

Жапарова Г.С.^{1*} , Баймолдина Л.О.² , Сарбасова Г.Ж.³ , Юджел Гелишли.⁴ 

¹*Alikhan Bokeikhan University (Семей, Қазақстан)*

²*Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті (Алматы, Қазақстан)*

³*Alikhan Bokeikhan University (Семей, Қазақстан)*

⁴*Гази университеті (Анкара қаласы, Түркия)*

*e-mail: gun_s@mail.ru

ИНКЛЮЗИВТІ БІЛІМ БЕРУ ЖАҒДАЙЫНДА ПЕДАГОГТЕРДІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҒЫН ЗЕРТТЕУ

Аңдатпа

Мақалада инклюзивті білім беру жағдайында кәсіби қызмет атқаратын педагогтердің психологиялық денсаулығын зерттеуге арналған эмпирикалық зерттеудің нәтижелері ұсынылған. Зерттеудің өзектілігі ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен жұмыс істейтін педагогтерге түсетін кәсіби, эмоциялық және психоэмоциялық жүктеменің артуымен байланысты, бұл күйзелістік жағдайлардың және кәсіби күйіп-жанудың даму қаупін күшейтеді. Зерттеудің мақсаты педагогтердің психологиялық денсаулығының ерекшеліктерін зерделеу, сондай-ақ қабылданатын стресс деңгейі, кәсіби күйіп-жану көрсеткіштері мен субъективті психологиялық әл-ауқат арасындағы өзара байланыстарды талдау болып табылады. Зерттеуге инклюзивті оқытуды жүзеге асыратын жалпы білім беретін ұйымдардың 100 педагогі қатысты. Диагностикалық құралдар ретінде психологиялық денсаулықты бағалау үшін General Health Questionnaire (GHQ-28), кәсіби күйіп-жануды анықтау үшін Maslach Burnout Inventory (MBI) және субъективті түрде қабылданатын стресс деңгейін өлшеу үшін Perceived Stress Scale (PSS-10) қолданылды. Деректерді статистикалық өңдеу сипаттамалық статистика және корреляциялық талдау әдістерін қамтыды. Зерттеу нәтижелері педагогтердің едәуір бөлігінде қабылданатын стресс деңгейінің орташа және жоғары екендігін көрсетті, бұл эмоциялық сарқылумен және психологиялық денсаулық көрсеткіштерінің төмендеуімен оң байланыста екені анықталды. Стресс инклюзивті білім беру жағдайында кәсіби күйіп-жанудың қалыптасуына ықпал ететін негізгі факторлардың бірі екені дәлелденді. Алынған нәтижелер педагогтердің психологиялық денсаулығын сақтауға және күйзелістік жағдайлардың алдын алуға бағытталған психологиялық қолдау бағдарламаларын әзірлеу мен енгізудің қажеттілігін айқындайды.

Түйінді сөздер: психологиялық денсаулық, инклюзивті білім беру, педагогтер, қабылданатын стресс, кәсіби күйіп-жану

Жапарова Г.С.^{1*}, Баймолдина Л.О.², Сарбасова Г.Ж.³, Юджел Гелишли.⁴

¹*Alikhan Bokeikhan University (Семей, Қазақстан)*

²*Казахский национальный университет имени аль-Фараби (Алматы, Қазақстан)*

³*Alikhan Bokeikhan University (Семей, Қазақстан)*

⁴*Университет Гази (Анкара, Түркия)*

*e-mail: gun_s@mail.ru

Исследование психологического здоровья педагогов в условиях инклюзивного образования

Аннотация

В статье представлены результаты эмпирического исследования психологического здоровья педагогов, осуществляющих профессиональную деятельность в условиях инклюзивного образования. Актуальность исследования обусловлена возрастом

профессиональной, эмоциональной и психоэмоциональной нагрузки на педагогов, работающих с обучающимися с особыми образовательными потребностями, что повышает риск развития стрессовых состояний и профессионального выгорания. Целью исследования являлось изучение особенностей психологического здоровья педагогов, а также анализ взаимосвязи между уровнем воспринимаемого стресса, показателями профессионального выгорания и субъективным психологическим благополучием. В исследовании приняли участие 100 педагогов общеобразовательных организаций, реализующих инклюзивное обучение. В качестве диагностического инструментария использовались General Health Questionnaire (GHQ-28) для оценки психологического здоровья, Maslach Burnout Inventory (МВІ) для диагностики профессионального выгорания и шкала воспринимаемого стресса (Perceived Stress Scale – PSS-10) для определения уровня субъективно переживаемого стресса. Статистическая обработка данных включала методы описательной статистики и корреляционного анализа. Результаты исследования показали, что значительная часть педагогов характеризуется средним и высоким уровнем воспринимаемого стресса, который положительно связан с эмоциональным истощением и ухудшением показателей психологического здоровья. Установлено, что стресс выступает одним из ключевых факторов, способствующих формированию профессионального выгорания в условиях инклюзивного образования. Полученные данные подчёркивают необходимость разработки и внедрения программ психологического сопровождения педагогов, направленных на профилактику стрессовых состояний и сохранение их психологического здоровья.

Ключевые слова: психологическое здоровье, инклюзивное образование, педагоги, воспринимаемый стресс, профессиональное выгорание

G. S. Zhaparova.^{1*}, Baymoldina L.O², G. Zh. Sarbasova.³, Yücel Gelişli.⁴

¹Alikhan Bokeikhan University (Semey, Kazakhstan)

²Al-Farabi Kazakh National University (Almaty, Kazakhstan)

³Alikhan Bokeikhan University (Semey, Kazakhstan)

⁴Gazi University (Ankara, Turkey)

*e-mail: gun_s@mail.ru

A study of teachers' psychological health in the context of inclusive education

Abstract

The article presents the results of an empirical study on the psychological health of teachers engaged in professional activities within the context of inclusive education. The relevance of the study is обусловлена by the increasing professional, emotional, and psycho-emotional workload experienced by teachers working with students with special educational needs, which significantly increases the risk of stress-related conditions and professional burnout. The aim of the study was to examine the characteristics of teachers' psychological health, as well as to analyze the relationships between perceived stress levels, indicators of professional burnout, and subjective psychological well-being.

