

9. Emelin V. Simulacra and virtualization technologies in information society // *National Psychological Journal*. – 2016. – №3. – P.86-97. DOI: 10.11621/npj.2016.0312.

10. Siemens G. Learning Analytics: The Emergence of a New Discipline // *International Journal of Technology in Teaching and Learning*. – 2014. – №10(1). – P.1-12.

References:

1. Pravilov V.A., Vinogradov S.V. Sovremennye yazyki programmirovaniya v shkol'noy programme [Modern programming languages in the school curriculum] // *Vestnik nauchnogo obshchestva studentov, aspirantov i molodykh uchenykh*. – 2024. – №3. – S.71-76.

2. Aljuhani K., Sonbul M., Alhabiti M. et al. Creating a Virtual Science Lab (VSL): the adoption of virtual labs in Saudi schools // *Smart Learn. Environ*. – 2018. – №5(16). <https://doi.org/10.1186/s40561-018-0067-9>

3. Itinson K.S. Oblachnyye tekhnologii v obrazovanii: kontseptsiya i real'nost' [Cloud technologies in education: concept and reality] // *BGH* – 2020. – №4(33). – S. 90-92.

4. Levashova M. Innovatsionnye podkhody k obucheniyu informatsionnym tekhnologiyam [Innovative approaches to teaching information technology] 2024. [Elektronnyy resurs]. – Rezhim dostupa: <https://gb.ru/blog/innovatsionnye-podhody-k-obucheniyu-it/> (08.02.2025)

5. Zhumabekov A. Obrazovanie novogo urovnya: kak VR, Soft Skills i tekhnologii menyayut obuchenie. [New level education: how VR, Soft Skills and technologies are changing learning] 2025. [Elektronnyy resurs]. – Rezhim dostupa: <https://weproject.media/articles/detail/obrazovanie-novogo-urovnya-kak-vr-soft-skills-i-tekhnologii-menyayut-obuchenie/> (08.02.2025)

6. Bork A. Virtualization in Education: A New Paradigm for Learning // *Journal of Educational Technology*. – 2016. – №12(3). – P.45-58.

7. Xu W., Ouyang F. The application of AI technologies in STEM education: a systematic review from 2011 to 2021 // *IJ STEM Ed*. – 2022. – №9(59) <https://doi.org/10.1186/s40594-022-00377-5>

8. Martin F., & Sunley R. Ethics in Virtual Learning Environments: A Systematic Review // *International Journal of Educational Technology in Higher Education*. – 2018. – №15(1). – P.1-18.

9. Emelin V. Simulacra and virtualization technologies in information society // *National Psychological Journal*. – 2016. – №3. – P.86-97. DOI: 10.11621/npj.2016.0312.

10. Siemens G. Learning Analytics: The Emergence of a New Discipline // *International Journal of Technology in Teaching and Learning*. – 2014. – №10(1). – P.1-12.

FTAXP 14.35.07

<https://doi.org/10.51889/2959-5762.2026.89.1.010>

М.А.Исмаилова,^{1*}  Й.Кудиновиене² 

¹Қорқыт Ата атындағы Қызылорда университеті, Қызылорда қ., Қазақстан

²Ұлы Витаутас университеті, Вильнюс қ., Литва

БОЛАШАҚ ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГТЕРДЫҢ КӘСІБИ ДАЙЫНДЫҒЫНА КОГНИТИВТІ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚ ТЕРАПИЯСЫН БІРІКТІРУ: WORKSHOP-қа НЕГІЗДЕЛГЕН БІЛІМ БЕРУ БАҒДАРЛАМАСЫ

Аңдатпа

Мектеп жасындағы оқушылар арасында мазасыздық пен эмоционалдық қиындықтардың көбеюі мектептегі психологиялық араласуларға және оларды іске асыру үшін кәсіби түрде дайындалған мамандарға қажеттілікті арттырды. Осыған байланысты, бұл зерттеу «Педагогика және психология» мамандығы студенттерінің кәсіби дайындығына когнитивті мінез-құлық терапиясының (КМҚТ) принциптерін интеграциялаудың тиімділігін бағалауға бағытталған. Зерттеудің негізгі мақсаты болашақ педагог-психологтерді мектеп жағдайында дәлелді КМҚТ интервенцияларын қолдануға дайындау, сонымен қатар осы тренингтің студенттердің өздерін мазасыздану деңгейін төмендетудегі тиімділігін бір мезгілде бағалау болды. Зерттеу алдын ала және кейінгі тестілеумен аралас дизайнды қолдану арқылы жүргізілді. Оған әртүрлі оқу курстарында білім алып жатқан 65 бакалавриат студенттері қатысты. Төрт апта ішінде 12 КМҚТ сабағынан тұратын (аптасына екі сағатқа созылатын үш сабақ) workshop форматында оқыту бағдарламасы жүзеге асырылды. Бағдарлама когнитивті қайта құрылымдауды, мазасыздық иерархиясын, эмоционалды зейінді дамытуды, мінез-құлықты жеңу стратегияларын, «жерге тұйықталу» әдістерін және өзін-өзі реттеу дағдыларын қоса алғанда, мектеп контекстіне сәйкес келетін негізгі КМҚТ әдістерін игеруге бағытталған. Мазасыздық деңгейі Гамильтонның мазасыздықты бағалау шкаласын (өзіндік есеп сауалнамасы) қолдана отырып,

интервенцияға дейін және одан кейін бағаланды. Тестілеуден кейінгі нәтижелер қатысушылардың мазасыздық деңгейінің айтарлықтай төмендегенін көрсетті. Мазасыздық деңгейі жоғары студенттердің үлесі айтарлықтай төмендеді, ал жеңіл мазасыздық деңгейі бар студенттер саны өсті, бұл эмоционалды реттеудің жалпы жақсарғанын көрсетеді. Сапалы деректер студенттердің КМҚТ әдістерін қолдануға деген сенімділігінің артуын, ойлардың, эмоциялар мен мінез-құлықтардың өзара байланысын тереңірек түсінуді, сондай-ақ мектеп ортасында оқушылармен және мұғалімдермен жұмыс істеуге кәсіби дайындықтарының артуын көрсетті. Алынған нәтижелер КМҚТ-ны workshop форматында оқыту студенттердің мазасыздығын төмендетуге және сонымен бірге олардың кәсіби құзыреттерін қалыптастыруға ықпал ететін тиімді педагогикалық интервенция екенін көрсетеді. КМҚТ-ны жоғары мектептің білім беру бағдарламаларына қосу білім беру мекемелерінде тұрақты және ғылыми негізделген психологиялық қолдау жүйесін қамтамасыз ете отырып, клиникалық теория мен мектеп психологиясы практикасы арасындағы алшақтықты азайтуға мүмкіндік береді.

Түйін сөздер: мектеп психологиясы, студенттердің кәсіби даярлау, workshop-оқыту, педагогика және психология, когнитивті мінез-құлық терапиясы.

