

health, as the main psychological parameter of the school educational environment. Educational security is about improving pedagogical, social and psychological conditions. Psychological safety in the educational environment of a school is a condition that contributes to the development of a psychologically healthy person. The application of psychological knowledge in school practice and the provision of psychological assistance requires high professional training and education. In connection with the problem of the psychological safety of the educational environment of the school, it is stated that the correct use of a number of platforms, pedagogical and psychological technologies has every reason to create a «very complex product» – a psychologically healthy person.

Keywords: educational environment, safety, health, pupils, psychological safety.

FTAMP 14.35.01

<https://doi.org/10.48081/DLXR3047>

***Ж. А. Ширинбекова¹, Г. К. Сланбекова², С. К. Ксембаева³**

^{1,2}Қарағанды Бөкетов университеті,
Қазақстан Республикасы, Қарағанды қ.;

³Торайғыров университеті,
Қазақстан Республикасы, Павлодар қ.

ЖОҒАРЫ МЕКТЕП ОҚЫТУШЫЛАРЫНДАҒЫ КӘСІБИ СТРЕССТІҢ КӨРІНУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Бұл мақалада жоғары мектеп оқытушыларындағы кәсіби стресстің көріну ерекшеліктері докторлық диссертацияның тақырыбы аймағындағы эмпирикалық зерттеу нәтижелері ұсынылған. Жоғары мектеп оқытушыларындағы кәсіби жанып кетуін тудыратын негізгі факторлар қарастырылған. Университет оқытушыларының гендерлік ерекшеліктері талданған. Оқытушылардың бойындағы пайда болған кәсіби стресске әлемді жайлаған пандемия ықпалының ерекшеліктері сипатталған. Т. В. Форманюктың оқытушылардың эмоционалды жануға әкелетін факторлары ұсынылған. Конроның стресске реакция типтерінің ерекшеліктері талданып, сипатталған. Эмоциялық стресске осал адамдардың сипаттамалары ұсынылған. Жоғары мектеп оқытушыларының күрделі ұйымдасқан аспектілері сипатталған. З. Есареваның жоғары оқу орын оқытушысына берген анықтамасы ұсынылған. З. Есареваның жоғары мектеп педагогының жұмысындағы баланс орнату теориясы талданған. Е. А. Бөкетов атындағы Қарағанды университетінде жүргізілген зерттеме нәтижелері ұсынылған. В. В. Бойконың «Кәсіби жанып кету деңгейін бағалау» әдістемесі нәтижелері талданып, диаграмма түрінде ұсынылған. «Психожарақаттаушы жағдайларды бастан кешіру», «Өзімен қанағаттанбау», «Торға түсу», «Үрей және депрессия», «Қысым», «Адекватты емес таңдамалы эмоционалды реакция», «Эмоционалды-рухани дезориентация», «Эмоцияларды үнемдеу аймағының кеңеюі», «Кәсіби міндеттер редукциясы», «Резистенция», «Эмоционалды дефицит», «Эмоционалды шеттелу», «Тұлғалық шеттелілу», «Психосоматикалық және психовегетативті

бұзылыстар», «Сарқылу» шкалалары бойынша салыстырмалы нәтижелер сипатталған.

Кілтті сөздер: кәсіби жану, кәсіби стресс, эмоциялар, оқытушылар, депрессия, резистенция.

Кіріспе

Осыған дейінгі кәсіби жанып кету мәселесіне арналған зерттеу жұмыстары көбіне педагог еңбектеріне арналған болып келеді. Жоғары мектеп педагогтеріндегі кәсіби жануды тудыратын негізгі факторларға жатады: күнделікті шектен тыс жұмыс салмағы, студенттер үшін жоғарғы жауапкершілік, интеллектуалды жұмыс типтерінің араларындағы дисбаланс, моральды жауапкершіліктер, рөлдік жауапкершіліктер және т.б. Оқытушы кәсібі қазіргі таңда көбіне әйел қауымынан тұратындықтан жоғарыда келтірілген мәселелерге үйдегі жұмыстар, бала мен өз отбасына берілетін уақыттың тапшылығы қосылып дағдарысты күшейте түсетіні сөзсіз. Оның үстіне соңғы жылдағы әлемде алып жатқан пандемия өз үлесін қосып жатқаны да белгілі. Өйткені, жоғары мектеп оқытушыларының онсыз да үлүлесін салмақ жұмыс аумақтарына қашықтықтан оқытумен байланысты іс-шаралар келіп қосылғаны белгілі.