The study involved 100 teachers from general education institutions implementing inclusive education. The diagnostic tools used included the General Health Questionnaire (GHQ-28) to assess psychological health, the Maslach Burnout Inventory (МВІ) to measure professional burnout, and the Perceived Stress Scale (PSS-10) to determine the level of subjectively perceived stress. Statistical data analysis was conducted using descriptive statistics and correlation analysis.

The results of the study showed that a significant proportion of teachers experienced moderate to high levels of perceived stress, which was positively associated with emotional exhaustion and deterioration in psychological health indicators. Stress was identified as one of the key factors contributing to the development of professional burnout in inclusive education settings. The findings

highlight the necessity of developing and implementing psychological support programs for teachers aimed at preventing stress-related conditions and maintaining their psychological health.

Keywords: psychological health, inclusive education, teachers, perceived stress, professional burnout

Кіріспе. Қазіргі білім беру жүйесі барған сайын инклюзия қағидаттарына бағдарланып келеді, бұл барлық білім алушыларға, соның ішінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар балаларға да тең дәрежеде білім алуға қолжетімділікті қамтамасыз етуді көздейді. Инклюзивті білім беруді жүзеге асыру педагогтердің кәсіби, эмоциялық және тұлғалық дайындығына жоғары талаптар қояды. Инклюзивті ортада жұмыс істеу көбіне жоғары эмоциялық жүктемемен, үлкен жауапкершілікпен және білім беру үдерісінің өзгермелі жағдайларына үнемі бейімделу қажеттілігімен қатар жүреді.

Кәсіби күйзелістің артуы жағдайында педагогтердің психологиялық денсаулығын сақтау мәселесі ерекше маңызға ие болуда. Психологиялық денсаулық тұлғаның интегративті сипаттамасы ретінде қарастырылады және адамның бейімделу қабілетін, өзін-өзі реттеуін, эмоциялық тұрақтылығын әрі кәсіби қызметті нәтижелі атқаруын айқындайды. Педагогтердің психологиялық денсаулығының бұзылуы олардың кәсіби қызметіне ғана емес, жалпы білім беру үдерісінің сапасына да теріс әсер етуі мүмкін.

Инклюзивті білім беру әрбір білім алушының жеке ерекшеліктері мен білім беру қажеттіліктерін ескере отырып, сапалы білімге тең қолжетімділікті қамтамасыз ететін үдеріс ретінде түсіндіріледі және әлемнің көптеген елдерінде, соның ішінде Қазақстан Республикасында да білім беру жүйесін реформалаудың негізгі бағыттарының біріне айналды. Инклюзивті білім берудің мақсаттары академиялық жетістіктермен шектелмей, әлеуметтік теңсіздікті еңсеруге, қоғамда қолайлы орта қалыптастыруға және дискриминациялық көзқарастармен күресуге бағытталған.

Қазақстанда инклюзивті саясат білім мен ғылымды дамытудың 2020–2025 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасы сияқты бірқатар стратегиялық құжаттарда, сондай-ақ инклюзивті білім берудің ұлттық моделін әзірлеуге бағытталған халықаралық ынтымақтастық жобалары аясында көрініс табууда [1]. 2025 жылға қарай инклюзивті білім беруді қамту бағытында елеулі нәтижелерге қол жеткізілді: инклюзивті білім беру мектепке дейінгі ұйымдардың 70%-ында, жалпы білім беретін мектептердің 90%-ында және техникалық әрі кәсіптік білім беру ұйымдарының 81%-ында жүзеге асырылуда. Алайда сандық көрсеткіштер инклюзивті қағидаттарды практикалық тұрғыдан енгізу барысында туындайтын сапалық мәселелер мен жүйелі қиындықтарды әрдайым толық көрсете бермейді.

Инклюзияның табысты жүзеге асуы тікелей педагогтерге байланысты. Дәл осы педагогтердің мойнына оқу үдерісін бейімдеу, ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалармен (бұдан әрі – ЕБҚ) жеке жұмыс жүргізу және сыныпта қолайлы психологиялық ахуал қалыптастыру міндеттері жүктеледі. Инклюзивті ортадағы мұғалім рөлінің өзгеруі, жаңа кәсіби талаптардың қойылуы және жоғары эмоциялық тартылу педагогтердің психологиялық (менталдық) денсаулығын айтарлықтай осал етеді [2]. Сонымен қатар педагогтің тұрақты психологиялық әл-ауқаты білім беру ортасының сапасымен, білім алушылардың академиялық жетістіктерімен және инклюзивті саясаттың жалпы тиімділігімен тікелей байланысты.

Осы мақалада инклюзивті білім беру жағдайында педагогтердің еңбек ету шарттары мен олардың психологиялық денсаулығы арасындағы ғылыми әдебиеттерде сипатталған және эмпирикалық деректермен расталған өзара байланыстарды талдау мақсат етіледі. Ерекше назар Қазақстан жағдайына, білім беру жүйесінің посткеңестік трансформациясының ерекшеліктері мен қазіргі заманғы сын-қатерлерді ескере отырып, аударылады.

Әдбиеттерге шолу Психологиялық денсаулық күнделікті өмірде, соның ішінде жұмыс өнімділігінде және жұмысқа байланысты стрестен сауатты шығуда негізгі рөл атқарады [3]. Денсаулықты сақтау жөніндегі дүниежүзілік ұйым (2006) психологиялық денсаулықты

