

2019 ж. қазан, №4 (56)
Журнал 2005 ж. қаңтардан бастап шығады
Жылына төрт рет шығады

Құрылтайшы: *Қостанай мемлекеттік педагогикалық институт*

Бас редактор: *Әбіл Е.А.*, тарих ғылымдарының докторы, профессор, ҚМПИ, Қазақстан
Бас редактордың орынбасары: *Амандықова А.Б.*, ауыл шаруашылығы ғылымдарының кандидаты, ҚМПИ, Қазақстан

РЕЦЕНЗЕНТТЕР

Бережнова Е.В., педагогика ғылымдарының докторы, ММХҚИ СИМ, Мәскеу қ., Ресей
Жаксылықова К.Б., педагогика ғылымдарының докторы, Қ. Сәтпаев атындағы Қазақ ұлттық техникалық зерттеу университетінің профессоры, Қазақстан

РЕДАКЦИЯ АЛҚАСЫ

Амирова Б.А., психология ғылымдарының докторы, Е.А. Букетов атын. ҚарМУ, Қазақстан
Благодарумная О.Н., экономика ғылымдарының кандидаты, Молдова Халықаралық Тәуелсіз Университетінің доценті, Молдова
Доман Э., лингвистикалық ғылымдар докторы, Макао университеті, Сидней, Австралия
Елагина В.С., педагогика ғылымдарының докторы, профессор, ООМГПУ, Ресей
Жилбаев Ж.О., педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент, Ғ. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы президенті, Қазақстан
Кайе Ж., философия ғылымдарының докторы, Виа Домисия Университетінің профессоры, Перпиньян қ., Франция
Катцнер Т., Батыс Вирджиния Университетінің профессоры, PhD докторы, АҚШ, Батыс Вирджиния
Кульгильдинова Т.А., педагогика ғылымдарының докторы, Абылай хан атындағы ҚазХҚ және ӘТУ-нің профессоры, Қазақстан
Марилена Сантана дос Сантос Гарсия, лингвистикалық ғылымдар докторы, Сан-Паулу Папа католик университеті, Бразилия
Монова-Желева М., PhD докторы, Бургас еркін университетінің профессоры, Болгария
Чаба Толгизи, Венгрияның Сегед Университеті экология кафедрасының ғылыми қызметкері, Венгрия

Тіркеу туралы куәлік №8786-Ж
Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрлігімен
19.11.2007 берілген.
Жазылу бойынша индексі 74081

Редакцияның мекен-жайы:
110000, Қостанай қ., Тәуелсіздік к., 118
(ғылым және халықаралық байланыстар басқармасы)
Тел. (7142) 54-85-56 (135)

№4 (56), октябрь 2019 г.
Издается с января 2005 года
Выходит 4 раза в год

Учредитель: *Костанайский государственный педагогический институт*

Главный редактор: *Абиль Е.А.*, доктор исторических наук, профессор, КГПИ, Казахстан
Заместитель главного редактора: *Амандыкова А.Б.*, кандидат сельскохозяйственных наук, КГПИ, Казахстан

РЕЦЕНЗЕНТЫ

Бережнова Е.В., доктор педагогических наук, профессор МГИМО МИД, г. Москва, Россия
Жаксылыкова К.Б., доктор педагогических наук, профессор Казахского национального исследовательского университета им. К. Сатпаева, Казахстан

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Амирова Б.А., доктор психологических наук, КарГУ им. Е.А. Букетова, Казахстан
Благодарная О.Н., кандидат экономических наук, доцент Международного Независимого Университета Молдовы
Доман Э., доктор лингвистических наук, университет Макао, Сидней, Австралия
Елагина В.С., доктор педагогических наук, профессор, ЮУГГПУ, Россия
Жилбаев Ж.О., кандидат педагогических наук, доцент, президент Национальной академии образования им. И. Алтынсарина, Казахстан
Кайе Ж., доктор философских наук, профессор, Университет Виа Домисия, г. Перпиньян, Франция
Катцнер Т., доктор PhD, профессор Университета Западной Вирджинии, США
Кульгильдинова Т.А., доктор педагогических наук, профессор КазУМОиМЯ им. Абылай хана, Казахстан
Марилена Сантана дос Сантос Гарсия, доктор лингвистических наук, Папский католический университет Сан-Паулу, Бразилия
Монова-Желева М., доктор PhD, профессор Бургасского свободного университета, Болгария
Чаба Толгизи, научный сотрудник кафедры экологии, Университет Сегеда, Венгрия

Свидетельство о регистрации № 8786-Ж
выдано Министерством культуры и информации Республики Казахстан
19 ноября 2007 года.
Подписной индекс 74081

Адрес редакции:

110000, г. Костанай, ул. Тәуелсіздік, 118
(управление науки и международных связей)
Тел. (7142) 54-85-56 (135)

ЖАС ЗЕРТТЕУШІЛЕРДІҢ ҒЫЛЫМИ ЕҢБЕКТЕРІ НАУЧНЫЕ РАБОТЫ МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ

ӘОЖ 37.088.2

Аканбаев, Б.Н.