Т. В. Форманюк оқытушылардың «эмоционалды жануына» әсер ететін үш факторды бөліп көрсетеді. Олар: тұлғалық, рөлдік, ұйымдастырушылық.

Тұлғалық фактор стресске реакция беру тәсілдері мен басқа да индивидуалды ерекшеліктерден тұрады. Мысалы, жұмыс мәнділігінің төмен бағалауы, кәсіби өсумен қанағаттанбау және автономдылықтың жетіспеушілігі «жанудың» дамуын жылдамдатады. К. Конроның пайымдауынша бұл ретте неғұрлым осал адамдар стресске А типіндегі реакция беретін тұлғалар болып келеді. Сонымен қатар, кәсіби жанып кетуге шектен тыс еңбекқор адамдар да жылдам беріледі. Яғни, олар жоғары серпіліспен, жауапкершілікпен жұмысқа кіріседі, алайда бір нәрсе өз ойлағандағыларындай бола қоймаса жылдам сөніп қалатыны да белгілі. Рөлдік фактор қатығыстық рөлдерімен және рөлдік анықталмағандықпен байланысты ұйымдастырушылық факторға кәсіби сипаттамалар, кәсіби міндеттер, басқару сипаты, жауапкершілік дәрежесі жатады. Жоғары оқу орнындағы оқытушы іс-әрекеті күрделі ұйымдасқан жұмыс түрлеріне жататыны белгілі. Оның ішіне келесі аспектілер кіреді: педагогикалық, ұйымдастырушылық, әдіснамалық, ғылыми, инновациялық, тұлғааралық. Бұл аспектілердің барлығын жүзеге асыру формалары әртүрлі болып келеді, алайда осылардың барлығы бірігіп студентті кәсіби іс-әрекетке дайындайтынын да білеміз.

3. Есарева жоғары оқу орнының оқытушысына келесідей анықтама береді: «Оқытушы – бұл оқыту мен тәрбиелеудің ғылыми әдістерін жақсы игерген, оқытудың техникалық құралдарын шебер қолданатын, өзінің кәсіби біліктіліктерін үнемі жоғарылатып отыратын, ғылыми-зерттеу жұмыстарында белсенді қатысып отыратын ғылыми қызметкер болып табылады». Жоғарғы мектеп оқытушысының жұмысы жайлы айтар кезде ол тек педагогикалық жұмысты атқарып ғана қоймай, сонымен қатар, ғылыми жұмыстарды да қоса алып жүретінін де ұмытпауымыз керек. Оқытушыға осы екі саланың ортасында баланс ұстай білуі өте маңызды болып келеді.

3. Есареваның айтуы бойынша, осы ғылыми және оқытушылық әрекеттерінің араларындағы баланс педагогтың сәтті жұмысының алғышарты болып табылады. Көптеген зерттеулердің көрсетуінше (Самоукина Н., Бойко В және т.б.) жас педагогтар педагогикалық аймақтан алғашқы бес жылдықтан кетеді. Қазіргі таңда көптеген факторлар жоғарғы мектеп педагогтерінің эмоционалды жануына көмектеседі. Олар: қарқынды еңбек, университетте жұмыс істеу престижінің төмендеуі, жалақы төмендігі, бюрократия, психоэмоционалды салмақтың көптігі, үнемі инновациялық әдістемелер мен технологияларды ендіру қажеттілігі және т.б.