адамның өмірдің қалыпты қиындықтарына табандылық танытып, өнімді еңбек етуге және қоғамға үлес қосуға мүмкіндік беретін жағымды әл-ауқат күйі ретінде анықтайды [4]. Педагог мамандығы, оқу бағдарламасының барлық деңгейлерін (орта мектептен бастап жоғары оқу орнына дейін) қамтитын болғандықтан, жоғары стресс және кәсіби шаршау деңгейлерімен сипатталады, бұл олардың психологиялық денсаулығына кері әсер етеді [5]. Педагог сыныпты тиімді басқару және оқушылардың білім алу деңгейін арттыруға үлес қосу сияқты маңызды талаптарға тап болады [6]. Бұл міндеттер үлкен сынып өлшемдері, күрделі және алуан түрлі оқу қажеттіліктері, сондай-ақ мектептік ресурстар мен қаржыландырудың тұрақсыздығы жағдайында одан да қиындай түседі. Осы кәсіби қиындықтарды ескере отырып, педагогтердің жоғары деңгейде стресске ұшырауы таңқаларлық емес. Педагогтердің стресске ұшырауы кең таралған. Әр түрлі елдерде және оқу сатыларындағы мұғалімдер жұмыстарының жоғары стресс деңгейін тұрақты түрде білдіреді. Педагог стресі олардың кәсіби талаптардан (мысалы, оқушылардың алуан түрлі қажеттіліктеріне байланысты оқу бағдарламасын реттеу, үлкен сынып өлшемдеріндегі тәртіп мәселелерін шешу; туындайтын жағымсыз эмоционалды сезімдерін (мысалы, реніш, көңілсіздік) сипаттайды [7]. Алайда, қазіргі заманғы білім берудің (соның ішінде инклюзивті білім берудің) ең маңызды міндетін – өсіп келе жатқан ұрпақтың психологиялық денсаулығын қамтамасыз ету – іске асыру дәл педагогтің мойнында екені анық. И.В. Дубровина атап өткендей, мектептегі әрбір бала назар мен қамқорлыққа алынуы тиіс [8]. Біз педагогтің бұл міндетті тек психологиялық тұрғыдан сау болған жағдайда ғана тиімді орындай алатынын пайымдаймыз. Мұндай педагог баланың өмірін сондай ұйымдастырады, оның элеуметтік даму жағдайлары барлық негізгі қажеттіліктерінің қанағаттануына ықпал етіп, позитивті психоэмоциялық тәжірибелердің қалыптасуына жағдай жасайды. Педагогтердің стресске ұшырауы кәсіби шаршауға әкеліп соғады және жұмысқа қанағаттанудың төмен деңгейімен байланысты. Педагогтердің кәсіби шаршауы жиі ерте басталады, көптеген мұғалімдер студент-мұғалім ретінде тәжірибе жинақтау кезеңінде-ақ айтарлықтай стрессті бастан кешерін есептейді [9]. Педагогтің стресіне көптеген факторлар әсер етеді, ал мектепке байланысты факторлар, мысалы оқушылардың жағымсыз мінез-құлқы (құрметсіздік, назарсыздық), барлық оқу сатыларындағы педагог білім беруші тұлғалардың кәсіби шаршауы жөнінде айтады. Педагогтің міндеті оқушылардың оқу қажеттіліктері мен білім алу дамуына қолдау көрсету болғандықтан, олардың стресі мен кәсіби шаршауын түсіну және оларды шешу мектеп қауымдастығының барлық мүшелері үшін сау білім беру ортасын қалыптастыруда шешуші рөл атқарады. Педагогтердің жоғары деңгейдегі стресске ұшырауы сыныптағы оқу ортасына оқушылар үшін де академиялық, мінез-құлықтық тұрғыдан кері әсер етеді [10]. Педагог стресі оқушылармен сабырсыз және ренішті өзара әрекеттесуге әкеледі, нәтижесінде мұғалімдер оқушылардың табысты дамуы үшін қажетті эмоционалдық қолдау мен жақсы қарым-қатынасты қамтамасыз ете алмайды [11]. Жалпы оқушы және мектеп жетістігін қамтамасыз ету үшін педагогтердің психологиялық денсаулығы, әл-ауқаты, стресі, кәсіби шаршауы және мамандықта қалуы мәселелерін тиісті деңгейде қарастыра отырып, жақсырақ қолдау көрсету қажеттілігі туындайды.

Кейінгі зерттеулерде педагогтің стресіне әсер ететін факторларды талдаудан басқа, төзімді мұғалімдердің сипаттамаларын зерттеуге де көңіл бөліне бастады [12]. Педагогтердің төзімділігі олардың қолайсыз сыртқы орта жағдайлары мен жеке қиындықтарды жеңіп, табысты даму қабілетін білдіреді [13]. Бұл әл-ауқатты сақтау қабілеті педагогтің жұмысына қауіп төндіретін тәуекел факторлары мен қорғаныс факторлары арасындағы үнемі өзгеріп отыратын өзара әрекеттестіктің нәтижесі болып табылады. Білім беру саласындағы соңғы зерттеулердің бағыты — бірдей қиындықтарға тап болғанымен, жоғары стресске ұшырайтын педагогтердің айырмашылығы, әл-ауқатын сақтай алатын мұғалімдерге әсер ететін факторларды тереңірек зерттеуге ауысу — олардың психологиялық денсаулығы мен әл-ауқатының көпқырлы сипатын көрсетеді.

Педагогтердің кәсіби шаршауына назар аударумен қатар, соңғы кездері инклюзивті білім беруге деген қызығушылық артуда. Бұл бағыт оқуда қиындықтары бар және басқа да ерекше қажеттіліктері бар оқушыларды жалпы білім беретін сыныптарға біріктіруді көздейді [14] (Харпелл және Эндрюс, 2010). Алайда, инклюзивті білім берудің барлық оқушыларға жеткілікті оқу мүмкіндіктерін қамтамасыз етіп, олардың білім алу деңгейін арттыра алатыны әлі күмән тудырады. Инклюзивті білім беру үлгілерінің таралуы педагогтерден осы форматта тиімді жұмыс істеу үшін арнайы білім мен өзіне сенімділік талап етеді, бұл оқушылардың алуан түрлі оқу қажеттіліктеріне жауап беруге мүмкіндік береді. Өкінішке орай, бұл білім мен дағдылар педагогтерді даярлау бағдарламаларында қамтылмайды [15] (МакКриммон, 2015).

Бұл мақала педагогтердің психологиялық денсаулығы, әл-ауқаты мен мектеп ахуалын оқушылардың оқу нәтижелерімен байланыстыратын қолданыстағы әдебиеттерге шолу жасайды. Атап айтқанда, стресс тудыратын факторлар мен тәуекелдер, қорғаныс факторлары, педагогтің төзімділігі және инклюзивті тәжірибе туралы әдебиеттердегі тұжырымдар оқушылардың оқуымен байланыстырылады. Сондай-ақ, мектеп ахуалы факторларының педагог пен оқушының психологиялық денсаулығына әсерін қарастыратын әдебиеттерге ерекше назар аударылады. Сонымен қатар, бұл мақала қарастырылып отырған әдебиеттер негізінде туындайтын зерттеулерге, сондай-ақ қолданбалы оқыту мен білім беру тәжірибесіне ұсыныстар ұсынады.

