттандыру ретінде анықталады Кроник А.А., Джидарян И.А. Бақыт мәселесі Ресей психологиясында Леонтьев Д.А., Шевельников Т.Д., Фесенко П.П., Виничук Н.В., Весна Е.Б., Ширяева О.С. еңбектерінде

қарастырылады. Қазақстан психологиясында бақыт тұлғаішілік үйлесім ретінде анықталады (Сапарова И.А., Ташимова Ф.С., Ризулла А.Р., Поливянная Н.В. Алайда, осы уақытқа дейін субъективті әл-ауқаттың, соның ішінде оның мимикрияға байланысына қатысты эмпирикалық зерттеулер жүргізілген жоқ.

Осылайша, әдебиетті теориялық талдау субъективті әл-ауқатты түсінудің әртүрлі тәсілдерін анықтауға мүмкіндік берді (1-кесте).

1-Кесте - Әлемдік психологияның әр түрлі бағыттарындағы субъективті әл-ауқатты(бақыт) зерттеу нәтижелерін салыстырмалы талдау

| **Психологияның әр түрлі бағыттарындағы субъективті әл-ауқатты (бақыт) анықтау** | | |
|---|---|---|
| Субъективті әл-ауқатты (бақыт) психологияда анықталуы. Субъективті әл-ауқатты зерттеудің эксперимен - талды кезеңі | Кеңестік психология және посткеңестік кеңістіктегі психология | Бақыт - өмірдің құндылықтары мен мағыналарын жүзеге асырумен байланысты болатын тұлғаішілік үйлесім (Кроник А.А., Джидарьян И.А., Сапарова И.А., Ташимова Ф.С., Ризулла А.Р.), Оптималды өмірге қабілеттілік (Леонтьев Д.А.) және өмірге қанағаттану |
| | Классикалық шетелдік психология | СӘ бұл- либидо энергиясының қозғалысымен (FreudS.), бірігумен(Адлер А), өнімділікпен (FrommE.), бастан кешіру шыңымен(Маслоу А.), қарым-қатынас құндалықтарын жүзеге асырумен байланысты (Франкл В.)ләззатты бастан кешіру |
| **Эксперименталды психологияның әртүрлі бағыттарындағы субъективті әл-ауқатты (бақыт) анықтау** | | |
| Субъективті әл-ауқат (бақыт) зерттеуінің эксперимен талды кезеңі) | Бихевиоризм | СӘ -бұл басқалармен өзара қарым-қатынаста жетістіктер мен үйлесімнің нәтижелілігін түсінумен қамтамасыз етілген өмірмен қанағаттану |
| | Когнитивті психология | СӘ -мидың жұмыс істеу және ақпаратты өңдеу ерекшеліктерімен қамтамасыз етілетін оң эмоцияларды бастан кешірумен байланысты тұлғааралық үдерістердің үйлесімі |
| | Когнитивті-бихевиоральді психология | СӘ-эмоционалдық интеллектпен қамтамасыз етілетін оң эмоцияларды бастан кешумен байланысты тұлғааралық үдерістердің үйлесімі |
| | Позитивті психологии | СӘ-бұл мән-жайларды, ішкі бақылауды, оқиғаларды қабылдау мен бағалауды және ішкі балансты таба білуді оң түсіндірумен анықталатын үйлесімді ішкі жағдай |

СӘ және интеграция тұжырымдамаларын талдау нәтижесінде біз СӘ анықтаушы көрсеткіштерін ұсындық (2-кесте).

2-Кесте - Әлемдік психологияның әр түрлі бағыттарындағы СӘ (бақыт) құрылымының анықтаушы көрсеткіштерін талдау және негіздеу нәтижелері

| 1 | 2 |
|---|---|
| Кеңестік психология және посткеңестік кеңістіктегі психология | Құндылықтар және өмірдің мәні (Кроник А.А., Джидарьян И.А., Сапарова И.А., Ташимова Ф.С., Ризулла А.Р., Полывянная Н.В.); ресурстар (Леонтьев Д.А.); өмірмен қанағаттану (Виничук Н.В.) |

2-Кестенің жалғастыруы

| 1 | 2 |
|---|---|
| Классикалық шетелдік психология | Ләззат, шығармашылық, жеңу |
| Бихевиоризм | Өмірмен қанағаттану басқалармен өзара қарым-қатынастағы жетістіктер мен үйлесімділіктің нәтижелілік шараларын түсінумен қамтамасыз етілетін өмірді когнитивті және аффективті бағалау. |
| Когнитивті психология | Позитивті эмоциялар - бұл жеке тұлғаішілік үдерістердің үйлесімділігін ынталандыратын оң боялған эмоционалдық жағдайларды бастан кешіру. |
| Когнитивті-бихевиоральді психология | Эмоционалды интеллект-адам жүйесінің ішінде де, басқалармен өзара қарым-қатынаста да үйлесімділікті ынталандыратын эмоцияларды тану, бағалау, білдіру және реттеу. |
| Позитивті психологии | Оптимизм-жағдай мен болашақты позитивті қабылдау, позитивті ойлау мен көңіл-күй, өзін және қоршаған ортаны өнімді мінез-құлық пен үйлесімділікті ынталандыру қабілеті. |

Зерттеулерді талдау негізінде автор субъективті әл-ауқатты өмірлік қанағаттану, оптимизм (танымдық компонент) және позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект (эмотивті компонент) арақатынасының үйлесімді ішкі күйімен анықталған интегративті құбылыс ретінде анықтайды, олар субъективті әл-ауқат құрылымын көрсетеді.

***Әрі қарай автор психологияның әр түрлі бағыттарында бақытқа жету стратегиясын жүйелендіреді:*** 1) Арақатынастарды үйлестіру: гедонизм, аскетизм, қайта құрушы іс-әрекет (Кроник А.А.); 2) Әлеуметтік қатынастар мен болмыстың құндылық-мағыналық аспектісін оңтайландыру (Джидарьян И.А., Сапарова И.А., Ташимова Ф.С. және т.б.); 3) Либидо энергиясын басқару (Фрейд З. және т.б.); 4) Идеалға (Адлер А.), өзін-өзі актуализациялауға ұмтылу (Маслоу А.); 5) «Дұрыс мінез-құлықты» қалыптастыру (Дж. Уотсон және т.б.); 6) Өмір сапасын жоғарылату (Skinner B. және т.б.); 7) Ішкі бақылау локусымен жұмыс (Rotter J.); 8) Ми қызметінің, гормоналды жүйенің белгілі бір аймақтарын белсендіру (Ashby F және т.б.); 9) Шығармашылық ақпараттарды өңдеу процестерін оңтайландыру (Frederickson B. және т.б.); 10) Эмоциялық жұқтыруды қамтамасыз ететін тұлғааралық қарым-қатынас процестерінің позитивтілігі мен тиімділігін оңтайландыру, сыртқы бағалауды ұғыну (Parkinson B және т.б.); 11) Позитивті әлеуметтік қарым-қатынастарды ынталандыру (Clark L., Watson D.және т.б.), хобби, іс-әрекеттің мағыналы түрлері (Estrada C., Isen A., Young M. және т.б.); 12) Рухани жұмыс және Құдаймен диалог (Ellison C. және т.б.).

Бұл тәсілдердің барлығы ұзақ мерзімді іске асыру перспективасымен және материалдық салымдармен сипатталады. Мұндай механизмдердің бірі-әлеуметтік психологияға енгізілген мимикрия феномені (ChartrandT. және BarghJ.,1999), ол тұлғааралық өзара іс-қимыл процесін айтарлықтай оңтайландырады.

