

**«Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті» КеАҚ  
Әлеуметтік ғылымдар факультеті  
Педагогика кафедрасы**



**«БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДА БУЛЛИНГ  
ЖӘНЕ КИБЕРБУЛЛИНГТІҢ АЛДЫН АЛУ:  
ТЕОРИЯ ЖӘНЕ ТӘЖІРИБЕ»  
Халықаралық ғылыми семинар  
ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК  
Международного научного семинара  
«ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА И КИБЕРБУЛЛИНГА  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ:  
ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА»**

**Астана  
20 сәуір, 2023 ж.**

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ  
МИНИСТРЛІГІ  
«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ»  
КеАҚ  
ӘЛЕУМЕТТІК ҒЫЛЫМДАР ФАКУЛЬТЕТІ  
ПЕДАГОГИКА КАФЕДРАСЫ**



**«БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДА БУЛЛИНГ ЖӘНЕ КИБЕРБУЛЛИНГТІҢ  
АЛДЫН АЛУ: ТЕОРИЯ ЖӘНЕ ТӘЖІРИБЕ»  
Халықаралық ғылыми семинар  
ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК  
Международного научного семинара  
«ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА И КИБЕРБУЛЛИНГА В  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА»**

**Астана  
20 сәуір, 2023 ж.**

### **РЕДАКЦИЯ АЛҚАСЫ:**

**Сомжүрек Б.Ж.** - ғылыми семинар төрағасы, әлеуметтік ғылымдар факультетінің деканы;

**Асылбекова М.П.** - педагогика кафедрасының меңгерушісі, п.ғ.к., профессор;

**Атемова К.Т.** - педагогика ғылымдарының докторы, профессор;

**Сейітқазы П.Б.** - педагогика ғылымдарының докторы, профессор;

**Шалғынбаева Қ.Қ.** - педагогика ғылымдарының докторы, профессор;

**Албытова Н.П.** - педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор;

**Сламбекова Т.С.** - педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор,

**Шолпанкулова Г.К.** – педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор;

**Жубакова С.С.** - педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент;

**Жукенова Г.Б.** - педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент;

**Махадиева А.К.** - философия докторы (PhD), доцент м.а.

### **ЧЛЕНЫ ОРГКОМИТЕТА:**

**Сомжүрек Б.Ж.** - председатель научного семинара, декан факультета социальных наук;

**Асылбекова М.П.** - заведующая кафедрой педагогики, к.п.н., профессор;

**Атемова К.Т.** - доктор педагогических наук, профессор;

**Сейітқазы П.Б.** - доктор педагогических наук, профессор;

**Шалғынбаева Қ.Қ.** - доктор педагогических наук, профессор;

**Албытова Н.П.** – кандидат педагогических наук, профессор;

**Сламбекова Т.С.** - кандидат педагогических наук, профессор;

**Шолпанкулова Г.К.** - кандидат педагогических наук, профессор;

**Жубакова С.С.** - кандидат педагогических наук, доцент;

**Жукенова Г.Б.** - кандидат педагогических наук, доцент;

**Махадиева А.К.** - доктор философии (PhD), и.о. доцента.

**УДК 378.1**  
**ББК 74.00**  
**Б. 94**

«Білім беру ұйымдарында буллинг және кибербуллингтің алдын алу: теория және тәжірибе» атты ғылыми семинар BR18574152 «Балаларға қатысты буллингтің алдын алу шараларын әзірлеу және оның өзекті аспектілерін зерттеу» тақырыбындағы 2023-2024 жылдарға арналған бағдарламалық мақсатты қаржыландыру аясында ұйымдастырылған.

**Б.94 «Білім беру ұйымдарында буллинг және кибербуллингтің алдын алу: теория және тәжірибе».** Халықаралық ғылыми семинар жинағы (Астана қ., 20 сәуір). 2023. 223– бет

**ISBN 978-601-337-842-8**

Жинаққа білім беру ұйымдарында буллинг және кибербуллингтің алдын алу шараларын әзірлеу және оның өзекті аспектілерін зерттеу мәселелері бойынша баяндамалар енгізілген.