Біздің осы тақырып аясындағы зерттеуіміз PsycINFO және Google Scholar дерекқорларынан педагогтердің психологиялық денсаулығы, педагог стресі, педагогтердің кәсіби қажуы, төзімділігі, мектеп ахуалы, психологиялық денсаулық және инклюзивті білім беру тіркесімдерінің әртүрлі комбинациялары арқылы таңдалды. Теориялық талдауға соңғы 25 жылда жарияланған мақалалар, монографиялар қамтылды.

Педагогтер көбінесе оқушыларға ұзақ мерзімді әсер ету үмітімен бұл мамандықты таңдайды, дегенмен олар мамандықтан алаңдататын деңгейде ерте кетіп жатады. Аустралияда алғашқы он жылдық мұғалімдік тәжірибесі бар мұғалімдер арасында жүргізілген сауалнамада олардың үштен бірі мамандықты тастаймын деп жоспарлағанын, ал шамамен 25% екі жыл ішінде кетуді жоспарлағанын көрсетті (Боулз және Арнап, 2016). Бұл жұмыс берушінің, мұғалімнің өзін және қоғамның салынған инвестициясының жоғалуына әкеледі (Гиббс және Миллер, 2014). Демек, педагогтердің төзімділігін дамытуға қолдау көрсету өте маңызды, тек мамандарды ұстап қалу үшін ғана емес, сонымен қатар қызығушылық тудыратын оқу ортасын құру үшін қажетті сапалы оқыту тәжірибесін қолдау үшін де (Дэй, 2008).

Материалдар мен әдістер. Зерттеудің мақсаты – инклюзивті білім беру жағдайында қызмет атқаратын педагогтердің психологиялық денсаулығының ерекшеліктерін кешенді түрде зерттеу, сондай-ақ психологиялық денсаулық, кәсіби күйіп-жану және психологиялық төзімділік көрсеткіштері арасындағы өзара байланыстарды анықтау.

Аталған мақсатқа жету үшін зерттеу барысында келесі міндеттер қойылды:

1. Инклюзивті білім беру жағдайында педагогтердің психологиялық денсаулығының жалпы деңгейін анықтау.
2. Педагогтер арасында кәсіби күйіп-жанудың (эмоциялық сарқылу, деперсонализация, кәсіби жетістіктердің төмендеуі) көріну дәрежесін айқындау.
3. Педагогтердің психологиялық төзімділік (резилиенттілік) деңгейін зерттеу.
4. Психологиялық денсаулық, кәсіби күйіп-жану және психологиялық төзімділік арасындағы өзара байланыстарды статистикалық тұрғыдан талдау.

Зерттеу қазіргі заманғы психологиялық ғылымда кеңінен қолданылатын жүйелік, тұлғалық-бағдарланған және стресс-ресурс тұғырнамаларына негізделді. Педагогтің психологиялық денсаулығы тұлғаның кәсіби қызмет барысында бейімделу мүмкіндіктерін, эмоциялық тұрақтылығын, ішкі ресурстарын және психологиялық әл-ауқатын сипаттайтын интегративті көрсеткіш ретінде қарастырылды. Эмпирикалық зерттеуге инклюзивті білім беруді жүзеге асыратын жалпы білім беретін мектептердің 100 педагогі қатысты. Зерттеуге

қатысушылардың жасы 25 пен 58 жас аралығында болды, ал кәсіби еңбек өтілі 3 жылдан 30 жылға дейінгі аралықты қамтыды. Зерттеу ерікті түрде жүргізіліп, этикалық нормалар сақталды: қатысушыларға зерттеудің мақсаты мен мазмұны түсіндірілді, анонимдік пен алынған мәліметтердің құпиялылығы қамтамасыз етілді. Барлық респонденттер зерттеуге саналы түрде келісім берді.

Зерттеу әдістері. Зерттеудің қойылған мақсаттары мен міндеттерін жүзеге асыру үшін психологиялық диагностика мен математикалық-статистикалық талдаудың келесі әдістері қолданылды:

1. *General Health Questionnaire (GHQ-28)* — жалпы психикалық денсаулықты бағалауға және ересектердегі психоэмоционалды бұзылуларды анықтауға арналған стандартталған құрал. Шкаланы Голдберг пен Хиллери жасаған және психология, Психиатрия және педагогикада кеңінен қолданылады. GHQ - 28 әрқайсысы 7 тармақтан тұратын төрт кіші шкалаға бөлінген 28 мәлімдемеден тұрады: Соматикалық симптомдар-стресс пен психоэмоционалды шиеленістің физикалық көріністері; Мазасыздық пен ұйқысыздық-мазасыздық пен ұйқының бұзылуы; Әлеуметтік дисфункция-әлеуметтік өзара әрекеттесу мен кәсіби қызметтегі қиындықтар; Депрессия-эмоционалды бұзылулар және депрессиялық жағдайдың белгілері. Әр тармақ 4 балдық шкала бойынша бағаланады, бұл ішкі шкала бойынша жеке көрсеткіштерді де, психоэмоционалды жағдайдың жиынтық индексін де алуға мүмкіндік береді. GHQ-28 жоғары ішкі консистенцияға ($\alpha > 0,85$) және жарамдылыққа ие, бұл оны психологиялық мәселелерді анықтаудың және тәрбиешілердің психикалық денсаулығын бақылаудың сенімді құралы етеді.

Біздің зерттеуімізде General Health Questionnaire (GHQ-28) – педагогтердің психологиялық денсаулығының жалпы деңгейін, психоэмоциялық жайсыздықтың (мазасыздық, депрессиялық белгілер, соматикалық шағымдар, әлеуметтік дезадаптация) көріну дәрежесін анықтау мақсатында пайдаланылды.