***Мимикрия еліктеу, имитация, идентификация, модельдеу механизмдерінен қандай айырмашылығы бар немесе олар өзара ұқсас па?***

***Еліктеу,*** адамның мінез-құлқы мен қызметін қайта жаңғырту (мысалға еру) ретінде анықталатын, адамзаттың әлеуметтік тәжірибесін игеруге және өмір бойы жеке тұлғаны қалыптастыруға бағытталған (әбу-Наср әл-Фараби, 1973; Тард Г., 1892), шетелдік психологияда: Freud S. (1921), Rogers C. (1957) , Siegel E. (1995); кеңестік психологияда: Выготский Л.С. (1983), Рубинштейн С.Л. (1989), Леонтьев А.Н. (1948), Ковалёв А.Г. (1960); әлеуметтік психологияда: Просецкий В.А.(1958, 1974), Андреева Г.М (1999), Парыгин Б.Д. (1999); бала психологиясында: Запорожец А.В. (1986), Лисина М.И. (1948), Божович Л.И.(1968), Эльконин Д.Б. (1978); Ресей психологиясында - Антипенко О.Е. (2013, 2017). "Еліктеу баланың мәдени дамуының негізгі жолдарының бірі болып табылады. Бірақ біз тек еліктеу арқылы сөйлеудің дамуын түсіндіруге болмайтынын және оның **өзі түсіндіруді қажет ететінін** атап өткіміз келеді» (Выготский Л.С., 1983). ***Имитация*** - балалардың дамуы процесінде заттарды пайдаланудың жалпы сызбалары мен қарым - қатынас сызбаларын эмоционалды-зарядталған жаңғырту ретінде (Обухова Л. Ф., 1998; Горбатенко Т. И., 1957; Новоселова С. Л., 1997; ***Идентификация*** - жеке тұлғаның дамуын қамтамасыз ететін басқа да құндылықтарды меңгеру және қабылдау (Мухина В. С., 2017), адамның тіршілік әрекеті процесінде мағынаны қалыптастыру(Басина Е.З., 1985; Ташимова Ф.С., 1995, 2001, 2010), топтың құндылықты-бағдар бірлігін (Петровский В.А., Петровский А.В., 1992) жүзеге асырылатын бірегейлендіру ретінде. Мимикрияға қарағанда, бұл механизмдер жалпы, сана психологиясы пәні шеңберіндегі іс-әрекет және субъектілік тәсілдер негізінде зерттелді. Олар ұзақ уақыт жұмыс істейтін механизмдер ретінде қарастырылады, әрине, оларды өлшеу және бекіту мүмкін емес, бұл бізге сенімділік туралы айтуға мүмкіндік бермейді. Бұл механизмдерді зерттеу болашақта мимикрияны зерттеудің алғышарты ретінде қызмет етті деп санаймыз. Олар ұқсас ұғымдар емес. Мимикрияны зерттеудің ықтимал алғышарты-бихевиоризмдегі зерттеулердің екінші кезеңін сипаттайтын, өмір процесінде адамның өзін-өзі тиімділігін ынталандыратын өзара іс-қимылдың ең өнімді тәсілдерін жаңғырту ретінде ***модельдеу*** болып табылады.(BanduraA., 1977).

Мимикрияны зерттеу шетелдік психологияда интербихевиоралдық бағыт арнасында басталады (KantorJ., 1974), оның негізгі мәні тұлғааралық өзара әрекеттесудегі интеракция жүйесін талдау болып табылады. Интеракциялар белгілі бір уақыт аралығында тіркелген және байқалатын болуы тиіс. Дұрыс мінез-құлықты үйрету процестеріне бағытталған бихевиоризмге қарағанда, интербихевиоралдық психология көптеген интеракциялардан тұратын тұлғааралық қарым-қатынасты үйлестіруге бағытталған. Осыған байланысты, мимикрияны зерттеу үшін жеке тұлғааралық қарым-қатынаста денелер мен іс-әрекеттердің (Scheflen A., 1964; Bernieri F., Reznick R., Rozenthal R., 1988; Bavelas A. және әріптестері, 1988) және өзара іс-қимылға қатысушылар арасындағы байланыс сезіміне әкелетін белгілі бір ырғақта және уақытта (Bernieri F.,Rozenthal R., 1991; Pikovsky R. және әріптестері, 2003; Richardson M. және

әріптестері, 2007) бірдей мінез-құлық ретінде синхрония механизмінің ұқсастығы ретінде ***мінез-құлықтың сәйкес келу*** феноменінің маңыздылығын білдіреді. Алдыңғы механизмдерден айырмашылығы, мимикрияны зерттеуде белгілі бір уақыт аралығында байқалатын мінез-құлық актілерінің тіркелген жүйесі бөлінеді (Chartrand T., Bargh J., 1999) . Мимикрияны түсінудің әр түрлі тәсілдерін жалпылай отырып, автор мимикрия түсінігін байқалатын және тіркелген тұлғааралық қарым-қатынас интеракцияларында, белгілі бір уақыт аралығында вербалды және вербалды емес мінез-құлық актілерін саналы және саналанбаған көшіру ретінде тұжырымдайды. Мимикрияның әртүрлі түрлері (вербалды, мінез-құлық мимикриясы, бет мимикриясы, эмоциялық мимикрия Chartrand T., Bargh J., Kulesza W., Neumann R., Strack F және т.б.) бөлінеді

***Біздің ойымызша, неге мимикрия, СӘ-ні жоғарылататын ең тиімді механизм болып табылады?*** Зерттеудің талдауы мимикрия: 1) тұлғааралық қарым-қатынас процесінде адамзат жинаған тәжірибені меңгеруді қамтамасыз ете отырып, тұлғаның дамуын (Barr R.,Metzoff A.); 2) тұлғааралық қарым-қатынас процесінде басқаның позитивті қабылдауын және симпатияны (Chartrand T., Bargh J.); сенімді (Swaab R., Maddux W., Sinaceur M.); альтруизмді (van Baaren R., Holland R., Kawakami K.) ынталандыратынын; 5) қаржылық табысқа ықпал ететінін (KuleszaW.и коллеги,JacobC., GueguenN. және әріптестері); 6) басқаларды мимикриялайтын адам, тартымды болып қабылданатынын(Gueguen N.); 7) нәтижелі әлеуметтік бейімделуге жәрдемдесетінін (Chartrand T., Bargh J.); 8) ерлі-зайыптылардың некеге қанағаттануының алдын ала белгісі болып табылатынын (Zajonc R. және әріптестер); 9) қауіпсіздік сезімін тудыратынын (Dijksterhuis A.);10) ынтымақтастықты ынталандыратынын (Kurzius E., Borkenau P.) көрсетті. Және мимикрияның кейбір өнімсіз жақтарын ғана атап көрсетуге болады: 1) жаңа перспективалар мен креативтілікті көру мүмкіндігіне кедергі жасай отырып, бірыңғай ойды, конформизмді ынталандырады (Ashton-James C., Chartrand T.); 2) мимиктің өзін-өзі бағалау деңгейін төмендетеді (Kot S., Kulesza W.).

Тұлғааралық қатынастардың жағымды жақтарының бүкіл гаммасын оңтайландыратын механизм ретіндегі мимикрияның жұмыс істеу ерекшеліктеріне сүйене отырып, біз дәл осы механизмнің СӘ-ні жоғарылату үшін үлкен потенциалды ресурсқа ие екенін болжадық.

Осыған байланысты, осы жұмыста біз өзара іс-қимылдың жаңа технологияларына сенситивті қоғамның неғұрлым прогрессивті жолы ретінде студент жастарда мимикрия мен СБ байланысын анықтауға тырысамыз.