*педагогикалық ғылымдар магистрі,
Ө.Сұлтангазин атындағы ҚМПУ*

Шамитдинов, А.М.

*«7М01101 – Педагогика және психология»
оқу бағдарламасының 1 курс магистранты,
А. Байтұрсынов атындағы ҚМУ,
Қостанай, Қазақстан*

МҰҒАЛІМДЕРДІҢ ЭМОЦИОНАЛДЫ КҮЙІП КЕТУІНІҢ АЛДЫН АЛУ ТЕХНОЛОГИЯСЫ

Түйін

Мақалада педагогтардың эмоционалдық күйіп кету мәселелері қарастырылған. Педагогтердің эмоционалдық күйіп кетуінің өзіндік ерекшеліктері, өзін-өзі бағалау төмендейтін және эмоциялық күйіп кету сатысы қалыптасатын жұмыстың негізгі саласы мен шарттары талданды. Эмоционалдық күйіп кетудің алдын алудың қажетті, ең алдымен, сыртқы ортаның стрессогендік факторларының әсерін төмендететін әдістері анықталып, негізделді.

***Кілт сөздер:** кәсіби күйіп кету, стресс, эмоционалды таусылу, қызмет шарттары.*

1 Кіріспе

Еліміздегі әлеуметтік-экономикалық жағдайдың өзгеруі мен ақпараттық процестердің күрделенуіне байланысты елімізде эмоциялық күйіп кетудің кері салдарына қатысты зерттеулер күннен-күнге өзекті болып келе жатыр. Олар әсіресе оқытушылар мен мұғалімдер үшін барынша өзекті. Эмоциялық күйзеліс жағдайына деген конструктивті қарым-қатынас құра білу және оның салдарының кері әсерін барынша азайту шеберлігі оқытушының кәсіби тұрғыда маңызды қасиеттерінің біріне айналуы тиіс. Педагогке заманауи кәсіби ортаның эмоциялық факторлар әсеріне қарсы тұруына тура келеді. Яғни оған кәсіптің талап етілетін барлық талаптарын орындай отырып, өзін онда оңтайлы түрде жүзеге асыруға және өз еңбегінен ләззат алуға тура келеді.

Оқытушының іскерлігі үздіксіз түрде қарым-қатынаспен байланысты, біртіндеп жүріп өтетін эмоциялық шаршау мен таусылу нышандарына тәуелді, ал ол кәсіби іскерліктің орындалуына, психикалық, физикалық және эмоциялық көңіл-күйдің нашарлауына кері әсер етеді.

Эмоциялық күйіп кету синдромы эмоциялық, ақыл-ойдың таусылуы, физикалық шаршау, тұлғалық оқшаулану және жұмысты орындаудан қанағаттанбау нышандарынан көрінетін экспансивті, когнитивті және физикалық күш-қуатты біртіндеп жоғалту процесі болып табылады. Ол жұмыс орнындағы күйзелісті сәтсіз шешу нәтижесі ретінде қарастырылады. Бұл синдром құрамына үш компонент кіреді:

Эмоциялық таусылу тұлғаның физикалық ресурстарын төмендетеді, ағзаның күйзеліс агенттеріне қарсы тұруын нашарлатады, басқа да даму көздерін іздеу мүмкіндігін шектейді, соның нәтижесінде өзіндік даму, өзіндік өсу қажеттіліктерінің туындауына кедергі келтіреді.

Жеке жетістіктер редуциясы (өзінің күзіретсіздігін, кәсіби іскерлігіндегі жетістігі жоқтығын сезіну) жалпы ынталану процесін нашарлатады, адамның мамандық арқылы тұлға

ретіндегі шығармашылық дамуын тоқтатады. Дегерсонализация жеке тұлғалық оқшаулану бола отырып, тұлғаның қағидалары мен құндылықтар жүйесіне енеді, сол арқылы әлемге деген оң қарым-қатынасты теріске шығара отырып, тұлғалық дамудың интегративтік құраушы бөлігін бұзады.

