

Vossen, H. G. M., & Valkenburg, P. M. (2016). Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal test. *Computers in Human Behavior*, 63, 118–124. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.040>

Zaki, J. (2019). *The war for kindness: Building empathy in a fractured world*. Crown.

Сведения об авторе:

Ахметов Казбек Раимбекович – магистр психологии, докторант PhD кафедры общей и прикладной психологии факультета философии и политологии Казахского национального университета имени аль-Фараби, пр. аль-Фараби, 71, 050040, Алматы, Казахстан., E-mail: kazybek-bey@mail.ru

Автор туралы мәлімет:

Ахметов Казбек Раимбекович – психология магистрі, ал-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университетінің Философия және политология факультетінің жалпы және қолданбалы психология кафедрасы, PhD докторанты, ал-Фараби даңғылы, 71, 050040, Алматы, Қазақстан. E-mail: kazybek-bey@mail.ru

Information about the author:

Akhmetov Kazybek Raimbekovich – Master of Psychology, PhD student at the Department of General and Applied Psychology, Faculty of Philosophy and Political Science, Al-Farabi Kazakh National University, 71 al-Farabi Ave., 050040, Almaty, Kazakhstan. E-mail: kazybek-bey@mail.ru

FTAXP: 15.81.21

<https://doi.org/10.51889/2959-5967.2026.88.3.004>

Умирзакова Г.К.*¹, Нуетбаева Г.Б.¹, Болтаева А.М.², Тленчиева Н.С.³

¹Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті (Алматы, Қазақстан)

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

³Л.Н. Гумилёв атындағы Еуразиялық ұлттық университеті (Астана, Қазақстан)

*e-mail: gulzar88.kz@mail.ru

Кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық-әдіснамалық негіздері

Аңдатпа

Мақалада кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық-әдіснамалық негіздері қарастырылады. Қазіргі білім беру жүйесіндегі әлеуметтік-экономикалық өзгерістер, педагогтердің кәсіби қызметіне қойылатын талаптардың артуы, эмоционалдық жүктеменің күшеюі мен кәсіби жауапкершіліктің жоғары деңгейі олардың психологиялық саулығына ерекше әсер етеді. Осыған байланысты кәсіби қажу синдромының қалыптасу ерекшеліктерін, оның тұлғалық-психологиялық алғышарттарын және зерттеудің әдіснамалық негіздерін жүйелі талдау ғылыми және практикалық тұрғыдан өзекті болып табылады. Зерттеудің мақсаты – кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық-әдіснамалық негіздерін жүйелеу, кәсіби қажуды түсіндіретін негізгі ғылыми тұжырымдамалар мен психологиялық тәсілдерді талдау, сондай-ақ осы бағыттағы зерттеулердің әдіснамалық мүмкіндіктерін айқындау. Мақалада кәсіби қажу феноменінің ғылыми түсіндірмелері, оның құрылымдық компоненттері, даму кезеңдері мен психологиялық детерминанттары қарастырылып, отандық және шетелдік ғалымдардың еңбектеріне салыстырмалы талдау жасалған. Сонымен қатар тұлғалық-бағдарлы, жүйелік, іс-әрекеттік және субъектілік әдіснамалық тұғырлардың ғылыми әлеуеті сараланып, кәсіби қажуды зерттеуде қолданылатын психодиагностикалық әдістемелердің мазмұны мен мүмкіндіктері сипатталған. Зерттеу нәтижесінде кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін кешенді зерттеуге мүмкіндік беретін теориялық-әдіснамалық модельдің негізгі бағыттары айқындалды.

Мақаланың ғылыми маңыздылығы кәсіби қажу мәселесін қазіргі психология ғылымының әдіснамалық ұстанымдары негізінде кешенді қарастыруымен сипатталады. Алынған нәтижелер педагогтердің кәсіби денсаулығын сақтау, психологиялық қолдау көрсету бағдарламаларын әзірлеуде, сондай-ақ кәсіби қажудың алдын алу мен түзетуге бағытталған эмпирикалық зерттеулерді ұйымдастыруда теориялық негіз ретінде пайдаланылуы мүмкін.

Түйін сөздер: кәсіби қажу, педагог, тұлғалық факторлар, психологиялық денсаулық, эмоционалды сарқылу.

Умирзакова Г.К.*¹, Ниембаева Г.Б.¹, Болтаева А.М.², Тленчиева Н.С.³

¹ *Казахский национальный педагогический университет имени Абая (Алматы, Казахстан)*

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

³ *Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева (Астана, Казахстан)*

*e-mail: gulzar88.kz@mail.ru

Теоретико-методологические основы исследования психологических особенностей педагогов с признаками профессионального выгорания

Аннотация

В статье рассматриваются теоретико-методологические основы исследования психологических особенностей педагогов с признаками профессионального выгорания. Современные социально-экономические изменения в системе образования, повышение требований к профессиональной деятельности педагогов, усиление эмоциональной нагрузки и высокий уровень профессиональной ответственности оказывают существенное влияние на их психологическое благополучие. В связи с этим системный анализ особенностей формирования синдрома профессионального выгорания, его личностно-психологических предпосылок и методологических основ исследования представляет собой актуальную научную и практическую задачу. Цель исследования заключается в систематизации теоретико-методологических основ изучения психологических особенностей педагогов с признаками профессионального выгорания, анализе основных научных концепций и психологических подходов к объяснению феномена профессионального выгорания, а также определении методологических возможностей исследований в данном направлении. В статье рассмотрены научные подходы к интерпретации феномена профессионального выгорания, его структурные компоненты, стадии развития и психологические детерминанты. Проведен сравнительный анализ трудов отечественных и зарубежных исследователей. Кроме того, раскрыт научный потенциал личностно-ориентированного, системного, деятельностного и субъектного методологических подходов, а также охарактеризованы содержание и возможности психодиагностических методик, применяемых при исследовании профессионального выгорания. В результате исследования определены основные направления авторской теоретико-методологической модели, позволяющей комплексно изучать психологические особенности педагогов с признаками профессионального выгорания. Научная значимость статьи заключается в комплексном рассмотрении проблемы профессионального выгорания с позиций современных методологических подходов психологической науки. Полученные результаты могут быть использованы в качестве теоретической основы при разработке программ психологического сопровождения педагогов, сохранения их профессионального здоровья, а также при организации эмпирических исследований, направленных на профилактику и коррекцию профессионального выгорания.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, педагог, личностные факторы, психологическое здоровье, эмоциональное истощение.

G.K. Umirzakova^{*1}, G.B. Nietbayeva¹, A.M. Boltaeva², N.S. Tlenchiyeva³

¹ Abai Kazakh National Pedagogical University (Almaty, Kazakhstan),

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

³ L.N. Gumilyov Eurasian National University (Astana, Kazakhstan)

*e-mail: gulzar88.kz@mail.ru

Theoretical and methodological foundations for the study of the psychological characteristics of teachers with signs of professional burnout

Abstract

This article examines the theoretical and methodological foundations for studying the psychological characteristics of teachers with signs of professional burnout. Contemporary socio-economic transformations in the education system, increasing professional demands on teachers, intensified emotional workload, and a high level of professional responsibility significantly affect their psychological well-being. In this context, a systematic analysis of the mechanisms underlying professional burnout, its personality-related psychological determinants, and the methodological foundations of its investigation is of considerable scientific and practical relevance. The purpose of the study is to systematize the theoretical and methodological foundations for investigating the psychological characteristics of teachers with signs of professional burnout, to analyze the major scientific concepts and psychological approaches explaining the phenomenon of professional burnout, and to determine the methodological potential of contemporary research in this field. The article reviews the scientific interpretations of the professional burnout phenomenon, its structural components, developmental stages, and psychological determinants. A comparative analysis of the works of both domestic and international scholars is presented. Furthermore, the scientific potential of the personality-oriented, systems, activity-based, and subject-oriented methodological approaches is examined. The study also describes the content and applicability of psychodiagnostic instruments used to assess professional burnout. The findings identify the principal directions of an author-developed theoretical and methodological model that enables a comprehensive investigation of the psychological characteristics of teachers with signs of professional burnout. The scientific significance of the study lies in its integrated consideration of professional burnout from the standpoint of contemporary methodological approaches in psychological science. The proposed theoretical provisions and methodological framework may serve as a foundation for developing programs aimed at preserving teachers' professional health, providing psychological support, and designing empirical studies focused on the prevention and correction of professional burnout.