2. *Maslach Burnout Inventory (MBI)* – педагогтердің кәсіби күйіп-жану деңгейін диагностикалау үшін қолданылды. Әдістеме кәсіби күйіп-жанудың негізгі құрылымдық компоненттерін: эмоциялық сарқылуды, деперсонализацияны және кәсіби жетістіктердің төмендеуін бағалауға мүмкіндік береді. Maslach Burnout Inventory (MBI) – кәсіби күйіп-жану синдромының деңгейін анықтауға арналып, кеңінен танылған психодиагностикалық әдістеме. MBI кәсіби қызметте пайда болатын созылмалы стресстің дәрежесін, сондай-ақ оның тұлғаның эмоционалды және кәсіби жұмысына әсерін бағалауға мүмкіндік береді. MBI үш негізгі компоненттен тұрады:

1. Эмоциялық сарқылу (Emotional Exhaustion) — психологиялық және эмоционалды шаршау сезімі, кәсіби міндеттерді орындау кезінде энергияның төмендеуі;

2. Деперсонализация (Depersonalization) — клиенттерге, әріптестерге немесе студенттерге немқұрайлылық немесе циникалық көзқарас;

3. Кәсіби жетістіктердің төмендеуі (Reduced Personal Accomplishment) — тиімсіздіктің субъективті сезімі және кәсіби жетістіктердің жетіспеушілігі.

Шкалада 7 балдық Лайкерт шкаласы бойынша бағаланған 22 ұпай бар ("ешқашан"-ден "өте жиі"дейін). Эмоционалды сарқылу мен иесізденудің жоғары көрсеткіштері кәсіби жетістіктердің төмен көрсеткіштерімен бірге кәсіби күйіп қалудың жоғары деңгейін көрсетеді. MBI жоғары сенімділік пен жарамдылыққа ие және педагогикалық және әлеуметтік саланы зерттеуде белсенді қолданылады.

3. *Connor–Davidson психологиялық төзімділік шкаласы (CD-RISC)* - бұл психологиялық тұрақтылық деңгейін және адамның стресстік жағдайларға бейімделу қабілетін бағалауға арналған стандартталған психометриялық құрал, біздің жағдайда педагогтердің стресске төзімділік деңгейін, қиын жағдайларға бейімделу қабілетін және ішкі психологиялық ресурстарын анықтау мақсатында қолданылды. Шкаланы 2003 жылы Коннор мен Дэвидсон әзірледі және психология, Психиатрия және әлеуметтік жұмыста халықаралық деңгейде

кеңінен танылды. CD-RISC психологиялық тұрақтылықты адамның қабілетін қамтитын жан-жақты тұлға сапасы ретінде қарастырады: өмірлік қиындықтар мен стрессті жеңу; психологиялық шиеленістен кейін қалпына келу; қолайсыз оқиғалар жағдайында эмоционалды тепе-теңдікті сақтау; қиындықтарды жеңу үшін жеке ресурстарды тиімді пайдалану.

CD-RISC педагогтердің кәсіби стресске төзімділігін бағалау үшін, сондай-ақ психологиялық тұрақтылық, кәсіптік күйіп қалу және психоэмоционалды әл-ауқат деңгейі арасындағы байланыстарды анықтау үшін кеңінен қолданылады. Мұғалімдердегі резиленттіліктің жоғары деңгейі инклюзивті білім беру жағдайларына жақсы бейімделумен, эмоционалды сарқылудың төмендеуімен және кәсіби тиімділіктің жоғарылауымен байланысты.

Шкала жоғары ішкі консистенцияны (α кронбах коэффициенті $> 0,80$) және халықаралық және отандық зерттеулердегі қанағаттанарлық жарамдылық көрсеткіштерін көрсетті, бұл оны білім беру ортасындағы психологиялық зерттеулердің сенімді құралына айналдырды.

Деректерді өңдеу әдістері. Эмпирикалық зерттеу барысында алынған деректер математикалық-статистикалық өңдеуден өткізілді. Алғашқы кезеңде зерттелетін көрсеткіштердің сипаттамалық талдауы жүргізіліп, арифметикалық орташа мән (M), стандартты ауытқулар (SD) және пайыздық көрсеткіштер анықталды. Деректердің таралу сипатын анықтау мақсатында нормальділікке тексеру жүргізілді, ол үшін Шапиро–Уилк критерийі қолданылды. Нормальді таралуға сәйкестігіне қарай параметрлік және параметрлік емес статистикалық әдістер таңдалды.

Педагогтердің психологиялық денсаулығы, кәсіби күйіп-жану және психологиялық төзімділік көрсеткіштері арасындағы өзара байланыстарды анықтау үшін корреляциялық талдау жүргізілді.

Корреляциялық байланыстардың күшін және бағытын бағалау мақсатында Пирсонның сызықтық корреляция коэффициенті (r) қолданылды.

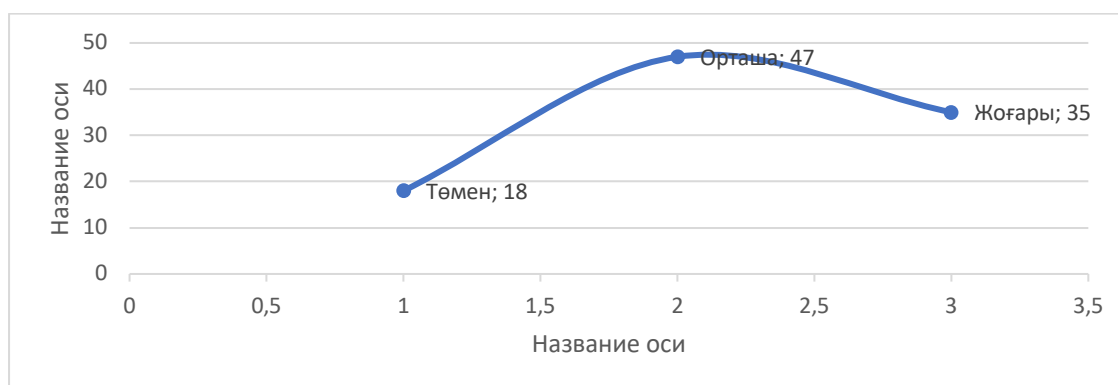
Статистикалық маңыздылық деңгейі $p \leq 0,05$ деп қабылданды.

Нәтижелер мен талқылау. Эмпирикалық зерттеу нәтижелері инклюзивті білім беру жағдайында қызмет атқаратын педагогтердің психологиялық денсаулығы, кәсіби күйіп-жану және психологиялық төзімділік деңгейлерінің өзара байланысын анықтауға мүмкіндік берді. Педагогтердің психологиялық денсаулығы, кәсіби күйіп-жану және психологиялық төзімділік көрсеткіштерінің орташа мәндері мен стандартты ауытқулары 1-кестеде көрсетілген.