**УДК 378.1**  
**ББК 74.00**

**ISBN 978-601-337-842-8**

© **Формула печати, 2023**

1. [sui\\_2020.pdf \(dagminobr.ru\)](#)
2. <https://kazpravda.kz/n/v-kazahstane-udalos-snizit-rost-kak-sovershennyh-suitsidov-tak-i-ih-popytok-sredi-> 11 июля 2022г.
3. [Баяндама "Суицидтің алдын алу жолдары" - Психология - В помощь учителю - Наша библиотека - Коллеги \(ucoz.ru\).](#)
4. <https://anatili.kazgazeta.kz/news/49874?ysclid=lfxch2vt2x396187167>
5. Франкл В. О смысле жизни. Альпина нон-фикши.- 2022.- ISBN 978-5-00139-621-5
6. Елшібаева К.Ғ. Жас өспірімдер арасындағы суицидтің алдын алу. Арман ПВ баспасы, Алматы, 2012 ж

## БУЛЛИНГ ЖӘНЕ ПЕДАГОГТЕРДІҢ СТРЕССКЕ ТӨЗІМДІЛІГІ

### BULLYING AND STRESS TOLERANCE OF TEACHERS

**Баймаханова Ұ.М., Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің докторанты, Астана қаласы, Қазақстан Республикасы**

**Baimakhanova U. M., doctoral student of L. N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Republic of Kazakhstan**

**Андатпа.** Қазіргі білім беру жүйесі үлкен өзгерістерге ұшырап, оқушыларға ғана емес, мұғалімдердің өздеріне де қойылатын талаптардың артуы байқалады. Білім деңгейінің құзыреттілігі, педагогикалық шеберлік, оқыту әдістемесін білу және меңгеру, өз кәсібінің жаңа қырларын игеру және өзін - өзі жүзеге асыру маңызды болып табылады. Бұл ретте білім беру ортасының қайшылықтары, әкімшіліктің, ата - аналардың, оқушылардың өздері және т. б. тарапынан жоғары талаптардың қойылуы мұғалімдерді стрестік жағдайларын дамытуда маңызды рөл атқарады. Мақалада кәсіби стресс мәселесіне қатысты зерттеулер мен тәсілдер талданып, кәсіби күйзелістің ерекшеліктерін қарастырады.

**Annotation.** The modern education system is undergoing major changes, there is an increase in requirements not only for students but also for teachers themselves. It is important to have the competence of the level of education, pedagogical skills, knowledge, and mastery of teaching methods, mastering new facets of their profession and self-realization. At the same time, the conflict in the educational environment, and high demands from the administration, parents, students themselves, etc. play an important role in the development of stressful situations for teachers. The article analyzes research and approaches to the problem of occupational stress.

**Кілт сөздер:** кәсіби стресс, стресс факторалы, қорқыныш, буллинг, төзімділік

**Keywords:** professional stress, factors of stress, fear, bullying, durability

Буллинг (қорқыту)-бұл қорлау, бір адамның екінші бір адамды не

топты агрессивті түрде қудалауы. Ол өзін ұятсыз әзілдер мен қорлаудан бастап ұрып-соғуға дейін әр түрлі жолмен көрініс табады. Негізгі мақсат - жәбірленушіні қорқыту, оны өзіне бағындыру. Қорқыту - әрдайым физикалық шабуыл ғана емес, психологиялық зорлық-зомбылық түрінде де жиі кездеседі. Мысалы, қауесеттер мен өсектердің таралуы, ауызша қорлау, бойкот жариялау. Ал, осы құбылыстың интернет, ұялы телефондар т.б. арқылы жүзеге асыру кибербуллинг деп аталады. Бұл да цифрлық технологияны қолдану арқылы қорқыту және қорқыту. Ол әлеуметтік желілерде, хабар алмасу қосымшаларында, ойын платформаларында және ұялы телефондарда болуы мүмкін. Бұл қайталанатын эпизодтар, олардың мақсаты - қуғын-сүргінге ұшырағандарды қорқыту, ашуландыру немесе ұятқа қалдыру [1,2].