Keywords: professional burnout, teacher, personality factors, psychological health, emotional exhaustion.

Кіріспе. Қазақстан Республикасында білім беру жүйесін жаңғырту жағдайында педагогтің кәсіби әлеуетін дамыту, оның психологиялық саулығын сақтау және кәсіби қызметінің сапасын арттыру мемлекеттік саясаттың басым бағыттарының бірі болып табылады. Бұл бағыт Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңында (Қазақстан Республикасының Заңы, 2007) және «Педагог мәртебесі туралы» Заңында (Қазақстан Республикасының Заңы, 2019) айқындалған. Аталған нормативтік құжаттарда педагогтің кәсіби қызметіне қолайлы жағдай жасау, оның кәсіби дамуын қолдау, еңбек жағдайын жақсарту және психологиялық әл-ауқатын қамтамасыз ету білім беру сапасын арттырудың маңызды алғышарты ретінде қарастырылады.

Қазіргі қоғамдағы әлеуметтік-экономикалық өзгерістер, білім беру мазмұнының жаңаруы, цифрлық технологиялардың қарқынды енгізілуі, инклюзивті білім беру талаптарының кеңеюі және педагогке қойылатын кәсіби талаптардың артуы мұғалімнің психоэмоционалдық жүктемесін едәуір күшейтті. Соның салдарынан кәсіби қажу синдромы педагогтердің кәсіби

тиімділігіне, эмоционалдық тұрақтылығына, тұлғалық дамуына және психологиялық денсаулығына теріс әсер ететін өзекті психологиялық мәселелердің біріне айналып отыр.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы кәсіби қажуды жұмыс орнындағы созылмалы күйзелістің нәтижесінде қалыптасатын синдром ретінде сипаттайды (World Health Organization [WHO], 2019). Бұл құбылыс эмоционалдық сарқылу, кәсіби міндеттерге немқұрайлы қарау және кәсіби тиімділіктің төмендеуі сияқты белгілермен сипатталады. Сондықтан кәсіби қажудың психологиялық табиғатын, оның қалыптасу факторлары мен тұлғалық ерекшеліктермен байланысын анықтау қазіргі психология ғылымының маңызды ғылыми бағыттарының бірі болып саналады.

Ғылыми әдебиеттерді талдау кәсіби қажу мәселесінің психология ғылымында жан-жақты зерттелгенін көрсетеді. Атап айтқанда, кәсіби қажу феноменінің теориялық негіздерін Х.Фрейденбергер (Freudenberger, 1974), К. Маслач (Maslach, 1993), М. Лейтер (Leiter & Maslach, 2004), В.В. Бойко (Бойко, 1999) және басқа ғалымдар қарастырған. Олардың еңбектерінде кәсіби қажудың құрылымы, даму кезеңдері, тұлғалық және ұйымдастырушылық факторлары, психологиялық салдары мен алдын алу жолдары ғылыми тұрғыдан негізделген. Дегенмен педагогтердің кәсіби қажу белгілерін олардың психологиялық ерекшеліктерімен өзара байланыста қарастыру, әсіресе қазіргі қазақстандық білім беру кеңістігінің ерекшеліктерін ескере отырып, әлі де терең ғылыми зерделеуді қажет етеді.

Осыған байланысты кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық-әдіснамалық негіздерін жүйелеу, ғылыми тұғырларын айқындау және зерттеудің әдіснамалық аппаратын нақтылау ерекше өзектілікке ие. Теориялық-әдіснамалық негіздерді кешенді талдау зерттеу логикасын айқындауға, кәсіби қажудың психологиялық механизмдерін тереңірек түсіндіруге және кейінгі эмпирикалық зерттеулердің ғылыми негізділігін қамтамасыз етуге мүмкіндік береді.

Осы мақалада кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық тұғырлары, негізгі әдіснамалық ұстанымдары мен психодиагностикалық тәсілдері ғылыми әдебиеттер негізінде талданып, аталған мәселені зерттеудің тұжырымдамалық негіздері айқындалады.

Негізгі бөлім. Кәсіби қажу феномені қазіргі психология ғылымындағы еңбек психологиясы, тұлға психологиясы және кәсіби қызмет психологиясының тоғысындағы маңызды ғылыми мәселелердің бірі болып табылады. Әлемдік ғылыми әдебиеттерде бұл ұғым кәсіби қызмет барысында ұзақ уақытқа созылған эмоционалдық және психологиялық жүктеменің әсерінен адамның ішкі психологиялық ресурстарының сарқылуын білдіретін көпөлшемді психологиялық құбылыс ретінде қарастырылады. Әсіресе педагогикалық қызмет эмоционалдық еңбекті, үздіксіз тұлғааралық қарым-қатынасты және жоғары әлеуметтік жауапкершілікті талап ететін кәсіптердің қатарына жататындықтан, кәсіби қажу мәселесі педагогика және психология ғылымдарында ерекше өзектілікке ие.

Кәсіби қажу феноменін ғылыми тұрғыдан алғаш сипаттаған американдық психиатр Х.Фрейденбергер болды (Freudenberger, 1974). Ол кәсіби қажуды адамдармен тығыз жұмыс істейтін мамандардың шамадан тыс эмоционалдық жүктемеге байланысты физикалық, эмоциялық және психикалық әлсіреу жағдайы ретінде анықтады. Ғалымның пікірінше, кәсіби қажудың негізгі себебі – созылмалы кәсіби стресс пен тұлғаның ішкі ресурстары арасындағы тепе-теңдіктің бұзылуы. Бұл көзқарас кәсіби қажуды медициналық немесе физиологиялық мәселе ретінде ғана емес, тұлғаның кәсіби бейімделуімен байланысты психологиялық құбылыс ретінде қарастыруға негіз болды.

Кәсіби қажу теориясының әрі қарай дамуына елеулі үлес қосқан ғалымдардың бірі – К.Маслач. Оның пікірінше, кәсіби қажу адамдармен тұрақты қарым-қатынасты талап ететін кәсіп иелерінде қалыптасатын эмоционалдық жауап ретінде пайда болады (Maslach, 1993). Кейін К. Маслач пен С. Джексон кәсіби қажудың үш компоненттен тұратын классикалық моделін ұсынды: эмоционалдық сарқылу, деперсонализация және жеке кәсіби жетістіктердің төмендеуі

(Maslach & Jackson, 1981). Қазіргі уақытта дәл осы модель халықаралық ғылыми қауымдастықта кәсіби қажуды түсіндірудің ең кең таралған теориялық негізі болып саналады және Maslach Burnout Inventory (MBI) әдістемесінің ғылыми базасын құрайды.

Кәсіби қажу теориясын одан әрі дамытқан М. Лейтер бұл құбылыстың тек тұлғаның жеке қасиеттерімен ғана емес, еңбек ортасының ерекшеліктерімен де тығыз байланысты екенін дәлелдеді. Оның пікірінше, кәсіби қажу қызметкердің мүмкіндіктері мен жұмыс талаптарының сәйкес келмеуі, ұйымдағы әлеуметтік қолдаудың жеткіліксіздігі, әділеттілік қағидаларының бұзылуы және қызметкердің кәсіби құндылықтарының ұйым құндылықтарымен үйлеспеуі нәтижесінде қалыптасады (Leiter & Maslach, 2004). Осылайша, кәсіби қажу тұлғалық және ұйымдастырушылық факторлардың өзара ықпалдасуының нәтижесі ретінде қарастырылады.