Кесте 1. Педагогтердің психологиялық көрсеткіштердің орташа мәндері

Көрсеткіштер	Орташа мән (M)	Стандартты ауытқу (SD)	Деңгей
<i>GHQ-28 (жалпы балл)</i>	24,6	6,8	<i>Орташа</i>
<i>Соматикалық симптомдар</i>	6,1	2,3	<i>Орташа</i>
<i>Мазасыздық және ұйқы бұзылысы</i>	7,4	2,6	<i>Ортадан жоғары</i>
<i>Әлеуметтік дисфункция</i>	6,8	2,1	<i>Орташа</i>
<i>Депрессиялық белгілер</i>	4,3	1,9	<i>Төмен–орташа</i>
<i>Перцептивті стресс (PSS-10)</i>	21,9	5,4	<i>Ортадан жоғары</i>
<i>Эмоционалдық сарқылу (MBI)</i>	26,3	7,1	<i>Орташа</i>
<i>Деперсонализация</i>	8,2	3,4	<i>Орташа</i>
<i>Кәсіби жетістіктердің төмендеуі</i>	31,5	6,9	<i>Орташа</i>

Түсіндірме: Педагогтердің көпшілігінде стресс пен эмоционалдық сарқылудың ортадан жоғары деңгейі байқалады, бұл инклюзивті ортадағы кәсіби жүктеменің жоғары екендігін көрсетеді.



Сурет 2 – Педагогтерде қабылданған стресс деңгейінің үлестірімі

Педагогтерде қабылданған стресс деңгейлерін бөлу 2-суретте көрсетілгендей, инклюзивті білім беру жағдайында жұмыс істейтін педагогтердегі стресстің деңгейі біркелкі бөлінбейді. Респонденттердің ең үлкен үлесі қабылданған стресстің орташа деңгейімен сипатталады (47%), бұл кәсіби қызметте тұрақты, бірақ бақыланатын психоэмоционалды шиеленістің болуын көрсетеді.

Сонымен қатар, педагогтердің 35%-у стресстің жоғары деңгейі анықталды, бұл айқын психоэмоционалды жүктемені және эмоционалды сарқылу мен кәсіби күйіп қалуды қоса алғанда, стресстен туындаған жағдайлардың даму қаупінің жоғарылауын көрсетеді. Қабылданған стресстің жоғары деңгейі бар мұғалімдердің едәуір тобының болуы инклюзивті білім берудің кәсіби ортасының шиеленісін растайды. Респонденттердің ең аз үлесі (18%) қабылданған стресстің төмен деңгейін көрсетті, бұл жоғары психологиялық тұрақтылыққа, стрессті жеңудің тиімді стратегияларына және жеке және кәсіби ресурстардың болуына байланысты болуы мүмкін.

Осылайша, ұсынылған деректер мұғалімдер арасында қабылданған стресстің орта және жоғары деңгейлерінің басым екендігін көрсетеді, бұл инклюзивті білім беру жүйесінде психологиялық қолдау мен стресстік жағдайлардың алдын алудың мақсатты бағдарламаларын әзірлеу және енгізу қажеттілігін көрсетеді.

Кесте 3 – Психологиялық денсаулық, стресс және кәсіби қажу арасындағы өзара байланыс

Айнымалылар	GHQ-28	Стресс (PSS)	Эмоциялық сарқылу
GHQ-28	1	0,61**	0,58**
Стресс (PSS-10)	0,61**	1	0,64**
Эмоционалдық сарқылу	0,58**	0,64**	1
Деперсонализация	0,49**	0,52**	0,56**
Кәсіби жетістіктердің төмендеуі	-0,46**	-0,41**	-0,48**

Ескерту: $p < 0,01$ Стресс деңгейі артқан сайын психологиялық денсаулық төмендейді. Стресс кәсіби күйіп-жануының негізгі предикторы болып отыр.

Алынған нәтижелер инклюзивті білім беру жағдайында педагогтердің психологиялық денсаулығы жоғары кәсіби және эмоционалдық жүктемелерге тікелей тәуелді екендігін көрсетті. Зерттеу барысында педагогтердің басым бөлігінде перцептивті стресс пен эмоционалдық сарқылудың ортадан жоғары деңгейі анықталды, бұл инклюзивті ортада жұмыс істеудің күрделілігімен, жауапкершіліктің артуымен және эмоционалдық ресурстардың үнемі жұмсалуымен түсіндіріледі.

Корреляциялық талдау нәтижелері стресс деңгейі мен психологиялық денсаулық көрсеткіштері арасында айқын оң байланыс бар екенін дәлелдеді. Бұл стресс педагогтердің

психоэмоционалдық әл-ауқатына теріс әсер ететін маңызды фактор екенін көрсетеді. Сонымен қатар стресс пен эмоционалдық сарқылу арасындағы жоғары корреляция кәсіби күйіп-жану синдромының қалыптасуында стресс жетекші рөл атқаратынын растайды.

Жүргізілген зерттеу нәтижелері инклюзивті білім беру жағдайында педагогтердің психологиялық денсаулығы кәсіби күйіп-жану деңгейімен және психологиялық төзімділік көрсеткіштерімен тығыз байланысты екенін дәлелдейді. Алынған деректер педагогтердің психологиялық әл-ауқатын сақтау мақсатында жүйелі психологиялық қолдау бағдарламаларын әзірлеу мен енгізудің маңыздылығын көрсетеді.

Аталған нәтижелер бұрын жүргізілген зерттеулермен үйлеседі, онда инклюзивті білім беру жағдайында педагогтерде мазасыздық, эмоционалдық шаршау және психологиялық әл-ауқаттың төмендеуі жиі байқалатыны көрсетілген. Инклюзивті ортада педагог тек білім беруші ғана емес, сонымен қатар эмоционалдық қолдаушы, фасилитатор және медиатор рөлдерін қатар атқарады, бұл психологиялық ресурстардың тез таусылуына әкелуі мүмкін.

Осыған байланысты педагогтердің психологиялық денсаулығын сақтау үшін стресс деңгейін төмендетуге бағытталған профилактикалық және коррекциялық бағдарламаларды енгізу қажеттілігі айқындалады. Мұндай бағдарламалар эмоционалдық өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға, кәсіби күйіп-жанудың алдын алуға және инклюзивті ортада тиімді жұмыс істеуге мүмкіндік береді.

