

ӘОЖ 612.821

ЖАЛПЫ ОРТА БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕПТЕРДЕГІ МҰҒАЛІМДЕРДІҢ ДЕНСАУЛЫҒЫН ЗЕРТТЕУ

Сәнтай Еңлік Абзалқызы

магистрант , Жаратылыстану ғылымдары факультетінің жалпы биология және геномика кафедрасы, Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ,
Астана қ., Қазақстан

Ғылыми жетекші: Мукатаева Жанат Макановна
профессор , Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Жаратылыстану ғылымдары
факультетінің жалпы биология және геномика кафедрасы,
Астана қ., Қазақстан

Мақала мемлекеттік және жекеменшік мектеп мұғалімдерінің денсаулығын зерттеу, сонымен қоса, стресс көздерін зерттеуге, сондай-ақ стрессті қабылдау деңгейін зерттеуге арналған. Стресс - алаңдаушылық, ыңғайсыздық, эмоционалдық шиеленіс және қоршаған ортаға бейімделу қиындықтары сияқты белгілі бір жағдайларға табиғи мінез-құлық реакциясы. Г.Финктің пікірінше, «күйзеліс- қашып құтылатын нәрсе емес. Стресстен аулақ болу мүмкін емес, өйткені өмір сүру үшін энергия қажет». Зерттеулер нәтижесі мемлекеттік мектеп мұғалімдері жеке мектеп мұғалімдеріне қарағанда стрессті сезінуде жоғары ұпай жинағанын анықтады. Оқушылардың ынталары артып, оқу үлгерімінің жақсарғанын көрсеткенде, мұғалімдер өз жұмыстарын жақсы атқарғанын сезінеді. Алайда, мұғалімдер оқушылардың үлгерімінің төмендеуін байқаған кезде олар бірте-бірте өсетін жағымсыз көзқарастар көбейе түседі. Мұғалімдер жұмыста осындай күйзеліс факторларының үнемі әсерінен шаршауды сезінеді. Сол себептен олардың дайындалу және сабақ беру сапасы нашарлайды. Қ.М. Коккинос мұғалімнің шаршауының үш құрамдас бөлігін анықтады: а) эмоционалдық шаршау; б) тұлғасыздандыру; в) жеке жетістік сезімінің төмендеуі. Бұл компоненттердің барлығы оқушылармен нашар қарым-қатынасқа әкеледі. Оқушылардың мектептегі психологиялық климатты қабылдауына талдау жасағанда, мемлекеттік мектептердегі оқушыларға қарағанда жекеменшік мектеп оқушыларының мектеп климаты қолайлырақ екені анықталды. Жеке мектептерде үш басым белгілерді анықтауға болады: а) неғұрлым ұйымдасқан климат; ә) мектеп ережелері неғұрлым әділ және түсінікті; в) мемлекеттік мектептердегі оқушылармен салыстырғанда мұғалімдермен қарым-қатынас қолайлырақ болып келеді.

Кілт сөздер: биология пәні, мұғалімнің денсаулығы, мемлекеттік мектеп, жекеменшік мектеп, стресс көзі, күйзеліс факторлары, әкімшілік.

Зерттеу нысаны мен әдістері.

Астана қаласындағы Мұқағали Мақатаев атындағы №74 мектеп-гимназиясында 122 мұғалім; Нұрорда мектебінен 50 мұғалім. Зерттеу барысында мұғалімдердің жасы мен балабақшадағы немесе мектептегі еңбек өтіліне қатысты ақпарат пайдаланылмаған. Сауалнама сілтемені электрондық пошта арқылы жіберу арқылы кез келген адамға қолжетімді болды. Сілтемені электронды пошта арқылы алғандар сауалнаманы басқа мектептердің мекенжайларына жіберіп, 172 қатысушы осылайша тіркелді. Зерттеу 2024-2025 жылдың күзінде және көктемінде жүргізілді.

Нәтижелері мен талдау.

Бұл зерттеу сандық және сапалық 17 сұрақтан тұратын сауалнама негізінде жүргізілді.

Бірінші бөлімде демографиялық деректер бар.

Екінші бөлімде қатысушыларға стресстің ең жоғары деңгейін бастан өткерген жылдың айын анықтау сұралды. Оларға екі көрсеткіш бойынша ең үлкен күйзеліс айын анықтау ұсынылды. Біріншіден, берілген айда мектеп күнтізбесі бойынша орын алған белгілі бір стресс оқиғасын анықтау керек болды; және екіншіден, белгілі бір айды бөліп көрсету зерттеуге қатысушыларға оқу жылы ішінде қабылданған стресс деңгейлерінің пайызын дәлірек анықтау үшін өз есептерін ұйымдастыруға мүмкіндік береді деп болжанған.