Бұндай әлем бойынша жайылып кеткен проблеманың туындау факторлары, себептері анықталып, оның алдын алу туралы теориялық зерттеулер мен практикалық қолданыстар психология, медицина, әлеуметтану, педагогика сынды ғылымдар тарапынан жан жақты қарастырылып жатыр. Бірқатар зерттеулерде проблеманың туындауын саяси, экономикалық өзгерістерге орай әлеуметтік жағдайлардың өзгеруі салдарынан отбасы институтының бұзылуы деп көрсетеді. Отбасындағы баламен қарым-қатынастың кемдігі, отбасы тәрбиене назар аудармау т.б. баланың әлеуметтену процесіне кері әсер етеді. Балалық шақтан әлеуметтенуі нашар балалар кез келген ортада өз ойы мен пікірін білдіруге, командада ойнауға бейімделе алмалды. Осылай басталған қарама-қайшылықтар бала есейе келе мектепте буллинг, кибербуллингің орын алуына әкеліп соқтырады.

Баланың әлеуметтенуінің кемдігінен пайда болған буллинг, кибербуллингпен жұмыс жасау білім беру ортасының еншісіне қалады. Зерттеушілердің бір тобы мектепте мұғалімдердің оқушыларды оқу үлгеріміне, жеке қасиеттеріне қарай мойынсұнғыш оқушылар, тәртіптілер, белсенділер, проблемалы оқушылар т.б. деп бөліп, кейбіреулерін артық бағалайды, кемшіліктерін елеусіз қалдырады, мадақтайды, сенім артады, басқаларға осы балаларға ұқсауды қайталай береді. Бұл әрқашан сыныптастары мен құрбы-құрдастарына ұнай бермейді, нәтижесінде оқушылар арасында проблема туындайды деп көрсетеді [3]. Сондай-ақ, мектеп ғимараттарының шамадан тыс үлкен болуы мен оқушылардың санының артуы, артық жұмыстырдың көбеюі педагогтердің стресстік жағдайда жүруі негізгі фактор ретінде дәлелдейді [4].

Педагогикалық қызмет өмір тәжірибелері жеткіліксіз, түрлі күрделі анатомиялық, физиологиялық өзгерістер жүріп жататын балалармен, жасөспірімдермен қарым-қатынасқа құрылатын процесс. Сондықтан осы ерекшеліктерді ескеріп, маман ретінде өзінің стрестің алдын алу бағытында сауатты болуылары шарт.

Қарқыны өте жылдамдықпен болып жатқан қоршаған ортаның түрлі жағдайларына адам баласының бейімделуі қиынға соғады, әрі адам бейімделе отырып эмоциялық тұрақтылықты сақтауы қажет болады. Адам ағзасы бойындағы күш-қуатты қайта-қайта қалпына келтіруге үлгере алмайтындықтан, мұндай жағдай жүйке жүйесінің әлсіреуі мен қажуына жеткізеді және психосоматикалық аурулардың пайда болуының алғышарты

болады. Соның бірі кәсіби күйзеліс, яғни әр түрлі маман иелерінің жұмыс барысындағы қажуы. Стресс адамның мазасыздығынан туындайтын көбіне өзі бейімделмеген жұмыстардың шамадан тыс болуына байланысты бейімделген психикамен организмнің өзгерістерге ұшырауына әкелетін процесс ретінде саналады. «Стресс» ағылшын сөзі, аудармасы «қысым, тартылыс, қысым келтіру» деген мағынаны білдіреді. Ең алғашқы рет стресс сөзіне анықтама берген канадалық физиолог Ганс Селье. Селье стрестің келесі кезеңдері бөліп көрсетілген [5].

1) үрейлену - жағымсыз тітіркендіргіш әсер еткен сәтте туатын жауаптың алғашқы кезеңі. Таңырқау іспетті сезім пайда болады;

2) төзімділік – жағымсыз тітіркендіргіш әсеріне беріліп кетпей, оған төзу реакциясы туады. Бұл кезде гипоталамус-гипофиз жүйесінің ықпалымен бүйрек үсті безінің гормондарының мөлшері қанда тез мөлшерде көбейіп кетеді. Симпатикалық жүйке жүйесінің әсерімен жүректің соғу ырғағы жылдамданады, тыныс алу ырғағы да жиілене түседі. Бұлшық еттердің жиырылу қабілеті күшейеді;

3) әлсіреу – бейімделу қорының мүмкіндігі азайып, таусылады, сондықтан, психологияда дезадаптация (бейімделудің нашарлап жойылуы) пайда болады. Стрестің көпке созылған ауыр түрі адамды жүдетіп, қайғыға батырады.