Исмаилова М.А.,^{1*}  Қудиновиене Й.² 

¹Қызылординский университет имени Коркыт Ата, г.Қызылорда, Казахстан

²Университет Витаутаса Великого, г.Вильнюс, Литва

ИНТЕГРАЦИЯ КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ПОДГОТОВКУ БУДУЩИХ ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГОВ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА НА ОСНОВЕ WORKSHOP

Аннотация

Рост распространённости тревожности и эмоциональных трудностей среди учащихся школьного возраста усилил потребность в школьных психологических интервенциях и в специалистах, профессионально подготовленных к их реализации. В этой связи настоящее исследование направлено на оценку эффективности интеграции принципов когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) в профессиональную подготовку студентов специальности «Педагогика и психология». Основной целью исследования являлась подготовка будущих педагогов-психологов к применению доказательных КПТ-интервенций в школьной среде, а также одновременная оценка эффективности данной подготовки в снижении уровня тревожности самих студентов. Исследование выполнено в рамках смешанного дизайна с до- и посттестированием. В нём приняли участие 65 студентов бакалавриата разных курсов обучения. В течение четырёх недель была реализована программа обучения в формате workshop, включающая 12 занятий по КПТ (три занятия в неделю продолжительностью по два часа). Программа была ориентирована на освоение ключевых КПТ-техник, релевантных школьному контексту, включая когнитивную реструктуризацию, иерархию тревоги, развитие эмоциональной осознанности, поведенческие стратегии совладания, техники заземления и навыки саморегуляции. Уровень тревожности оценивался до и после интервенции с использованием шкалы оценки тревожности Гамильтона (самоотчётная версия). Результаты посттестирования продемонстрировали значимое снижение уровня тревожности у участников. Доля студентов с высоким уровнем тревожности существенно сократилась, тогда как количество студентов с лёгким уровнем тревожности увеличилось, что свидетельствует об общем улучшении эмоциональной регуляции. Качественные данные показали рост уверенности студентов в применении КПТ-техник, более глубокое понимание взаимосвязи мыслей, эмоций и поведения, а также повышение профессиональной готовности к работе с учащимися и педагогами в школьной среде. Полученные результаты свидетельствуют о том, что обучение КПТ в формате workshop является эффективной педагогической интервенцией, способствующей снижению тревожности у студентов и одновременно формирующей их профессиональные компетенции. Включение КПТ в образовательные программы высшей школы позволяет сократить разрыв между клинической теорией и практикой школьной психологии, обеспечивая более устойчивую и научно обоснованную систему психологической поддержки в образовательных учреждениях.

Ключевые слова: школьная психология, профессиональная подготовка студентов, workshop-обучение, педагогика и психология, когнитивно-поведенческая терапия.

Ismailova M.,^{1*}  Kudinoviene J.² 

¹Kyzylorda University named after Korkyt Ata, Kyzylorda, Kazakhstan

²Vytautas the Great University, Vilnius, Lithuania

INTEGRATING COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY INTO THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SCHOOL PSYCHOLOGISTS: A WORKSHOP-BASED EDUCATIONAL INTERVENTION

Abstract

The growing prevalence of anxiety and emotional difficulties among school-aged children has increased the demand for school-based psychological interventions and for professionals who are adequately trained to deliver them. In response, this study examines the effectiveness of integrating Cognitive Behavioral Therapy (CBT) principles into the professional training of students enrolled in the *Pedagogy and Psychology* speciality. The primary aim was to prepare future pedagogical psychologists to apply evidence-based CBT techniques in school settings while simultaneously evaluating the intervention's effectiveness in reducing students' own anxiety levels. A mixed-methods pre-post intervention design was employed. Sixty-five undergraduate students from different years of study participated in a four-week workshop programme consisting of twelve CBT-based sessions (three sessions per week, two hours each). The training focused on core CBT techniques relevant to school contexts, including cognitive restructuring, anxiety hierarchies, emotional awareness, behavioral coping strategies, grounding techniques, and self-regulation skills. Anxiety levels were assessed before and after the intervention using the Hamilton Anxiety Rating Scale (self-report version). Post-intervention findings demonstrated a substantial reduction in anxiety levels across participants. The proportion of students with severe anxiety decreased markedly, while the number of students reporting mild anxiety increased, indicating overall improvement in emotional regulation. Qualitative feedback further revealed increased confidence in applying CBT techniques, improved understanding of the relationship between thoughts, emotions, and behavior, and a heightened sense of professional readiness to support pupils and teachers in school environments. The results suggest that CBT-based workshop training is an effective pedagogical intervention for reducing anxiety among pedagogy-psychology students while simultaneously enhancing their professional competence. Integrating CBT into higher-education curricula may bridge the gap between clinical theory and school-based practice, contributing to more sustainable and evidence-based psychological support within educational settings.

Keywords: school psychology, professional training of students, workshop-based learning, pedagogy and psychology, cognitive-behavioral therapy.

Кіріспе. Дүние жүзі бойынша заманауи білім беру ұйымдары жоғары дәрежелі талаптарды орындауға бағытталған күшті қысымның салдарынан туындаған ауқымды академиялық және әлеуметтік қиындықтарға тап болып отыр. Бұндай академиялық көрсеткіштерге бар күшті жұмсау оқушылардың өмірлік маңызды әлеуметтік, мінез-құлық және эмоционалдық қажеттіліктерін қанағаттандыруға кететін уақытты ығыстырып тастап жатады. Шын мәнінде, көптеген білім алушылар өздеріне аса қажет болғанымен, психикалық денсаулыққа қатысты бағдарламаларды ала алмай отыр (Banks & Zions, 2009). Алаңдатарлығы, бағалаулар бойынша балалар мен жасөспірімдердің 10-15%-ы клиникалық критерийлерге сай келетін психикалық бұзылыстарды көрсетеді, ал екі миллионға жуық бала олардың эмоционалдық әл-ауқаты мен төзімділігін жақсарту үшін арнайы көмекке мұқтаж (Rait и др., 2010a). Балалық шақтағы психикалық бұзылыстар уақыт өте келе күрделене түсіп, араласуға төзімді болатынын ескере отырып, ерте және тиімді араласу қажет деп есептеледі (Rait и др., 2010a). Осы тұрақты қажеттілікке жауап ретінде мектептер мүмкін болатын қиындықтарды дер кезінде анықтайтын және құрылымдалған араласуларды жүзеге асыратын негізгі орта болып жиі қарастырыла бастады (Rait и др., 2010a). Бұл өзгеріс балалар мен жасөспірімдердің психологиялық әл-ауқатын анықтау мен басқаруды енді тек денсаулық сақтау қызметтерінің күзіретті міндеті болып саналмайтынын, керісінше бұл – «ортақ іс» ретінде қарастырылатынын білдіреді. Сондықтан, білім беру ортасында психологиялық әл-ауқатты қолдай алатын мектеп қызметкерлеріне, соның ішінде білім беру немесе педагогикалық психологтерге деген сұраныс артып келеді.