**Біздің зерттеуіміздің мақсаты-**мимикрияның интеракциялардағы вербалды және вербалды емес мінез-құлық актілерінің саналанған және саналанбаған көшірмесін жасау, бақыланатын және тіркелген субъект-субъектінің субъективті әл-ауқатқа өзара әрекеттің әсерін зерттеу болып табылады.

**Зерттеу объектісі** - Алматы қаласының студент жастарының субъективті әл-ауқаты.

**Зерттеу пәні** - бұл Алматыдағы студент жастардың мысалында мимик пен мимикерден байқалған өзара әрекеттесу процесінде мимикрия құбылысының субъективті әл-ауқатпен интегралды көрсеткіштерінің байланысы.

**Зерттеудің міндеттері:**

1. Әлемдік психологияның әртүрлі салаларында субъективті әл-ауқат, оны ынталандырушы факторлар мен механизмдер туралы теориялық талдау жүргізу.

2. Мимикрия механизмінің ерекшелігіне еліктеуге, идентификацияға, имитацияға және модельдеуге қарағанда теориялық талдау жүргізу, сондай-ақ оның зерттеулерінің генезисін, адамның әлеммен субъект-субъектілік өзара әрекеттесуіндегі рөлі мен функцияларын, сондай-ақ адамның субъективті әл-ауқатын ынталандырудағы оның мүмкіндіктерін талдау.

3. Мимик және мимикерді бақылаудағы және тіркелетін өзара іс-қимылындағы субъективті әл-ауқат көрсеткіштерінің байланысын, сондай-ақ жеке басының ерекшеліктері мен гендерлік қатыстылығын ескере отырып, мимикрияны практикалық қолдану процесінде эксперименталды анықтау

4. Мимикрия тенденциясының мимик пен мимикердің субъект-субъектілік өзара әрекеттесу процесіндегі субъективті әл-ауқат көрсеткіштеріне әсерін анықтау.

5. Зерттеу әдістерін таңдау және негіздеу, эксперимент дизайнын қалыптастыру.

6. Эксперимент нәтижелеріне және эмпирикалық деректерге сапалық және сандық талдау жүргізу (ANOVA екі факторлы дисперсиялық талдау, қайта өлшеулермен дисперсиялық талдау, факторлық талдау, көптік регрессиялық талдау, Манна-Уитни критерийіне сәйкес параметрлік емес деректерді салыстырмалы талдау;SPSS 24). Субъективті әл-ауқатты арттыру бойынша практикалық ұсыныстарды қалыптастыру.

**Зерттеу гипотезасы. Жалпы гипотеза.** Мимикрия студент жастардың субъективті әл-ауқатын арттыруға ықпал етеді деп болжануда**.**

**Жеке гипотезалар:**

1) Осы феноменнің аффективті және когнитивті компонентін құрайтын өмір қанағаттануы, позитивті эмоциялар, эмоциялық интеллект және оптимизм субъективті әл-ауқатты айқындаушы төрт көрсеткіштердің интеграциясы мен арақатынасы болып табылады деп болжанады.
2) Мимикрия жеке тұлғааралық қарым-қатынастардың тіркелетін және өлшенетін интеракцияларының позитивті жақтарының барлық гаммасын оңтайландырудың арқасында субъективті әл-ауқаттың жоғарылауын ынталандырады деп болжанады, бұл оны басқа механизмдерден айтарлықтай ерекшелендіреді.
3) Мимикриямен бір интеракция позитивті эмоциялардың жоғарылауын,

мимиктің оптимизмін және мимикерге қатысты оның симпатиясын ынталандырады деп болжанады (мимиктің сөздері мен жесттерін көшірген экспериментатор)

4) Күнделікті өмірде мимикрия практикасы: (а) позитивті эмоциялар деңгейін; б) эмоциялық интеллект деңгейін; в) оптимизмді; г) мимикер өміріне қанағаттану деңгейін арттыруға ықпал етеді деп болжанады.

5) Мимикрияның мимик пен мимикердің экстраверсиясы мен интроверсиясына, мимикердің гендерлік тиістілігіне қарамастан субъективті әл-ауқатын бірдей ынталандырады деп болжанады.

**Зерттеудің теориялық-әдіснамалық негізі келесі тәсілдермен сипатталды:** оптимизм теориясы (Smith T. және әріптестері, 2013), өзара толықтыру принципі (Sadler P., Ethier N., Woody E., 2011), интроспективті парадигма және позитивті психологиядағы субъективті әл-ауқаттың конструктивтік теориясы (Lyubomirsky S., Diener E, 2005); когнитивті психологиядағы позитивті эмоциялар теориясы (FredericksonB., 2001); когнитивті-бихевиоральды психологиядағы эмоциялық интеллект теориясы (Cherniss C., Goleman D., 2001); мимикрия теориясындағы (Chartrand T., Bargh J.,1999; Kulesza W., 2015; Ashton-James C., 2009; Gueguen N, 2009) интербихевиориальды тұрғы (Kantor J., 1974), және мінез-құлық және интербихевиоральды психология.арнасында мимикрияны зерттеу принциптері (Chartrand T., Bargh J.,1999; Kulesza W., 2015).

**Зерттеу әдістері:** пәнаралық кешенді талдау, салыстырмалы-салыстырмалы талдау, эксперимент әдісі және эмпирикалық зерттеу мына әдістемелердің көмегімен жүргізілді: 1) позитивті және негативті аффект шкаласы (ШПАНА; Watson D., Clark L., Tellegen A., 1988) ; 2) өзіне-өзі есеп беру индексінің әдістемесі - эмоциялық интеллект шкаласы (Schutte N. және әріптестері, 1998) ; 3) диспозициялық оптимизм тесті (ДОТ, ScheierM., CarverC., 1985); 4) Kulesza W. және әріптестері (2017) әзірлеген симпатия деңгейін анықтау тестісі; 5) өмірге қанағаттану шкаласы (ӨҚШ; Diener E. және әріптестері в 1985г.). Эксперимент барысы мен процесі жасырын бейнекамераның көмегімен бекітілді. Жүргізілген зерттеу ҚазҰУ жанындағы жергілікті этикалық комитеттің мақұлдау процедурасынан өтті. Және сыналушылардың жазбаша келісімімен жүзеге асырылады.

Мәліметтерді өңдеу ANOVA дисперсиясын екі жақты талдау, қайталанған өлшеулермен дисперсияны талдау, факторлық талдау, көптік регрессиялық талдау, Манна-Уитнидің U-критерийін, Бонферрони, Уилкс лямбдасы, Кронбах альфасы (SPSS 24) критерийлерінің көмегімен жүзеге асырылды.

**Эксперименттік зерттеуді ұйымдастыру**

Мимикрияның тұлғаның субъективті әл-ауқатына әсері мимик (мінез-құлқы көшірілетін адам) және мимикер (мінез-құлықты көшіретін адам) ұстанымдарынан мимикрия жағдайында немесе ол болмаған жағдайда төрт айнымалы субъективті әл-ауқатты өлшеу жолымен зерделенді. Сондай-ақ

сыналушылардың жеке ерекшеліктері (экстраверсия /интроверсия) мен гендерлік қатыстылығы енгізілді. Субъективті әл-ауқат және мимикрияның байланысын зерттеу үш эксперименттен тұрды.

Бірінші эксперимент мимикрияның әсерімен мимикті субъективті әл-ауқатын зерттеуге бағытталған. Эксперимент дизайны кеңінен танымал экспериментке ChartrandT., BarghJ.(эксперимент 2; 1999) негізделген. Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ мен "Тұран"университетінің 132 студенті сыналушы рөлінде болды.

