

К.С. Игембаева^{1*}, Ү. Gelisli², Р.Ш. Сабирава³, Г.К. Сланбекова⁴

^{1,3,4}Академик Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды университеті, Қарағанды, Қазақстан;
²Гази университеті, Анкара, Түркия

(*Хат-хабарламаға арналған автор. E-mail: Igembaeva.K_1981@mail.ru)

¹ORCID 0000-0003-3007-736X

²ORCID 0000-0003-2816-3621

³ORCID 0000-0001-6676-1986

⁴ORCID 0000-0003-4908-5132

Болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының қажеттілік-мотивациялық компонентінің ерекшеліктері

Мақалада жоғары мектептің білім беру үдерісінде болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының көрінісінің бірі ретінде өзін-өзі дамыту қажеттілігінің өзектілігі көрсетілген. Еліміздің білім беру жүйесіндегі білім беруді дамыту қағидасының мазмұнына енгізілген өзгерістер негізге алынды. Психологиялық әдебиеттерге талдау жасау негізінде психологиялық денсаулық түсінігіне сипаттама жан-жақты берілген. Психологиялық денсаулық пен психикалық денсаулық түсініктерінің айырмашылығы көрсетілген. Авторлар қағидалардың негізінде психологиялық денсаулықтың бірнеше компоненті жайлы айтады. Жоғары мектептің білім беру кеңістігінде болашақ педагогтардың маман ретінде қалыптасуында көрініс беретін, психологиялық денсаулықтың мотивациялық-қажеттілік компонентінің мазмұны сипатталған. Аталмыш компоненттің маңыздылығы, авторлардың көзқарастарына сәйкес теориялық тұрғыда талданған. Білім алушылардың психологиялық денсаулық ерекшеліктерін эксперименталдық тұрғыда зерттей отырып, оны дамыту факторлары мен психологиялық шарттары анықталған. Мақалада психологиялық денсаулықтың бір компоненті, университеттің білім беру жүйесінде болашақ педагогтардың бойында көрінуі тұрғысынан сипатталған. Тақырыптың мазмұнын тәжірибелік тұрғыда ашу мақсатында педагогикалық бағыттағы әртүрлі білім беру бағдарламаларының 2-курс білім алушыларының «психологиялық денсаулық» феноменінің мотивациялық-қажеттілік компонентін зерттеу нәтижелері берілген. Білім алушылардың бойындағы жетістік және сәтсіздік мотивациялары зерттелген. Зерттеу әдісі ретінде А.А. Реанның «Жетістік және сәтсіздіктен қорқу мотивациясы» сауалнамасы қолданылған. Алынған нәтижелердің негізінде болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының мотивациялық өрісін дамытуға бағытталатын психологиялық-педагогикалық шарттар кешенін енгізу ұсынылады. Алынған нәтижелердің негізінде, білім алушылардың дамуы мен қалыптасуына қажетті маңызды жаңашылдықтарды енгізу туралы көрсетілген.

Кілт сөздер: психологиялық денсаулық, болашақ педагогтар, қажеттілік-мотивациялық компонент, білім беру, өзін-өзі өзіктендіру қажеттілігі, өзін-өзі дамыту қажеттілігі, білім алушылар, жоғары мектеп.

Кіріспе

Елімізде жаңа экономикалық қатынастардың қалыптасу кезеңінде білім беру саласы, педагогтардың жеке және кәсіби қасиеттерін қоғамның айнымас жоғары талаптары бар қызмет ретінде жиі қарастырылады. Мемлекет педагогтардың оқу-тәрбие үдерісіне адамгершілікпен қарауды талап ете отырып, педагогтың кәсіби іс-әрекетіне жоғары деңгейдегі талаптар қояды. Педагогтың кәсіби іс-әрекетіндегі оқу жүктемесі және цифрлық технологияның қарқынды дамуы, мамандықтың талаптары және білім беру саласында жиі енгізілетін өзгерістер, маманның тарапынан үнемі үздіксіз өзін-өзі дамытуды, сыртқы жағымсыз факторларға төтеп бере алуға қажетті ептіліктер мен дағдыларды, арнайы білімді, сонымен қатар психологиялық денсаулықтың сапаларының жеткілікті дәрежеде болуын қажет етеді. Бұл өз кезегінде маманның бойындағы стресске төзімділік, мақсат көздеушілік, өз уақытын дұрыс ұйымдастыра алу, шешім қабылдау, өзін-өзі үнемі жетілдіру қажеттілігін және т.б. маңызды сапалардың болуын білдіреді. Осы сапалар адамның психологиялық денсаулығының бірнеше компоненттерінің мазмұнына сәйкес көрініс береді.

Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2023 жылғы 23 наурыздағы № 249 қаулысымен бекітілген «Қазақстан Республикасында мектепке дейінгі, орта, техникалық және кәсіптік білім беруді дамытудың 2023–2029 жылдарға арналған Тұжырымдамасында» оқу үдерісінің субъектілері,

педагогтың мәртебесі және білім беру үдерісін дамытудың қағидалары мен тәсілдеріне қатысты маңызды сұрақтар көрсетілген. Осыған байланысты, педагогтардың бойында білім беру үдерісінің тиімділігін арттыру жолында, маманның бойында тұлғалық, әрі кәсіби маңызды біршама қасиеттердің және психологиялық денсаулықтың сапаларының жоғары деңгейде болуын қажет етеді [1].

Білімді де білікті кадрларсыз білім беру жүйесін дамыту мүмкін емес. 2019 жылы қабылданған «Педагог мәртебесі туралы» Қазақстан Республикасының Заңы соңғы үш жылда педагогтерге қолайлы жағдай жасау және олардың кәсіби тұрғыда өсуін ынталандыру бойынша жүйелі шаралар кешенін іске асыруға мүмкіндік берді. Осыған орай, соңғы үш жылда педагогтың мәртебесіне қатысты көптеген өзгерістер туралы айтылып келеді. Нақтырақ айтқанда, Қазақстанның білім беру жүйесін дамыту үдерістері педагогтардың үздіксіз кәсіби дамуын басымдылыққа айналдырады. Ол педагогтардың өздеріне қатысты қиындықтар мен қажеттіліктер бойынша даярлыққа қажетті сапаларды үнемі бақылап отыруды талап етеді.