Бұл сұранысты қанағаттандыру үшін жоғары білім беру мекемелері «Педагогика және психология» мамандықтарының оқу бағдарламаларына психотерапиялық әдістерді, қолданбалы нейропсихологиялық тәсілдерді және инклюзивті педагогикалық-психологиялық интервенцияларды енгізу қажет (Баймуратова Г.К., 2020). Бұл әдістер мен тәсілдер қарым-қатынас

дағдылары, стресске төзімділік, эмоционалды тұрақтылық және өзін-өзі реттеу қабілеті сияқты дағдыларды жақсарту үшін белсенді қолданылады. Атап айтқанда, болашақ педагог-психологтердің білім беру ортасындағы балалар мен жасөспірімдердің психикалық денсаулығы мәселелерін тиімді шешу үшін терең теориялық білім мен практикалық дағдыларға ие болуы өте маңызды (Қасым-Жомарт Тоқаевтың білім беру форумындағы тікелей сөзі, 2023). Оқу бағдарламаларына клиникалық тұрғыда тиімділігі дәлелденген араласу әдістерін, мысалы, когнитивті мінез-құлықтық терапия принциптерін енгізу осы мамандарды дайындаудағы маңызды қадам болмақ. Осылайша студенттер оқу ортасындағы әлеуметтік, эмоционалды және оңтайлы араласуға кәсіби дайын болады. Осы тәсілдерді оқыту арқылы мектептердегі психологиялық қолдаудың сапасы артады, өйткені бұл–КМҚТ когнитивті және мінез-құлық психологиясынан алынған әдістердің эклектикалық тобына жатады (Rait и др., 2010b).

Негізгі ережелер. КМҚТ негізгі принципі – ойлар, сезімдер мен мінез-құлық өзара әрекеттеседі және бір-біріне айтарлықтай әсер етеді. Осы құрылымға сәйкес, қарқынды теріс эмоциялар – ойлаудың бұрмалануының нәтижесі болып табылады, бұл оқушының алға қойған мақсатына, академиялық жетістікке немесе оң әлеуметтік қарым-қатынасқа жету қабілетіне кедергі келтіреді (Banks & Zions, 2009). Клиникалық жағдайларда пайда болған рационалды эмоционалды мінез-құлықтық терапия (РЭМҚТ) сияқты когнитивті мінез-құлықтық араласулар (КМҚА) сынып ортасына бейімделгенде тиімділік көрсеткені байқалған. Бұл тәсілдердің мақсаты – адамдарға жеке және кәсіби мақсаттарына жетуге кедергі келтіруі мүмкін қарқынды эмоциялармен күресуге көмектесу. РЭМҚТ-ң негізін қалаушы Альберт Эллис сыныпты психологиялық қиындықтардың алдын алу үшін әлеуетті терапевтік орта ретінде қарастыра отырып, КМҚТ-ның болашағының айтарлықтай бөлігі білім беру саласында екендігін айтқан (Banks & Zions, 2009). Білім беру контекстіне ауыстырылған кезде, мұндай тәсілдер кейде білім беру психологтерінің модельдерді кеңінен қолдануын клиникалық психотерапевтің жоғары мамандандырылған ролінен ажырату үшін «когнитивті мінез-құлық психологиясы» деп те атайды. Жасөспірімдерге бейімделген КМҚТ негізгі когнитивті компоненттерге назар аудару арқылы жұмыс істейді: баланы мазасыздық сезімдері мен физикалық реакцияларды тануға үйрету, мазасыздықты тудыратын ойларды нақтылау және күресу дағдыларын (мысалы, мазасыздыққа байланысты ойларды өзгерту) және мінез-құлық стратегияларын (мысалы, экспозиция) дамыту. Мысалы, РЭМҚТ-ң негізгі компоненті ABC моделі (Activating Event-Belief-Consequence) (Sigurvinsdóttir и др., 2020) адамдарға оқиғаларды кезең-кезеңімен шынайы немесе ұтымды түрде қарау процесін жүйелі түрде үйретеді, осылайша олардың мазасыз оқиғалар туралы ойлауын жеңілдетуге және тиімдірек жауап беруге мүмкіндік береді. Мазасыздық бұзылыстары балалық шақтағы ең көп таралған психикалық бұзылулар болып табылады және КМҚТ оны төмендетудегі бірінші қатардағы әдіс ретінде ұсынылады. Мета-талдаулар балалық шақта кездесетін әр түрлі мазасыздық бұзылыстарын төмендету үшін КМҚТ ең тиімді араласу екенін растайды (Sburlati и др., 2011). Зерттеулер жеке бағытталған КМҚТ, топтық КМҚТ және отбасылық КМҚТ ремиссияға жетуде айтарлықтай тиімді екенін көрсетті. КМҚТ араласуының мақсаты –продуктивті мінез-құлыққа және мақсатқа жетуге кедергі келтірмеу үшін олардың қарқындылығын азайту арқылы шамадан тыс мазасыздық сияқты «ауыр» эмоцияларды басқару болып табылады. Педагогикалық психологтер КМҚТ бағдарламаларын жүзеге асыруға қолдау көрсету үшін ерекше орынға ие, өйткені олардың мектеп жүйелері, басымдықтары мен шектеулері туралы маңызды институционалдық білімі бар (Rait и др., 2010b). Олар көбінесе мақсатты топтық, жеке сабақтар өткізе отырып немесе мектеп қызметкерлерінің әлеуетін арттыра отырып, кеңесші ретінде әрекет етеді. Дегенмен, күрделі бұл клиникалық модельдерді тиімді аудару оқушылардың когнитивті және жас ерекшеліктерін ескере отырып, мұқият бейімделуді қажет етеді. Осылайша, негізгі міндет болашақ педагогикалық психологтердің клиникалық теория мен практикалық білім беруді жүзеге асыру арасындағы алшақтықты күзиретті түрде жоюға мүмкіндік беретін тиісті, сенімді дайындықты қамтамасыз ету болып табылады. Бұл зерттеудің мақсаты болашақ педагогикалық психологтер үшін КМҚТ кешенді

принциптерін оқу бағдарламасына біріктірудің орындылығы мен тиімділігін талдауға, атап айтқанда, оларды мектеп жағдайында жасөспірімдердегі мазасыздықты азайту үшін дәлелді әдістерді қолдануға дайындаумен байланысты артықшылықтар мен кемшіліктерді зерттеуге бағытталған. *Зерттеудің міндеттері:*

1. Мазасыздықты төмендетудің психологиялық әдістерін талдау;
2. Студенттердің бастапқы мазасыздық деңгейін диагностикалау;
3. КМҚТ әдістеріне негізделген workshop бағдарламасын ұйымдастыру және өткізу;
4. Workshop соңында студенттердің мазасыздық деңгейінің өзгерісін анықтау;
5. КМҚТ әдістерінің тиімділігіне қорытынды жасау;