Эксперимент әрбір сыналушымен жеке әңгімелесу түрінде өтті, оның барысында экспериментатор сыналушыға қатысты мимикрияны қолданған не қолданбаған. Мимикрияның манипуляциясы тәуелсіз айнымалының мәнін көрсететін үш топты қарастырады.:
1) Мінез-құлықтық мимикрия (ММ), мұнда әңгіме барысында экспериментатор сыналушының (мимиктің) жесттерін көшірді; 2) Вербалды мимикрия (ВМ), экспериментатор сыналушының сөздерін қайталады; 3) Мимикрияның болмауы(МБ), экспериментатор сыналушының сөзі мен мінез-құлқын көшіру болмаған жағдайда бейтарап позицияда отырды.

Әңгімелесуден кейін тәуелді айнымалылар болған мимиктің мимикёрға (экспериментаторға) қатысты позитивті эмоциялары, оптимизмі мен симпатиясы өлшелді.

*Екінші эксперимент* мимикрияның қарама - қарсы тараптың субъективті әл-ауқатына, атап айтқанда мимикердің әсерін зерттеді. Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті мен UIB Халықаралық бизнес университетінің 60 студенті (32 қыз және 28 ұл) сыналушылар болды. олар тәуелсіз айнымалы мәнді білдіретін эксперименталды және бақылау топтарына бөлінді. Эксперименталды топтағы сыналушылар бір ай бойы тренингтерге қатысып, мимикрия техникаларынан сабақ алып, күнделікті өмірде мимикрияны практикаға қолдануда тапсырмарды орындады. Бақылау тобындағы сыналушылар жалпы білім беретін бейнематериалдарды қарап, оларды талқылады (мимикрия практикасы болған жоқ). Тренингтерге дейін және одан кейін субъективті әл-ауқаттың мәнін білдіретін тәуелді айнымалыларды позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм, өмірмен қанағаттанушылықты өлшеу жүргізілді.

*Үшінші эксперимент* мимикрия деңгейінің мимикердің субъективті әл-ауқатына әсерін зерттеуге бағытталған. Сыналушылар (60 студент, 39 қыз және 21 ұл) мимикрияға тенденциясы жоғары және төмен екі топқа бөлінді, содан кейін субъективті әл-ауқат өлшенді (позитивті эмоциялар, эмоциялық интеллект, оптимизм, өмірге қанағаттанушылық).

Сонымен қатар, осы зерттеудің айнымалылары қатарынан СӘ-нің осы компоненттерінің аса маңызды болжамдық параметрлерін анықтау міндеті қойылды. осылайша, СӘ-нің аффективті бөлігінің предикторын анықтау мақсатында өмірдің қанағаттанушылығы, ЭИ және оптимизм сияқты

айнымалылар алынды, СӘ-нің когнитивті бөлігінің предикторы анықталған жағдайда айнымалылар: позитивті эмоциялар, ЭИ және оптимизм болып шықты. Үшінші эксперимент жеке түрде сыналушылардың әрқайсысымен әңгімелесу түрінде өткізілді, оның барысында экспериментатор мимикрияға сыналушыларды тарту және олардың мимикрияға тенденциясын анықтау мақсатында белсенді маньеризм (бастың түрту, күлімсіреу, дене мен аяқтың кейпін ауыстыру) көрсетті. Әңгіме мимикрияның үрдісін өлшеу мақсатында жасырын бейнекамераға түсірілді. Әңгіме барысында мимикрияға үрдісті кодтау процедурасы келесі тәуелді айнымалыларды бекітуге негізделді: а) сыналушының күлімсіреуді көрсетудің саны; Б) сыналушы басты/бетті түртуінің саны; в) сыналушының аяқтарын айқастыру және тербелу саны (эксперимент 1,3; Chartrand T., Bargh J., 1999). Бейнежазбаны қарау барысын бағалаудың субъективтілігі мүмкіндігін болдырмайтын, жоғарыда аталған айнымалыларды тіркеу гипотеза және зерттеу мақсаты туралы түсініктері болмаған, екі тәуелсіз бағалаушылар жүргізді. Бағалаушылардың мәліметтері одан кейін бағалаушылар арасында жоғары корреляцияны көрсеткен корреляциялық талдауды (SPSS 24) қолдану арқылы сенімділікке тексерілді, $r=0,97, p< 0,05$ (бұл жағдайда $p$ = 0,000). Тәуелсіз айнымалыны қалыптастыру мақсатында мінез-құлық көрінісінің жалғыз мәні ретінде, кейіннен мимикрияға тенденция индикаторының медианын шығара отырып, осы екі бағалаушының орташа мәні алынды. Медианадан жоғары тұрған мәліметтер *(Me = 4)* мимикрияға жоғары тенденцияны көрсетті, медианадан төмен деректер төмен тенденцияны көрсетті. Нәтижесінде мимикрияға жоғары және төмен тенденциямен сипатталатын сыналушылардың екі тобы ( $N$ = 30) құрылды.

Жалпы зерттеуге әртүрлі кезеңдерде барлығы 252 сыналушы қатысты.

**Эксперименттік зерттеу нәтижелері**

*Бірінші эксперимент* мимикрияның экстраверсия және интроверсия сияқты жеке ерекшеліктеріне қарамастан оптимизм (ВМ) және симпатия (ММ) деңгейінің жоғарылауына әсерін анықтады. Жалпы позитивті эмоцияларға қатысты гипотеза (қызықтырылған, қуанышты, күшке толы, мүдделі, сенімді, шоғырланған, шабыттанған, батыл, мұқият, сергек) расталмады. Алайда, ВМ ерлер де, әйелдер де екі жыныстағы толық күш, табандылық және зейінділік сезіміне позитивті әсер ететіні анықталды. Күштің толық сезілуі жағдайында анықталған әсерді көрсететін статистикалық мәліметтер ($M$ = 4, $SD$ = 1.03; $F$ (2, 13) = 5.677; $p$<0,05, бұл жағдайда $p$ = .008; $\eta 2$ = .073, бихевиоралды мимикрия ($M$ = 3,43, $SD$ = 0,92) және мимикрияның болмауынан ($M$ = 3,27, $SD$ = 1,30) қарағанда; табандылық деңгейі болған жағдайда ($M$ = 4,05, $SD$ = 0,89; $F$ (2,129)=3.513; $p$ <0.05, бұл жағдайда $p$ = 0.014; $\eta 2$ = 0.066), бихевиоральной мимикрия ($M$ = 3,66, $SD$ = 1,01) және мимикрияның болмауына ($M$ = 3,52, $SD$ = 0,98) қарағанда; вербальды мимикрия тобында зейінділік болған жағдайда, оның деңгейінің жоғарылауын ынталандырған ($M$ = 4,09, $SD$ = 0,96; $F$(2,129) = 3,469; $p$<0,05, бұл

жағдайда p = 0,050; *H2* = 0,051) бихевиоральды мимикрияға (*M* = 3,70, *SD* = 1,13) және мимикрияның болмауына (*M* = 3,52, *SD* = 0,99) қарағанда (1-сурет).