Материалдар мен әдістер

Зерттеу таңдамасы ретінде педагогикалық әрекетпен және ғылыми еңбектермен айналысатын университеттің профессор оқытушылар құрамы болып табылады. Зерттемеде Бойконың «Кәсіби жанып кету деңгейін бағалау» әдістемесі пайдаланылды. Бұл әдістеме кәсіби жану синдромын диагностикалауға арналған сауалнама болып келеді. Бұл әдістеме Бойкомен 1996 жылы құрылған болатын.

Батыс зерттеушілеріне қарағанда В. В. Бойко эмоционалды күйзеліс синдромын кезеңдер бойынша жіктеуді ұсынады, өз кезеңнің өзіне тән белгілері болады деп пайымдайды.

Кәсіби жанып кету – бұл салыстырмалы түрде тұрақты жағдай, оның белгілері жұмысқа деген мотивацияның төмендеуі, жоғары қатығыстық және орындалған жұмысқа қанағаттанбау, үнемі шаршау, эмоционалды сарқылу, тітіркену және т. б. көріністер болып табылады.

Зерттеу Қарағанды қаласының Бөкетов атындағы Қарағанды университетінің базасында жүргізілді. Сыналушылар қауымы – 80 сыналушыдан тұрады. Оның 40-ы оқытушылық тәжірибесі 10 жылға дейінгі педагогтер және 40-ы оқытушылық тәжірибесі 10 жылдан асатын педагогтер болып келеді. Математикалық өңдеуде Манна-Уитнидің критерийі қолданылды.

Нәтижелер және талқылау

В. В. Бойконың «Тұлғаның эмоционалды жанып кетуін диагностикалау» әдістесі бойынша алынған нәтижелер төменде көрсетілген.

Кесте 1 – Тұлғаның эмоционалды жанып кетуін диагностикалау әдістемесі бойынша алынған нәтижелер

Шкала атауы	Орташа арифметикалық
Психожарақаттаушы жағдайларды бастан кешіру	12,0
Өзімен қанағаттанбау	8,7
Торға түсу	4,6
Үрей және депрессия	9,9
Қысым	33,8
Адекватты емес таңдамалы эмоционалды реакция	17,0
Эмоционалды-рухани дезориентация	14,3
Эмоцияларды үнемдеу аймағының кеңеюі	12,5
Кәсіби міндеттер редукциясы	15,8
Резистенция	55,5
Эмоционалды дефицит	9,7
Эмоционалды шеттелу	10,9
Тұлғалық шеттелілу	9,0
Психосоматикалық және психовегетативті бұзылыстар	9,5
Сарқылу	38,5

Әдістеме, қалыптастыру процесінде респонденттерде бір және екі қалыптаспаған кезеңдер анықталды.

80 адамның 15-інде эмоционалды күйзеліс, шиеленіс анықталды және жоғары эмоционалды күйзеліс тобының орташа мәні 75,9 құрады. Резистенция кезеңі 80 адамның 27-інде қалыптасты, ал топ бойынша орташа көрсеткіш 75,2 адамды құрады. 16 адамда сарқылу кезеңі анықталды, ал топтағы фазаның орташа айқындылығы 78,0 болды.

80 адамның 17-інде стресс кезеңі қалыптасу процесінде, топтың орташа мәні 48,0 құрайды. Резистенция кезеңі 34 адамда қалыптасады, орташа көрсеткіш 48,2 құрайды. Орташа деңгейдің сарқылу кезеңі 19 адамда анықталды, ал топтың орташа мәні 57,8 болды.

48 адамда қысым фазасы пайда болған жоқ, 23 адамда қарсылық фазасы қалыптаспады, ал 49 адамда сарқылу фазасы қалыптасып отырғаны белгілі.

Сыналушыларда травматикалық жағдайларға, еңбек жағдайларына және кәсіби тұлғааралық тәжірибеге байланысты симптоматикалық белгілер травматикалық деп танылатындығын көрсетті. Сонымен қатар, басқа белгілермен бірге келесі симптомдар бұл сыналушыларда мүлдем

көрінбейді деген сөз. Олар: өзіне және оның кәсіби қызметіне қанағаттанбау, «тордағы құлыптау сезімі», жағдайдың үмітсіздігі, бір нәрсені өзгертуге деген ұмтылыс, депрессиялық көңіл-күйдің болмауы.