Оқытушының эмоцияға кедейлігімен, эмоцияны үнемдеу саласын кеңейтуімен, жеке тұлғалық оқшаулануымен, оқушылардың жеке ерекшеліктерін ескермеумен сипатталатын күйіп кету синдромы маманның кәсіби қарым-қатынасы сипатына біршама қатты әсер етеді. Аталған кәсіби бұзушылық оқу процесін толыққанды басқаруға, қажетті кәсіби көмек көрсетуге, кәсіби ұжымның қалыптасуына кедергі келтіреді. Шынайы педагогикалық тәжірибе көрсеткендей, қазіргі таңда студентке тұлға ретіндегі қызығушылықтың жоғалуы, оны қалай болса солай қабылдаудың жоғалуы, кәсіби қарым-қатынастың эмоциялық жағының төмендеуі біршама айқын көрінеді. И.Ф.Исаев атап көрсеткендей, оқытушының кәсіби мәдениетінің төмен деңгейлігі педагогикалық мамандыққа деген ынталық-құндылықтық қарым-қатынастың қалыптасуына кедергі келтіруі мүмкін.

О.Н. Гнездилова кәсіби күйіп кетуге апаруы мүмкін факторлар ретінде мінез-құлықтың интроверт болуын, тұйықтық пен ұялшақтықтың, мамандық талаптарына келіспеуін келтіреді.

Көптеген зерттеулер оқытушыларда кәсіби іскерліктің тұрақтылығын бұзушы жағдайлардың болуын көрсетеді (уайымдау, көңіл-күйдің болмауы, басыңқылық, апатия, көңіл қалу, үнемі шаршау).

2 Материалдар мен әдістер

Психология тұрғысынан оқытушыларда эмоциялық күйіп кетуге қарсы тұра білуін қалыптастыру мәселесіне біршама көңіл аударылған, алайда бұл мәселенің педагогикалық жағына келетін болсақ, біз арнайы әдебиеттердің жетіспеушілігіне тап болдық. Психология-педагогикалық әдебиеттерде эмоциялық күйіп кету үлгісін әзірлеуге (К.Маслач, С.Джексон және т.б.), күйіп кетудің құрылымдық компоненттерін атап көрсетуге (Э.Пайнс, Т.Кокс) және кәсіби «күйіп кетудің» негізгі көріністеріне (О.Н.Гнездилова, Т.В.Форманюк) арналған еңбектер жарияланған.

Сонымен қатар, білім беру барысында оқытушылар мен мұғалімдерде эмоциялық күйіп кету ерекшеліктеріне зерттеу мәселесі әлі де жеткілікті түрде зерттелмеген қалпы калуда.

Қызметкердің денсаулығы тіршілігін сақтау барысында кәсіби еңбектің тиімділігін арттыру қажеттілігіне байланысты біз үшін оқытушылар мен мұғалімдердің эмоциялық күйіп кету ерекшеліктерін зерттеу маңызды болып көрінеді.

Зерттеу анықтағандай, көптеген мұғалімдердің эмоциялық күйіп кету көрсеткіштері «Эмоциялық таусылу» және «Жеке тұлғалық қатынастар редукциясы» шкаласы бойынша жоғары, ал ол мұғалімдердің келесі ерекшеліктерімен түсіндіріледі:

1) өзін теріс бағалау (мұғалім көптеген жағдайда өзін оқытушыға қарағанда теріс бағалайды, мұғалімде оның қоғамдағы алатын орынының әділетті еместігі, қоршаған ортаның оны жеткілікті бағаламайтындығы жайлы ойлары болады);

2) жүйке-психикалық жүктемелер (біздің пайымдауымызша, олар оқушылардың ата-аналары мен басшылық тұрғысынан мұғалімге деген қарсылықтарына деген сезімталдығы).