Посткеңестік психологияда кәсіби қажу мәселесін жүйелі зерттеген ғалымдардың бірі – В.В. Бойко. Ол кәсіби қажуды эмоциялық қорғаныс механизмі ретінде түсіндіріп, оның дамуын үш кезеңге бөлді: шиеленіс (кернеу), резистенция (қарсылық) және сарқылу (Бойко, 1999). Бұл модель кәсіби қажудың қалыптасу динамикасын түсіндіруге мүмкіндік береді және ТМД елдеріндегі психологиялық зерттеулерде кеңінен қолданылады. Кейінгі зерттеулер Маслач пен Бойко ұсынған модельдердің әртүрлі теориялық негіздерге сүйенгенімен, кәсіби қажудың ортақ психологиялық табиғатын сипаттайтынын және бірін-бірі толықтыратынын көрсетеді (Maslach & Leiter, 2016).

Соңғы онжылдықтағы зерттеулер кәсіби қажуды тек эмоционалдық сарқылумен шектемей, оны тұлғаның кәсіби мотивациясына, психологиялық әл-ауқатына, кәсіби тиімділігіне, әлеуметтік қатынастарына және кәсіби өзіндік санасына ықпал ететін көпфакторлы психологиялық феномен ретінде қарастырады (Schaufeli et al., 2020). Әсіресе педагогтердің кәсіби қажуы олардың оқыту сапасына, білім алушылармен өзара әрекеттесуіне, кәсіби қанағаттануына және жалпы білім беру ұйымының тиімділігіне тікелей әсер ететіні ғылыми тұрғыдан дәлелденген (Maslach & Leiter, 2016).

Кесте 1 – Кәсіби қажу феноменінің негізгі теорияларының салыстырмалы сипаттамасы

Авторлар	Теорияның негізгі мазмұны	Ерекшелігі	Зерттеу үшін маңызы
Х. Фрейденбергер	Кәсіби қажу – созылмалы кәсіби стресстің салдары	Ұғымды алғаш ғылыми айналымға енгізді	Феноменнің қалыптасуын түсіндіреді
К. Маслач, С. Джексон	Эмоционалдық сарқылу, деперсонализация, кәсіби жетістіктің төмендеуі	Үш компонентті классикалық модель	Халықаралық зерттеулердің негізгі теориясы
М. Лейтер	Кәсіби орта мен тұлға сәйкессіздігі	Ұйымдық факторларды енгізді	Жүйелік талдау жасауға мүмкіндік береді
В.В. Бойко	Шиеленіс, резистенция, сарқылу кезеңдері	Кәсіби қажудың динамикасын көрсетеді	Диагностика мен профилактикаға негіз болады

Кесте 1-де ұсынылған теорияларды салыстырмалы талдау кәсіби қажу феноменінің әртүрлі ғылыми тұрғылардан түсіндірілетінін көрсетеді. Х. Фрейденбергер кәсіби қажудың ғылыми негіздерін алғаш сипаттап, оның кәсіби стресс нәтижесінде қалыптасатын психологиялық құбылыс екенін негіздеді (Freudenberger, 1974). К. Маслач пен С. Джексон кәсіби қажудың құрылымдық моделін ұсынып, оның негізгі компоненттерін айқындады (Maslach & Jackson, 1981). Ал М. Лейтер кәсіби қажудың қалыптасуында ұйымдастырушылық ортаның рөліне ерекше назар аударып, еңбек жағдайлары мен тұлғалық ерекшеліктердің өзара байланысын көрсетті (Leiter & Maslach, 2004). В.В. Бойко кәсіби қажудың кезеңдік даму механизмін сипаттап, оның динамикасын түсіндіретін теориялық үлгіні ұсынды (Бойко, 1999). Осы

теориялардың жиынтығы кәсіби қажуды кешенді психологиялық феномен ретінде қарастыруға мүмкіндік береді.

Жүргізілген теориялық талдау кәсіби қажудың бір ғана фактормен түсіндірілмейтін көпөлшемді психологиялық құбылыс екенін көрсетті. Оның қалыптасуына тұлғаның психологиялық ерекшеліктері, кәсіби қызметтің мазмұны және әлеуметтік-ұйымдастырушылық орта факторлары кешенді түрде ықпал етеді. Сондықтан кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеуде классикалық теорияларды оқшау қарастыру жеткіліксіз. Оларды тұлғалық-бағдарлы, жүйелік, іс-әрекеттік және субъектілік әдіснамалық тұғырлармен ықпалдастыра талдау ғана педагог тұлғасының кәсіби қажу жағдайындағы психологиялық ерекшеліктерін жан-жақты түсіндіруге мүмкіндік береді. Бұл қағида зерттеудің теориялық-әдіснамалық негізін құрайды.

Кәсіби қажу феноменінің теориялық негіздерін тереңірек түсіну оның құрылымдық компоненттері мен қалыптасу кезеңдерін талдауды талап етеді. Осыған байланысты ғылыми әдебиеттерде кәсіби қажудың табиғатын әртүрлі теориялық ұстанымдар тұрғысынан түсіндіретін бірнеше модель қалыптасқан. Солардың ішінде К. Маслач пен С. Джексонның құрылымдық моделі және В.В. Бойконың кезеңдік моделі кәсіби қажуды зерттеуде кеңінен қолданылатын әрі бірін-бірі толықтыратын ғылыми тұжырымдамалар болып саналады. К.Маслач пен С. Джексон кәсіби қажуды үш өзара байланысты компоненттен тұратын психологиялық синдром ретінде қарастырады (Maslach & Jackson, 1981). Бірінші компонент – эмоционалдық сарқылу. Бұл тұлғаның психологиялық және эмоциялық ресурстарының азаюымен, кәсіби міндеттерді орындауға деген күш-қуаттың төмендеуімен сипатталады. Педагогикалық қызметте эмоционалдық сарқылу күнделікті қарқынды қарым-қатынас, жоғары жауапкершілік, білім алушылардың жеке ерекшеліктері және тұрақты психоэмоционалдық жүктеме нәтижесінде қалыптасады.

Екінші компонент – деперсонализация. Бұл педагогтің білім алушыларға, әріптестеріне немесе кәсіби қызметіне эмоциялық салқындықпен қарауы, формальды қарым-қатынастың басым болуы және эмпатия деңгейінің төмендеуі арқылы көрінеді. Деперсонализация кәсіби қызметтің гуманистік сипатын әлсіретіп, педагог пен білім алушы арасындағы сенімді өзара әрекеттестіктің бұзылуына алып келеді.

Үшінші компонент – жеке кәсіби жетістіктердің төмендеуі. Бұл жағдайда педагог өзінің кәсіби құзыреттілігіне күмәнданады, еңбек нәтижесіне қанағаттанбайды және кәсіби тиімділігінің төмендегенін сезінеді. Мұндай психологиялық күй кәсіби мотивацияның әлсіреуіне және педагогтің кәсіби өзін-өзі бағалауының төмендеуіне ықпал етеді.

К. Маслачтың пікірінше, аталған үш компонент өзара тығыз байланыста болып, кәсіби қажудың тұтас құрылымын құрайды (Maslach, 1993). Әдетте эмоционалдық сарқылу алғашқы белгі ретінде байқалып, кейіннен деперсонализацияға, ал соңында кәсіби жетістіктердің төмендеуіне ұласады (Maslach & Leiter, 2016).