Тұтасымен алғанда сыналушыларда «Қысым» фазасы қалыптаспаған болып келеді.

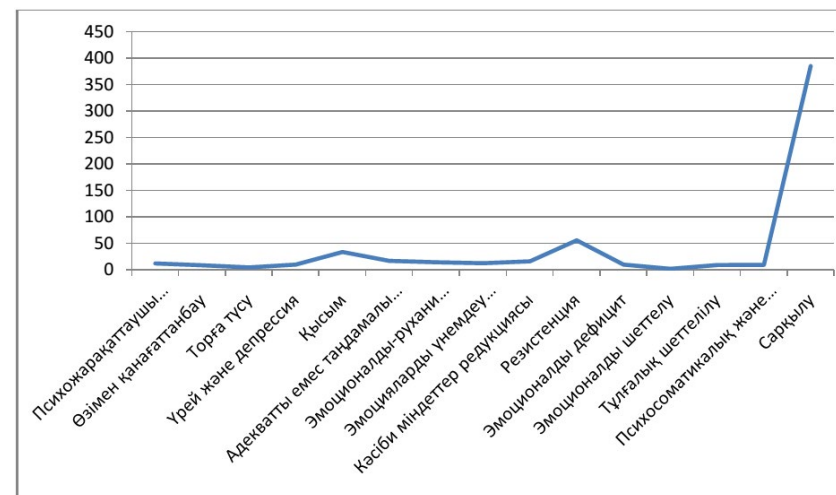
Белгілі бір тұрақты қалыптасқан белгілер анықталып отыр. Олар адекватты емес, таңдамалы эмоционалды реакция беру болса, басқалары әлі қалыптасу кезеңінде отырғаны белгілі.

Бұндай жағдай эмоционалды-рухани дезориентацияда, немқұрайлықта, эмоционалды оқшаулануда, кәсіби міндеттерді редукциялауда, кәсіби міндеттерді орындауға деген қалаудың жоқтығында байқалып отырады.

«Сарқылу» фазасы бойынша топта эмоционалды оқшаулану симптомының пайда болуы біртіндеп кәсіби коммуникацияларда қорғаныс барьерінің қалыптасуы жайлы айта алады.

Басқа нақты симптомдар нақты қалыптаспаған. Яғни, жеке тұлғалық оқшаулану қалыптаспаған, әріптестер мен студенттерге қатысты цинизм жоқ, психосоматикалық және психовегетативті бұзылыстар жоқ, физикалық өзін жайсыз сезіну мен ұйқы бұзылыстары кездеспейді.

Тұтасымен алғанда осы категориядағы сыналушыларда эмоционалды жанып кету келесі суретте келтірілген.



Сурет 1 – В. В. Бойко бойынша «Тұлғаның эмоционалды жанып кетуін диагностикалау» әдісі бойынша нәтижелер

«Травматикалық жағдайды бастан кешіру» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,198$, $p<0,001$). «Өзіне қанағаттанбау» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,162$, $p<0,001$). «Торға түсу» шкала бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($G=0,254$, $p<0,001$). «Үрейлену және депрессия» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($G=0,224$, $p<0,001$). «Қысым» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,173$, $p<0,001$). «Эмоционалды және рухани дезориентация» көрсеткіші бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,132$, $p<0,001$). «Эмоцияны үнемдеу аймағының кеңеюі» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,177$, $p<0,001$). «Кәсіби жауапкершіліктің төмендеуі» шкаласына сәйкес белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,144$, $p<0,001$). Эмоционалды жетіспеушілік шкаласына сәйкес белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($G=0,111$, $p<0,05$). «Эмоционалды шеттелу» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,144$, $p<0,001$). «Тұлғалық шеттетілу» шкаласына сәйкес белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($G=0,18$, $p<0,001$). «Психосоматикалық және психовегетативті бұзылулар» көрсеткіші бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($g=0,225$, $p<0,001$). «Сарқылу» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($G=0,15$, $p<0,01$). «Эмоционалды шаршау» шкаласы бойынша белгілердің таралуы қалыптыдан өзгеше ($G=0,1$, $p<0,05$).