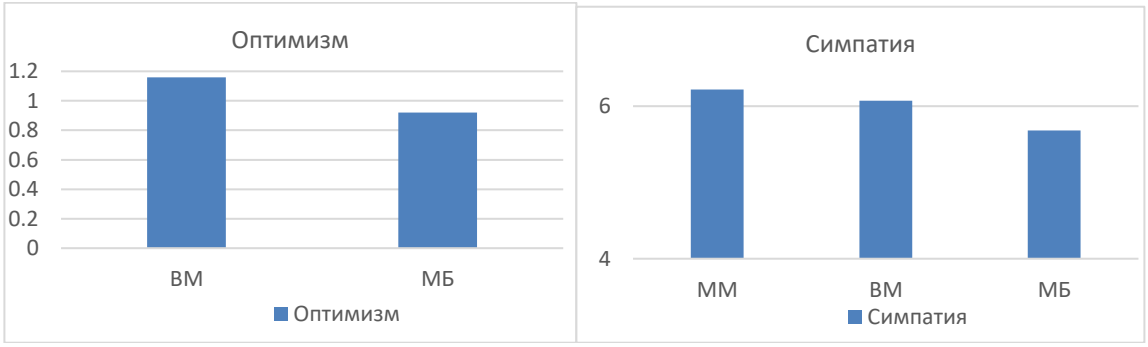



1-Сурет - Топтарда күш, табандылық, зейінділік сезімінің көрінісі

Вербалды мимикрия екі жынысқа қатысты осы эмоцияларға бірдей әсер еткеніне қарамастан, ер жынысты өкілдерде олар әйел жынысты өкілдерге қарағанда жоғары болды, айырмашылықтар статистикалық мәнділік (p<0,05) деңгейінде болды. Вербалды мимикрия интроверсиямен сыналушылардың күш-жігерінің толымдылығының жоғарылауын ынталандырмайды, алайда экстраверсиямен сыналушыларды стимулдандырады. Вербалды мимикрияның табандылыққа және зейінделікке әсері тұлғаның екі бағытына (экстраверсия және интроверсия) қатысты позитивті болып қала береді.

Жоғарыда аталған үш эмоцияны факторлық талдау айқындады, күш-жігердің толықтығын сезінуді жағымды және белсенділікпен байланыстырады. Күш-жігердің толықтығын сезіну, сондай-ақ позитивті эмоциялардың барлық спектрін 72% анықтайтын бес эмоцияның бірі болып табылады. Табандылық пен зейінділік бір-бірімен және сенімділік сезімімен позитивті байланысады.

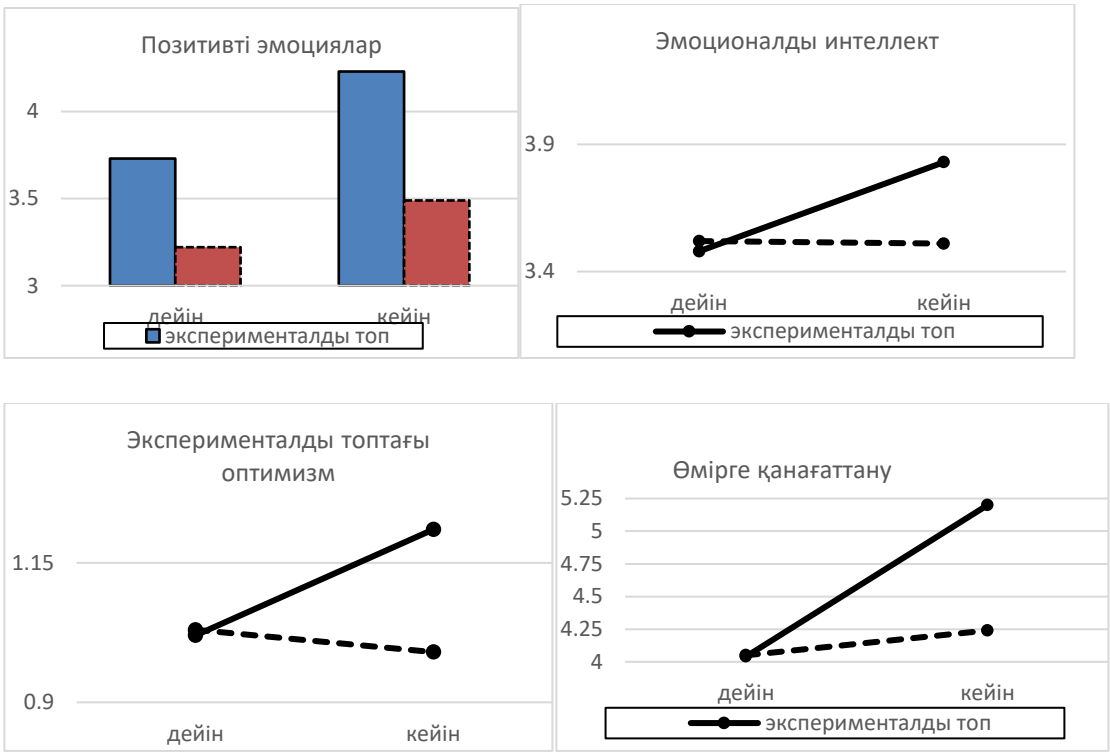
Вербальды мимикрия оптимизм деңгейін ынталандырды (*p*< 0,05; бұл жағдайда *p* = 0,000), мінез-құлық мимикриясы мимикерге (*p*< 0,05; бұл жағдайда *p* = 0,001) қатысты симпатия деңгейін ынталандырды (2-сурет).




2-Сурет - Топтардағы оптимизм және симпатия

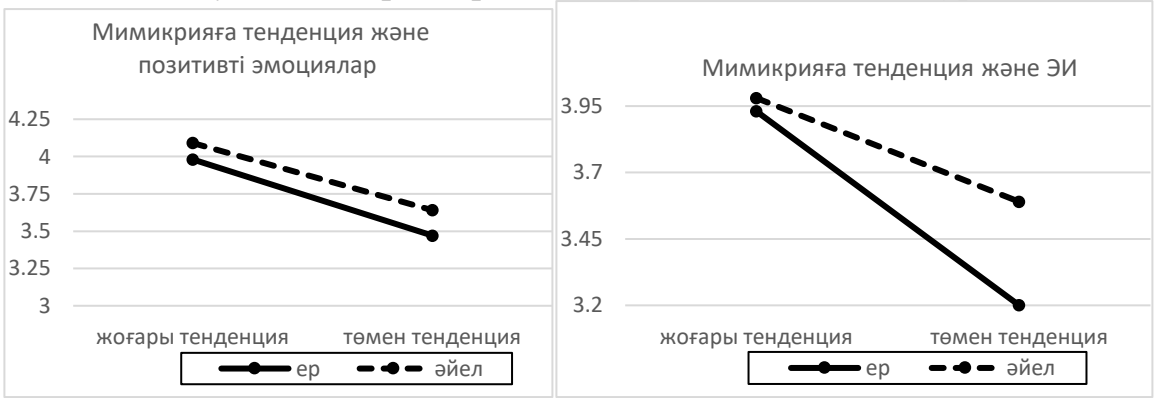
*Екінші эксперимент.* Талдаудың нәтижелері көрсеткендей, бір ай ішінде мимикрияны практикада қолданған сыналушылар бақылау тобындағы (*p*< 0,05) сыналушылармен салыстырғанда позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект,

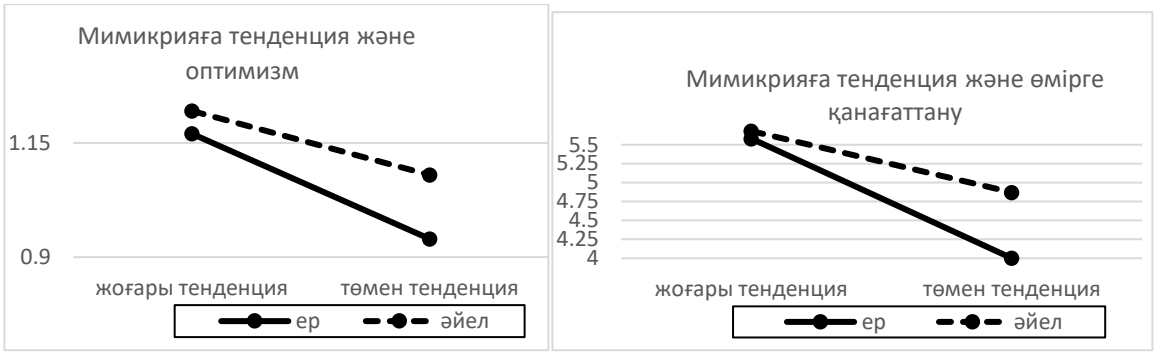
оптимизм және өмірге қанағаттанушылықтың деңгейін жоғарлатқанын көрсетті (3-сурет).