В.В. Бойко кәсіби қажуды динамикалық психологиялық үдеріс ретінде қарастырып, оның дамуын үш кезеңге бөледі: шиеленіс (кернеу), резистенция (қарсылық) және сарқылу (Бойко, 1999). Шиеленіс кезеңінде тұлға кәсіби қызметке байланысты тұрақты психологиялық қысымды сезінеді, бұл мазасыздықтың жоғарылауымен, эмоциялық тұрақсыздықпен және жұмысқа қанағаттанбаумен сипатталады. Резистенция кезеңінде педагог эмоциялық ресурстарын сақтау мақсатында қорғаныс механизмдерін іске қосып, эмоцияларын шектеуге және кәсіби міндеттерді формальды орындауға бейім болады. Ал сарқылу кезеңінде эмоциялық және психофизиологиялық ресурстардың тапшылығы байқалып, кәсіби қызығушылықтың төмендеуі, созылмалы шаршау және психосоматикалық бұзылыстар көрініс береді.

Соңғы жылдары жүргізілген халықаралық зерттеулер кәсіби қажуды түсіндіруде интегративтік көзқарастың қалыптасқанын көрсетеді. Қазіргі зерттеушілер кәсіби қажуды тек эмоциялық құбылыс ретінде емес, тұлғалық, когнитивтік, мінез-құлықтық және әлеуметтік факторлардың өзара ықпалдасуының нәтижесі ретінде қарастырады (Maslach & Leiter, 2016;

Schaufeli et al., 2020). Мұндай көзқарас кәсіби қажуды диагностикалауда және бағалауда көпдеңгейлі психологиялық тәсілдерді қолданудың ғылыми қажеттілігін негіздейді.

Кесте 2 – Кәсіби қажудың негізгі теориялық модельдерінің салыстырмалы сипаттамасы

Салыстыру көрсеткіштері	К. Маслач моделі	В.В. Бойко моделі
Теориялық бағыты	Құрылымдық модель	Процестік (кезеңдік) модель
Негізгі идеясы	Кәсіби қажудың құрылымын анықтайды	Кәсіби қажудың қалыптасу динамикасын түсіндіреді
Құрылымы	Эмоционалдық сарқылу, деперсонализация, кәсіби жетістіктің төмендеуі	Шиеленіс, резистенция, сарқылу
Негізгі мақсаты	Қажу деңгейін бағалау	Қажудың қалыптасу кезеңдерін анықтау
Практикалық қолданылуы	Maslach Burnout Inventory (MBI)	В.В. Бойконың диагностикалық әдістемесі
Артықшылығы	Халықаралық стандарт ретінде мойындалған	Қажудың даму динамикасын терең көрсетеді
Шектеуі	Қалыптасу кезеңдерін нақты көрсетпейді	Халықаралық зерттеулерде сиректеу қолданылады

Кесте 2-де ұсынылған мәліметтерден көрініп тұрғандай, К. Маслач пен В.В. Бойко ұсынған екі модель бірін-бірі толықтырады. Маслач моделі кәсіби қажудың құрылымдық компоненттерін сипаттауға басымдық берсе, Бойко моделі оның қалыптасу динамикасы мен даму кезеңдерін түсіндіруге бағытталған. Сондықтан педагогтердің кәсіби қажуын кешенді зерттеуде осы екі теорияны интеграциялау ғылыми тұрғыдан негізді болып табылады.

Қазіргі педагогикалық психологияда кәсіби қажудың құрылымдық компоненттері тұлғаның психологиялық ресурстарымен тығыз байланыста қарастырылады. Зерттеулер эмоционалдық интеллекті жоғары, стресске төзімділігі қалыптасқан, кәсіби мотивациясы тұрақты және өзін-өзі реттеу дағдылары дамыған педагогтердің кәсіби қажуға анағұрлым төзімді болатынын көрсетеді (Паатова және т.б., 2025; Волоскова, 2025). Керісінше, эмоционалдық тұрақсыздық, созылмалы стресс, кәсіби қолдаудың жеткіліксіздігі және еңбек нәтижесіне қанағаттанудың төмендігі кәсіби қажудың қалыптасу қаупін арттырады.

Жүргізілген теориялық талдау кәсіби қажудың құрылымдық компоненттері мен даму кезеңдерінің өзара тығыз байланысты жүйе екенін көрсетті. Маслач пен Бойко ұсынған теориялық үлгілерді өзара ықпалдастыра қарастыру кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін жан-жақты бағалауға мүмкіндік береді. Осыған байланысты зерттеудің келесі кезеңінде кәсіби қажудың сыртқы көріністерімен қатар, оның қалыптасуына ықпал ететін психологиялық детерминанттарды талдау ғылыми тұрғыдан маңызды болып табылады. Кәсіби қажудың қалыптасуы тек еңбек жағдайларымен немесе кәсіби жүктеменің артуымен ғана түсіндірілмейді. Қазіргі психологиялық зерттеулер бұл құбылыстың тұлғаның ішкі психологиялық ресурстары мен кәсіби ортасының өзара ықпалы нәтижесінде қалыптасатынын дәлелдейді. Сондықтан кәсіби қажудың психологиялық детерминанттарын анықтау оның қалыптасу механизмдерін тереңірек түсіндіруге және педагогтердің кәсіби психологиялық әл-ауқатын сақтаудың ғылыми негіздерін айқындауға мүмкіндік береді.

Психологиялық детерминанттар. Психологиялық детерминанттар деп кәсіби қызмет жағдайында тұлғаның эмоциялық тұрақтылығына, кәсіби бейімделуіне және психологиялық саулығына ықпал ететін ішкі психологиялық факторлар түсініледі. Ғылыми әдебиеттерді талдау педагогтердің кәсіби қажуының қалыптасуына әсер ететін негізгі психологиялық детерминанттарға эмоционалдық интеллект, стресске төзімділік, кәсіби мотивация, өзін-өзі реттеу, рефлексия және тұлғаның психологиялық ресурстары жататынын көрсетеді.

Эмоционалдық интеллект кәсіби қажудың алдын алудағы маңызды психологиялық ресурс ретінде қарастырылады. П. Саловей мен Дж. Майер эмоционалдық интеллектіні адамның өз эмоцияларын және басқа адамдардың эмоцияларын тану, түсіну және оларды тиімді басқару қабілеті ретінде анықтайды (Salovey & Mayer, 1990). Д. Гоулман эмоционалдық интеллект кәсіби жетістіктің, тұлғааралық өзара әрекеттестіктің және кәсіби тиімділіктің маңызды алғышарттарының бірі екенін атап көрсетеді (Goleman, 1995).

Бұл ғылыми тұжырымдарды қазақстандық зерттеушілердің еңбектері де толықтыра түседі. Атап айтқанда, А.Р. Альгожина жоғары мектеп педагогтарының эмоционалдық интеллекті мен кәсіби маңызды қасиеттерінің өзара байланысын зерттей отырып, эмоционалдық интеллект деңгейі жоғары педагогтердің кәсіби бейімделуі, педагогикалық қарым-қатынасы және кәсіби тиімділігі жоғары болатынын негіздейді. Автор эмоционалдық интеллект педагогтің эмоциялық тұрақтылығын қамтамасыз ететін, кәсіби күйзеліс пен кәсіби қажудың алдын алуға ықпал ететін маңызды тұлғалық ресурс екенін көрсетеді (Альгожина, 2022).