Педагогтардың үздіксіз кәсіби дамуы мақсатында, білім беру сапасын арттыруды қамтамасыз ету үдерісі, осы бағыттағы ғылыми-зерттеу жұмыстарын қарқынды жүзеге асыруды қажет етеді. Педагогтардың өз кәсіби іс-әрекеттеріне деген бағыттылығы, мамандардың тарапынан маңызды кәсіби қасиеттердің болуын, сонымен қатар педагогтардың физикалық және психологиялық денсаулығының маңыздылығын қажет етеді. Осыған орай, біз жоғары мектептің білім беру кеңістігінде болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының маңызды компоненттерін зерттеуді мақсат ретінде қойдық. Біздің тақырыбымыздың өзектілігі мен маңыздылығы, елімізде білім беруді дамытуға бағытталған тұжырымдама мазмұнына сәйкес, болашақ педагогтардың кәсіби дамуын қамтамасыз етуге негізделеді.

Әрбір адамның кәсіби іс-әрекетті орындау үдерісінің барысында маман, әрі тұлға ретінде дамуы, адамның психологиялық денсаулығының жеткілікті дәрежеде болуына тікелей негізделеді. Осыған орай, біздің зерттеу жұмысымыз болашақ педагогтардың бойында психологиялық денсаулықтың маңызды компоненттерінің бірін, оның ішінде мотивациялық-қажеттілік компонентін эксперименталдық тұрғыда зерттеуге негізделеді.

Психологиялық денсаулық мәселесі — теориялық және әдістемелік бағыттардың үлкен саны ұсынылған ғылыми білімнің маңызды салаларының бірі. Қазіргі өмірдің өзекті мәселесі — қолайсыз жағдайларда психологиялық денсаулықты сақтау, сонымен қатар белгілі бір ауруларды алдын алуға мүмкіндік беретін және қауіп келтіретін факторларды түсіну мен қажетті алғы шарттарды ұйымдастыруға негізделеді.

Қоғамдық дамудың басты міндеттерінің қатарына денсаулықты қамтамасыз ету мәселесін алға жылжыту, оның теориялық дамуының өзектілігін, денсаулықты онтайландыру және сақтау жолдарын іздестіруді жатқызуға болады.

Қазақстанның білім беру жүйесін дамыту үдерістері педагогтардың үздіксіз кәсіби даму бағытын басымдыққа айналдырады, ол педагогтардың өздеріне қойылатын қиындықтар мен қажеттіліктер бойынша курстық даярлыққа енгізілуі тиіс. Сонымен қатар талап етілетін кәсіби даму оның тиімділігін үнемі бақылап отыруды талап етеді. Мұндай интеграция педагогтардың үздіксіз кәсіби дамуы мақсатында, білім беру сапасын арттырудың күтілетін нәтижесімен ғылыми-әдістемелік жұмысты орындауға мүмкіндік береді.

Қазіргі таңда жоғары білім беру қарқынды даму жолында және өз ықпалының болашақ мамандарға, демек білім алушыларға деген әсері, олардың оқу үдерісіндегі оқу көрсеткіштері мен психологиялық денсаулықтарынан көрінеді. Жоғары мектептің білім беру мазмұнының басты мақсаты — мамандықтың талабына сәйкес келетін біліктілігі мен құзыреттілігі жоғары, жауапкершілігі бар, өз мамандығын меңгерген және іс-әрекет өрісінде еркін бағдарлана алатын, үнемі өзін тұлға ретінде жетілдіруге бейім маманды дайындау. Мұндай педагогикалық стратегияны жүзеге асыру жолында, болашақ мамандардың психологиялық денсаулықтары сыртқы ықпалдар, талаптар мен өзгерістерге байланысты арнайы педагогикалық-психологиялық сүйемелдеу жұмыстарын қажет етеді [2].

Жоғары мектепке түсу және оқу үдерісі жастардың көпшілігі үшін қиын және бетбұрысты кезең. Жаңа оқу жағдайына бейімделу, арнайы пәндерді игеру, сонымен қатар педагогикалық мамандықтың талабына сәйкес кәсіби маңызды қасиеттер мен дағдыларды қалыптастыру, болашақ педагогтардан физикалық және психологиялық денсаулықтың жеткілікті дәрежеде болуын қажет етеді.

Жастардың білім алуының, әлеуметтенуінің және мамандануының табыстылығы үшін маңызды болғандықтан, психологиялық денсаулық мәселесі, білім беруде ерекше өзекті сұрақтардың бірі [3].

Білім алушылардың психологиялық денсаулығын зерттеудің өзектілігі студенттік ортада стрессогендік факторлардың байқалуымен анықталады, нақтырақ айтқанда емтихан тапсыру жағдайлары, әлеуметтік бейімделу кезеңдері, болашақ кәсіби ортада тұлғалық өзін-өзі анықтаудың қажеттілігін туындатады және осыған байланысты бастан кешірілетін күйзелістермен уайымдар, индивидтің психикалық денсаулығына біршама қауіп тудыруы мүмкін. Жаңа әлеуметтік ортаға белсенді ену кезеңі білім алушылар тобында тұлғалық ресурстардың, психологиялық денсаулықтың компоненттерінің жеткілікті дәрежеде болуын қажет етеді.

Білім беру тұжырымдамасының мазмұнына сәйкес, мемлекеттің алдында педагогтардың дамуына қатысты қойылған біршама мәселелерді шешу міндеті тұр. Педагог білім беру үдерісін басты жүзеге асырушы субъект болғандықтан, маманның психологиялық денсаулығының жағымды сипатта дамуы өте маңызды. Осы сұрақты жүзеге асырудың бір жолы ретінде, біз жоғары мектептің білім беру кеңістігінде болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының көрсеткіштерін жан-жақты зерттеу қажеттілігі, білім беру үдерісіндегі тиімді нәтижелерге ықпал етеді деп ойлаймыз. Осыған орай, таңдалып алынған тақырыптың төңірегінде, болашақ педагогтардың болашақта өз мамандықтарында кәсіби жетістіктерге жетуі, мамандықта толыққанды бағдарлануы олардың қажеттілік-мотивациялық өрістерінің қалыптасу деңгейіне негізделеді деуге болады. Өз жұмысымыздың мақсаты ретінде, жоғары мектептің білім беру кеңістігінде, болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының қажеттілік-мотивациялық компонентін эксперименталдық тұрғыда зерттеуді мақсат ретінде қойдық. Бұл мақсатты жүзеге асыру барысында, психологиялық денсаулық ұғымының мазмұнына, оның компоненттеріне теориялық тұрғыда талдау жасалынды.

Адамның психологиялық денсаулығын сақтау, нығайту және дамыту мәселесінің өзектілігін көптеген ресейлік және шетелдік зерттеушілер өз еңбектерінде атап көрсетеді (Б.С. Братусь, И.В. Дубровина, А.И. Захаров, В.Э. Пахальян, В.И. Слободчиков, Д.И. Фельдштейн, О.В. Хухлаева, А.В. Шувалов, U. Flick, C. Fischer, M. Diefenbach, H. Leventhal, A.H. Maslow, A. Neuber және т.б.).