3-Сурет - Тренингтерге дейін және одан кейін позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм және өмірге қанағаттанушылық деңгейі

*Үшінші эксперимент.* Мимикрияға жоғары тенденциясы бар сыналушылар экстраверсия/интроверсия және гендерлік қатыстылығына қарамастан мимикрияға төмен тенденциясы бар сыналушылардан қарағанда позитивті эмоцияларды ($p< 0,05$, бұл жағдайда $p = 0,000$) көп сезінеді , эмоционалды интеллект ($p< 0,05$, бұл жағдайда $p = 0,000$), оптимизм ($p< 0,05$, бұл жағдайда $p = 0,000$) және өмірге қанағаттанушылықтың ($p< 0,05$, бұл жағдайда $p = 0,000$) жоғары деңгейіне ие. Сонымен қатар, бұл әсер екі жынысқа (ер және әйел) қатысты, дегенмен әйел жынысындағы сыналушыларда оптимизм, ЭИ және өмірге қанағаттанудың жоғары көрсеткіштері сипатталады (4-сурет).






4-сурет – Мимикрияға тенденция және позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм және өмірге қанағаттанушылық деңгейі

Сондай-ақ, СӘ аффективті бөлігінің предикторы 40,7% (p< 0,000) позитивті эмоцияларды анықтайтын ЭИ болып табылатыны анықталды. СӘ когнитивті бөлігінің предикторы 39,3% деңгейінде өмірмен қанағаттануды анықтайтын оптимизм (когнитивті компонент) болып табылады және статистикалық маңызды әсері бар (p< 0,000).

**Зерттеудің ғылыми жаңалығы** әлемдік психологиядағы субъективті әл-ауқаттың әртүрлі тұжырымдамаларын салыстырмалы талдау негізінде: Кеңестік, ресейлік, қазақстандық мінез-құлықтық, когнитивті, когнитивті-бихевиоралдық және позитивті психологияның интегративті феномен ретінде анықталатын субъективті әл-ауқатты түсіну моделі ұсынылды. Аффективті және когнитивті құрамдас предикторлар арқылы қамтамасыз етілген:өмірге қанағаттанушылық (мінез-құлық психологиясы) , позитивті эмоциялар (когнитивті психология), эмоционалды интеллект (когнитивті-бихевиорльды психология) , оптимизм (позитивті психология), бұл СӘ феноменін түсінуде жаңа болып табылады.

Алғаш рет, механизмдердің жұмыс істеуін салыстырмалы талдау негізінде еліктеу, имитация, идентификация, модельдеу ретінде мимикрияның ерекшелігі байқалатын және тіркелетін мимик пен мимикердің субъект-субъектілік өзара әрекеттесу процесінде мінез-құлық актілерін саналанған және саналанбаған көшіру ретінде анықталды. Осы феномендердің арасында айқын шекара жасалды.

Субъективті әл-ауқат және мимикрия проблемалары бойынша әртүрлі тұжырымдамаларды талдау негізінде субъективті әл-ауқат және мимикрияның байланысы анықталды.

Вербалды мимикрияның ерекше эмоцияларға әсері, яғни күш-жігердің толықтығын, табандылық пен зейінділікті сезінуді эксперименталды түрде анықтаған. Олар экстравертті және интровертті бағдарланған сыналушылардың айырмашылықтарын көрсетеді (вербалды мимикрия экстраверттердегі күш - жігердің толықтығын, табандылық және зейінділік сезімдерін ынталандырды, интровертті де тек табандылық және зейінділік), мінез-құлық мимикриясына және мимикрияның болмауына қарағанда, бұл мимикрия феномендерінің байланысына және субъективті әл-ауқатқа жаңа көзқарасты білдіреді.

Мимикерге қатысты оптимизм мен симпатия деңгейіне мінез-құлықтық және вербалды мимикрияның әсер етуінің статистикалық маңызды әсері эксперименталды түрде белгіленген.

Эксперименталды түрде техникалар мен мимикрияны нақты өмірде оқытудың ерекше маңыздылығы анықталды, ол позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм және бақытты бастан кешіруді анықтайтын өмірге қанағаттанушылық деңгейін арттыруға мүмкіндік береді.

Бұл зерттеуде жаңашылдығы мимикрия тенденциясы мен тұлғаның субъективті әл-ауқаты арасындағы байланысты анықтау болып табылады.Бұл мимикрияға бейімділіктің жоғары деңгейі - адамның субъективті әл-ауқатының ынталандыруын анықтайтын екенін айтуға мүмкіндік береді.

Алғаш рет тұлғалық ерекшеліктер (экстраверсия/интроверсия)мен гендерлік айырмашылықтар мимикрия мен СӘ байланысына әсер етпейтіні анықталды.

Бірінші рет жоғары тиімділікпен, ең аз энергия шығынымен, қол жетімділігімен және тіршілік әрекетінің түрлі салаларында жеке тұлғаның (оқу және кәсіптік қызмет, әлеуметтік және жеке өмір сүру қызметі), сондай-ақ мақсаты бөгде адамдардың субъективті әл-ауқатының деңгейін арттыруға жәрдемдесу болып табылатын басқа да адамдармен қолдану мүмкіндігімен сипатталатын субъективті әл-ауқатты оңтайландыру әдістері әзірленді. Мимикрия техникалары пайдалануда және қолдануда жеңіл, сондай-ақ минималды уақыттың шығындалуымен сипатталады.

**Зерттеудің теориялық маңыздылығы:**

*1)*Мимикрияның субъективті әл-ауқатқа әсер ету мақсаттары, міндеттері, кезеңдері, бағыттары, механизмдері, процестері, әсерлері, принциптері, мимикрия дағдыларын дамыту арқылы субъективті әл-ауқатты арттыру технологиялары *негізделген*, бұл позитивті және әлеуметтік психологияны дамытуға елеулі үлес қосады. 2) Мимикрия механизм процесінің ерекшелігі және оның субъективті әл-ауқатты анықтайтын айнымалыларға (позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм, өмірге қанағаттану) әсер етуі *ашылды.* 3) Әлемдік психологияның жетекші бағыттарының: өмірмен қанағаттану, СӘ когнитивті компоненті ретінде оптимизм, сондай-ақ аффективті компонент ретінде позитивті эмоциялар мен эмоционалды интеллектіні анықтайтын тұлғааралық үйлесім ретінде субъективті әл-ауқат туралы түсінік *кеңейтілді*. Сонымен қатар, кеңестік психология мен посткеңестік психологияда теңдесі жоқ мимикрия ұғымының ерекшелігі анықталды. 4) Субъективті әл-ауқатты ынталандыру факторлары мен процестері, сондай-ақ тұлғааралық өзара іс-қимылды оңтайландыруда мимикрияны сауатты пайдаланудың рөлі, маңызы туралы түсінік *тереңдеді.*

**Практикалық маңыздылығы.** Осы эксперименталды зерттеудің психологиялық сау және бақытты студент жастардың дамуында маңызы жоғары екенін ерекше атап өткен жөн, оған қол жеткізу кез келген мемлекеттің

гүлденуіндегі маңызды факторлардың бірі болып табылады. Практикалық маңыздылығын егжей-тегжейлі негіздеу:
1) Әзірленген және тексеруден сәтті өткен субъективті әл-ауқат деңгейін арттырудың эксперименталдық әдісі, әлеуметтік бейімделуде қиындықтарға тап болған студенттерге психологиялық қолдау және кеңес беру әдістерінің бірі ретінде білім беру жүйесіне енгізу үшін негіз бола алады.
2) Бұл әдіс білім беру жүйесінде оқытушылардың студенттің ішкі ресурстарын оңтайландыруға (күштердің толықтығын сезінуге), сондай-ақ көңіл бөлу деңгейін арттыруға және ақпаратты анық түсінуге бағытталған интерактивті оқытудың бір түрі ретінде қолданылуы мүмкін.
3) Субъективті әл-ауқатты арттырудың ұсынылған әдісі коммуникативтік дағдыларды арттыруға, психологиялық ресурстарды оңтайландыруға, субъект-субъектілік өзара іс-қимылда өмір сүру сапасын жақсартуға бағытталған топтық тренингтерде психологиялық интервенция ретінде пайдаланылуы мүмкін.
4) Осы әдіс негізінде тұлғаның нақты психологиялық мәселелерін шешудің жаңа тиімді тәсілдерін, технологиялары мен стратегиясын әзірлеуге болады.