Педагогикалық қызмет жағдайында эмоционалдық интеллект білім алушылармен, ата-аналармен және әріптестермен тиімді қарым-қатынас орнатуға, эмоциялық шиеленісті басқаруға және кәсіби қиындықтарды конструктивті шешуге мүмкіндік береді. Осыған байланысты эмоционалдық интеллект деңгейі жоғары педагогтер кәсіби күйзелісті жеңіл өткеріп, кәсіби қажуға анағұрлым төзімді келеді. Керісінше, эмоцияларды реттеу қабілетінің жеткіліксіздігі эмоционалдық сарқылудың күшеюіне және кәсіби қажудың даму қаупінің артуына ықпал етеді.

Стресске төзімділік кәсіби қажудың қалыптасуына ықпал ететін негізгі тұлғалық факторлардың бірі болып табылады. Р. Лазарус пен С. Фолкманның транзакциялық стресс теориясына сәйкес, адамның күйзеліске реакциясы оның жағдайды субъективті бағалауына және қолданатын coping-стратегияларына тәуелді болады (Lazarus & Folkman, 1984).

Педагогтердің кәсіби қызметінде сабақ беру, білім алушылардың оқу жетістіктеріне жауапкершілік, ата-аналармен өзара әрекеттесу, әкімшілік талаптар және құжаттамалық жүктеменің көп болуы тұрақты психологиялық қысым тудырады. Мұндай жағдайда стресске төзімділігі жоғары педагогтер кәсіби қиындықтарды конструктивті қабылдап, эмоциялық тұрақтылығын сақтайды. Ал стресске төзімділіктің төмен деңгейі кәсіби қажудың қалыптасу қаупін едәуір арттырады.

Кәсіби мотивация педагогтің кәсіби қызметке қатынасын, еңбекке қанағаттануын және кәсіби өзін-өзі дамытуға ұмтылысын сипаттайтын маңызды тұлғалық факторлардың бірі болып табылады. Өзін-өзі анықтау теориясының авторлары Э. Деси мен Р. Райан ішкі мотивациясы жоғары мамандардың кәсіби қиындықтарды тиімді еңсеріп, кәсіби қызметте жоғары нәтижелерге қол жеткізетінін дәлелдеген (Deci & Ryan, 2000).

Бұл тұжырымды қазақстандық зерттеушілердің еңбектері де толықтыра түседі. Атап айтқанда, Э.К. Қалымбетова, С.М. Баратова және Д.Д. Дүйсенбеков кәсіби мотивацияны тұлғаның кәсіби іс-әрекетінің бағыттылығын, оның әлеуеттік мүмкіндіктерін және таңдаған мамандығына деген қажеттілігі мен қызығушылығын айқындайтын маңызды психологиялық фактор ретінде қарастырады. Авторлардың пікірінше, кәсіби мотивация маманның кәсіби бейімделуіне, еңбекке қанағаттануына және кәсіби қызметінің нәтижелілігіне тікелей ықпал етеді (Қалымбетова және т.б., 2015).

Педагогтің кәсіби қызметінің тұлғалық мәнінің әлсіреуі, кәсіби жетістіктердің жеткілікті бағаланбауы және еңбек нәтижесіне қанағаттанудың төмендеуі кәсіби мотивацияның әлсіреуіне алып келеді. Бұл өз кезегінде эмоциялық сарқылуды күшейтіп, кәсіби қажудың қалыптасу қаупін арттырады.

Өзін-өзі реттеу тұлғаның мінез-құлқын, эмоцияларын және кәсіби іс-әрекетін саналы түрде ұйымдастыру қабілеті ретінде қарастырылады. К. Карвер мен М.Шайердің өзін-өзі реттеу теориясына сәйкес, бұл қасиет тұлғаның мақсат қоюына, өз әрекетін бақылауына және кәсіби қиындықтарға тиімді бейімделуіне мүмкіндік береді (Carver & Scheier, 1998).

Өзін-өзі реттеудің кәсіби қызметтегі маңыздылығы отандық зерттеулерде де жан-жақты қарастырылған. Н.А. Кудушева тұлғалық өзіндік тиімділіктің дамуындағы өзін-өзі реттеудің рөлін негіздей отырып, оны тұлғаның кәсіби және тұлғалық мақсаттарына саналы түрде қол жеткізуін қамтамасыз ететін жетекші психологиялық механизмдердің бірі ретінде сипаттайды. Автордың пікірінше, өзін-өзі реттеу деңгейінің жоғары болуы тұлғаның ішкі психологиялық ресурстарын тиімді пайдалануына, кәсіби қиындықтарды сындарлы еңсеруіне және кәсіби қызмет барысында эмоциялық тұрақтылығын сақтауға мүмкіндік береді (Кудушева, 2023).

Осыған байланысты өзін-өзі реттеу педагогтердің кәсіби қажуының алдын алуда, эмоциялық тұрақтылығын сақтауда және кәсіби қызметтің тиімділігін қамтамасыз етуде маңызды тұлғалық ресурс ретінде қарастырылады.

Рефлексия педагогтің кәсіби тәжірибесін талдауына, өзінің іс-әрекетін бағалауына және кәсіби дамуын саналы түрде жоспарлауына мүмкіндік беретін маңызды психологиялық механизмдердің бірі болып табылады. Д. Шён мен А.В. Карповтың еңбектерінде рефлексия тұлғаның кәсіби тәжірибесін ұғынуы, өз әрекеттерін талдауы және кәсіби шешімдерді саналы қабылдауының негізі ретінде қарастырылады (Schön, 1983; Карпов, 2003). Рефлексивтік қабілеті жоғары педагогтер кәсіби қиындықтарды уақытында байқап, оларды шешудің тиімді жолдарын таңдай алады. Осыған байланысты рефлексия кәсіби қажудың алдын алудың маңызды психологиялық механизмі ретінде қарастырылады.

Тұлғаның психологиялық ресурстары. Соңғы жылдары позитивті психология бағытындағы зерттеулер кәсіби қажуды тұлғаның психологиялық ресурстарымен өзара байланыста қарастыруға басымдық береді. Психологиялық ресурстарға оптимизм, өмірлік мағынаның болуы, психологиялық тұрақтылық (resilience), өзіндік тиімділік (self-efficacy) және әлеуметтік қолдау жатады. С. Хобфоллдың ресурстарды сақтау теориясына сәйкес, тұлғаның психологиялық ресурстары кәсіби күйзелістің жағымсыз әсерін төмендетуге мүмкіндік береді (Hobfoll, 1989). Ал А. Бандура өзіндік тиімділік деңгейі жоғары адамдар кәсіби қиындықтарды анағұрлым нәтижелі еңсеретінін дәлелдеген (Bandura, 1997). Сонымен қатар, М. Селигманның позитивті психология тұжырымдамасы тұлғаның жағымды психологиялық қасиеттері кәсіби әл-ауқатты сақтауда маңызды рөл атқаратынын көрсетеді (Seligman, 2011). Осылайша, психологиялық ресурстардың жоғары деңгейі педагогтің кәсіби бейімделуін жеңілдетіп, эмоциялық сарқылудың алдын алатын маңызды қорғаныс факторы болып табылады.

Кесте 3 – Педагогтердің кәсіби қажуына ықпал ететін негізгі психологиялық детерминанттар

Психологиялық детерминант	Негізгі мазмұны	Кәсіби қажуға ықпалы
Эмоционалдық интеллект	Эмоцияларды тану және басқару	Эмоциялық сарқылуды төмендетеді
Стресске төзімділік	Күйзелісті тиімді еңсеру қабілеті	Кәсіби бейімделуді арттырады
Кәсіби мотивация	Кәсіби қызметке ішкі қызығушылық	Кәсіби қажу қаупін төмендетеді
Өзін-өзі реттеу	Мінез-құлық пен эмоцияларды саналы басқару	Психологиялық тұрақтылықты күшейтеді
Рефлексия	Өз әрекетін талдау және бағалау	Кәсіби дамуды қолдайды
Психологиялық ресурстар	Оптимизм, resilience, self-efficacy, әлеуметтік қолдау	Кәсіби қажуға қарсы қорғаныс факторы

Жүргізілген теориялық талдау кәсіби қажудың қалыптасуы педагогтің тұлғалық-психологиялық ерекшеліктерімен тығыз байланысты екенін көрсетті. Эмоционалдық интеллект, стресске төзімділік, кәсіби мотивация, өзін-өзі реттеу, рефлексия және психологиялық ресурстар кәсіби қажудың деңгейіне ықпал ететін өзара байланысты психологиялық детерминанттар

болып табылады. Бұл факторлар жеке-дара емес, біртұтас психологиялық жүйе ретінде әрекет етеді.