Алайда оқытушылардың эмоциялық күйіп кетуінің жоғары көрсеткіштері «Эмоциялық таусылу» шкаласы бойынша ғана бар, ал ол келесі ерекшеліктерді меңзейді:

1) бәрінен шаршау (көңіл-күйдің басыңқылығы, қорғансыздық, ешбір құлқының болмауы, қателік жасаудан қорқу, өзі басқара ала алмай қалатын белгісіз жағдайлардан қорқу, жеткілікті түрде күшті бола алмаудан, күзіретсіз болудан, басшылық тұрғысынан берілетін жоғары талаптарға сәйкес келмеуден қорқу);

2) оқытушылық еңбектің өзі (күнделікті көру, есту және дауыс аппараттарына деген жоғары жүктеме; семинар және тәжірибелік сабақтарды өткізу тұрақты «сананың белсенді

жұмысын» талап етеді; жауаптардағы оң сәттерді бағалау және қателіктерді түзету; қорытынды жасау және қысқаша түйіндемелер тарату).

3 Нәтижелер

Осылайша, біз мұғалімдер мен оқытушылардың кәсіби іскерлігінің сипаты эмоциялық күйіп кету мәселесіне әсер ететін ерекшеліктерді анықтадық. Эмоциялық күйіп кетуді төмендету үшін педагогтар мәселенің анық-қанығына жетуі қажет, ал ол үшін тек қаласаң болды, бәрінің аяқталатындығын түсінетіндей семинарлар, ағартушылық іс-шаралар ұйымдастыру маңызды. Егер нышандар қатты көрінетін болса, онда сұраныстар бойынша түзету жұмыстары мен кеңестер қажет болады.

Айта кететін жайт, аталған мәселе бойынша көптеген әдебиеттерге талдау барасында біз мұғалімдердің күйіп кетуінің барлық көрсеткіштері оқу жылы бойы жоғары болып, жыл соңына қарай одан сайын артатындығын, ал оқытушыларда ол нышандар оқу жылының ортасына қарай дамидындайы жайлы тұжырымға келдік. Мұғалімдерге күйіп кету оқытушыларға қарағанда қарқындырақ, жүйелі және кешенді түрде, олардың эмоциялық деңгейін жаппа, өзіне деген, қоршаған орта мен мамандығына деген қатынасына да тиеді; ал оқытушыларда күйіп кету нышандары эмоция тұрғысынан өзіне, өз жетістіктеріне, қоршаған адамдар мен жұмысына деген қатынасында теріс өзгерістер ретінде көрініс табады.

Педагог іскерлігінің ең маңызды құраушыларының бірі біртіндеп артып отыратын эмоциялық шаршау мен таусылумен бірге жүретін қарым-қатынас болып табылады, ал ол кәсіби міндеттердің орындалуына, психикалық және физикалық көңіл-күйдің нашарлауына алып барады. Педагогикалық жағдаяттардың стандартты болмауы, мұғалімнің кәсіби еңбегінің жауапкершілігі мен күрделілігі себепті «эмоциялық күйіп кетудің» даму қауіпі артады және аталған синдромды зерттеу оның кері салдарларының қоршаған адамдармен қарым-қатынасына әсерінің алдын алу тұрғысынан қажетті болып отыр.

Негізінен, эмоциялық күйіп кету психиканы жарақаттаушы әсерлерге деген эмоцияны толықтай немесе жартылай болдырмау түріндегі психологиялық қорғаныс механизмі болып табылады, бұл психикалық көптеген жағдайда кәсіби мінез-құлықтың жүре пайда болатын стереотип. В.Е. Орел күйіп кетуді ұзақ уақыттық күйзеліс негізінде дамиды және жұмыс жасаушы адамның эмоциялық күш-қуаттық және жеке тұлғалық ресурстарының таусылуына апаратын синдром ретінде қарастырады. Ю.М. Кузнецова бойынша, күйіп кету әлеуметтік сала мамандықтарында көрінетін физикалық, психикалық және ақыл-ой таусылуының жағдайы. Бұл синдром үш құраушы бөліктен тұрады: эмоциялық таусылу, деперсонализация (кертартпалық) және кәсіби жетістіктер редукциясы [21,7 б].

К. Маслач психикалық күйіп кетуді жұмысқа деген қызығушылық пен мұқияттылықты жоғалту ретінде қарастырған. К. Маслач және С. Джексонның пікірлері бойынша, психикалық күйіп кету құрамына психикалық таусылу, деперсонализация және жеке жетістіктер редукциясынан тұратын үш өлшемді құрылым. Психикалық таусылу психикалық күйіп кетудің негізгі құраушысы ретінде қарастырылады және эмоциялық фонның төмендеуі, бейжайлық немесе эмоциялық қанығу түрінде көрінеді.