**Қорғауға ұсынылатын ережелер.** Мимикрия субъективті әл-ауқат деңгейін арттырудың анықтаушы механизмдерінің бірі болып табылады.

**Жеке ережелер:**
1) Субъективті әл-ауқатты тұлға ішіндегі үйлесім ретінде айқындаушы көрсеткіштер интеграциясы мен арақатынасы: позитивті эмоциялар деңгейі, эмоциялық интеллект, аффективті бөліктің предикторы ретінде, оптимизм және өмірдің қанағаттануы, когнитивті бөліктің предикторы ретінде болып табылады.
2) Мимикрия тетігінің ерекшелігі жедел әсерлермен сипатталатын және тиісінше еліктеу, имитациялау, идентификация және модельдеу механизмдерінің аналогы болып табылмайтын тұлғааралық қатынастардың тіркелетін және өлшенетін интеракцияларында көрінеді деп болжанады.
3) Мимикрияның бір актісі белгілі бір позитивті эмоциялардың (күштің толықтығын сезіну, табандылық, зейінділік), мимиктің оптимизм және симпатия деңгейін арттыруға ықпал етеді.
4) Күнделікті өмірде мимикрия практикасы субъективті әл-ауқаттың жоғарылауына ықпал етуі мүмкін, ол келесі айнымалылармен сипатталады: (а) позитивті эмоциялар; б) эмоционалды интеллект; в) оптимизм; г) мимикер өміріне қанағаттанушылық.
5) Мимикрияға тенденциясы жоғары адамдар мимикрияға тенденциясы төмен адамдарға қарағанда субъективті әл-ауқатының (позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм, өмірге қанағаттанушылық) деңгейі жоғары.
6) Мимикрия экстраверсия мен интроверсияға, сондай-ақ гендерлік қатыстылығына қарамастан СӘ-ні бірдей ынталандырады.

**Алынған нәтижелердің сенімділігі:** 1) валидизацияланған әдістемелер жиынтығын пайдаланумен, сондай-ақ эксперимент дизайнының негізділігімен; 2) SPSS 24 бағдарламасын пайдалана отырып, ANOVA екі факторлы

дисперсиялық талдау, қайта өлшеулермен дисперсиялық талдау, факторлық талдау, көптік регрессиялық талдау арқылы мәліметтерді өңдеу әдістерін қолданумен; 3)сыналушыларды іріктеудің репрезентативтілігімен қамтамасыз етілген.

**Зерттеу нәтижелерін апробациялау.** Диссертациялық зерттеу нәтижелері 2007 жылдан бастап 2019 жылға дейінгі кезеңде халықаралық, республикалық ғылыми-практикалық конференцияларда, әдіснамалық семинарларда баяндалды: 1) Tashimova F.S., Rizulla A.R., Massalimova A.R., Mynbayeva A.K., Abdiraiymova G.S Happiness understanding dependence on features of coping behavior WASET-International Conferenceon Behavioral, Cognitive and Psychological; 2) Ризулла А.Р. Бақытты махаббатты бастан кешіру ретінде түсіну. // Республикалық ғылыми-практикалық конференция материалдары «Актуальные проблемы практической психологии». - Алматы, 2012. - С.55-59; 3) Rizulla A.R., Kabakova M.P. The mimicry peculiarities as amechanism for successful adaptationin the society // Халықаралық конференция "Innovationand Global Issuesin Social Sciences2017" . - Анталия, Турция, 2017. - С. 846-853; 4) Rizulla A.R. Kabakova M.P. Social bonding as away to increaseperson's selfesteem // Халықаралық ғылыми-практикалық конференция «Психологическая наука и практика в современном обществе: проблемы, опыт, перспективы». - Алматы, КазНПУ им. Абая, 2018. - С. 107-109; 5) Ризулла А.Р., Кабакова М.П. Психологическое благополучие и мимикрия// Республикалық ғылыми-практикалық конференция «Балаубаев оқулары 10». - Қарағанды, 2018.- С. 109-111; 6) Ризулла А.Р., Ташимова Ф.С. Казахстанская молодежь в поисках смысла //ФГБНУ «Психологический институт» Халықаралық симпозиум «Психологические проблемы смысла жизни и акме»? Үшінші қазақстандық жастар секциясының материалдары. - Алматы, 2018. - С. 21-24.

**Зерттеу нәтижелерін енгізу.** Диссертацияның негізгі ережелері 20 баспа жұмысында ұсынылған, оның ішінде 8 мақала БҒСБК журналдарында, 1 мақала Скопус журналдарында, 10 мақала халықаралық және республикалық конференция материалдарында, 1 монография. Зерттеу нәтижелері білім беру процесіне енгізілген. Зерттеу материалдары бойынша мимикрияны қолдану арқылы стреске төзімділік бойынша тренингтер әзірленді және Республикалық қысқы және жазғы психологиялық мектептерде (2017-2019), магистранттармен тренингтерде (2019), психологтармен, "санитарлық-эпидемиологиялық сараптама" орталығының медперсоналымен (2018), Алматы облыстық медициналық-әлеуметтік оңалту және психотерапия орталығында медициналық психологтармен және психотерапевтермен тренингтер өткізу процестері кезінде әл-Фараби атындағы ҚазҰУ "Психологиялық технологиялар мен инновациялар" орталығында сынақтан өтті. (2019).

**Диссертацияның құрылымы мен көлемі** зерттеудің мақсаты мен логикасына негізделген. Диссертация кіріспеден, төрт бөлімнен, тұжырымдар мен қорытындыдан, 318 атаудан және 8 қосымшаны құрайтын пайдаланылған

әдебиеттер тізімінен тұрады. Жұмыс көлемі 174 бетті құрайды. Диссертация мәтінінде 69 кесте, 19 сурет бар.

## НЕГІЗГІ БӨЛІМ

**Зерттеу бағытын таңдау** субъективті әл-ауқат пен мимикрия феноменінің өзара байланысын психологиялық талдау қажеттілігімен, сондай-ақ оның бақытты бастан кешіруді ынталандырудағы мүмкіндіктерімен байланысты.

**Кіріспеде** мәселенің зерттелу дәрежесі сипатталады, Зерттеудің мақсаты, міндеттері, объектісі және мәні анықталады, жұмыстың ғылыми жаңалығы, теориялық және практикалық маңыздылығы ашылады, қорғауға шығарылатын ережелер тұжырымдалады, зерттеу нәтижелерін апробациялау және жариялау, диссертацияның құрылымы мен көлемі туралы мәліметтер келтіріледі.