Психологиялық әдебиеттерде «психикалық денсаулық» (Б.С. Братусь), «психологиялық денсаулық» (И.В. Дубровина), «тұлғалық денсаулық» (Л.М. Митина) және «рухани денсаулық» (Ю.А. Кореляков) деген ұғымдарды кездестіруге болады.

«Денсаулық» феномені көптеген анатомия, философия, медицина, психология және әлеуметтану секілді ғылымдардың ғылыми зерттеу нысаны болып табылады. Ғылыми зерттеулердің кең ауқымдылығы адам денсаулығына негізделі отырып, өмір іс-әрекетінің биологиялық, психикалық және әлеуметтік деңгейде көрініс беруімен түсіндіріледі. Осыған байланысты «денсаулық» феноменінің мәні әртүрлі критерийлер арқылы ашылады.

Денсаулық — бұл адамның бойында «аурулар мен даму ақауларының болмауы» ғана емес, сонымен қатар толық физикалық, рухани және әлеуметтік салауаттылық жағдайы және «ағзаның оңтайлы жұмыс жасауы» ретінде сипатталады [4, 53].

Психологиялық денсаулық — бұл тұлғаның рухани салауаттылық деңгейі арқылы (жайлылық), бізді қоршаған әлемге адекватты қатынас және невроздар мен фобиялар секілді ауыр психикалық құбылыстардың болмауын білдіреді. Психологиялық денсаулық — адамның толыққанды дамуының басты шарты. Сократ «тән жаннан бөлек және тәуелсіз ауырмайды» деп көрсеткен, демек физикалық және психологиялық денсаулық өзара тығыз байланысты. Психологиялық денсаулықтың сапасы мен деңгейі тұлғаның әлеуметтік, әлеуметтік-психологиялық және индивидуалды-психикалық бейімделу көрсеткіштерімен сипатталады.

XX ғасырдағы көптеген батыс ғалымдары мен психологтар, тұлға теориясын психоаналитикалық және гуманистік бағытқа сәйкес қарастыруда, дені сау, есейген және бейімделген тұлға ұғымдарын кең ауқымды қарастырған. Дені сау тұлға ұғымының мазмұнын авторлар психологиялық денсаулық тұрғысынан көрсетеді. Денсаулық психологиясы дені сау адамды қарастыруда, орталық түсінік ретінде адамның индивидуалды-психологиялық ерекшеліктерін, қоршаған ортаның патогенді факторларының әсерінен денсаулығын сақтауға мүмкіндік беретін, психикасының ресурстарын негізге алады [5].

Тұлғаның психологиялық денсаулығын биологиялық (физикалық, физиологиялық), психикалық және әлеуметтік бірлікте қарастыра отырып, адамның өмір іс-әрекетінің әлеуметтік, экзистенциалдық және виртуалдық деңгейлерінде тұрақты түрде бейімделу қызметін болжайды деуге болады [6].

Қазіргі таңда психологиялық денсаулықты зерттеумен айналысатын отандық авторларға В.А. Ананьев, Б.С. Братусь, И.В. Дубровина, Г.С. Никифоров және басқалары жатады. Адамның денсаулығын сақтау мен нығайту мәселелері және өсіп келе жатқан жас ұрпақтың әлеуметтік, тұлғалық және адамгершіліктік деградациясын алдын алу сұрақтары білім беру үдерісінде кеңінен қарастырылып жүр. Ал жоғары мектептің білім алушыларының оқу үдерісінде денсаулығын сақтаудың кейбір мәселелері қазақстандық авторлардың ішінде С.М. Жақыпов, Р.Б. Каримова, Қ.Н. Нығыметова және Н.Д. Унарбекова еңбектерінде қарастырылған.

Ғылыми әдебиеттерде психологиялық денсаулық мәселесін зерттеудің екі тәсілі бар: гуманистік және антропологиялық. Гуманистік көзқарас тұрғысынан психологиялық денсаулық мәселесін Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс сияқты шетелдік ғалымдар зерттеді. Антропологиялық көзқарастың негіздерін отандық ғалымдардан В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев, А.В. Шувалов, Г.А. Цукерман қарастырған.

«Денсаулық» ұғымын жан-жақты қарастырудың негізінде, «адамның психологиялық денсаулығы» түсінігінің құрылымын құрастыруда, жүйелі көзқарасты негізге алуды қажет етеді. Жүйелік талдау әдіснамасы «психологиялық денсаулық» феноменін оның құрылымдық құрамдас бөліктері жағынан, сонымен қатар функционалдық байланыстар мен қатынастар жағынан қарастыруға мүмкіндік береді.

И.В. Дубровина «психологиялық денсаулық» ұғымын енгізе отырып, психикалық және психологиялық денсаулық ұғымдарының арасында айырмашылықтарды көрсеткен: психикалық денсаулық жекелеген психикалық процестер мен механизмдерге қатысты болса, психологиялық денсаулық адам рухының тікелей көрінісімен байланысты бола отырып, жеке тұлғаны онтогенетикалық даму үдерісімен тұтастай сипаттайды. Автордың көзқарасы бойынша психологиялық денсаулық адамның бойында ақиқат пен әсемдік секілді құндылықтарға бағдарлануынан, рухани бастамаларға бағыттылығынан көрінеді және ішкі, әрі сыртқы ықпалдарға байланысты өзгеріп отырады [7].

В.А. Ананьев «Денсаулық психологиясы» атты еңбегінде тұлға денсаулығының құрамдас бөліктері мен бірнеше сипаттамаларын ашып көрсеткен. Автор дені сау тұлғаның бірнеше қасиеттеріне келесілерді жатқызады: соматикалық денсаулық, өзін-өзі бақылауды дамыту мен адам өміріндегі әртүрлі жағдайларға сәйкес келетін реакцияларды меңгеру, шынайы және мінсіз мақсаттарды және «меннің» ішкі құрылымындағы әртүрлі құрамдас бөліктерін ажырата алу, әлеуметтік нормалар шегінде өзінің жүріс-тұрысы мен әрекеттерін реттей алу. Автор адамның өмір сүру тәсілін, бағытын және тұлғаның жетілдірілуі денсаулық психологиясына негізделетіндігін көрсеткен [8, 30].