Сондықтан кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу осы детерминанттардың кешенді ықпалын ескере отырып жүзеге асырылуы тиіс. Мұндай көзқарас зерттеудің келесі бөлімінде қарастырылатын теориялық-әдіснамалық тұғырларды негіздеуге мүмкіндік береді.

Кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу күрделі әрі көпқырлы ғылыми мәселе болып табылады. Бұл мәселені жан-жақты түсіндіру бір ғана теориялық бағытпен шектелмейді, өйткені кәсіби қажу тұлғаның психологиялық қасиеттері, кәсіби іс-әрекеті және әлеуметтік-кәсіби ортасының өзара ықпалдасуы нәтижесінде қалыптасады. Осыған байланысты зерттеудің ғылыми негізділігі әртүрлі теориялық-әдіснамалық тұғырларды өзара ықпалдастыра қолданумен қамтамасыз етіледі.

Қазіргі психология ғылымында кәсіби қажуды зерттеуде тұлғалық-бағдарлы, жүйелік, іс-әрекеттік және субъектілік тұғырлар жетекші әдіснамалық негіздер ретінде қарастырылады. Бұл тұғырлардың әрқайсысы кәсіби қажудың белгілі бір қырын ашуға мүмкіндік береді, ал оларды кешенді қолдану зерттеу нысанын тұтас ғылыми жүйе ретінде түсіндіруге жағдай жасайды.

Тұлғалық-бағдарлы тұғыр. Тұлғалық-бағдарлы тұғырдың теориялық негіздері К. Роджерс, А. Маслоу және С.Л. Рубинштейннің еңбектерінде қалыптасқан (Rogers, 1961; Maslow, 1954; Рубинштейн, 1989). Бұл тұғыр бойынша тұлға өз дамуының белсенді субъектісі болып табылады, ал оның психологиялық ерекшеліктері кәсіби қызметтің нәтижелілігін айқындайтын негізгі факторлардың бірі ретінде қарастырылады.

Кәсіби қажу контекстінде тұлғалық-бағдарлы тұғыр педагогтің эмоциялық тұрақтылығын, кәсіби мотивациясын, құндылық бағдарларын, өзіндік бағасын және кәсіби өзіндік санасын зерттеуге мүмкіндік береді. Осы тұрғыдан кәсіби қажудың қалыптасуы тек сыртқы кәсіби жүктеменің емес, тұлғаның ішкі психологиялық ерекшеліктерінің де нәтижесі ретінде қарастырылады. Бұл тұғырдың ғылыми құндылығы педагогтің психологиялық ресурстарын анықтауға және кәсіби қажудың алдын алу жолдарын тұлғаның әлеуетімен байланыстыра түсіндіруге мүмкіндік беруімен сипатталады.

Жүйелік тұғыр. Жүйелік тұғырдың теориялық негіздерін Л. фон Берталанфи мен Б.Ф. Ломов қалыптастырған (Bertalanffy, 1968; Ломов, 1984). Бұл тұғырға сәйкес кез келген психологиялық құбылыс өзара байланысты элементтердің тұтас жүйесі ретінде қарастырылады.

Кәсіби қажу педагогтің жеке ерекшеліктерінің ғана емес, кәсіби орта, ұйымдық мәдениет, еңбек жағдайлары, әлеуметтік қолдау және тұлғааралық қатынастардың өзара ықпалы нәтижесінде қалыптасады. Сондықтан жүйелік тұғыр кәсіби қажуды жеке адамның мәселесі ретінде ғана емес, білім беру ұйымының психологиялық ахуалымен байланысты көпдеңгейлі құбылыс ретінде түсіндіруге мүмкіндік береді.

Іс-әрекеттік тұғыр. Іс-әрекеттік тұғырдың теориялық негіздері А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн және П.Я. Гальпериннің еңбектерінде кеңінен қарастырылған (Леонтьев, 1975; Рубинштейн, 1989; Гальперин, 2023). Бұл тұғыр бойынша тұлға іс-әрекет барысында қалыптасып, дамиды.

Педагогтің кәсіби қызметі жоғары эмоциялық және интеллектуалдық белсенділікті талап етеді. Білім беру мазмұнының жаңаруы, цифрландыру, инклюзивті білім беру талаптарының кеңеюі және кәсіби жауапкершіліктің артуы мұғалімнің психологиялық ресурстарына қосымша жүктеме түсіреді. Осы тұрғыдан іс-әрекеттік тұғыр кәсіби қажуды педагогтің кәсіби қызметінің ерекшеліктерімен байланыстыра талдауға мүмкіндік береді.

Субъектілік тұғыр. Субъектілік тұғыр К.А. Абульханова-Славская мен А.В. Брушлинскийдің еңбектерінде дамытылған (Абульханова-Славская, 1991; Брушлинский, 1994). Бұл тұғыр бойынша адам өзінің кәсіби және тұлғалық дамуының белсенді субъектісі ретінде қарастырылады. Педагог кәсіби қызметтің пассивті орындаушысы емес, кәсіби ортаны өзгерте алатын, өзін-өзі дамытатын және кәсіби қиындықтарды еңсеретін белсенді субъект болып табылады.

Сондықтан субъектілік ұстаным педагогтің кәсіби жауапкершілігін, өзін-өзі дамытуға ұмтылысын, рефлексиясын және кәсіби таңдау еркіндігін кәсіби қажудың алдын алудың маңызды психологиялық алғышарттары ретінде қарастыруға мүмкіндік береді. Жоғарыда қарастырылған теориялық-әдіснамалық тұғырлар өзара толықтырушы сипатқа ие. Тұлғалық-бағдарлы тұғыр педагогтің жеке психологиялық ерекшеліктерін зерттеуге мүмкіндік берсе, жүйелік тұғыр кәсіби ортаның ықпалын кешенді қарастырады. Іс-әрекеттік тұғыр кәсіби қызметтің мазмұнына назар аударса, субъектілік тұғыр педагогтің белсенді кәсіби ұстанымын негіздейді. Осы тұғырларды интеграциялау кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін кешенді зерттеудің теориялық-әдіснамалық негізін құрайды.