Еңбек өтілі 10 жылға дейін және 10 жылдан асатын сыналушылар топтарының нәтижелері араларындағы өзгешеліктерді анықтау үшін Манна-Уитни критерийі қолданылды. Алайда еңбек өтілі бойынша олардың араларында мәнді өзгешеліктер дәлелденген жоқ.

Қорытынды

Ұсынылған деректерді талдау нәтижелері бойынша келесі мәндер анықталды: «Резистенция» фазасы қалыптасу кезеңінде болып отырса, «Қысым» фазасы және «Сарқылу» фазалары мүлдем қалыптаспаған болып табылды.

Педагогтердің кәсіби жанып кетуі еңбек өтіліне байланысты деген болжамымыз расталмады.

Сондықтан, жоғарыда айтылғандарға сүйене отырып, оқытушы мамандығын «өзін-өзі бақылау мен өзін-өзі реттеуді қажет ететін стрессті» деп жіктеуге болатындығын көреміз.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕКТЕР ТІЗІМІ

- 1 **Баранов, А. А.** Психология стрессоустойчивости педагога [Текст]. – СПб. : Питер, 2002. – 405 с.
- 2 **Burke, R. J., Richardsen, A. M.** Стресс, эмоциональное выгорание и здоровье [Текст]. – Лондон : CRC Пресс, 1996. – 326 с.
- 3 **Caplan, C.** Преодоление стресса: психосоциальные аспекты [Текст] // Журнал психиатрии. – 2016. – № 138. – С. 413–420.
- 4 **Richman, J. A., Flaherty, J. A.** Стресс, ресурсы преодоления и психические расстройства: альтернативные парадигмы с точки зрения жизненного цикла [Текст] // Комплексная психиатрия. – 2015. – № 26. – С. 456–465.
- 5 **Митин, Г. В.** Профилактика и коррекция негативных психических состояний педагогов [Текст]. – М. : СГИ, 1999. – 165 с.
- 6 **Брайт, Д.** Стресс. Теории, исследования, мифы [Текст]. – СПб. : Прайм, 2003. – 352 с.
- 7 **Митина, Л. М.** Профессиональная деятельность и здоровье педагога [Текст]. – М. : Академия, 2005. – 368 с.
- 8 **Зеер, Э. Ф.** Психология профессионального развития [Текст]: учеб. пос. для студ. вузов. – М. : Академия, 2006 – 480 с.
- 9 **Кобозев, И. Ю.** Оценка профессионального стресса и его влияния на копинг-поведение руководителей [Текст] // Вестник психотерапии. – 2011. – № 37 (42). – С. 92–100.
- 10 **Маркова, А. К.** Психология профессионализма [Текст]. – М. : МГУ, 1996. – 308 с.
- 11 **Куприянов, Р. В., Кузьмина, Ю. М.** Психодиагностика стресса: практикум [Текст]. - Казань : КНИТУ, 2012. – 212 с.

REFERENCES

- 1 **Baranov, A. A.** Psihologiya stressoustojchivosti pedagoga [Psychology of stress tolerance of a teacher] [Text]. – SPb. : Piter, 2002. – 405 p.
- 2 **Burke, R. J., Richardsen, A. M.** Stress, e'mocional'noe vy'goranie i zdorov'e [Stress, burn-out and health] [Text]. – London : CRC Press, 1996. – 326 p.
- 3 **Caplan, C.** Preodolenie stressa: psixosocial'ny'e aspekty` [Mastery of stress: psychosocial aspects] [Text]. Journal of Psychiatry. – 2016.– Vol. 138. – P. 413–420.
- 4 **Richman, J. A., Flaherty, J. A.** Stress, resursy` preodoleniya i psixicheskie rasstrojstva: al'ternativny`e paradigmy` s tochki zreniya zhiznennogo cikla [Stress,

coping resources and psychiatric disorders: alternative paradigms from a life cycle perspective] [Text] Comprehensive Psychiatry. – 2015. – Vol. 26. – P. 456–465.