Материалдар мен әдістер. Зерттеу студенттердің мазасыздық және мінез-құлық мәселелерін басқаруға арналған бағдарламаны әзірлеуге және қолдануға, ең бастысы оларға осы мәселелердің алдын алу және басқару үшін қажетті құралдармен қамтамасыз етуге бағытталған. Мектептердегі академиялық және әлеуметтік мәселелер өте үлкен және жасөспірімдердің мінез-құлық және эмоционалдық қажеттіліктерін жеткіліксіз қолдау әлі де бар екендігі мойындалады. Атап айтқанда, мектептен шығару немесе шеттету сияқты дәстүрлі түрде жауап беру шаралары тікелей мәселені шешеді, бірақ болашақта оқушыларға өзін-өзі реттеу үшін қажетті ұзақ мерзімді күресу дағдыларын үйретпейді. Жалпы мазасыздық және мінез-құлық мәселелерімен жұмыс істеу кезінде КМҚТ проблемаларды шешу стратегияларын үйрететін құрал ретінде қолданылады. КМҚТ сыныптағы оқу бағдарламасына біріктірілуі немесе топтық және жеке сабақтар түрінде жүзеге асырылуы мүмкін. Бұл зерттеу жұмысы аралас зерттеу әдісімен жүргізілді. Болашақ педагог-психологтерді жасөспірімдердегі мазасыздықты төмендетуге даярлауда КМҚТ тиімділігін зерттеу үшін 6В01101—«Педагогика және психология» мамандығы студенттеріне 4 апталық Workshop стильде сабақ өткізілді. Workshop-қа 6В01101—«Педагогика және психология» мамандығы бойынша 1 курстан 12 студент оның ішінде 1 ер бала, 11 қыз бала, 2 курстан 16 студент оның ішінде 5 ер бала, 11 қыз бала, 4-ші курстан 37 студент оның ішінде 4 ер бала, 33 қыз бала барлығы 65 студент қатысты.

Зерттеу жұмысы келесі кезеңдерді қамтыды:

- Мазасыздықты төмендетуге арналған әдістемелер зерттеліп, олардың ішінде КМҚТ тиімді әдістердің бірі болып алынды;

- Алдын ала диагностика: Мазасыздық деңгейін анықтайтын шкала зерттеліп, семинар басында студенттердің мазасыздығын анықтау мақсатында «Гамильтонның мазасыздықты бағалау шкаласы—өзіндік есеп сауалнамасы» алынды. Сауалнамада мазасыздықтың адамға әсер етуінің 14 сипаттамасы келтірілген. Әр сипаттамаға «Жоқ», «Жеңіл», «Орташа», «Ауыр», «Өте ауыр» деген бағалаулар берілген. Осы бағалаулар арқылы мазасыздықтың деңгейі анықталады.

- Студенттермен мазасыздықты төмендетуге арналған КМҚТ әдістері бойынша аптасына 3 рет (2 сағаттан) 4 апта 12 Workshop өткізілді.

- Workshop аяқталғаннан кейін КМҚТ әдістерінің тиімділігін анықтау мақсатында студенттерден «Гамильтонның мазасыздықты бағалау шкаласы—өзіндік есеп сауалнамасы» қайта алынды.

Зерттеу жоғары оқу орнының этикалық нормаларына сәйкес орындалды. Қатысушыларға зерттеудің мақсаты, міндеттері, деректерді қолдану тәртібі және құпиялылық кепілдігі, кез келген кезеңде қатысудан бас тарту құқығы алдын ала түсіндірілді. Барлық қатысушылар ешбір мәжбүрлеусіз ерікті келісімін берді. Жиналған ақпарат тек ғылыми мақсатта қолданылды және үшінші тұлғаларға берілмеді. Зерттеу барысында қатысушылардың психологиялық қауіпсіздігі, құқығы мен абыройы толық сақталды.

Нәтижелер. Зерттеу болашақ педагог-психологтердің жасөспірімдердегі мазасыздықты төмендетуге қолданылатын когнитивті мінез-құлық терапиясы техникаларының тиімділігін практика жүзінде бағалауға бағытталды. Workshop форматында ұйымдастырылған оқыту барысында студенттердің КМҚТ-ң негізгі стратегияларын меңгеру деңгейі мен олардың кәсіби қолдануға дайындығы талданды.

КМҚТ-ң негізгі техникаларының бірі - «Сізді не мазалайтынын қалай түсінуге болады?» техникасы. Ол мазасыздықтың алғашқы белгілерін анықтау мақсатында жүргізілді және студенттерді жәй сұрақтарға жауап беруден когнитивті, мінез-құлық реакцияларын белсенді түрде өзгертуге бағытталды. Студенттердің көпшілігі берілген сұрақтарға жауап бере отырып өздеріндегі проблемаларды жаңа қырынан көре алды. Ал, кейбір студенттер өздеріндегі мазасыздықты топ алдында жария етуден бас тартса, кейбірі мазасыздықты мойындауды «әлсіздік» деп қабылдап, сезімдерін жасырын түрде басуға тырысты. Осындай аралас реакциялар студенттердің когнитивті мінез-құлықтық тәсілдерге деген бастапқы қабылдаулары әртүрлі болатынын көрсетті. Бұл тұжырым Стефани Л. Бэрд және Соня Клейннің (2025) зерттеу нәтижелерімен де үндеседі. Әлеуметтік салада оқыту журналында жарияланған симуляцияға негізделген семинарды талдай отырып, авторлар симуляциялардың шынайы терапиялық сеансты сезінуге мүмкіндік беріп, қатысушылардың терапевт ретіндегі сенімділігін арттырғанын атап өткен. Сонымен қатар, семинарға дейін КМҚТ әдісін «қорқынышты» әдіс ретінде қабылдаған кейбір студенттер тренингтен кейін өз пікірлерін өзгертіп, оны «қолжетімді» және пайдалану үшін түсінікті деп бағалағаны көрсетілген (Baird & Klein, 2025).

Студенттердегі өзгерістер тәжірибеге негізделген жаттығулардың оқу процесіндегі маңызын айқындайды. Осы тұрғыда КМҚТ-ң «Мазасыздық иерархиясы» техникасын меңгеру оларға теориялық түсініктерді нақты практикамен ұштастыруына мүмкіндік берді. Бұл техника арқылы олар қоқыныш пен мазасыздықтың иерархиясын құруды үйреніп, балалар мен жасөспірімдерде ең күшті мазасыздық тудыратын факторларды анықтаудың тиімді жолдарын көре алды. Алғашқыда студенттер төмен деңгейде және жоғары деңгейде мазасыздық тудыратын ойларды ажырату қиынға соққандығымен бөлісті. Мазасыздық деңгейін, триггерін немесе оның әсерін нақты айта алмаулары тапсырманы орындауды тежеді. Сұрақтарды қайта талдап, техниканың орындалу тәртібін егжей-тегжейлі түсіндіру нәтижесінде тапсырманы орындау әлдеқайда жеңілдегенін өздері де атап өтті. Бұл техника құрылымдалған әрі тәжірибеге негізделген оқытудың маңыздылығын айқын көрсетеді. Аталған қорытынды Голда С. Гинсбург, Джеффри Э. Пелла, Аннелис ДеВито, Грейс Чанның (2024) Халықаралық мектеп психологиясы журналында жариялаған «Екі жақты салыстыру бойынша: мұғалімдер тренингтері мен студенттік мазасыздық» атты мақаласында авторлар бастауыш сынып мұғалімдеріне арналған интерактивті TAPES және дидактикалық TAT тренингтерін салыстыра отырып, екі форматта да қатысушылардың қанағаттану деңгейі жоғары болғанын анықтаған. Сонымен қатар, қатысушылар оқушылардың мазасыздығын басқаруға көмектесетін құнды білім алғанын және ұсынылған дағдыларды сынып жағдайында жүргізу мүмкіндігі бар екенін атап өткен (Ginsburg и др., 2024).