Американдық психологтар стресс дамуының бес сатысын айқындаған:

1. Елеңдеу, елегізу, алаңдау бастауы.
2. Аздаған шаршау сезімі пайда болуы, қызметке сырт қарай бастау.
3. Физиологиялық өзгерістер басталуы, жүрек соғысы жиілеуі, қан қысымының көтерілуі, ас қорыту жүйесінің сыр бере бастауы, асқазанда сыздау, шаншу пайда болуы.
4. Адам ауыра бастағанына көз жеткізуі.
5. Адамдар арууы туралы нақтама қойылып, оның стресс факторы байланысы айқындалады.

Кәсіби күйзеліс кезінде қызметкерге ағымдағы жұмысты орындауға байланысты бірқатар жағымсыз факторлар әсер етеді. Осыған байланысты педагогтердің жиі кездесетін фактораларын анықтайық:

**МҰҒАЛІМГЕ АРНАЛҒАН СТРЕСС ФАКТОРЛАРЫ:**

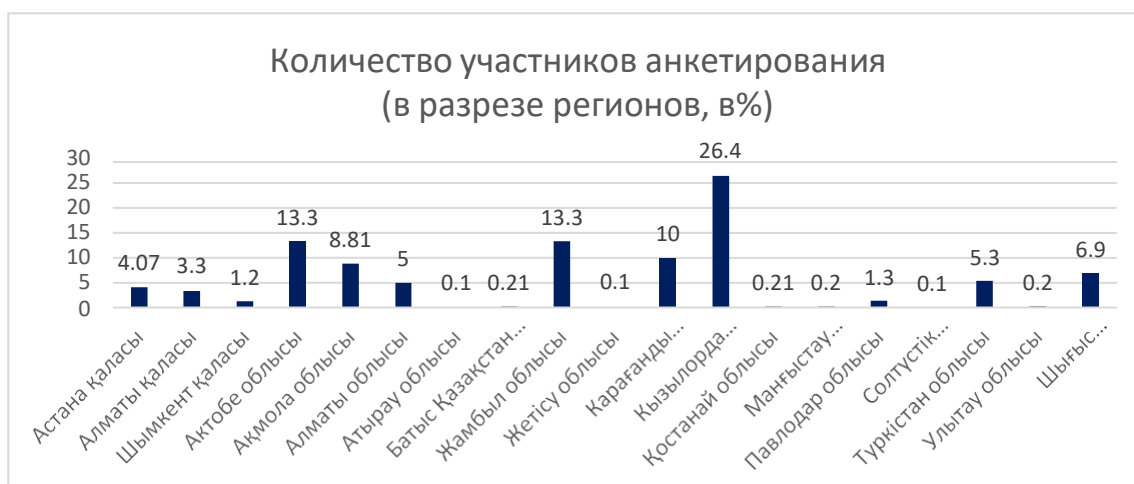
- Сабақты жоспарлау.
- Оқушылардың үлгерімі үшін жауапкершілік.
- Сыныпты басқару және тәртіп.
- Қадағалау рөлі.
- Сыныптан тыс іс-шараларды өткізу.
- Қиын оқушылар.
- Әкімшіліктен қолдаудың болмауы.
- Ата-ананың қысымы.
- Мұғалімдерді бағалау.
- Үздіксіз оқыту.
- Жұмыстағы белгісіздік.

- Интеллект пен технологияны біріктіру.
- Оқу бағдарламасындағы өзгеріс.
- Білім беру саясатын өзгерту.