Отандық психологияда ХІХ ғасырдың бірінші жартысы мен ХХ ғасырдың екінші жартысында тұлғаны тұтастай қарастыру көзқарасына сәйкес, В.Н. Мясищев адамның қатынастар жүйесі туралы айтып өткен. Автордың көзқарасы бойынша, адамның қатынастарын «саналы, таңдамалы, әрі тәжірибеге сүйенетін, объективті шындықтың әртүрлі жақтарымен психологиялық байланысып жатқан, оның әрекеттері мен реакцияларынан және уайымдарынан байқалады» деп көрсеткен. Денсаулық өрісінде қатынастар адамның іс-әрекеті мен жүріс-тұрысын өзіндік реттеудің маңызды механизмі ретінде саналады.

Әртүрлі авторлар «психологиялық денсаулық» ұғымына әртүрлі мазмұн береді. Мысалға, А. Маслоу психологиялық сау тұлға ретінде өзін-өзі өзектендіретін тұлғаны сипаттаса, Э. Фромм мұндай тұлғаны «өнімді тұлға» деп қарастырады, ал К. Роджерс «толыққанды қызмет ететін тұлға», В. Франкл адам ағзасының оңтайлы жұмыс жасауы деген, сонымен қатар З. Фрейд рахаттану мен шынайылық ұстанымдарын үйлестіре алатын тұлға ретінде қарастырады.

К. Роджерс бойынша, адамның маңызды болуға деген талпынысы, оның іс-әрекетінің негізгі түрткісі болып табылады. Адамның балалық шағындағы комплекстер мен уайымдар осы талпыныстың туындауында себепші болуы мүмкін. Автордың көзқарасы бойынша, психикалық дені сау тұлғаға тән сапалар қатарына кез келген тәжірибеге ашық болуы, толыққанды өмір сүруге деген ниеті, адамның өз сезімдері мен күйлеріне сүйене отырып өмір сүруі, шығармашылыққа бейімділік пен ойлары мен сезімдерінің еркіндігі жатады.

А. Маслоудың көрсетуі бойынша, психологиялық денсаулық — бұл біріншіден, адамдардың «бола алатын барлық нәрсеге» ұмтылуы, өзін-өзі таныту арқылы өзінің бойындағы барлық мүмкіндіктерін дамытуға деген ұмтылысы екендігін атап өтті. Тұлғаның өзін-өзі өзектендіруінің қажетті шарты, біріншіден, адамның өмір жолы барысында шынайы бейнесін табуы болып табылады.

Екіншіден, бұл адамның гуманистік құндылықтарға деген ұмтылысы, басқаларды қабылдау, дербестік, әсемдікке сезімталдылық, әзілді түсіне алуы, альтруизм және адамзатты жақсартуға деген құлшынысы жатады. А. Маслоудың көрсетуінше, психологиялық денсаулық адамды объективті жайлылық күйімен толтырады және оны өз бетінше ақиқат деп санауға болады, себебі ол кез келген сырқаттан жоғары болып табылады. Сондықтан да психологиялық дені сау тұлға басқалармен салыстырғанда, көбірек ақиқатты көре алады және денсаулықтың бұл түрінің адамның бойында төмен деңгейде болуы, адамның соқырлығымен теңдігін айтып өткен [9, 125].

Қазіргі уақытта «тұлғаның психологиялық денсаулығы» феноменінің жалпы қабылданған түсінігі мен анықтамасы жоқ. Дегенмен де ғалымдардың тарапынан психологиялық денсаулық мәселесін түсінуге және зерттеуге қатысты көзқарастар қалыптасқан. Ғылыми көзқарастар психологиялық денсаулықты тұлғаның дамуы тарапынан қарастырады: тұлғаның денсаулығы, оның өзін-өзі жүзеге асыруында (К. Хорни), индивидуалдылығында (А. Адлер), өзін-өзі анықтауында (Ш. Бюлер) және т.б.

Осылайша, психологиялық денсаулықтың негізі ретінде толыққанды психологиялық даму жатады деуге болады. Толыққанды психологиялық дамудың негізін онтогенездің әрбір кезеңінде, жас нормаларына сәйкес жоғары психикалық функциялардың, психикалық процестермен механизмдердің дамуы, басқаша айтқанда психикалық даму құрайды, сонымен қатар тұлғаның және индивидуалдылықтың дамуы жатады.

Шетелде психологиялық денсаулық мәселесінің түрлі аспектілерін К. Рифф, Дж. Матараццо, М. Мюррей және т.б. ғалымдар қарастырған.

Дж. Матараццоның көрсетуінше, 1970 жылдары денсаулық психологиясы терминін енгізген автор ретінде денсаулықты сақтау, нығайту және себептерін қарастыруда адамның жүріс-тұрыс ерекшеліктерін теориялық және эмпирикалық тұрғыда түсіндірген. Ал К. Рифф адамның психологиялық салауаттылық ұғымын басқалармен жағымды қатынас, қоршаған ортаны басқару, тұлғалық өсу, өмірдегі мақсат және өзін-өзі қабылдау тұрғысынан қарастырып, адамның бойындағы тұрақты психологиялық сапалар қоршаған ортада жетістікке жетуге және толыққанды өмір сүруге мүмкіндік береді деп көрсеткен [10].

Жоғары мектепте білім алушылар оқу үдерісінде және кәсіби маман ретінде қалыптасу барысында көптеген қиындықтарға тап болуы мүмкін. Сол қиындықтарға оқу жүктемесін меңгеру, мамандық талаптарына сәйкес өз бойларында кәсіби маңызды қасиеттерді қалыптастыру және ақпараттық-технологияларды игере отырып, оны оқу үдерісінде қолдана алу мүмкіндігін атап өтуге болады. Осыған орай, білім алушылардың психологиялық денсаулығына ақпараттық-коммуникативтік технологиялардың ықпал етпеуі мүмкін емес, нақтырақ айтқанда оны техностресс деуге болады. Техностресті алғаш рет термин ретінде (1984) технологиялық революцияға қатысты адам шығынын сипаттау мақсатында, АКТ-ны қолданудағы қиындықтармен күресу мен бейімделудегі сезілетін қиындықтардың психофизикалық денсаулық салдары ретінде сипатталады [11].

Болашақ мамандардың қалыптасуында, олардың оқу үдерісіндегі академиялық мотивациясы және онымен байланысты оқу жүктемелерінің ерекшеліктері маңызды бола отырып, білім алушылардың психологиялық денсаулығына тікелей де жанама да әсер етуі мүмкін. Ол білім алушылардың оқу үдерісінің барысында эмоционалды-сезімдік өрістерінде үрейлену күйінің әртүрлі деңгейлері арқылы және мотивациялық-қажеттілік өрісінің ерекшеліктерінен көрінеді [12].