**Бірінші бөлім "Психологияның әр түрлі бағыттарындағы субъективті әл-ауқат және мимикрия мәселесі",** жеті бөлімшеден тұрады. **1.1- бөлімшеде** "Классикалық шетелдік психологиядағы бақыт феномені (зерттеулердің эксперименталды кезеңіне дейін)" бақытты: ләззат, бастан кешірулер шыңының, бірліктің,қарым-қатынас құндылықтары және т. б. үйлесімі ретінде анықтайтын психоаналитикалық, индивидуалды, гуманистік және экзистенциалдық психологиядағы бақыт тұжырымдамалары талданады.

**1.2-бөлімшеде** "Кеңес психологиясындағы бақыт феномені және посткеңестік кеңістіктегі психологиядағы бақыт феномені". Бақыт - құндылық-мағыналық сферамен қамтамасыз етілетін, өмір мен ресурстарға қанағаттанатын тұлғааралық үйлесімділікке ықпал ететін интегративті феномені ретінде анықталады.

**1.3- бөлімшеде** "Мінез-құлық психологиясындағы субъективті әл-ауқаттың анықтаушы факторы ретінде өмірмен қанағаттанушылық", бихевиоризмді дамытудың екі кезеңінде бақыт зерттеулерін талдайды, оның негізінде өмірмен қанағаттанушылық нәтижеге бағытталумен қамтамасыз етілетін анықтаушы көрсеткіш ретінде негізделеді.

**1.4-бөлімшеде** "Когнитивті және когнитивті-бихевиоральды психологиядағы субъективті әл-ауқаттың анықтаушы факторлары ретінде позитивті эмоциялар мен эмоционалды интеллект" қарастырылады. Когнитивті психологияда СӘ түсінігі мидың белгілі бір аймақтарын, ми қызметін, дофамин(AshbyF. және әріптестері, 1999), серотонин(MitchellR., PhilipsL., 2007) және окситоцин(CampbellA., 2010) және гендік көрсеткіш(5-HTTLPR). сияқты гормондық жүйені белсендірумен қамтамасыз етілетін позитивті эмоцияларды бастан кешірулермен байланысты болды.

"Оптимизм позитивті психологиядағы субъективті әл-ауқаттың айқындаушы факторы ретінде" деген 1.5-бөлімшеде оптимизмге (CarverC., Gaines J., 1987; Scheier M., Carver C., 1985; Cummins R., Nistico H. және т. б.). СӘ түсінігін салыстырмалы талдау негізінде автор СӘ-нің интегративті феномен ретінде анықтамасы шығарды, олар: өмірге қанағаттанушылық(мінез-құлық психологиясы), позитивті эмоциялар (когнитивті психология), эмоционалды

интеллект (когнитивті-бихевиоралдық психология) және оптимизм (позитивті психология). Жоғарыда айтылғандарды ескере отырып, СӘ көрсеткіштерін ынталандыратын механизмдерге назар аударылады.

**1.6-кіші бөлімде** "мимикрия феномені психологиядағы субъективті әл-ауқатты ынталандыру механизмі ретінде" субъективті әл-ауқатты ынталандыратын механизмдерге салыстырмалы талдау жүргізілді, оның негізінде мимикрия ерекшелігі анықталады және еліктеу, имитация, идентификация, модельдеу және мимикрия механизмдері арасында дифференциация жүргізілді.

**1.7-бөлімшеде** "студент жастардың психологиялық ерекшеліктері және субъективті әл-ауқатқа қол жеткізу механизмдері" туралы айтылды. Мұнда бөлімде тұлғааралық қарым-қатынастардың жаңа белестері мен технологияларына ашықтықты ынталандыратын жастар жасындағы ерекшеліктер қарастырылады.

**"Студенттердің субъективті әл-ауқаты мен мимикриясының байланысын зерттеу әдістері" деп аталатын екінші бөлімде** зерттеу әдістемесі мен эксперимент дизайны сипатталады(зерттеу әдістерін қараңыз).

**"Студенттердің субъективті әл-ауқаты мен мимикрияның өзара байланысын зерттеу нәтижелері "деген үшінші бөлімде** эксперимент жағдайында субъективті әл-ауқат көрсеткіштеріне мимикрияның әсерін зерттеу нәтижелері ашылады.

**3.1-бөлімше** Бірінші эксперимент нәтижелері бойынша интеракция процесінде мимикрияның позитивті эмоцияларға, оптимизмге және симпатияға әсері

**3.2-бөлімше** Екінші эксперимент нәтижелері бойынша, мимикрияның интеракция процесі кезіндегі мимикердің оптимизмге, эмоционалды интеллектке, позитивті эмоцияларға және өміріне қанағаттанушылыққа әсері.

**3.3-бөлімше** Үшінші эксперимент нәтижелері бойынша субъективті әл-ауқатқа мимикрия деңгейінің әсері.

## ҚОРЫТЫНДЫ

Біз жүргізген зерттеу нәтижелері келесі негізгі ережелер мен гипотезаларды растайды:

Әлемдік психологиядағы және оның әр түрлі бағыттарындағы бақыт проблемасын теориялық талдау субъективті әл-ауқатты анықтаушы көрсеткіштердің: өмірмен қанағаттану, позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект және оптимизм арақатынасымен анықталатын интегративті феномен ретінде анықтауға мүмкіндік берді. Эксперименттік зерттеулер мимикрия механизмінің субъективті әл-ауқат көрсеткіштерінің жоғарылауына әсерін растады.

Ынталандыратын механизмдердің салыстырмалы талдауы субъективті әл-ауқаттылық көрсеткіштеріне әсер етудің жылдам әсерімен ерекшеленетін "мұнда

және енді" принципі бойынша тұлғааралық қарым-қатынастардың интербихевиоралдық психологиясының өнімі болып табылатын мимикрия механизмінің ерекшелігін белгілеуге мүмкіндік берді. Басқа механизмдерден айырмашылығы (еліктеу, имитациялау, идентификация, модельдеу): қаржылық және уақытша шығындарды талап етпейтін үлкен тиімділікпен сипатталады.

Эксперименталды зерттеуді жинақтай отырып, мимикрияның бір актісі (вербалды) өзара іс-қимыл процесінде мимиктің жеке ерекшеліктеріне (экстраверсия/интроверсия) және гендерлік тиістілігіне қарамастан, оның оптимизм деңгейін жоғарылатады, қарым-қатынастың үйлесімділігін ынталандырады (мінез-құлық мимикриясы жағдайында мимикерге қатысты симпатия). Вербалды мимикрия ерлер мен әйелдерге қатысты күш-жігердің толықтығын, табандылықты, зейінділікті сезінуді ынталандырады. Мимикрия (вербалды) интроверсия жағдайында күштердің толымдылық сезіміне әсер етпейді және керісінше экстраверттердегі күштердің толымдылық сезімінің жоғарылауын.

Мимикрия практикасы экстраверсияға/интроверсияға және гендерлік қатыстылығына қарамастан айнымалы субъективті әл-ауқат деңгейін (позитивті эмоциялар, эмоционалды интеллект, оптимизм, өмірге қанағаттанушылық) арттыруды ынталандыруы мүмкін.

Мимикрияға жоғары тенденциясы бар студенттер экстраверсияға/интроверсияға және гендерлік қатыстылығына қарамастан мимикрияға тенденциясы төмен студенттерге қарағанда позитивті эмоцияларды сезінеді, жоғары деңгейдегі эмоционалды интеллектке, оптимизмге және өмірге қанағаттанушылыққа ие. Дегенмен, әйел жынысындағы сыналушылар осы айнымалыларға қатысты жоғары көрсеткіштермен сипатталады.

СӘ аффективті бөлігінің предикторы эмоционалды интеллект, СӘ когнитивті бөлігінің предикторы оптимизм болып табылады, ЭИ және оптимизм деңгейінің жоғарылауы СӘ деңгейінің жоғарылауын ынталандырады.