Осындай ғылыми тұжырымдар оқу барысында қолданылған нақты техникалардың нәтижелілігін тереңірек түсіндіруге мүмкіндік береді. Соның бірі - «Жаман» мазасыздыққа қарсы «Жақсы» мазасыздық техникасы. Бұл әдіс арқылы студенттер мазасыздықтың барлық түрі бірдей жағымсыз емес екенін ұғынып, оның «жақсы» және «жаман» қырларын ажыратуға үйренді. Студенттердің кейбірі үшін кез-келген мазасыздық бірдей жағымсыз болып көрінді, сол себепті «жағымды» және «жағымсыз» мазасыздықты ажырату когнитивтік тұрғыдан күрделі үдеріс болды. Бірқатар студенттер өз ішкі сезімдері мен эмоционалдық күйін вербализациялауда қиындықтарға тап болғанын атап өтті. Аталған бақылаулар КМҚТ дағдыларын жүйелі түрде меңгеру мен қолданудың клиникалық маңыздылығын көрсететін эмпирикалық деректермен толық сәйкес келеді. Кэтлин с. Камачо, Эндрю с. Пейдж және Джефф Р. Хуктың (2020) зерттеулерінде екі апталық КМҚТ курсы барысында эмоционалды бұзылыстары бар жасөспірімдерде мазасыздық пен депрессия белгілерінің айтарлықтай төмендегені анықталған. Авторлар КМҚТ дағдыларын белсенді қолдану, соның ішінде үй тапсырмаларын орындау мен когнитивті қайта құрылымдаудың, депрессиялық белгілердің болашақта азаюын болжайтынын атап өткен (Camacho и др., 2021). Ғылыми деректердің практикалық көрінісі ретінде workshop барысында қолданылған және студенттерге жағдайдың өзі емес, сол жағдайды қалай түсіндіретініміз

(ойлар/реакциялар) сезімдерімізге, әрі қарай мінез-құлқымызға қалай әсер ететіндігін түсінуге мүмкіндік берген «Жауап, реакция және сезім» техникасын атауға болады. Практика кезінде студенттер мазасыздық ағзаның беретін жауап реакцияларын (жүрек соғуының артуы, алақанның терлеуі, тыныс алуының тарылуы, аяқ-қолдың дірілдеуі т.с.с.) нақты байқады. Дегенмен, бірқатар студенттер эмоцияны, дене реакциясын және мінез-құлықтық жауапты бір-бірінен ажыратуда шатаسقанын көрсетті. Мысалы: «Менің алақаным терлейді» дегенді эмоцияға емес, физикалық реакция ретінде түсіну қажеттігін ажырата алмау жиі байқалды. Кейбір студенттер рефлексия жүргізуде сенімсіздік танытып, мазасыздыққа қатысты ішкі тәжірибесін ашудан тартынды. Бұл байқаулар КМҚТ бағдарламаларының жасөспірімдер арасындағы мазасыздықты төмендетуде тиімділігін дәлелдейтін ғылыми деректермен де үйлеседі. Сайда Мохамед Мохамедтің (2017) Американдық медбикелік журналында жарияланған зерттеуінде орта мектеп оқушыларына арналған когнитивті мінез-құлық терапиясы бағдарламасын аяқтағаннан кейін эксперименттік топта мазасыздық деңгейінің бақылау тобымен салыстырғанда статистикалық тұрғыдан маңызды төмендеуі анықталған. Алайда мазасыздықтың төмендеуіне қарамастан, бағдарламадан кейін өзін-өзі бағалаудың айтарлықтай жақсаруы байқалмаған. Автор бұл нәтижені өзін-өзі бағалаудың өзгеруі ұзақ уақытты қажет ететінімен немесе мазасыздықты азайтудың өзі қосымша мақсатты жұмысты талап ететінімен түсіндіреді (Mohamed Mohamed, 2017). Сонымен қатар, КМҚТ дағдыларын қолдану оқушылардың субъективті әл-ауқатының (тыныштық сезімі, көңілділік, өмірге қызығушылық) артуына ықпал еткені, ал дағдыларды ерте кезеңде қолдану әл-ауқаттың жақсаруын болжағанымен, симптомдардың айқын өзгерістері кейінгі кезеңдерде байқалғаны көрсетілген (Camacho и др., 2021).

Симптомдардың пайда болуына қалай жауап беруге болатынына байланысты студенттер, өздерінің бойында мазасыздықпен күресудің қандай да бір стратегияларының бар-жоғын анықтауға мүмкіндік беретін «Сіз өзіңіздің мазасыздығыңызға қалай жауап бересіз?» техникасы жүргізілді. Техниканы орындау барысында студенттер жоғары және төмен деңгейдегі мазасыздық арасындағы айырмашылықтар мен ұқсастықтарды ажырата білуге дағдыланды. Алайда, студенттердің бір бөлігі мазасыздық туындаған сәтте өз әрекеттерінің қандай болғанын нақты сипаттай алмады. Мысалы: «Білмеймін, жай ғана қобалжыдым» деген жалпылама жауаптар айтылды, бұл жауап пен эмоция арасын ажырату қиындықтарын көрсетті. Кейбірі өздерінің жалтару, қашу, уақытша тоқтату сияқты реакцияларын мазасыздыққа жауап ретінде қарастырмай, оны жай «жағдайдың бір бөлігі» деп қабылдағандары байқалды. Осындай қиындықтар когнитивті мінез-құлықтық модельдерді құрылымдалған түрде үйретудің маңыздылығын тағы да дәлелдейді. Атап айтқанда, Тачел Бэнкс пен Пол Сионтстың (2009) «Білім беру жағдайында эмоцияларды басқарудың когнитивті мінез-құлық стратегиясын оқыту» атты мақаласында эмоционалды бұзылыстары бар жасөспірімдер өз мәселелерін талқылау барысында ABC (Activating Event-Belief-Consequence) моделін қолдануды меңгергені көрсетілген. Зерттеу нәтижелері жасөспірімдердің сезімдер, ойлар мен мінез-құлық арасындағы өзара байланысты анықтап, қисынсыз сенімдерге қарсы тұра алғанын көрсетеді (Banks & Zions, 2009).