Қатысушыларға 1-ден 10-ға дейін Лейкерт шкаласы бойынша стресс деңгейін бағалау ұсынылды: 10 - «қатты күйзеліс» және 1 - «Мүлдем күйзеліс емес». Дәл осындай процесс оқу жылы ішінде ең төменгі күйзелістен ең жоғары күйзеліс деңгейіне дейін ең жоғары күйзеліс айын анықтау үшін қажет болды. Қатысушылар өткен жылы бастан өткерген стресс деңгейі туралы ойланғаннан кейін олардан жұмысқа байланысты стресстің ең көп таралған көздерін тізімдеу сұралды.

Сауалнаманың үшінші бөлімінде жұмыстағы стресстік оқиғаларға қатысты тағы жеті нақты сұрақ болды. Әрбір сұраққа жауап: «Ешқашан», «Дерлік ешқашан», «Кейде», «Жиі», «Өте жиі». Үшінші бөлімдегі сұрақтар белгіленген мерзімдерге, сыныпты басқаруға, сенімділік пен сенімге, стресстің қатысушылардың оқу қабілеттеріне әсері мен күйзелістің жеке өмірге әсерімен байланысты. Бөлім зерттелмеген кері байланыс пен зерттеуге қатысушылардың пікірлерін қамтитын абзацпен аяқталады. Алынған деректер негізінде Google құжаты жасалды, содан кейін ол Excel электрондық кестесіне экспортталды. Сандық деректер әр мектеп түрі мен деңгейі бойынша санаттарға бөлінді. Әрбір

стресс факторының маңыздылығын түсіндіру үшін барлық аталған стресс факторларының пайызы есептелді.

Бұл зерттеу жұмысқа байланысты стресс факторларын анықтау және зерттеуге қатысушылар арасында стресс деңгейін қабылдауды бағалау үшін жүргізілді.

Қатысушылар ең көп күйзеліске түскен айды анықтады. Нәтижелер әртүрлі болды, бірақ мұғалімдердің ең көп күйзелетін айын анықтауда әрбір топтағы мұғалімдерге тән кейбір үрдістер болды. Жекеменшік мектептердің мұғалімдерінің 60%-ы (1-кесте) ақпан, сәуір және мамыр айларында көктемгі семестрде стресс факторларын анықтады. Оқытушылардың аз пайызы күзгі семестрде (тамыз-желтоқсан) жұмыстағы күйзеліс туралы хабарлады. Одан да аз мұғалімдер оқу жылының алғашқы айларында (тамыз және қыркүйек) жұмыста күйзеліске ұшырайды. Қатысушылардың көпшілігі көктем айларын ең стрессті деп бағалағанымен, көктемгі семестрдегі орташа күйзеліс деңгейі күзгі семестрдегі стресс деңгейімен салыстырғанда 10-нан 7,48-ді құрады, ол 10-нан 7,94 болды. Сонымен қатар, бес қатысушы екі семестрді де өздері үшін стресстік деп бағалады, бұл мектеп жылының әр түрлі уақыттарында әртүрлі стресс факторларының әсер ету мүмкіндігін көрсетті. Ақырында, екі қатысушы жыл ішінде стрессті сезінген бір ай туралы есеп бермеді.

Кесте 1 - Мұғалімдер ең көп күйзеліске түскен айлар

	Нұрорда мектебі		№74 мектеп-гимназиясы	
Күзгі семестр	12	28,6%	31	23,8%
Көктемгі семестр	23	54,8%	84	64,6%
Екі семестр	5	11,9%	8	6,2%
Стресс кезбеген айлар	2	4,8%	7	5,4%

Мемлекеттік мектеп мұғалімдерінің 70%-дан астамы көктемгі семестрде күйзеліске ұшырағанын хабарлады (1-кестені қараңыз). Олардың ішінде көктемгі сәуір мен мамыр айлары ең көп дауыс жинады (92 жауаптың 66-сы) және ең жоғары күйзеліс айлары деп аталды. Кейбір қатысушылар нақтырақ болды және тіпті көктем айларын ең стрессті деп санаудың себебі ретінде мемлекеттік тестілеуді атады. Күз айларында жауаптар айтарлықтай аз болды. Күздегі күйзеліске ұшыраған 39 жауаптың 70%-ы оқу жылының алғашқы екі айын – тамыз және қыркүйек айларын көрсетті. Жеке мектеп мұғалімдерінен айырмашылығы, көпшілігі өз жауаптарында көктем айларын атады, дегенмен бұл орташа күйзеліс ұпайынан (10-нан 8,54), күз айларындағы 10-дан 8,41-ге тең болатын орташа күйзеліс ұпайынан әлдеқайда жоғары емес.