Кесте 4 – Кәсіби қажуды зерттеудегі негізгі теориялық-әдіснамалық тұғырлардың салыстырмалы сипаттамасы

Теориялық-әдіснамалық тұғыр	Негізгі өкілдері	Негізгі идеясы	Зерттеудегі маңызы
Тұлғалық-бағдарлы	К. Роджерс, А. Маслоу, С.Л. Рубинштейн	Тұлғаның дара психологиялық ерекшеліктері негізгі фактор	Педагогтің психологиялық ресурстарын анықтайды
Жүйелік	Л. фон Бергаланфи, Б.Ф. Ломов	Психологиялық құбылыстар өзара байланысты жүйе ретінде қарастырылады	Кәсіби және әлеуметтік факторлардың өзара ықпалын кешенді талдауға мүмкіндік береді
Іс-әрекеттік	А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн	Тұлға іс-әрекет барысында қалыптасады және дамиды	Кәсіби қызметтің психологиялық ерекшеліктерін зерттеуге мүмкіндік береді
Субъектілік	К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский	Адам – өзінің кәсіби және тұлғалық дамуының белсенді субъектісі	Өзін-өзі дамыту мен кәсіби жауапкершіліктің рөлін ашады

Кесте 4-те ұсынылған теориялық-әдіснамалық тұғырларды салыстырмалы талдау кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеуде бір ғана ғылыми бағытқа сүйену жеткіліксіз екенін көрсетті. Кәсіби қажу тұлғалық қасиеттердің, кәсіби іс-әрекеттің және әлеуметтік ортаның өзара ықпалдасуынан туындайтын көпдеңгейлі психологиялық құбылыс болғандықтан, оны зерттеу кешенді әдіснамалық ұстанымды талап етеді. Осыған байланысты зерттеудің теориялық негізі ретінде тұлғалық-бағдарлы, жүйелік, іс-әрекеттік және субъектілік тұғырларды интеграциялау ғылыми тұрғыдан неғұрлым негізді болып табылады. Мұндай интегративтік тәсіл педагогтің кәсіби қажуын кешенді бағалауға, оның психологиялық ерекшеліктерін терең түсіндіруге және кейінгі эмпирикалық зерттеудің ғылыми моделін құруға мүмкіндік береді.

Кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеуде қолданылатын психодиагностикалық әдістемелер. Кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу ғылыми негізделген психодиагностикалық құралдарды тандауды талап етеді. Психологиялық зерттеудің сапасы мен нәтижелерінің сенімділігі қолданылатын әдістемелердің теориялық негізділігіне, психометриялық сипаттамаларына және зерттеу мақсатына сәйкестігіне тікелей байланысты. Сондықтан зерттеу барысында кәсіби қажудың деңгейін ғана емес, оның қалыптасуына ықпал ететін тұлғалық-психологиялық факторларды да кешенді бағалауға мүмкіндік беретін психодиагностикалық әдістемелер жүйесін қолдану қажет. Ғылыми әдебиеттерге жүргізілген талдау кәсіби қажуды бағалауда халықаралық тәжірибеде бірнеше валидті және сенімді психодиагностикалық құралдардың кеңінен қолданылатынын

көрсетті. Олардың ішінде *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, *Burnout Assessment Tool (BAT)*, *Oldenburg Burnout Inventory (OLBI)*, *Copenhagen Burnout Inventory (CBI)* және В.В. Бойконың эмоциялық қажуды диагностикалау әдістемесі ерекше орын алады. Аталған әдістемелер кәсіби қажудың құрылымдық компоненттерін, даму деңгейін және психологиялық көріністерін кешенді бағалауға мүмкіндік береді.

Алайда зерттеу тақырыбының ерекшелігіне сәйкес кәсіби қажуды ғана диагностикалау жеткіліксіз. Себебі кәсіби қажу педагогтің эмоциялық интеллектісімен, стресске төзімділігімен, кәсіби мотивациясымен, рефлексивтік қабілетімен, өзін-өзі реттеу ерекшеліктерімен және психологиялық ресурстарымен өзара байланысты күрделі психологиялық құбылыс болып табылады. Сондықтан зерттеудің әдіснамалық логикасы кәсіби қажуды бағалау құралдарын тұлғаның психологиялық ерекшеліктерін анықтайтын психодиагностикалық әдістемелермен үйлестіре қолдануды талап етеді.

Зерттеудің мақсаты мен теориялық тұжырымдамасына сүйене отырып, кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін кешенді бағалауға мүмкіндік беретін психодиагностикалық әдістемелер жүйесі ұсынылады (Кесте 5).

Кесте 5 – Зерттеу мақсатына сәйкес қолданылатын психодиагностикалық құралдар

№	Зерттелетін көрсеткіш	Психодиагностикалық әдістеме	Авторы	Зерттеу мақсаты
1	Кәсіби қажу деңгейі	Maslach Burnout Inventory (MBI-ES)	C. Maslach, S. Jackson	Эмоционалдық сарқылу, деперсонализация және кәсіби жетістіктердің төмендеуін анықтау
2	Кәсіби қажудың даму кезеңдері	«Эмоциялық қажуды диагностикалау» әдістемесі	В.В. Бойко	Кәсіби қажудың қалыптасу кезеңдерін анықтау
3	Эмоционалдық интеллект	Эмоционалдық интеллект сауалнамасы	Д.В. Люсин (немесе Н. Холл)	Эмоцияларды тану және басқару деңгейін бағалау
4	Стресске төзімділік	Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC)	K. Connor, J. Davidson	Психологиялық тұрақтылық деңгейін анықтау
5	Өзін-өзі реттеу	«Мінез-құлықтың өзіндік реттелу стилі» әдістемесі	В.И. Моросанова	Өзін-өзі реттеу ерекшеліктерін анықтау
6	Рефлексия	Рефлексивтілік диагностикасы	А.В. Карпов	Рефлексивтік қабілетті бағалау
7	Кәсіби мотивация	Кәсіби мотивацияны зерттеу әдістемесі	К. Замфир (А.А. Реанның модификация)	Кәсіби мотивация құрылымын анықтау

Кестеде ұсынылған психодиагностикалық кешен кәсіби қажуды оның құрылымдық компоненттерімен қатар, педагог тұлғасының психологиялық ерекшеліктерімен өзара байланыста кешенді зерттеуге мүмкіндік береді. Әдістемелердің өзара толықтырушы сипаты кәсіби қажудың қалыптасуына әсер ететін тұлғалық факторларды жан-жақты бағалауға жағдай жасайды. Осылайша, зерттеуде қолданылатын психодиагностикалық құралдар жүйесі кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін ғылыми тұрғыдан негізді әрі кешенді бағалауға мүмкіндік береді. Мұндай әдіснамалық ұстаным алынған нәтижелердің валидтілігі мен сенімділігін қамтамасыз етіп, кәсіби қажудың психологиялық механизмдерін тереңірек түсіндіруге негіз болады.

Кесте 6 – Психодиагностикалық әдістемелерді таңдаудың теориялық негіздемесі

Әдістеме	Теориялық негізі	Неліктен осы зерттеуде таңдалды
МВІ	К. Маслачтың үш компонентті моделі	Кәсіби қажудың құрылымын бағалайды
Бойко	Кәсіби қажудың кезеңдік моделі	Қажудың қалыптасу динамикасын көрсетеді
Люсин	Эмоционалдық интеллект теориясы	Эмоцияларды реттеу қабілетін бағалайды
Моросанова	Өзін-өзі реттеу теориясы	Мінез-құлықты саналы басқаруды анықтайды
Карпов	Рефлексия теориясы	Кәсіби өзіндік талдау деңгейін көрсетеді
Замфир–Реан	Кәсіби мотивация теориясы	Ішкі және сыртқы кәсіби мотивацияны бағалайды

Жоғарыда жүргізілген теориялық талдау кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу бір ғана ғылыми тұғыр немесе жекелеген психологиялық көрсеткіштер аясында толық түсіндірілмейтінін көрсетті. Кәсіби қажу педагог тұлғасының психологиялық ерекшеліктерінің, кәсіби қызметінің және әлеуметтік-кәсіби ортасының өзара ықпалдасуы нәтижесінде қалыптасатын көпдеңгейлі психологиялық феномен болып табылады. Сондықтан аталған мәселені зерттеу әртүрлі теориялық тұжырымдамалар мен әдіснамалық ұстанымдарды біріктіретін кешенді ғылыми көзқарасты талап етеді. Зерттеу барысында қарастырылған кәсіби қажудың ғылыми теориялары, оның құрылымдық компоненттері, психологиялық детерминанттары, теориялық-әдіснамалық тұғырлары және психодиагностикалық әдістемелер өзара логикалық байланыста талданды. Оларды жүйелеу нәтижесінде кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің авторлық теориялық-әдіснамалық моделі әзірленді. Ұсынылып отырған модель зерттеудің теориялық негіздерін, әдіснамалық тұғырларын, кәсіби қажудың психологиялық детерминанттарын, зерттеуде қолданылатын психодиагностика-лық кешенді және күтілетін ғылыми нәтижелерді өзара біртұтас жүйеде қарастыруға мүмкіндік береді. Сонымен қатар модель зерттеудің логикасын айқындап, кейінгі эмпирикалық зерттеуді ұйымдастырудың ғылыми негізі ретінде қызмет етеді.