Аталған мәселелерді шешуші технологияның бастапқы сатысы ретінде К. Маслач и С. Джексонның Н.Е. (Водопьянованың бейімделуімен) мұғалімдердің кәсіби-эмоционалды күйіп кету деңгейін анықтауға арналған сауалнамасын, (МВІ) сараптау жүйесін, «Эмоционалды күйіп кету» шкаласы бойынша деңгейге бөлуді қолдануды қолдаймыз. Аталған зерттеу жұмыстарының нәтижесінде төмен, орта және жоғары күйіп кету деңгейіндегі мұғалімдерге бөлуге болады.

4 Талқылау

Соған орай эмоционалды күйіп кетуді алдын алудың жүйелі арт-терапиялық технологиясы (әрі қарай ЖАТ) бойынша жұмыс жасауға кеңес береміз. Жүйелі арт-терапиялық технологияға сәйкес ең алдымен оның мақсаттары мен міндеттері анықталып, жұмыс барысындағы ережелер бекітіледі.

Жүйелі арт-терапиялық технология бойынша жаттығу барысында үш негізгі әсер туындайды:

- тыныштандыру әсері (эмоционалды алаңдаушылықты басу);
- қалпына келтіру әсері (шаршаңқылықтың көрінуін әлсірету);
- белсенділікті арттыру әсері (психофизиологиялық реактивтіліктің артуы).

ЖАТ технологиясында қолданылатын әдістер, визуалды образдарды құрып онымен жұмыс жасаудан бөлек, жұмыс авторы, психолог және топтың басқа қатысушылары арасындағы қарым-қатынас іске асырылады. Осылайша бірнеше міндеттер өз шешімін табады. Бейнелік іс-әрекеттер, топтың қатысушыларына өздерінің ішкі қорларының белсенділігін арттырып оны қолдануға, өзін көрсетуге мүмкіндік береді және бұндай амалдарды көп адамдар бұрын соңды демалыс және өз күштерін қалпына келтіруші құрал ретінде қолданып көрмеген. Соған қоса топтағы шығармашылық жұмыстар топ ішіндегі қарым-қатынасқа ғана емес, топ сыртындағы қарым-қатынастардың да реттелуіне септігін тигізеді. Топқа қатысушылардың айтуы бойынша бұндай іс-әрекеттер топ ішінде ыңғайлы жағдай туындатады, қатысушылардың қал-жағдайына жақсы әсер етіп қана қоймай олардың бір-бірімен қарым-қатынасын да дұрыс жолға қояды және жалпы өмірге деген позитивті көзқарас қалыптастырады.

Атап кететін жайт, вербалды психологиялық түзетуге келмейтін кейбір клиенттер санаты (олигофрендер; ауыр психикалық науқасқа шалдыққандар немесе сөйлеу қабілетінде кемістігі бар жандар; жады мен назарында ақауы бар орта жастан асқан адамдар) белгілі бір жағдайда арт-терапевпен жеке немесе топ ішінде біршама нәтижелі жұмыс жасай алады. Ол вербалды коммуникацияға деген қабілеттерінің төмендігіне қарамастан, олар өз сезімдерін бейнелеу формасында жеткізе алуымен байланысты. Тіпті егер олардың кейбіреулері көркем бейнелер жасай алмаса да, қарапайым манипуляция мен бейнелеу материалдарымен байланысты әр түрлі ойындар мұндай клиенттер үшін өте маңызды болып шығады, себебі мұндай жаттығулар олардың сенсомоторлық дағдыларын жаттықтырады, вербалды емес ойлау қабілеті мен басқа да функцияларын дамытады.

Алайда өзіндік емдеу-түзету әдісі ретінде арт-терапия ең алдымен невроз немесе жеке тұлғалық бұзылыстар тәрізді ауыр емес психикалық ауытқушылығы бар клиенттерге барынша жарайтындығын аталып өтеді.

Жаттығулар мен тапсырмаларды орындау үшін қатысушылардан әсем суреттей алу немесе бейнелеу өнерінен, жалпы арнайы шығармашылық қабілеттер талап етілмейді. Бұндай топта жұмыс жасау барысында тек қана дәстүрлі қағаз, қарындаш пен бояу ғана емес, сонымен қоса қатысушылардың өздері арнайы әзірлеген табиғи материалдар да қолданылуы мүмкін. Бір топта қатысушылар болашақта қажет болуы мүмкін барлық материалды өздері дайындайды. Әр түрлі заттар мен өсімдіктерді жинау барысындағы серуен де топтық жұмыс үшін пайдаланылуы мүмкін.