Жеке мектеп мұғалімдері тізбелеген күйзеліс факторларының көпшілігі «еңбек міндеттері» санатына жатады. Ең жиі айтылатын стресс факторы –

«тапсырмаларды жіктеу». Сабақты жоспарлау және жұмысқа байланысты сабақтан тыс іс-шаралар жиі айтылған стресс факторларының бірі болды. Сонымен қатар, жиналыстар мен жиындар «мағынасыз», ал қағазбастылық үнемі «қосымша жұмыс» деп сипатталады.

Зерттеудегі стресстің тағы бір негізгі көзі ата-аналар болды, атап айтқанда ата-аналар мен мұғалімдер конференциялары. Мұғалімдердің бірі «ата-анадан шындыққа жанаспайтын үміттерді» атап өтті. Күйзелістің тағы бір көзі әкімшілік болды. Жеке мектеп мұғалімдерінің 31% күйзеліс көздеріне саясат, мерзімдер және әкімшілік бақылау жатады деп түсіндірді.

Орта мектеп мұғалімдері үшін оқушылардың мінез-құлқы стресстің негізгі көздерінің бірі болды, оны мемлекеттік мектеп мұғалімдерінің 25,4%-ы атап өтті. Зерттеуге қатысушылардың 20%-ға жуығы стресстің негізгі көзі ретінде «оқушының үлгерімін» атады, ал оның бағалары, оқу деңгейлері және алдыңғы оқушылардың үлгерімі стресстің негізгі көздері ретінде атап өтілді.

Ең бастысы, мемлекеттік мектептерге қатысушылардың 48,5% көктем айларын ең жоғары күйзеліс уақыты ретінде анықтап, мемлекеттік емтихандарды атап өтті. Студенттердің үлгерімі туралы деректерден басқа, көптеген адамдар келтірген стресстің маңызды көзі үнемі «нәтижелерге назар аударатын» әкімшіліктің студенттердің «шынайы емес» және «өзгеретін» үміттері болды. Мазасыздық пен толқу жаңа бағдарламалардың пайда болуымен, заңнаманың өзгеруімен және сәйкесінше болашақ нәтижелерге деген үміттердің өзгеруімен түсіндіріледі.

Қорытынды.

Бұл зерттеудің деректері барлық деңгейлер мен санаттардағы мектептердің қатысушылары айтарлықтай стресс деңгейін бастан кешіргенін көрсетті. Жеке және мемлекеттік мектептердің мұғалімдері жұмыста тым көп жауапкершілікті алып, оқу жылы бойы стресстік жағдайларға тап болғанымен келіседі. Негізгі айырмашылықтардың бірі мұғалімдердің әрбір тобының қабылдаған күйзеліс деңгейі болды. Оқу жылының ең жоғары күйзеліс кезеңдерінде және тіпті ең төменгі күйзеліс кезеңдерінде, барлық мектеп деңгейіндегі мемлекеттік мектеп мұғалімдері жеке мектеп мұғалімдеріне қарағанда стресс деңгейін жоғары деп хабарлады.

Стресстің нақты көздерін бағалау кезінде мемлекеттік мектеп мұғалімдерінің жұмысындағы стресс факторларының барлығы дерлік олар бағаланатын жүйемен байланысты екені белгілі болды. Студенттердің деңгейін бағалайтын, стандартталған тестілердің ұпайларын есептейтін мұғалімдердің күйзелісімен қатар, олардың ұстаздық қабілетін сынауға байланысты көптеген жиналыстар (жиындар, конференциялар), бағалау және талдаулар бар. Жекеменшік мектептерде, керісінше, стандартталған тестілеуге қатысты стресс болған жоқ.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Rice J.K. Teacher Quality: Understanding the effectiveness of teacher attributes. Economic Policy Institute, 1660 L Street, NW, Suite 1200, Washington, DC 20035, 2003. 64 p.
2. Ross S.W., Romer N., Horner R.H. Teacher well-being and the implementation of school-wide positive behavior interventions and supports // Journal of Positive Behavior Interventions. 2012. № 14 (2). P. 118–128.
3. Shen B., McCaughtry N., Martin J., Garn A., Kulik N., Fahlman M. The relationship between teacher burnout and student motivation // The British Journal of Educational Psychology. 2015. № 85 (4). P. 519–532.
4. Timms C., Graham D., Cottrell D. “I just want to teach” Queensland independent school teachers and their workload // Journal of Educational Administration. 2007. № 45 (5). P. 569–586

ИССЛЕДОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧИТЕЛЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ

Сантай Еңлік Абзалқызы

Научный руководитель: Мукатаева Ж. М.