Сурет 1 – Кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің авторлық теориялық-әдіснамалық моделі

Ұсынылған авторлық теориялық-әдіснамалық модель кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін кешенді зерттеудің логикалық құрылымын бейнелейді. Модельде теориялық тұғырлар, психологиялық детерминанттар, психодиагностикалық құралдар және күтілетін ғылыми нәтижелердің өзара байланысы көрсетілген. Бұл модель зерттеудің эмпирикалық кезеңін ұйымдастыруға әдіснамалық негіз болады.

Жүргізілген теориялық зерттеу нәтижесінде мынадай ғылыми нәтижелерге қол жеткізілді:

1. Кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық-әдіснамалық негіздері жүйеленіп, кәсіби қажуды түсіндіретін негізгі ғылыми тұжырымдамалар кешенді талданды.

2. Кәсіби қажудың қалыптасуына ықпал ететін негізгі психологиялық детерминанттар (эмоционалдық интеллект, стресске төзімділік, кәсіби мотивация, өзін-өзі реттеу, рефлексия және психологиялық ресурстар) жүйеленіп, олардың өзара байланысы негізделді.

3. Тұлғалық-бағдарлы, жүйелік, іс-әрекеттік және субъектілік тұғырлардың интеграциясы кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің теориялық-әдіснамалық негізі ретінде ұсынылды.

4. Зерттеу мақсатына сәйкес кәсіби қажуды және педагог тұлғасының психологиялық ерекшеліктерін кешенді бағалауға арналған психодиагностикалық әдістемелер жүйесі мен авторлық теориялық-әдіснамалық модель әзірленді.

5. Ұсынылған теориялық тұжырымдар болашақ эмпирикалық зерттеулерді ұйымдастырудың ғылыми негізі ретінде қарастырылды.

Қорытынды. Жүргізілген теориялық-әдіснамалық талдау кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу қазіргі психология ғылымының өзекті бағыттарының бірі екенін көрсетті. Кәсіби қажу тұлғалық, ұйымдастырушылық және әлеуметтік факторлардың өзара ықпалы нәтижесінде қалыптасатын көпдеңгейлі психологиялық феномен ретінде қарастырылатыны анықталды. Зерттеу барысында кәсіби қажудың қалыптасуына ықпал ететін негізгі психологиялық детерминанттар жүйеленіп, тұлғалық-бағдарлы, жүйелік, іс-әрекеттік және субъектілік тұғырларды интеграциялау педагогтердің кәсіби қажуын кешенді зерттеудің ғылыми негізі екендігі дәлелденді. Сонымен қатар кәсіби қажуды бағалау құралдарын тұлғаның психологиялық ерекшеліктерін анықтайтын психодиагностикалық әдістемелермен кешенді қолданудың ғылыми тұрғыдан негізді екені көрсетілді. Ұсынылған авторлық теориялық-әдіснамалық модель кәсіби қажу белгілері бар педагогтердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеудің логикасын жүйелеп, кәсіби қажудың психологиялық механизмдерін кешенді түсіндіруге мүмкіндік береді. Зерттеу нәтижелері педагогтердің кәсіби қажуын диагностикалауға, психологиялық ерекшеліктерін бағалауға және психологиялық сүйемелдеу мен алдын алу бағдарламаларын ғылыми тұрғыдан негіздеуге қолданылуы мүмкін. Болашақ зерттеулер ұсынылған теориялық-әдіснамалық негіздерді эмпирикалық тексеруге, кәсіби қажу белгілері мен педагогтердің психологиялық ерекшеліктері арасындағы өзара байланысты анықтауға және кәсіби әл-ауқатты арттыруға бағытталған психологиялық қолдау бағдарламаларының тиімділігін бағалауға бағытталуы тиіс.

Әдебиеттер тізімі

1. Абульханова-Славская, К. А. (1991). *Стратегия жизни. Мысль.*
2. Альгожина, А. Р. (2022). *Жоғары мектеп педагогтарының эмоционалды интеллект пен кәсіби маңызды қасиеттерінің өзара байланысы [PhD диссертациясы, Академик Е. А. Бөкетов атындағы Қарағанды университеті].*
3. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman.*
4. Бойко, В. В. (1999). *Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других. Филинъ.*
5. Гальперин, П.Я. *Психология: предмет и метод : избранные психологические труды / П.Я. Гальперин. – Москва : Издательство Московского университета, 2023. – 843, [5] с.*
6. Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior. Cambridge University Press.*

7. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
8. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
9. Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159–165.
10. Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
11. Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
12. Карнов, А. В. (2003). Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики. Институт психологии РАН.
13. Қазақстан Республикасының Заңы. (2007, 27 шілде). Білім туралы № 319-III.
14. Қазақстан Республикасының Заңы. (2019, 27 желтоқсан). Педагог мәртебесі туралы № 293-VI.
15. Қалымбетова, Э. К., Баратова, С. М., & Дүйсенбеков, Д. Д. (2015). Кәсіби мотивация және жас мамандардың кәсіби мотивациясының психологиялық ерекшеліктері. ҚазҰУ Хабаршысы. Психология және әлеуметтану сериясы, 52(1), 61–70.
16. Кудушева, Н. А. (2023). ЖОО студенттерінің тұлғалық өзіндік тиімділігі дамуының психологиялық ерекшеліктері [PhD диссертациясы].
17. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
18. Леонтьев, А. Н. (1975). *Деятельность. Сознание. Личность*. Политиздат.
19. Leiter, M. P., & Maslach, C. (2004). Areas of worklife: A structured approach to organizational predictors of job burnout. In P. L. Perrewé & D. C. Ganster (Eds.), *Research in Occupational Stress and Well-Being* (Vol. 3, pp. 91–134). Elsevier.
20. Ломов, Б. Ф. (1984). *Методологические и теоретические проблемы психологии*. Наука.
21. Maslach, C. (1993). Burnout: A multidimensional perspective. In W. B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek (Eds.), *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research* (pp. 19–32). Taylor & Francis.
22. Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
23. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
24. Паатова, М. Э., Берсирова, А. К., Шебанец, Е. Ю., & Кобякова, О. С. (2025). Феномен профессионального выгорания педагогов: сущность и проявления. *Образование и наука*, 27(10), 65–91. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2025-10-65-91>
25. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2-х т. / Акад. пед. наук СССР. - М.: Педагогика, 1989.
26. Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person*. Houghton Mifflin.
27. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
28. Schaufeli, W. B., Desart, S., & De Witte, H. (2020). Burnout Assessment Tool (BAT): Development, validity, and reliability. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9495. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249495>
29. Волоскова, А. Д. (2025). Профессиональное выгорание педагога и его влияние на успешность учебной деятельности младшего школьника. In Ю. А. Селезнева (Ред.), *Начальное образование в новой реальности: направления развития, актуальные проблемы, лучшие практики. Сборник материалов Международной научно-практической конференции* (22–24 октября 2025 г., Тула, Россия) (pp. 203–205). ИД «Среда».
30. World Health Organization. (2019). Burn-out an occupational phenomenon: *International Classification of Diseases (ICD-11)*. <https://www.who.int/>