5 Қорытынды

Қорытындылай келе эмоциялық «күйіп кетудің» алғышарты құрамына педагогтың жеке тұлғалық психологиялық ерекшеліктері мен эмоциялық тұрғыдағы кәсіби іскерліктің өзіне тән ерекшеліктері кіретін бірқатар факторлар болып табылады. Күйіп кетудің дамуына әсер ететін факторларға шолу жасай отырып, біз аталған факторларға жасалған көптеген зерттеу жұмыстары аталған құбылыстың пайда болуындағы басты нәрсе не деген сұраққа жауап бермегендігін көре аламыз. Оның негізгі себебі қайсысы – жеке тұлғалық қасиеттер ме әлде іскерлікке тән сипаттары, адамдармен өзара әрекеттесу ерекшеліктері немесе жұмыс ортасының факторлары ма? Аталған мәселелерді шешу ең алдымен «күйіп кетудің» алдын алу үшін ерекше маңызды болып отыр.

Айта кететін жайт, эмоциялық «күйіп кету» – біршама қауіпті процесс, себебі бұл синдромға шалдыққан адам оның нышандарын байқай бермейді. Ол өзін сырттан көріп, не болып жатқандығын түсіне алмайды. Сондықтан да ол конфронтация мен кінәлауды емес, керісінше, қолдау мен көңіл бөлуді қажет етеді.

Әдебиеттер тізімі

- 1 Кувшинова И.Т., Бойкова О.А. Особенности эмоционального выгорания педагогов общеобразовательного учреждения // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – №5.
- 2 Водопьянова Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях // Психология здоровья / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб., 2000.
- 3 Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – №1.
- 4 Баранова М.В. Благоприятные условия труда как неотъемлемая часть в любой организации // Управление человеческими ресурсами: теория, практика и перспективы. – Белгородский государственный технологический университет им. В. Г. Шухова. – 2017. – С. 236-23.
- 5 Сурженко Л.В. Синдром психического выгорания преподавателей высшей школы: ценностно-смысловой аспект: монография. – Краснодар: КубГАУ, 2014. – 159 с.

Материал редакцияға түсті: 12.09.2019

АКАНБАЕВ, Б.Н., ШАМИТДИНОВ, А.М.

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОФИЛАКТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ УЧИТЕЛЕЙ

В данной статье рассматривается проблема эмоционального выгорания педагогов. Проанализированы особенности эмоционального выгорания педагогов, основные сферы и условия труда, в которых происходит снижение самооценки сформировавшегося Первого этапа выгорания. Выявлены и обоснованы необходимые методы профилактики выгорания, которые в первую очередь снижают влияние стрессовых факторов внешней среды.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, стресс, эмоциональное истощение, условия труда.

AKANBAEV, B.N., SHAMITDINOV, A.M.

TECHNOLOGY OF PREVENTION OF EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS

This article discusses the problem of emotional burnout of teachers. Analyzed the characteristics of emotional burnout of teachers, the main scope and working conditions in which there is a decrease in the self-assessment formed the first stage of burnout. Identified and justified by the necessary prevention methods of burnout, which primarily reduces the influence of stress factors of the external environment.

Key words: professional burnout, stress, emotional exhaustion, working conditions.

УДК 82.09

Рядинская, А.И.

*магистр гуманитарных наук,
преподаватель департамента филологии,
КГПУ им. У.Султангазина,
Костанай, Казахстан*

РАЗВИТИЕ СЕТЕВОЙ ЛИТЕРАТУРЫ В КАЗАХСТАНЕ (НА ПРИМЕРЕ ТВОРЧЕСТВА САМРАТА ИРЖАСОВА)

Аннотация

В работе раскрываются особенности сетевой литературы. Цель данной статьи – проанализировать литературоведческие аспекты сетевой литературы и выявить особенности ее практической реализации в поэзии Казахстанского автора Самрата Иржасова. Текст дает ценную информацию о специфических особенностях сетевой литературы – влиянии постмодернистской картине мира, интерактивности художественного текста, анонимности автора. Особое внимание уделяется идейно-тематическому уровню стихотворных произведений Самрата Иржасова.

Ключевые слова: сетевая литература, сетевая поэзия, литература Казахстана.

МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ СӨЗ 3

ТЕОРИЯЛЫҚ ЖӘНЕ САРАПТАМАЛЫҚ-ШОЛУ ЗЕРТТЕУЛЕР

Анастасова Л. Жоғары бизнес-білім: түлектердің дағдыларына қатысты жұмыс берушілердің халықаралық үрдістері мен үміттері 5

Байжанова С.А., Балгабаева Г.З. Мектепке дейінгі жастағы балалардың Қазақстан Республикасының тарихы мен мәдени құндылықтарына құрметпен қарауды қалыптастыру 17

Бондаренко Ю.Я. Қазіргі білім беру жүйесінде тарихи және көркем бейнелерді пайдалану 21

Бондаренко О.Ю., Бондаренко Ю.Я. Шаршаған адам. Тарих және қазіргі заман 26

Есіркепова К.Қ., Ихсан Д.М. Ұлықбек Есдәулет поэзиясындағы метафора қолданысы 32

Жандауова Ш.Е., Жабагина Ж.Р. Бастауыш сынып оқушыларының дүниетану сабағында танымдық қызығушылығын дамыту 39

Оспанұлы С., Мырзагалиева К. Абай өлеңдерінің қара сөздерімен үндестігі 43

ЭМПИРИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕР

Агеева С.В. 13-14 жас шаңғы-жарысушылардың спринттік қашықтыққа физикалық дайындығының ерекшеліктері 50

Аканов Ш.К. Студент жастар арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру 58

Гурская И.Ф., Гынбаев Ж.А. Қазақстан Республикасы ұлттық құрамасының конькимен жүгірушілердің нәтижелілігін арттыру мүмкіндіктері 62

ПӘНДЕРДІ ОҚЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ ЖӘНЕ ТЕХНОЛОГИЯСЫ

Бекенова А.Қ., Сатбаева М.Т. «Педагогика» курсы бойынша семинар сабақтарын ұйымдастыруда педагогикалық жоғары оқу орындарын оқытудың жаңа тәсілдерін қолдану 69

Даулетбаева Г.Б., Ерсұлтанова З.С. CLIL форматындағы оқыту стратегиялары 74

Ерсұлтанова З.С., Сәбит З.С. Білімді тексеруде және информатикадан сабақтар өткізуде Classroom құралын қолдану 78

ЖАС ЗЕРТТЕУШІЛЕРДІҢ ҒЫЛЫМИ ЕҢБЕКТЕРІ

Аканбаев Б.Н., Шамитдинов А.М. Мұғалімдердің эмоционалды күйіп кетуінің алдын алу технологиясы 83

Рядинская А.И. Қазақстандағы желілік әдебиеттің дамуы Самрат Иржасовтың шығармашылығы мысалында 87

Ташетов А.А., Отынбай Д.О. Медиа-білім оқытудың online жүйесінде студенттердің медиамәдениеті мен медиақауіпсіздігін дамытудың шарты ретінде 92

Турлубаева Д.К. Қостанай облысында музыкалық білім берудің қалыптасуы 96

«РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ» БАҒДАРЛАМАСЫН ЖҮЗЕГЕ АСЫРУ