Осыған орай, стресске қарсы тұру факторлары:

1. Өз денсаулығын күту;
2. Өз-өзін жоғары бағалау;
3. Өзіне және өз қабілеттеріне деген сенімділік;
4. Стреске қарсы тұра алу;
5. Ашық қарым- қатынасқа түсе білу;
6. Өз-өзін басқару;
7. Оптимизм;

Педагогтердің стресс туралы білім деңгейін анықтау үшін, зерттеу жұмыстары жүргізілді. Зерттеу аясында Т.А. Немчину и Тейлору, Методика «Шкала психологического стресса PSM-25», Диагностика состояния стресса (А.О.Прохоров) және Опросник способов совладания (Адаптация методики WCQ) әдістер қолданылды. Зерттеу аясында ҚР педагогтеріне сауалнама жүргізілді. Сауалнаманың мақсаты ҚР жоғары оқу орындарында педагогтерді даярлау мәселелерін зерделеу болып табылады. Сауалнамаға Қазақстан Республикасының мектептерінде жұмыс істейтін 1918 педагог қатысты.



### 1-сурет сауалнамаға қатысушылардың саны

Сауалнамаға қатысушылар арасында 3 жылдан аз жұмыс істейтін жас мамандар-22,4%; 4 жылдан 10 жылға дейінгі жұмыс өтілі бар мамандар – 26,4% және 10 жылдан астам жұмыс өтілі бар мамандар – 51,2%.

Сұраққа жауап беру "төмендегі мәлімдемелердің қайсысы стресске қатысты әділ?" сауалнамаға қатысушылар" кейбір күйзелістер оң болуы мүмкін " деген жауапты таңдады-6,1%, "көңілді адамдар қайғылы және қайғылы адамдарға қарағанда аз күйзеліске ұшырайды" деген жауап-32,8%, "өмір салтын өзгертетін оқиғаларға тап болған кезде барлық адамдар бірдей әрекет етеді" деген жауап - 27,6%, "стресс белгілері әрқашан байқалады" деген жауап - 33,5%.

Стреске көбірек ұшырайтын тұлға түрлерін таңдағанда, сауалнамаға қатысқандардың пікірі келесідей бөлінді: өршіл (17,4%), сабырлы (5,6%), адал



(14,7%), шешімсіз (62,3%). Сауалнамаға қатысқандардың жартысынан көбі "шешім қабылдай алмайтын" деген жауап таңдады. Бұл сұрақта, психологтардың пікірінше, жауап "өршіл" болуы керек.

Сауалнамадан алынған нәтижелер мұғалімдердің жеке тұлға түрлері және олардың стреске ұшырауы туралы жеткілікті терең білімі жоқ екенін көрсетеді.

"Төменде көрсетілген стресстің психологиялық белгілерінің қайсысын жұмыс орнында байқадыңыз?" деген сұраққа респонденттердің ең көп саны "жоғарыда айтылғандардың барлығы" (45%) жауабын таңдады. Қалған жауаптарды таңдау сәйкесінше "қызметкерлер дұрыс емес немесе қисынсыз пікірлер айтады" (15,3%) және "әріптестер проблемаларды жоққа шығарады" (12,1%), "адамдар шешім қабылдаудан жалтарады" (27,6%).

Сұрақта "көшбасшы өз командасының мотивациясын қалай арттыра алады?" жауап "жоғарыда айтылғандардың барлығына" сауалнамаға қатысқандардың жартысынан көбі (53%) таңдалды. Қалған жауаптарды таңдаған респонденттердің саны: "бағыныштылармен олардың алаңдаушылықтары мен мәселелерін талқылау керек" – 20,1%; "қайта даярлау мен дамуды ынталандыру керек" – 9%; "бағыныштыларға жиі алғыс айту керек" – 17,9%.

Әлеуметтік емес, бірақ стресстің дамуына әсер ететін факторларды таңдағанда, педагогтердің пікірі екіге бөлінді: жақын әлеуметтік орта (ата – аналар, достар, әріптестер) – 24,5%, қоғамдық мәртебе – 14,6 %, еңбек жағдайлары – 20,1%, адамның көзқарасы мен құндылықтары – 40,8%. Әлеуметтік емес фактор – бұл адамның көзқарасы мен құндылықтары. Респонденттердің басқа жауаптардың 59,2% - таңдауы олардың талдау дағдыларының жеткіліксіз қалыптасқанын көрсетеді.