О.В. Хухлаеваның көзқарасы бойынша психологиялық денсаулықтың компоненттеріне аксиологиялық, инструменталдық, қажеттілік-мотивациялық компоненттер жатады. Бұл компоненттер тұлғаның бойында өз-өзіне деген жағымды қатынасты, үрейленудің оңтайлы деңгейін, адекватты өзін-өзі бағалауды, эмоционалды тұрақтылықты, адамның өзіне деген сенімділігін және т.б. ерекшеліктерді қамтиды. Дегенмен де, олардың барлығы бірлесе отырып, адамның психологиялық денсаулығының сипаттамасын құрайды. Психологиялық денсаулықтың негізгі орталығын адамның «үйлесімділігі» құрайды, бұл адамның бойында өзін-өзі реттеуден, тиімді бейімделуден көрінеді. Автордың көрсетуінше, қажеттілік-мотивациялық компонент адамның өзін-өзі дамытуға, яғни өзін-өзі өзгертуге және тұлғалық өсуге деген қажеттілігінің бар-жоғын анықтайды. Бұл адамның өз өмір іс-әрекетінің басты субъектісі ретінде, оның дамуына қозғаушы күш ретінде әсер ететін белсенділігінің ішкі негізі бар екендігін білдіреді. Адам өз өмірі үшін жауапкершілікті толығымен қабылдайды және қоршаған ортада басқа адамдардың құндылығы мен бірегейлігін

мойындайды, үнемі даму үстінде болуы мен белгісіздік жағдайында өзін ұстай алуы арқылы сипатталады.

Адамның психологиялық денсаулығының қажеттілік-мотивациялық компонентінің мазмұнын адамның өзін-өзі дамытуға қажеттілігі құрайды. Бұл компонент тұлғаның өз тағдыры үшін белсенді позициясын, өзін-өзі дамыту бағытында өз іс-әрекетінің нәтижелеріне толық жауапкершілікті өз мойнына алуды және өз өмірі үшін белсенді позицияны ұстануды білдіреді.

Психологиялық денсаулықтың қажеттілік-мотивациялық компоненті тұлғаның бойында өзін-өзі дамыту қажеттілігінің болуынан көрінеді. Нақтырақ айтқанда, адам өз өмірінің субъектісі ретінде, өзінің жан-жақты дамуы үшін жауапкершілікті толық мойындайтынын білдіреді [13, 9].

Л.Н. Азарова мен Т.М. Бычкова психологиялық денсаулықты ішкі процестер, бейімделу мүмкіндіктері және қоршаған ортамен өзара әрекеттесу арасындағы үйлесімділікке негізделген тұлғаның денсаулығы деп анықтайды. Авторлар психологиялық денсаулықтың құрылымында «Қатынас», «Ресурстар» және «Құндылықтар» компоненттерін бөліп көрсеткен және өзін-өзі сыйлау, өзін-өзі дамыту мен өзін-өзі шығармашылықпен көрсетуді осы компоненттердің мазмұнына енгізген. Осы саладағы зерттеулерге сүйене отырып, «денсаулыққа деген қатынас» түсінігін тұлғаның денсаулыққа жағымды әсер ететін немесе нұқсан келтіретін, қоршаған шындықтың әртүрлі құбылыстарымен индивидуалды, таңдаулы байланыстары ретінде, сонымен қатар индивидтің өзінің физикалық және психикалық күйіне және денсаулыққа қатысты өз жүріс-тұрыс стратегияларына нақтылы баға беруінен көрінеді деуге болады.

В.Н. Мясичев тұжырымдамасына сәйкес, денсаулыққа деген қатынас негізгі үш компоненттен тұрады: когнитивті, эмоционалды және мотивациялық-жүріс-тұрыстық. Мотивациялық-жүріс-тұрыстық компонент адамның терминалды және инструменталды құндылықтар иерархиясында денсаулықтың алатын орнын анықтайды, салауатты өмір салтындағы мотивацияның ерекшеліктерін, сонымен қатар денсаулық өрісіндегі жүріс-тұрыс ерекшеліктерін және денсаулықтың нашарлаған жағдайында мінез-құлықтың көріністерін сипаттайды. Автордың көрсеткен аталмыш үш компоненті өзара тығыз байланысты.

Әдістер мен материалдар

Болашақ педагогтардың бойында психологиялық денсаулықтың қажеттілік-мотивациялық өрісін эксперименталды зерттеу үшін, біз А.А. Реанның «Жетістік және сәтсіздіктен қорқу мотивациясы» сауалнамасын қолдандық. Әдістің мақсаты сыналушылардың бойында кездесетін мотивацияның басым түрін анықтау. Зерттеуге сыналушы ретінде жоғары мектептің «педагогикалық ғылымдар» тобына жататын әртүрлі білім беру бағдарлама топтарының бакалавриатында оқитын білім алушылары алынды. Зерттеуге 2 курстың қазақ бөлімінде оқитын 300 білім алушылары сыналушы ретінде қатысты. Эксперименталды зерттеу жұмысы 2023 жылдың қазан-желтоқсан айларының аралығында ұйымдастырылып өткізілді.

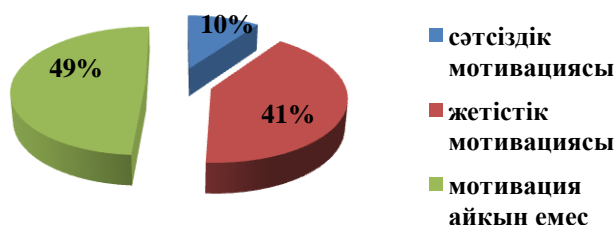
Нәтижелер мен оларды талдау

Алынған нәтижелерге байланысты сыналушылардың бойында мотивацияның үш түрлі деңгейі анықталды. Сыналушылардың жетістік және сәтсіздік мотивацияларының көрсеткіштері төменде 1-суретте көрсетілген. Нақтырақ айтқанда, сыналушылардың басым көпшілігінде, яғни 49 % сыналушыларда мотивацияның айқын еместігі байқалады.

Мотивацияның мұндай көрінісі сыналушыларда жетістікке жету және сәтсіздіктен қорқу мотивацияларының аралас көріністе байқалатындығын білдіреді. Мұндай адамдар өз мақсаттарымен өмірлік басымдықтарын нақтылауда қиындықтар көруі мүмкін, жетістікке жету үшін шабыт пен мотивация көзін табудағы қиындықтар мен өз өмірінде берілетін мүмкіндіктерді қолдан шығарып алудан байқалады. Мотивациялық полюстің айқын болмауы адамда шаршағыштық, бойындағы қуаттың таусылуы, мақсаттарға жетуде немқұрайлылық танытумен өз қажеттіліктерін толыққанды сезінбеуі, оны қанағаттандыру тәсілдерін таңдауда қызығушылықтың айқын еместігі арқылы байқалады.