Данная статья посвящена исследованию здоровья учителей государственных и частных школ, а также анализу источников стресса и уровня его восприятия. Стресс представляет собой естественную поведенческую реакцию на определенные ситуации, такие как тревожность, дискомфорт, эмоциональное напряжение и трудности адаптации к окружающей среде. По мнению Г. Финка, «стресс — это не то, чего можно избежать. Избежать стресса невозможно, потому что для жизни необходима энергия». Результаты исследования показали, что учителя государственных школ набрали более высокие баллы по уровню стресса по сравнению с их коллегами из частных школ. Когда ученики демонстрируют повышенную мотивацию и улучшение успеваемости, учителя ощущают удовлетворенность своей работой. Однако при снижении академической успеваемости учащихся у учителей постепенно усиливаются негативные установки. Постоянное влияние стрессовых факторов на работе приводит к усталости, что негативно сказывается на подготовке к занятиям и качестве преподавания. К.М. Коккинос выделил три компонента профессионального выгорания учителей: а) эмоциональное истощение; б) деперсонализация; в) снижение чувства личных достижений. Все эти факторы ухудшают

взаимоотношения учителей с учащимися. Анализ восприятия школьного психологического климата со стороны учеников показал, что учащиеся частных школ оценивают его как более благоприятный по сравнению с учениками государственных школ. В частных школах можно выделить три основных характеристики: а) более организованный климат; б) более справедливые и понятные школьные правила; в) более благоприятные отношения между учителями и учащимися по сравнению с государственными школами.

Ключевые слова: биология, здоровье учителя, государственная школа, частная школа, источник стресса, стрессовые факторы, администрация.

HEALTH RESEARCH OF PUBLIC SCHOOL TEACHERS

Santay E.A.

Scientific supervisor: Mukataeva Zh. M.

This article is devoted to the study of health of teachers of public and public schools, as well as analysing the sources of stress and the level of its perception. Stress is a natural behavioural reaction to certain situations, such as anxiety, discomfort, emotional tension and difficulties in adapting to the environment. According to G. Fink, "stress is not something that can be avoided. It is impossible to avoid stress because energy is necessary for life". The results of the study showed that public school teachers scored higher on stress levels compared to their public school counterparts. When students show increased motivation and improved academic performance, teachers feel satisfied with their jobs. However, when students' academic performance declines, teachers' negative attitudes gradually increase. The constant influence of stress factors at work leads to fatigue, which negatively affects preparation for classes and the quality of teaching. K.M. Kokkinos identified three components of teachers' professional burnout: a) emotional exhaustion; b) depersonalisation; c) reduced sense of personal achievement. All these factors worsen the relationship between teachers and students. The analysis of students' perception of the school psychological climate has shown that students in public schools assess it as more favourable compared to students in public schools. Three main characteristics can be identified in public schools: a) more organised climate; b) fairer and more understandable school rules; c) more favourable relations between teachers and students compared to public schools.

Keywords: biology, teacher health, public school, public school, source of stress, stressors, administration.

REFERENCES

1. Rice J.K. Teacher Quality: Understanding the effectiveness of teacher attributes. Economic Policy Institute, 1660 L Street, NW, Suite 1200, Washington, DC 20035, 2003. 64 p.
2. Ross S.W., Romer N., Horner R.H. Teacher well-being and the implementation of school-wide positive behavior interventions and supports // Journal of Positive Behavior Interventions. 2012. № 14 (2). P. 118–128.
3. Shen B., McCaughtry N., Martin J., Garn A., Kulik N., Fahlman M. The relationship between teacher burnout and student motivation // The British Journal of Educational Psychology. 2015. № 85 (4). P. 519–532.
4. Timms C., Graham D., Cottrell D. “I just want to teach” Queensland independent school teachers and their workload // Journal of Educational Administration. 2007. № 45 (5). P. 569–586