"Кәсіби субъективті себептер тобына стресстің себебі неде?" деген сұраққа жауаптары: өзін – өзі бағалаудың төмендігі – 22,6%, өзіне деген сенімсіздік – 28,4%, сәтсіздіктен қорқу – 20,9%, білімнің, дағдылардың жетіспеушілігі – 28,1%. Дұрыс жауап - "білімнің, дағдылардың жетіспеушілігі", ал педагогтердің 71,9% - ы басқа жауаптарды таңдады. Демек, педагогтер нағыз субъективті және кәсіби субъективті себептерді ажыратудың жеткілікті деңгейіне ие емес.

Сауалнама сұрақтарына педагогтердің жауаптарын талдау мынаны көрсетті: 1) педагогтердің жеке тұлға психологиясы, атап айтқанда оның стреске бейімділігі, стресстің дамуына әсер ететін факторлар туралы білімдері жеткілікті терең емес; 2) педагогтердің көпшілігінде талдау және синтездеу дағдылары жеткіліксіз қалыптасқан.

Демек, педагогтер ұжымы оқушылар арасында кездесетін қарама-қайшылықтарға қарсы тұру үшін өз құзыреттіліктерін жан-жақты жетілдіру керек. Америкалық психиатр Морган Скотт Пек сөзімен аяқтасқанда: мамандық адамға мән дарытпайды, адам мамандыққа мән дарытады.

### Әдебиеттер тізімі:

1. Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 21 желтоқсандағы № 506 бұйрығы. Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2022 жылғы 21 желтоқсанда № 31180 болып тіркелген.
2. <https://www.nur.kz/>
3. Пазухина С.В., Н.С.Бобровникова «Социально-личностные ресурсы субъектов образовательной среды как основа профилактики буллинга среди подростков»// <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-lichnostnye-resursy-subektov-obrazovatelnoy-sredy-kak-osnova-profilaktiki-bullinga-sre>
4. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. //Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. СПб.: Речь, 2005. 248 с.<https://shelter-tranzit.ru/wp-content/uploads>
5. Как это работает: биохимия стресса. Рассказывает психиатр | Клиника доктора Шурова | Дзен (dzen.ru)

## МЕКТЕПТЕГІ БУЛЛИНГТІҢ СЕБЕПТЕРІ ЖӘНЕ АЛДЫН АЛУ ЖОЛДАРЫ

### REASONS AND WAYS TO PREVENT BULLYING AT SCHOOL

Әскербекова А.Е. №31 мектеп-гимназиясының директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары, Астана қаласы, Қазақстан Республикасы

*Askerbekova A.E. deputy director for educational work of school-gymnasium N31, Astana, Republic of Kazakhstan*

**Аңдатпа.** Бұл мақала мектептегі буллинг мәселесіне және оның алдын алу жолдарына арналған. Буллинктің пайда болу және таралу жолдары, осы ситуацияға түскен балалардың мінез—құлық ерекшеліктері қарастырылған. Мектепте буллинктің алдын алу бойынша ұсынымдар берілген.

**Annotation.** This article is devoted to the problem of bullying at school and ways to prevent it. The ways of occurrence and spread of bullying, the peculiarities of the behavior of children exposed to this situation are considered. The school provides recommendations for the Prevention of bullying.

**Кілт сөздер:** буллинг, мінез—құлық, эмоционалдық ерекшеліктер, агрессия, іс-шаралар.

**Keywords:** bullying, behavior, emotional features, aggression, actions.

Балалардың арасындағы зорлық-зомбылық пен агрессияның өсуі ХХІ ғасырда қазіргі қоғамда, Қазақстандағы жалпы білім беру кеңістігінде кешенді, өзекті, сонымен қатар маңызды проблема болып табылады.

Сыныптағы балалардың бір-бірін бопсалауы – мектептегі ең көп таралған мәселелердің бірі болып табылады. Бұл құбылыс жалпы мектептегі жағдайға, білім сапасына, эмоционалдық және невротикалық мәселелер туындатады.