Бұл түсінікті тәжірибеде бекіту мақсатында эмоцияларды вербалды түрде білдіруге бағытталған «Басқа адамдармен әңгімелесу» техникасы қолданылды. Техниканы орындау барысында студенттер өздерінде мазасыздық тудыратын ойларын алдымен бір-бірімен, содан кейін, телефон байланысы немесе смс хабарлама арқылы отбасы мүшелерімен, достарымен бөлісті. Осылайша қарым-қатынас барысында жайлылық деңгейін анықтап, басқа адамдарға деген сенімділіктің арта түскенімен бөлісті. Бірқатар студенттер ішкі сезімдерімен бөлісу барысында эмоционалды босап, олардың эмоционалдық тәжірибесінің тереңдігін және мазасыздықпен байланысты ішкі шиеленіс деңгейін көрсетіп, бұл техникаға шынайы әрі ашық қатысқанын байқатты.

Қарым-қатынас барысында мазасыз ойларын сыртқа шығарып, эмоционалдық жеңілдік сезінгеннен кейін студенттер осы ойлардың мазмұнын өзгертуге, яғни оларды неғұрлым

шынайы және қолдаушы ойлармен алмастыруға бағытталған «Пайдалы ойлар» техникасына көшті. Осы техника арқылы жағымсыз автоматты ойларды анықтап, оларды неғұрлым пайдалы, шынайы ойлармен алмастыруға дағдыланды. Студенттер осы процесс стресс деңгейін төмендетуге және өзіне деген сенімділікті арттыруға ықпал етті деген пікірлерімен бөлісті. Осылайша, пайдалы ойларды қалыптастыру дағдысы студенттерге мазасыздық тудыратын автоматты ойларды тануға мүмкіндік бергеннен кейін, бұл ойларды саналы түрде тоқтатып, дәлелдер арқылы қайта бағалауға бағытталған «Тоқта, кері айналдыр, қайта ойлан» техникасы жүргізілді. Бұл әдіс шындыққа негізделмеген мазасыз ойларды ажыратуды, ол ойдың қателігін дәлелдеуді және оны жоққа шығаратын оң оптимистік ойларды қалыптастыруды үйретті. Студенттер өз мазасыздықтарын түсінуге, эмоцияларын бақылауға және өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға мүмкіндік алды. Көпшілігі бұл тәсілді практикалық өмірде қолдануға болатын тиімді құрал деп бағалап, техникадан кейін эмоционалды күйдің жеңілдегенін, мазасыздық деңгейінің төмендегенін атап өтті.

Алынған нәтижелер студенттердің өз ішкі ресурстарына назар аудару қажеттігін көрсетті. Осыған байланысты келесі семинар сабақта мазасыздықпен бетпе-бет келген сәттерде өзіндік қолдауды күшейтуге бағытталған «26 жағымды қасиет» техникасы қолданылды. Студенттер бұл техниканы орындау барысында мазасыздық тудыратын және алаңдататын ойлармен бетпе-бет келгенде, өздерінің бойындағы жағымды қасиеттері мен күшті жақтарын еске түсіру арқылы, өздеріне деген сенімділіктің артқандығын, өз-өздерінің бағалауларын жоғарлағандығын айтып өтті. Бірқатар студенттер белсенділіктерінің артқандығын, проблемаларды шешуге, тапсырмаларды орындауға және мақсат қоюға деген мотивацияларының күшейгенімен бөлісті.

Өзіндік қолдаудың күшеюі студенттердің эмоционалдық тұрақтылығын арттырғандықтан келесі семинарда мазасыздық деңгейін жедел төмендетуге және назарды ішкі уайымнан сыртқы шындыққа аударуға бағытталған «Жерге тұйықталу (Заземление)» техникасы өткізілді. Бұл техника арқылы студенттер когнитивті циклді тоқтатып, зейінін ішкі сезімдерден қоршаған ортаға бағыттауды меңгерді. Студенттердің бірқатары тұрақты, сенімді және тыныш сезінгендерін және қауіпсіздік сезімі артқандығын атап өтті. Сондай ақ, кейбір студенттер дене релаксациясының байқалғандығын айтса, басқалары ішкі энергияның теңестірілгендігін сезінгенін, ойлардың жүйеленгендігін айтты.

Талқылау. Зерттеуге қатысқан студенттердің интервенцияға қатысты пікірлері мен кері байланыстары әртүрлі болды. Бірқатар студенттер кей жаттығуларға уақыт жеткіліксіз болғанын, бұрыннан бар мазасыздық белгілерінің азайғандығын, ақпараттың көп болғандығы және курсты қайта өту мүмкіндігі болса деген ұсыныстарын білдірді. Сонымен қатар, топтан бөлек жеке кеңес қажеттілігін атап өткендер болды. Дегенмен, қатысушылардың басым бөлігі workshop барысында меңгерген дағдыларды күнделікті тәжірибеде тиімді қолдануға болатынын және болашақ педагогикалық психолог ретінде КМҚТ тәсілдерінің кәсіби қызметте өте қажет екенін айрықша атап өтті. Олардың пікірінше, мектеп жасындағы балалар мен жасөспірімдерде жиі кездесетін мазасыздық, қорқыныш, өзін төмен бағалау сияқты психологиялық қиындықтармен күресуде КМҚТ әдістері практикалық тұрғыдан тиімді құралдардың бірі екендігін, болашақта психологиялық қызмет көрсету кезінде жүйелі, дәлелді және нәтижеге бағытталған жұмыс жасауға мүмкіндік беретінін бағалап өтті.

Шетелдік зерттеулерде де ұқсас ұсыныстар айтылған. Қатысушылар семинарларды екі күннен үш-төрт күнге ұзартуды ұсынған, себебі кейбір студенттер «ақпараттың шамадан тыс жүктелуін» бастан кешіріп, материалды қабылдау мен практикаға көбірек уақыт қажет деп санаған. Модельдеуден кейін бақылаушымен талқылау уақытын 2-3 минутқа ұлғайту туралы өтініш жасалған, өйткені бұл процесс өте пайдалы болғанымен, сәл асығыстық болып көрінген. Студенттер семинарлардан кейін КМҚТ білімі мен дағдыларының жоғарылағанын хабарлады және ой, сезім және мінез-құлық арасындағы байланысты түсіндіру үшін «танымдық үшбұрыш» сияқты құралдарды қолдануды үйренгені көрсетілген (Baird & Klein, 2025).

Workshop форматында өткізілген 12 сабақтан кейін мазасыздықты төмендетуде КМҚТ әлістерінің тиімділігін бағалау мақсатында студенттерден «Гамильтонның мазасыздықты бағалау шкаласы — өзіндік есеп сауалнамасы» қайта алынды.