41 % сыналушыларда «жетістік мотивациясы» анықталды. Бұл сыналушылардың бойында сәттілікке үміттену, кез келген істі бастағанда жағымды, әрі конструктивті нәтижеге ұмтылуды, сәттілікке жетуге деген қажеттілікті, табысты және жағымды көрсеткішке деген талпыныс арқылы байқалады. Мұндай адамдар өз бойларында мақсат көздеушілік, шешім қабылдағыштық, инициативтілік, белсенділікпен дербестік және табандылық секілді еріктік қасиеттерінің жоғары

дамуымен ерекшеленеді. Сонымен қатар, жетістік мотивациясы адамның өз-өзіне сенімділігі, жауапкершілігі және жұмысқа деген оптимистік көзқарасы арқылы көрінеді. Мотивацияның бұл түрі сыналушылардың бойында болашақты ұзақ уақытқа жоспарлау, әрбір қадамды ойластыру және де сәтсіздіктерді мақсатқа жетуде кедергі ретінде қабылдамауы, кездесетін кедергілерді жеңудің әртүрлі тәсілдерін қарастырудан көрінеді.



1-сурет. Болашақ педагогтардың жетістік және сәтсіздіктен қорқу мотивациясының орташа көрсеткіштері

Сыналушылардың 10 %-да «сәтсіздік мотивациясы» анықталды. Мотивацияның мұндай түрі адамның бойында сәтсіздікке жол бермеу қажеттілігіне баса назар аударудан, жағымсыз күтімдер мен олардан қашу ниетінің басым болуы арқылы көрінеді. Адам кез келген істі бастағанда барлық ниетімен назарын оның соңғы жағымды нәтижесіне емес, мүмкін болатын сәтсіздіктерге тап болмау жолдарына мән береді. Мұндай адамдар әдетте, мазасыздандудың жоғары болуымен, өз-өзіне сенімділіктің төмендігі және жауапкершілікті қажет ететін істерден бас тартумен сипатталады. Сонымен қатар, сәтсіздіктен қорқу мотивациясы адамның бойында мақсатқа жетуде табандылық, инициативтілік және шешім қабылдағыштық секілді еріктік қасиеттерінің жеткіліксіздігі арқылы көрініп, маңызды тапсырмаларды орындаудан жиі бас тартуы арқылы көрінеді.

Қорытындылай келе, алынған нәтижелердің негізінде сыналушылардың басым көпшілігінде жетістікке жету мотивациясының және мотивациялық полюстің айқын еместігінің басым екендігін анықтадық. Бұл болашақ педагогтардың кәсіби іс-әрекетіне қатысты жағымды болжам жасауға болатындығын және кәсіпте табысқа жетуді, кәсіби және жеке тиімділікті көрсетеді. Білім алушылардың, яғни болашақ педагогтардың бойында сәтсіздік мотивациясын арнайы ұйымдастырылған жұмыстар арқылы түзетіп, айқын полюссіз мотивациясы бар білім алушылардың мотивациясын жетістікке жетумен сәттілікке үміттену көрсеткіштерінің деңгейін арттыру үшін, олардың бойында өз-өздеріне сенімділік, мақсат қою мен жоспарлау, өз жүріс-тұрыс ерекшеліктерін өзгертуге деген қажеттіліктермен, маңызды ептіліктерді дамытуды, әрі қалыптастыруды мақсатты түрде жүзеге асыру керектігін айта кетуге болады.

Қорытынды

Көптеген елдердегі, соның ішіндегі қазақстандық болашақ педагогтардың психологиялық денсаулық мәселесі, бүгінде тереңірек қарастыруды қажет етеді. Себебі еліміздің президенті Қасым-Жомарт Тоқаевтың жаңа Қазақстанды құру жолында халықтың алдына бірнеше маңызды міндеттер, болашаққа бағдарланған жоспарларды көрсеткен. Еліміздің жаңару мен жаңғыру жолы педагогтардың біліктілігінің, физикалық және психологиялық денсаулығы мен әл-ауқатының жоғары деңгейде болуын қажет етеді. Демек, біздің зерттеп отырған тақырыбымызды, еліміздің өркендеуі жолында кішігірім қадам ретінде санауға болады. Болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығы көпкомпонентті сұрақ екенін ескере отырып, алдағы уақытта бұл тақырыптың төңірегінде психологиялық денсаулықтың басқа да компоненттерінің деңгейі мен сипатын анықтауға бағытталатын болады.

Алынған нәтижелердің негізінде, біз болашақ педагогтардың бойында қажетті ептіліктермен білімдерді қалыптастыруға бағытталатын біршама жұмыстарды жүзеге асыруды көздеп отырмыз. Соның ішінде арнайы тақырыптардағы психологиялық тренингтерді өткізу және арнайы пәндерді оқу бағдарламаларына енгізуді жоспарлаудамыз. Себебі болашақ педагогтардың бойындағы маңызды кәсіби қасиеттердің бірі болашаққа бағдарлану, өз іс-әрекетін жоспарлаумен ұйымдастыра алу, білім алу үдерісінің барысында қалыптасады. Білім алушылардың өздерінің болашақ кәсіби іс-әрекетіне

жағымды сипатта толығымен бағдарлануы, қазіргі оқу-тәрбиелеу үдерісінде мотивацияның мақсат қою, өз өмірін тиімді ұйымдастыру, өзінің қажеттіліктерін толыққанды түсіну мен уақытты тиімді ұйымдастыру секілді құрамдас бөліктеріне мақсатты түрде әсер етуді қажет етеді. Бұл жоспарды жүзеге асыру жолында, біздің тарапымыздан болашақ педагогтармен өз-өзіне сенімділікті арттыруға бағытталатын, өздерінің эмоционалды-сезімдік өрістерін реттей алу ептіліктерін игеруге негізделетін және жүріс-тұрыстарын кәсіби даму жолында жан-жақты игеруге қажетті дағдыларды қалыптастыруға бағытталатын біршама жұмыстар жоспарланған.