Мукалиева Б. Х., Рысбек Н. Рухани жаңғыру және білім берудің жанарудағы рөлі 101

МЕРЕЙТОЙЛЫҚ ҚҰТТЫҚТАУЛАР 104

Оспанұлы С. Өмірзақ Сұлтанғазин (Өмірзақ Сұлтанғазинді еске алу) 105

БІЗДІҢ АВТОРЛАР 106

АВТОРЛАРДЫҢ НАЗАРЫНА 112

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО	3	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ОБЗОРНО-АНАЛИТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
<i>Анастасова Л.</i> Высшее бизнес-образование: международные тенденции и ожидания работодателей в отношении навыков выпускников	5	
<i>Байжанова С.А., Балгабаева Г.З.</i> Формирование уважительного отношения к истории и культурным ценностям Республики Казахстан у детей дошкольного возраста	17	
<i>Бондаренко Ю.Я.</i> Использование исторических и художественных образов в системе современного образования	21	
<i>Бондаренко О.Ю., Бондаренко Ю.Я.</i> Человек усталый. История и современность	26	
<i>Есиркепова К.Қ., Ихсан Д.М.</i> Применение метафоры в поэзии Улыкбека Есдаулетова	32	
<i>Жандауова Ш.Е., Жабагина Ж.Р.</i> Развитие познавательного интереса у младших школьников на уроках познание мира	39	
<i>Оспанұлы С., Мырзагалиева К.</i> Гармония стихов и слов назидания Абая	43	
ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
<i>Агеева С.В.</i> Особенности физической подготовки лыжников-гонщиков 13-14 лет на спринтерские дистанции	50	
<i>Аканов Ш.К.</i> Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи	58	
<i>Гурская И.Ф., Тынбаев Ж.А.</i> Возможности повышения результативности конькобежцев национальной сборной Республики Казахстан	62	
МЕТОДИКА И ТЕХНОЛОГИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН		
<i>Бекенова А.К., Сатбаева М.Т.</i> Использование новых подходов обучения педагогических вузов в организации семинарских занятий по курсу «Педагогика»	69	
<i>Даулетбаева Г.Б., Ерсултанова З.С.</i> Образовательные стратегии в формате CLIL	74	
<i>Ерсултанова З.С., Сәбит З.С.</i> Использование Classroom для проверки знаний и проведения занятий по информатике	78	
НАУЧНЫЕ РАБОТЫ МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ		
<i>Аканбаев Б.Н., Шамитдинов А.М.</i> Технология профилактики эмоционального выгорания учителей	83	
<i>Рядинская А.И.</i> Развитие сетевой литературы в Казахстане (на примере творчества Самрата Иржасова)	87	
<i>Ташетов А.А., Отынбай Д.О.</i> Медиаобразование как условие развития медиакультуры и медиабезопасности студентов в системе online обучения	92	
<i>Турлубаева Д.К.</i> Становление музыкального образования в Костанайской области	96	
РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ»		
<i>Мукалиева Б.Х., Рысбек Н.</i> Духовное возрождение и роль образования в модернизации	101	
ЮБИЛЕЙНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ		104
<i>Оспанұлы С.</i> Умирзак Султангазин (Посвящается памяти Умирзака Султангазина)	105	
НАШИ АВТОРЫ		108
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ АВТОРОВ		115

CONTENT

INTRODUCTION..... 3

THEORETICAL AND OVERVIEW-ANALYTICAL ARTICLES

Anastassova L. The higher business education: international trends and employers' expectations towards graduates' skills..... 5

Baizhanova S.A., Balgabayeva, G.Z. Formation of a respectful attitude to history and cultural values in children of preschool age..... 17

Bondarenko Yu.Ya. The use of historical and artistic images in the system of modern education..... 21

Bondarenko O.Yu., Bondarenko Yu. Ya. A tired man. History and modernity..... 26

Esirkepova K.K., Ikhsan D.M. Application of the metaphor in the poetry of Ulikbek Esdauletov..... 32

Zhandauova Sh.E., Zhabagina Zh.R. Development of cognitive interest in younger students in the classroom learning the world..... 39

Ospanuly, S., Myrzagaliyeva, K. Harmony of Abai's poems and edification words..... 43

EMPIRICAL RESEARCH

Ageeva, S.V. Features of the physical training of skiers-racers 13-14 years old at sprint distances..... 50

Akanov, S. K. Formation of a healthy lifestyle among students..... 58

Gurskaya I.F., Tunbaev Zh.A. Opportunities to improve the results of skaters of the national team of the Republic of Kazakhstan..... 62

METHODOLOGY AND TECHNOLOGY OF TEACHING DISCIPLINES

Bekenova A.K., Satbaeva M.T. Use of new approaches to teaching pedagogical higher education institutions in organizing seminar lessons in the pedagogy course..... 69

Dauletbaeva G.B., Ersultanova Z.S. Educational strategies in the CLIL format..... 74

Yersultanova Z. S. Sabit Z.S. Usage of classroom for training and testing of the knowledge on informatics..... 78

SCIENTIFIC WORK OF YOUNG RESEARCHERS

Amanbaev B.N., Shamitdinov A.M. Technology of prevention of emotional burnout of teachers..... 83

Ryadinskaya A.I. The development of the network literature in Kazakhstan by the example of the art of Samrat Irzhasov..... 87

Tashetov A.A., Otynbai D.O. Media education as a condition for the development of mediaculture and media security of students in online education system..... 92

Turlubayeva D.K. Formation of music education in Kostanay region..... 96

REALIZATION OF THE PROGRAMME «RUKHANY ZHANGYRU»

Mukaliev B.H., Rysbek N. Spiritual revival and the role of education in modernization..... 101

ANNIVERSARY CONGRATULATIONS..... 104

Ospanuly S. Umirzak Sultangazin (Dedicated to the memory of Umirzak Sultangazin)..... 105

OUR AUTHORS..... 110

INFORMATION FOR AUTHORS..... 118