Қорытынды. Жүргізілген зерттеу инклюзивті білім беру жағдайында кәсіби қызмет атқаратын педагогтердің психологиялық денсаулығының ерекшеліктерін кешенді түрде қарастыруға мүмкіндік берді. Алынған нәтижелер инклюзивті білім беру ортасының педагогтер үшін психоэмоциялық жүктеменің және субъективті түрде қабылданатын стресс деңгейінің артуына ықпал ететін маңызды факторлардың бірі екенін растады. Бұл жағдай педагогтердің психологиялық әл-ауқатына және кәсіби қызметінің тиімділігіне тікелей әсер ететіні анықталды. Зерттеу барысында педагогтердің едәуір бөлігінде қабылданатын стресс деңгейінің орташа және жоғары көрсеткіштері байқалды, бұл эмоциялық сарқылу белгілерімен және өз психологиялық денсаулығын субъективті бағалаудың төмендеуімен қатар жүретіні анықталды. Стресс деңгейі, кәсіби күйіп-жану көрсеткіштері және психологиялық жайсыздық компоненттері арасындағы статистикалық тұрғыдан мәнді өзара байланыстардың анықталуы бұл құбылыстардың жүйелі сипатқа ие екенін және педагогтердің дезадаптивті психологиялық күйлерінің қалыптасуында стресстің жетекші рөл атқаратынын дәлелдейді. Зерттеудің маңызды нәтижелерінің бірі – эмоциялық сарқылу мен деперсонализация деңгейінің жоғарылауы педагогтердің психоэмоциялық жағдайының нашарлауымен және кәсіби тиімділігінің төмендеуімен тығыз байланысты екені. Бұл дерек педагогтердің психологиялық денсаулығын тек жеке тұлғалық ресурс ретінде ғана емес, сонымен қатар инклюзивті білім беру үдерісінің табысты жүзеге асырылуының негізгі шарты ретінде қарастыру қажеттігін көрсетеді. Зерттеудің практикалық маңыздылығы алынған нәтижелерді педагогтерге арналған психологиялық қолдау бағдарламаларын әзірлеу және енгізу барысында қолдану мүмкіндігімен айқындалады. Мұндай бағдарламалар кәсіби күйіп-жанудың алдын алуға, стресс деңгейін төмендетуге және педагогтердің психологиялық әл-ауқатын сақтауға бағытталуы тиіс. Атап айтқанда, психологиялық қолдау жүйесінде эмоциялық өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыруға, стреске төзімділікті дамытуға және инклюзивті ортада жұмыс істейтін педагогтердің психологиялық сауаттылығын арттыруға ерекше назар аудару орынды. Осылайша, зерттеу нәтижелері педагогтердің психологиялық денсаулығын сақтауға бағытталған жүйелі тәсілдің қажеттілігін көрсетеді. Бұл тәсіл жеке тұлғаға бағытталған психологиялық интервенцияларды ғана емес, сонымен қатар білім беру ұйымдары тарапынан ұйымдастырушылық және қолдаушы шараларды да қамтуы тиіс. Психологиялық тұрғыдан қауіпсіз және қолайлы кәсіби ортаны қалыптастыру инклюзивті білім берудің сапасын арттырудың, сондай-ақ педагогтердің тұрақты кәсіби дамуын қамтамасыз етудің негізгі шарттарының бірі ретінде қарастырылады.

Әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі. Қазақстан Республикасындағы инклюзивті саясаттың 2025–2030 жылдарға арналған тұжырымдамасы. – Алматы - 2024. – 24 б.
2. Ахметова Д. З. Инклюзивное образование как педагогическая инновация / Д. З. Ахметова, А. В. Тимирязова, И. Г. Морозова [и др.]; под науч. ред. Д. З. Ахметовой; Казанский инновационный университет. – Казань: Изд-во «Познание» - 2022. – 228 с.
3. Maslach C., Leiter M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry // *World Psychiatry*. – 2016. – Vol. 15, № 2. – P. 103–111. – DOI: 10.1002/wps.20311.
4. World Health Organization. Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice. – Geneva: World Health Organization, 2006. – 54 p.
5. Grayson J. L., Alvarez H. K. School climate factors relating to teacher burnout: A mediator model // *Teaching and Teacher Education*. – 2008. – Vol. 24. – P. 1349–1363. – DOI: 10.1016/j.tate.2007.06.005.
6. Fontana D., Abouserie R. Stress levels, gender and personality factors in teachers // *British Journal of Educational Psychology*. – 1993. – Vol. 63. – P. 261–270.
7. Kyriacou C. Teacher stress: Directions for future research // *Educational Review*. – 2001. – Vol. 53. – P. 27–35. – DOI: 10.1080/00131910120033628.
8. Дубровина И. В. Психологическое здоровье личности в контексте возрастного развития // *Развитие личности*. – 2015. – № 2. – С. 67–95.
9. Бергис Т. А., Кривуля Ю. С. Проблема профессионального стресса педагогов в условиях современной образовательной системы // *КНЖ*. – 2020. – № 1 (30). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-professionalnogo-stressa-pedagogov-v-usloviyah-sovremennoy-obrazovatelnoy-sistemy> (дата обращения: 27.11.2025).
10. Быстрая Е. Б., Бароненко Е. А., Райсвих Ю. А. Формирование интерактивной компетенции будущих педагогов как основа педагогической резильентности // *Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета*. – 2021. – № 1. – С. 46–64.
11. Brock B. L., Grady M. L. Rekindling the flame: Principals combating teacher burnout. – Thousand Oaks, CA: Corwin Press, 2000. – 184 p.
12. Beltman S., Mansfield C., Price A. Thriving not just surviving: A review of research on teacher resilience // *Educational Research Review*. – 2011. – Vol. 6. – P. 185–207. – DOI: 10.1016/j.edurev.2011.09.001.
13. Kitching K., Morgan M., O’Leary M. It’s the little things: Exploring the importance of commonplace events for early-career teachers’ motivation // *Teachers and Teaching: Theory and Practice*. – 2009. – Vol. 15. – P. 43–58. – DOI: 10.1080/13540600802661311.
14. Harpell J. V., Andrews J. J. Administrative leadership in the age of inclusion: Promoting best practices and teacher empowerment // *The Journal of Educational Thought*. – 2010. – Vol. 44. – P. 189–210. – URL: <http://www.jstor.org/stable/23767214>.
15. McCrimmon A. W. Inclusive education in Canada: Issues in teacher preparation // *Intervention in School and Clinic*. – 2015. – Vol. 50. – P. 234–237. – DOI: 10.1177/1053451214546402.