Мұндай жұмыстар болашақ педагогтардың бойында кәсіби маңызды қасиеттердің дамуы мен психологиялық денсаулықтың компоненттерін өзара байланыста қарастыруда, практикалық жағынан құнды нәтижелер беруі мүмкін. Осы саладағы көптеген зерттеулер ең алдымен оның факторларын, күйзеліс кезеңіндегі реакциялардың ерекшеліктеріне, оны болдырмаудың стратегиясын сипаттауға бағытталған. Болашақ педагогтың кәсіби маман ретінде қалыптасуының тиімділігі, жоғары талаптар күшейіп, оған қажетті шарттар болған жағдайда тиімді бола түседі. Осының негізінде болашақ педагогтар кәсіби маман ретінде қалыптасады және олардың психологиялық денсаулығы атқарылатын қызметтің жетістікке толы болуына және өмір стиліне толық әсер етеді деуге болады.

Қарастырылып отырған мәселенің өзектілігі, білім беру жүйесінде өзінің педагогикалық потенциалын жүзеге асыруға қызығушылық танытатын болашақ педагогтарды дайындаумен анықталады. Педагогикалық стандартты меңгерудің тиімділігі, болашақ мамандардың психологиялық денсаулығымен тікелей байланысты. Педагогтың кәсіби шеберлігі, адамның мамандықта қызмет ету тиімділігімен сипатталатындықын, бұл мәселе жоғары мектепте мамандарды даярлауда психологиялық денсаулықтың қажеттілік-мотивациялық компонентін негізге алу қажеттілігін туындатады. Осыған орай, біз бұл тақырыпты эксперименталдық тұрғыда зерттеуді, нақтырақ айтқанда болашақ педагогтардың психологиялық денсаулығының барлық компоненттерін эксперименталдық зерттеуді болашақ жоспар ретінде назарымызға алып отырмыз. Алынған нәтижелер болашақ педагогтарды даярлау барысында, оқу үдерісіне қажетті шарттарды енгізуді және қажетті сапаларды алдын ала дамытуға негіз болады.

Әдебиеттер тізімі

- 1 Қазақстан Республикасында мектепке дейінгі, орта, техникалық және кәсіптік білім беруді дамытудың 2023–2029 жылдарға арналған тұжырымдамасы. — [Электрондық ресурс]. — 2023. — Қолжетімділігі: <https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/documents/details/451747?lang=kk>
- 2 Егенисова А.Қ. Психологиялық денсаулықты қалыптастырудың психологиялық ерекшеліктері / А.Қ. Егенисова, А.М. Қайнарбай // Абай атындағы ҚазҰПУ-нің хабаршысы. Психология сериясы. — 2019. — № 4 (61). — Б. 232–237.
- 3 Жұбаназарова Р.С. Денсаулық психологиясы: оқу құралы / Р.С. Жұбаназарова, Ұ.Б. Төлешова. — Алматы: «Қазақ университеті», 2018. — 116 б.
- 4 Практическая психология образования: учеб. пос. / под ред. И.В. Дубровиной. — 4-е изд. — СПб.: Питер, 2004. — 592 с.
- 5 Сейтқазы П.Б. «Психологиялық денсаулық» ұғымының мәні мен мазмұны / П.Б. Сейтқазы, Н.У. Кулдашева // Абай атындағы ҚазҰПУ-нің хабаршысы. «Психология» сериясы. — 2023. — № 4 (77). — Б. 33–45. <https://doi.org/10.51889/2959-5967.2023.77.4.004>
- 6 Безуглая Т.И. Особенности психологического здоровья / Т.И. Безуглая // Евразийский союз ученых. Педагогические науки. — 2015. — № 5 (14). — С. 35–38.
- 7 Дубровина И.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности / И.В. Дубровина // Вестн. практической психологии образования. — 2009. — № 3 (20). — С. 17–21.
- 8 Ананьев В.А. Психология здоровья. — Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья [Текст] / В.А. Ананьев. — СПб.: Речь, 2006. — 384 с.
- 9 Маслоу А. Самоактуализация. Психология личности / А. Маслоу; под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузырей. — М., 1983. — 456 с.
- 10 Ниетбаева Г.Б. Қазіргі кезеңдегі студенттердің психологиялық денсаулығының дамуы: 6D010300 — Педагогика және психология мамандығы бойынша философия докторы (PhD) ғыл. дәр. ... дисс. / Г.Б. Ниетбаева. — Алматы, — 2014. — 210 б.
- 11 Zurlo M.C. Psychological Health Conditions and COVID-19-Related Stressors among University students: A Repeated Cross-Sectional Survey / M.C. Zurlo, M.F.C. Della Volta, F. Vallone // *Frontiers in Psychology*. — 2022. — Vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.741332>
- 12 Vallone F. Technostress and academic motivation: direct and indirect effects on university students' psychological health / F. Vallone, J. Galvin, M.F.C. Della Volta, A. Akhtar, S. Chua, E. Ghio, T. Giovazolias, Z. Kazakou, M. Kritikou, K. Koutra,

S. Kovacevic, G. Lee-Treweek, I. Mašková, E. Mavritsaki, J. Nastic, M. Plassova, I. Stuchlíková, M.C. Zurlo // *Frontiers in Psychology*. — 2023. — Vol. 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211134>

13 Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учеб. пос. для студ. высш. пед. учеб. завед. / О.В. Хухлаева. — М.: Академия, 2001. — 208 с.

К.С. Игембаева, Y. Gelisli, P.Ш. Сабирова, Г.К. Сланбекова

Особенности потребностно-мотивационного компонента психологического здоровья будущих педагогов

В статье показана актуальность потребности в саморазвитии, как одного из проявлений психологического здоровья будущих педагогов в образовательном процессе высшей школы. Раскрывая важность данной темы, за основу взяты изменения, внесенные в содержание принципов концепции развития образования в нашей стране. На основе анализа психологической литературы всесторонне описано понятие психологического здоровья. Исходя из теории авторов, обсуждаются несколько компонентов психологического здоровья. Описано проявление содержания потребностно-мотивационного компонента психологического здоровья, который проявляется в становлении будущих педагогов как специалистов в образовательном пространстве высшей школы. Исходя из взглядов авторов, теоретически проанализирована важность этого компонента. Экспериментально изучая особенности психологического здоровья обучающихся, определяются факторы и психологические условия его развития. Авторами описан один компонент психологического здоровья с точки зрения его проявления у будущих педагогов в образовательном пространстве университета. С целью раскрытия содержания темы в практическом смысле представлены результаты исследования мотивационно-потребностного компонента феномена «психологическое здоровье» обучающихся 2-го курса различных образовательных программ педагогического направления. Изучены мотивы успеха и неудачи у обучающихся. В качестве метода исследования использовался опросник А.А. Реана «Мотивация успеха и боязнь неудачи». На основании полученных результатов предложено ввести комплекс психолого-педагогических условий, направленных на развитие и обеспечение мотивационной сферы психологического здоровья будущих педагогов, а также рекомендовано внедрение важных инноваций, необходимых для развития и формирования обучающихся высшей школы.