Нәтижесінде педагогика және психология мамандығы бойынша барлық қатысқан 65 студенттің зерттеуге дейін мазасыздық деңгейлері 31 студентте жеңіл түрі, 8 студентте орташа деңгей, 26 студентте ауыр деңгей анықталса, workshop-та жүргізілген КМҚТ техникаларынан кейін барлық 65 студенттің мазасыздық деңгейлерінің көрсеткіштері 42 студентте жеңіл түрі, 17 студентте орташа деңгей, 6 студентте ауыр деңгей болғаны анықталды. (1-кесте). Ауыр деңгейде болған студенттердің 8-і зерттеуден кейін орташа деңгейге, 15-і жеңіл деңгейге өзгерді. Қалған 4-уі ауыр деңгейде қалғанымен, олардың бағалау деңгейлері алғашқы алынған сауалнамадан шамамен 10 баллға төмендегенін көрсетті. (2-кесте). Орташа деңгейдегі 8 студенттің 5-уі зерттеуден кейін жеңіл деңгейге өзгерді.

1-кесте Зерттеуге дейін және зерттеуден кейін алынған сауалнама нәтижесінің көрсеткіштері

| Мазасыздық деңгейі | Зерттеуге дейін | Зерттеуден кейін | Пайыздық көрсеткіші |
|-------------------------|-----------------|------------------|---------------------|
| Жеңіл | 31 | 42 | 16,90% |
| Орташа | 8 | 17 | 13,80% |
| Ауыр | 26 | 6 | 30,70% |
| Барлық қатысушылар саны | 65 | 65 | |

2-кесте Ауыр деңгейдегі көрсеткіштердің зерттеуден кейінгі өзгерісі

| Мазасыздық деңгейі | | |
|--------------------|-----------------|----------------|
| Ауыр деңгейден | Орташа деңгейге | Жеңіл деңгейге |
| 26 | 8 | 15 |
| 41% | 29 % | 56% |

Алынған нәтижелер workshop-тың студенттерге мазасыздықты басқаруға арналған нақты практикалық әдістерді меңгеруге елеулі ықпал еткенін көрсетті. Сонымен қатар, жұмыс барысында алынған деректер қазіргі педагогикалық психологиядағы трендтермен және КМҚТ-ң тиімділігі туралы ғылыми әдебиеттердегі тұжырымдамалармен салыстырылып талданды.

Қорытынды. Жүргізілген теориялық талдау мен тәжірибелік зерттеу нәтижелері жоғары оқу орындарының білім беру бағдарламаларына когнитивті мінез-құлық терапиясы әдістерін енгізудің өзектілігі мен тиімділігін дәлелдейді. Бұл, ең алдымен, мазасыздық бұзылыстарының жасөспірімдердің жеке тұлғалық дамуына, әлеуметтік өзара әрекетіне және академиялық жетістіктеріне елеулі теріс әсер ететін кең таралған психологиялық мәселе болып табылуымен байланысты. Мектептер эмоционалдық қиындықтарды ерте кезеңде анықтауға және олардың алдын алуға қолайлы орта. Сонымен қатар, педагог-психологтердің мектеп жүйелері туралы бірегей білімдері бар, бұл оларға КМҚТ әдістерін білім беру контекстіне интеграциялауға мүмкіндік береді. Педагог-психологтер мен мұғалімдердің КМҚТ саласындағы кәсіби құзыреттіліктерін дамыту мектепті академиялық стресс көзінен қауіпсіз кеңістікке айналдырады. Зерттеу нәтижелері КМҚТ-ның кешенді принциптерін оқу бағдарламасына біріктірудің орындылығы мен тиімділігін, оларды мектеп жағдайында жасөспірімдердегі мазасыздықты азайту үшін дәлелді әдістерді қолдануға дайындаумен байланысты артықшылықтар мен кемшіліктерін айқындады.

Атап айтқанда, 6B01101—«Педагогика және психология» білім беру бағдарламасы студенттерімен Workshop форматында өткізілген 4 апталық оқыту курсының нәтижелері мазасыздық деңгейін төмендетуде КМҚТ әдістерінің тиімділігін көрсетті. Зерттеу барысында мазасыздық деңгейі интервенцияға дейін және интервенциядан кейін «Гамильтонның мазасыздықты бағалау шкаласы – өзіндік есеп сауалнамасы» арқылы өлшенді. Алдын ала диагностика нәтижелері

студенттердің мазасыздық деңгейінің жоғары екенін көрсетсе, Workshop форматында өткізілген 12 сабақтан кейін мазасыздық көрсеткіштерінің айтарлықтай төмендегені анықталды. Бұл жоғары оқу орындарының педагогикалық психология білім беру бағдарламаларына когнитивті мінез-құлық терапиясы әдістерін жүйелі түрде енгізудің жоғары тиімділігін дәлелдейді. Сонымен қатар, зерттеу барысында уақыттың шектеулілігі және кейбір студенттердің топтық жұмыс барысында толық ашыла алмауы сияқты бірқатар кемшіліктер болды. Алайда, аталған факторлар зерттеу нәтижелерінің жалпы оң динамикасын жоққа шығармайды.

Осылайша, когнитивті мінез-құлық терапиясы әдістерін жоғары оқу орындарының білім беру бағдарламаларына интеграциялау болашақ педагог-психологтердің кәсіби құзыреттіліктерін арттыруға, психологиялық көмектің ғылыми-негізделген тәсілдерін кеңінен қолдануға және білім беру ортасында психологиялық саулықты нығайтуға бағытталған маңызды әрі стратегиялық қадам болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Баймуратова Г.К. *Психотехнологии в образовании Казахстана* // Алматы, Казахстанское издательство – 2020 - с. 110-118.
2. Қасым-Жомарт Тоқаевтың білім беру форумындағы тікелей сөзі - 2023- (б. д.).
3. Baird S.L., & Klein S. *Teaching Cognitive Behavioral Therapy Skills to MSW Students: A Simulation-Based Workshop* // *Journal of Teaching in Social Work* - 2025- 45(1), 77–92- <https://doi.org/10.1080/08841233.2024.2433794>
4. Banks T., & Zions P. *Teaching a Cognitive Behavioral Strategy to Manage Emotions Rational Emotive Behavior Therapy in an Educational Setting* // *Intervention in School and Clinic* - 2009 - 44(5),307–313. <https://doi.org/10.1177/1053451208330893>
5. Camacho K.S., Page A.C., & Hooke G.R. *An exploration of the relationships between patient application of CBT skills and therapeutic outcomes during a two-week CBT treatment* // *Psychotherapy Research* - 2021 - 31(6),778–788. <https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1845414>
6. Ginsburg G.S., Pella J.E., DeVito A., & Chan G. *A comparison of two teacher trainings on student anxiety* // *School Psychology International* - 2024 - 45(1),36–52. <https://doi.org/10.1177/01430343231180299>
7. Mohamed Mohamed S. *Effect of Cognitive Behavioral Treatment Program on Anxiety and Self-Esteem among Secondary School Students* // *American Journal of Nursing Science* - 2017 - 6(3),193. <https://doi.org/10.11648/j.ajns.20170603.17>
8. Rait S., Monsen J.J., & Squires G. *Cognitive Behaviour Therapies and their implications for applied educational psychology practice* // *Educational Psychology in Practice* - 2010 - 26(2),105–122. <https://doi.org/10.1080/02667361003768443>
9. Hogendoorn S.M., Prins P.J.M., Boer F., Vervoort L., Wolters L.H., Moorlag H., Nauta M.H., Garst H., Hartman C.A., & De Haan E. *Mediators of Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety-Disordered Children and Adolescents: Cognition, Perceived Control, and Coping* // *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology* - 2014 - 43(3), 486–500. <https://doi.org/10.1080/15374416.2013.807736>
10. Sburlati E.S., Schniering C.A., Lynneham H.J., & Rapee R.M. *A Model of Therapist Competencies for the Empirically Supported Cognitive Behavioral Treatment of Child and Adolescent Anxiety and Depressive Disorders* // *Clinical Child and Family Psychology Review* - 2011 - 14(1),89–109. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0083-6>
11. Sigurvinsdóttir A.L., Jensímudóttir K.B., Baldvinsdóttir K.D., Smáráson O., & Skarphedinsson G. *Effectiveness of cognitive behavioral therapy (CBT) for child and adolescent anxiety disorders across different CBT modalities and comparisons: A systematic review and meta-analysis* // *Nordic Journal of Psychiatry* - 2020 - 74(3),168–180. <https://doi.org/10.1080/08039488.2019.1686653>