References

1. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі. Қазақстан Республикасындағы инклюзивті саясаттың 2025–2030 жылдарға арналған тұжырымдамасы. – Алматы: Білім Министрлігі, 2024. – 24 б.
2. Ахметова Д. З. Инклюзивное образование как педагогическая инновация / Д. З. Ахметова, А. В. Тимирязова, И. Г. Морозова [и др.]; под науч. ред. Д. З. Ахметовой; Казанский инновационный университет. – Казань: Изд-во «Познание» Казанского инновационного университета, 2022. – 228 с.
3. Maslach C., Leiter M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry // *World Psychiatry*. – 2016. – Vol. 15, № 2. – P. 103–111. – DOI: 10.1002/wps.20311.
4. World Health Organization. Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice. – Geneva: World Health Organization, 2006. – 54 p.
5. Grayson J. L., Alvarez H. K. School climate factors relating to teacher burnout: A mediator model // *Teaching and Teacher Education*. – 2008. – Vol. 24. – P. 1349–1363. – DOI: 10.1016/j.tate.2007.06.005.
6. Fontana D., Abouserie R. Stress levels, gender and personality factors in teachers // *British Journal of Educational Psychology*. – 1993. – Vol. 63. – P. 261–270.
7. Kyriacou C. Teacher stress: Directions for future research // *Educational Review*. – 2001. – Vol. 53. – P. 27–35. – DOI: 10.1080/00131910120033628.

8. Dubrovina I. V. Psihologicheskoe zdorove lichnosti v kontekste vozrastnogo razvitiya // Razvitie lichnosti. – 2015. – № 2. – S. 67–95.
9. Bergis T. A., Krivulya Yu. S. Problema professionalnogo stressa pedagogov v usloviyah sovremennoj obrazovatelnoj sistemy // KNZh. – 2020. – № 1 (30). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-professionalnogo-stressa-pedagogov-v-usloviyah-sovremennoy-obrazovatelnoy-sistemy> (data obrasheniya: 27.11.2025).
10. Bystraj E. B., Baronenko E. A., Rajsivih Yu. A. Formirovanie interaktivnoj kompetencii budushih pedagogov kak osnova pedagogicheskoy rezilientnosti // Vestnik Yuzhno-Uralskogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta. – 2021. – № 1. – S. 46–64.
11. Brock B. L., Grady M. L. Rekindling the flame: Principals combating teacher burnout. – Thousand Oaks, CA: Corwin Press, 2000. – 184 p.
12. Beltman S., Mansfield C., Price A. Thriving not just surviving: A review of research on teacher resilience // Educational Research Review. – 2011. – Vol. 6. – P. 185–207. – DOI: 10.1016/j.edurev.2011.09.001.
13. Kitching K., Morgan M., O’Leary M. It’s the little things: Exploring the importance of commonplace events for early-career teachers’ motivation // Teachers and Teaching: Theory and Practice. – 2009. – Vol. 15. – P. 43–58. – DOI: 10.1080/13540600802661311.
14. Harpell J. V., Andrews J. J. Administrative leadership in the age of inclusion: Promoting best practices and teacher empowerment // The Journal of Educational Thought. – 2010. – Vol. 44. – P. 189–210. – URL: <http://www.jstor.org/stable/23767214>.
15. McCrimmon A. W. Inclusive education in Canada: Issues in teacher preparation // Intervention in School and Clinic. – 2015. – Vol. 50. – P. 234–237. – DOI: 10.1177/1053451214546402.

Авторлар туралы мәлімет:

Жапарова Гульнур Сарсеновна – хат-хабар авторы, 8D01101 «Педагогика және психология» білім беру бағдарламасының 2 курс докторанты, Alikhan Bokeikhan University, Семей, Қазақстан, E-mail: gun_s@mail.ru

Баймолдина Лаура Оразбекқызы – PhD, «Жалпы және қолданбалы психология» кафедрасының аға оқытушысы, Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы, Қазақстан; e-mail: Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz

Сарбасова Гульзат Жакеевна – PhD, «Педагогика және психология» кафедрасының аға оқытушысы, Alikhan Bokeikhan University, Семей, Қазақстан; e-mail: 85gulzat@mail.ru

Гелишли Юджел – PhD, білім беру факультетінің профессоры, Гази университеті, Анкара, Түркия; e-mail: 85gulzat@mail.ru

Сведения об авторах:

Жапарова Гульнур Сарсеновна – автор для корреспонденций, аспирант 2 курса программы 8D01101 «Педагогика и психология», Alikhan Bokeikhan University, Семей, Казахстан. E-mail: gun_s@mail.ru

Баймолдина Лаура Оразбекқызы – PhD, старший преподаватель кафедры общей и прикладной психологии, Казахский национальный университет имени аль-Фараби, Алматы, Казахстан; e-mail: Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz

Сарбасова Гульзат Жакеевна – PhD, старший преподаватель кафедры педагогики и психологии, Alikhan Bokeikhan University, Семей, Казахстан; e-mail: 85gulzat@mail.ru

Гелишли Юджел – PhD, профессор факультета образования, Университет Гази, Анкара, Турция; e-mail: 85gulzat@mail.ru

Author Information:

Zhapparova Gulnur Sarsenovna – Corresponding author, 2nd-year Doctoral Student, 8D01101 «Pedagogy and Psychology» Program, Alikhan Bokeikhan University, Semey, Kazakhstan, E-mail: gun_s@mail.ru

Baimoldina Laura Orazbekkyzy – PhD, Senior Lecturer, Department of General and Applied Psychology, Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan; e-mail: Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz

Sarbasova Gulzat Zhakeevna – PhD, Senior Lecturer, Department of Pedagogy and Psychology, Alikhan Bokeikhan University, Semey, Kazakhstan; e-mail: 85gulzat@mail.ru

Gelishli Yucel – PhD, Professor, Faculty of Education, Gazi University, Ankara, Turkey; e-mail: 85gulzat@mail.ru