5 **Mitin, G. V.** Profilaktika i korrekciya negativnyh psichicheskikh sostoyanij pedagogov [Prevention and correction of negative mental states of teachers] [Text]. – M. : SGI, 1999. – 165 p.

6 **Brajt, D.** Stress. Teorii, issledovaniya, mify [Stress. Theories, research, myths] [Text]. – SPb. : Prajm, 2003. – 352 p.

7 **Mitina, L. M.** Professional'naya deyatel'nost' i zdorov'e pedagoga [Professional activity and health of a teacher] [Text]. – M. : Akademiya, 2005. – 368 p.

8 **Zeer, E. F.** Psihologiya professional'nogo razvitiya [Psychology of professional development] [Text]: ucheb. pos. dlya stud. vuzov. – M. : Akademiya, 2006 – 480 p.

9 **Kobozev, I. Yu.** Ocenka professional'nogo stressa i ego vliyaniya na koping-povedenie rukovoditelej [Assessment of professional stress and its impact on coping behavior of managers] [Text] Vestnik psihoterapii. – 2011. – № 37 (42). – P. 92–100.

10 **Markova, A. K.** Psihologiya professionalizma [Psychology of professionalism] [Text]. – M. : MGU, 1996. – 308 p.

11 Kupriyanov, R.V., Kuz'mina, YU.M. Psihodiagnostika stressa: praktikum [Psychodiagnosics of stress: a practical course] [Text]. – Kazan': KNITU, 2012. – 212 p.

Материал 14.09.22 баспаға түсті.

*Ж. А. Ширинбекова¹, Г. К. Сланбекова², С. К. Ксембаева³

^{1,2}Қарағандық университетінің Е. А. Букетов атындағы

Қазақстан Республикасы, Қарағанды;

³Торайғыров университеті,

Қазақстан Республикасы, Павлодар.

Материал қабылданды 14.09.22.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

В данной статье представлены результаты эмпирического исследования в области темы докторской диссертации особенностей проявления профессионального стресса у преподавателей Высшей школы. Рассмотрены основные факторы, вызывающие

профессиональное выгорание у преподавателей Высшей школы. Проанализированы гендерные особенности преподавателей университета. Описаны особенности влияния пандемии на возникающий профессиональный стресс у преподавателей. Представлены факторы, приводящие к эмоциональному выгоранию Т. В. Форманюка. Проанализированы и описаны особенности типов реакции Конро на стресс. Представлены характеристики людей, уязвимых к эмоциональному стрессу. Описаны сложные организованные аспекты деятельности преподавателей Высшей школы. Проанализирована теория установки баланса в работе педагога высшей школы З. Есарева. Представлены результаты исследования, проведенного в Карагандинском университете им. Е. А. Букетова. Результаты методики В. В. Бойко «Оценка уровня профессионального выгорания» проанализированы и представлены в виде диаграммы. Проанализированы и представлены результаты по шкалам: «Переживание психотравмирующих ситуаций», «неудовлетворенность собой», «тревога и депрессия», «давление», «неадекватная избирательная эмоциональная реакция», «эмоционально-духовная дезориентация», «расширение зоны экономики эмоций», «редукция профессиональных обязанностей», «Резистенция». Описаны сравнительные результаты по шкалам «эмоциональный дефицит», «эмоциональная отстраненность», «личностная отстраненность», «психосоматические и психовегетативные расстройства», «истощение».

Ключевые слова: профессиональное выгорание, профессиональный стресс, эмоция, преподаватели, депрессия, резистенция.

*J. A. Shirinbekova¹, G. K. Slanbekova², S. K. Ksembaeva³

^{1,2}Karaganda Buketov University,

Republic of Kazakhstan, Karaganda;

³Toraighyrov University,

Republic of Kazakhstan, Pavlodar.

Material received on 14.09.22.

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF PROFESSIONAL STRESS AMONG UNIVERSITY TEACHERS

This article presents the results of an empirical study in the field of the topic of the doctoral dissertation of the peculiarities of the manifestation of