Ключевые слова: психологическое здоровье, будущие педагоги, потребностно-мотивационный компонент, образование, потребность в самореализации, потребность в саморазвитии, обучающиеся, высшая школа.

K.S. İgembæeva, Y. Gelisli, R.Ş. Sabirova, G.K. Slanbekova

Features of the need-motivational component of psychological health future teachers

In the article the relevance of the need for self-development as one of the manifestations of the psychological health of future teachers in the educational process was showed. Revealing the relevance of the topic, the changes made to the content of the principles of the concept of education development in our country were taken as a basis. The manifestation of the content of the need-motivational component of psychological health, which manifests itself in the formation of future teachers in the educational space of higher education, was described. This authors describe one component of psychological health from the point of view of its manifestation among future teachers in the educational environment of a university. In order to reveal the topic, the results of a study of the motivational-need component of 2nd year students of various educational programs in the pedagogical field were presented. The motives for success and failure of students were studied. The questionnaire was used as a research method of A.A. Rean "Motivation for success and fear of failure". Based on the results obtained, it is recommended to introduce a set of psychological and pedagogical conditions aimed at developing and ensuring the motivational sphere of psychological health of future teachers.

Keywords: psychological health, future teachers, need-motivational component, education, need for self-realization, need for self-development, students, higher school.

References

1 Qazaqstan Respublikasynda mektepke deingi, orta, tekhnikalıy zhãne kãsiptik bilim berudi damytudyñ 2023–2029 zhyldarğa arnalğan tüzhyrymdamasy [Concept for the development of preschool, secondary, technical and vocational education in

the Republic of Kazakhstan for 2023–2029]. (n.d.) www.gov.kz/memleket/entities/edu/documents/details/451747?lang=kk Retrieved from <https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/documents/details/451747?lang=kk/> [in Kazakh].

2 Egenisova, A.Q., & Qainarbai, A.M. (2019). Psikhologialyq densaulyqy qalyptastyruyñ psikhologialyq erekshelikteri [Psychological features of the formation of psychological health]. *Abai atyndaғы Qazaq Ultyq pedagogikalyq universitetinin khavarshysy. Psikhologiiia seriasy — Bulletin of the Kazakh National University named after Abai. Psychology Series*, 4(61), 232–237 [in Kazakh].

3 Zhubanazarova, R.S., & Töleshova, U.B. (2018). *Densaulyq psihologiasy [Psychology health]*. Almaty: Qazaq universiteti [in Kazakh].

4 Dubrovina, I.V. (Ed.). (2004). *Prakticheskaiia psikhologiiia obrazovaniia [Practical psychology of education]*. (3d ed.) Saint-Petersburg: Peter [in Russian].

5 Seitkazy, P.B., & Kuldashaeva, N.U. (2023). «Psikhologialyq densaulyq» üğymynyñ mäni men mazmüny [The essence and content of the concept of “psychological health”]. *Abai atyndaғы Qazaq Ultyq pedagogikalyq universitetinin khavarshysy. Psikhologiiia seriasy — Bulletin of the Kazakh National University named after Abai. Psychology Series*, 4 (77), 33–45 [in Kazakh].

6 Bezuglaia, T.İ. (2015). Osobnosti psikhologicheskogo zdorovia [Features of psychological health]. *Evrziskii Soiuz Uchenyh (ESU). Pedagogicheskie nauki — Eurasian Union of Scientists (EUU). Pedagogical sciences*, 5(14), 35–38 [in Russian].

7 Dubrovina, İ.V. (2009). Psikhicheskoe i psikhologicheskoe zdorove v kontekste psikhologicheskoi kultury lichnosti [Mental and psychological health in the context of the psychological culture of the individual]. *Vestnik prakticheskoi psihologii obrazovaniia — Bulletin of practical psychology of education*, 3 (20), 17–21 [in Russian].

8 Ananov, V.A. (2006). *Psikhologiiia zdorovia. Kniga 1. Konseptualnye osnovy psihologii zdorovia [Psychology of health. Book 1. The conceptual foundations of health psychology]*. Saint-Petersburg: Rech [in Russian].

9 Maslou, A. (1983). *Samoaktualizatsiia. Psikhologiiia lichnosti [Self-actualization. Personality Psychology]*. (Yu.B. Gippenreiter, A.A. Puzyre, Ed.). Moscow [in Russian].

10 Nietbaeva, G.B. (2014). Qazirgı kezeñdegi studentterdiñ psihologialyq densaulyğynyñ damuy [The development of psychological health of students at the present stage]. *PhD thesis*. Almaty [in Kazakh].

11 Zurlo, M.C., Della Volta, M.F.C., & Vallone, F. (2022). Psychological Health Conditions and COVID-19-Related Stressors among University students: A Repeated Cross-Sectional Survey. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.741332>

12 Vallone, F., Galvin, J., Della Volta, M.F.C., Akhtar, A., Chua, S., Ghio, E., Giovazolias, T., Kazakou, Z., Kritikou, M., Koutra, K., Kovacevic, S., Lee-Treweek, G., Mašková, I., Mavritsaki, E., Nastic, J., Plassova, M., Stuchlíková, I., & Zurlo, M. C. (2023). Technostress and academic motivation: direct and indirect effects on university students' psychological health. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211134>

13 Hukhlaeva, O.V. (2001). *Osnovy psikhologicheskogo konsultirovaniia i psikhologicheskoi korreksii [The basics of psychological counseling and psychological correction]*. Moscow: Akademiia [in Russian].

Information about the authors

Igembayeva, K.S. (contact person) — PhD student EP «8D01102 — Psychology of Education», Karaganda Buketov University, Karaganda, Kazakhstan; e-mail: Igembayeva.K_1981@mail.ru, ORCID ID: 0000-0003-3007-736X

Gelisli, Y. — Doctor, Professor, Gazi University, Ankara, Turkey; e-mail: gelisli@gazi.edu.tr, ORCID ID: 0000-0003-2816-3621

Sabirova R.S. — Candidate of psychological science, Professor, Karaganda Buketov University, Karaganda, Kazakhstan; e-mail: sabirova.raihan@mail.ru, ORCID ID: 0000-0001-6676-1986

Slanbekova G.K. — PhD, Associate professor, Karaganda Buketov University, Karaganda, Kazakhstan; e-mail: g.slanbekova@mail.ru, ORCID ID: 0000-0003-4908-5132