References:

1. Baimuratova G.K. *Psychotechnologies in education of Kazakhstan* // *Almaty Kazakhstan Publishing House* – 2020- pp. 110-118.
2. Tokayev Kassym-Jomart *Direct speech at the Education Forum* – 2023.
3. Baird S.L., & Klein S. *Teaching Cognitive Behavioral Therapy Skills to MSW Students: A Simulation-Based Workshop* // *Journal of Teaching in Social Work* - 2025- 45(1), 77–92- <https://doi.org/10.1080/08841233.2024.2433794>
4. Banks T., & Zions P. *Teaching a Cognitive Behavioral Strategy to Manage Emotions Rational Emotive Behavior Therapy in an Educational Setting* // *Intervention in School and Clinic* - 2009 - 44(5),307–313. <https://doi.org/10.1177/1053451208330893>
5. Camacho K.S., Page A.C., & Hooke G.R. *An exploration of the relationships between patient application of CBT skills and therapeutic outcomes during a two-week CBT treatment* // *Psychotherapy Research* - 2021 - 31(6),778–788. <https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1845414>
6. Ginsburg G.S., Pella J.E., DeVito A., & Chan G. *A comparison of two teacher trainings on student anxiety* // *School Psychology International* - 2024 - 45(1),36–52. <https://doi.org/10.1177/01430343231180299>

7. Mohamed Mohamed S. Effect of Cognitive Behavioral Treatment Program on Anxiety and Self-Esteem among Secondary School Students // American Journal of Nursing Science - 2017 - 6(3),193. <https://doi.org/10.11648/j.ajns.20170603.17>

8. Rait S., Monsen J.J., & Squires G. Cognitive Behaviour Therapies and their implications for applied educational psychology practice // Educational Psychology in Practice - 2010 - 26(2),105–122. <https://doi.org/10.1080/02667361003768443>

9. Hogendoorn S.M., Prins P.J.M., Boer F., Vervoort L., Wolters L.H., Moorlag H., Nauta M.H., Garst H., Hartman C.A., & De Haan E. Mediators of Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety-Disordered Children and Adolescents: Cognition, Perceived Control, and Coping // Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology - 2014 - 43(3), 486–500. <https://doi.org/10.1080/15374416.2013.807736>

10. Sbulati E.S., Schniering C.A., Lyneham H.J., & Rapee R.M. A Model of Therapist Competencies for the Empirically Supported Cognitive Behavioral Treatment of Child and Adolescent Anxiety and Depressive Disorders // Clinical Child and Family Psychology Review - 2011 - 14(1),89–109. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0083-6>

11. Sigurvinsdóttir A.L., Jensinudóttir K.B., Baldvinsdóttir K.D., Smáráson O., & Skarphedinsson G. Effectiveness of cognitive behavioral therapy (CBT) for child and adolescent anxiety disorders across different CBT modalities and comparisons: A systematic review and meta-analysis // Nordic Journal of Psychiatry - 2020 - 74(3),168–180. <https://doi.org/10.1080/08039488.2019.1686653>

FTAXP 14.25.07

<https://doi.org/10.51889/2959-5762.2026.89.1.011>

Г.Ж.Омарова,^{1*}  Н.Т.Сартаева,¹  А.О. Абдықадыров¹ 

¹Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университет,
Алматы қ., Қазақстан

БАСТАУЫШ СЫНЫП МҰҒАЛІМДЕРІНІҢ ИННОВАЦИЯЛЫҚ МӘДЕНИЕТІНІҢ АКСИОЛОГИЯЛЫҚ КОМПОНЕНТІН ҚАЛЫПТАСТЫРУ

Аңдатпа

Мақалада бастауыш сынып мұғалімдерінің инновациялық мәдениетін қалыптастырудың маңызы айтыла келіп, оның бір компоненті болып табылатын аксиологиялық компонентті қалыптастыру мәселесі қарастырылған. Жалпы білім беру үдерісіне инновацияның енуі, мұғалімнің инновациялық мәдениетінің қаншалықты маңызды екені еліміздегі нормативтік құжаттарда айқын көрсетілген. Себебі инновациялық мәдениет бұл мұғалімнің кәсібилігінің, әдістемелік шеберлігінің, құзыреттілігінің құрамдас бөлігі болып табылады. Аталған мәселенің отандық зерттеушілер еңбектеріне жеткіліксіз зерттелмегендігі сөз бола келе, зерттеу тақырыбы философиялық, педагогикалық, психологиялық, әдістемелік тұрғыдан қарастырылған. Аксиологиялық компонент педагогтың жаңашылдыққа, кәсіби құндылықтарға, білім мен жаңартуға қатысты көзқарасы мен сенімі болғандықтан, оны инновациялық мәдениетті қалыптастырудың алғашқы сатысы деп тануға болады. Білім беруді дамытудың инновациялық үдерістерінің мұғалімнің әдістемелік мәдениетіне қойылатын талаптарды күшейте түскені себепті оның аксиологиялық компонентін қалыптастырудың мүмкіндіктері көрсетілген. Зерттеу тақырыбы бастауыш сынып мұғалімдері арасында жүргізілген педагогикалық эксперименттік жұмыстар және оның нәтижелері арқылы құндылығын арттыра түседі.

Түйін сөздер: инновация, мәдениет, аксиология, үдеріс, мұғалім, кәсіби іс-әрекет, білім беру.