



FTAMP: 15.81.70

<https://doi.org/10.32523/3080-1893-2025-152-3-222-240>

Ғылыми мақала

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚЫЗМЕТТЕГІ МАМАНДАРДЫҢ КӘСІБИ ДЕФОРМАЦИЯСЫ ЖӘНЕ ҚИЫНДЫҚТЫ ЕҢСЕРУГЕ БЕЙІМ СТРАТЕГИЯЛАРДЫ АНЫҚТАУ

Ж.Е. Турманова^{*1}, М.М. Рыскулова², А.Т. Изакова³, Ш.М. Түребаева⁴

^{1,2,4}Л.Н. Гумилёв атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

³А.Қ. Құсайынов атындағы Еуразия гуманитарлық институты, Астана, Қазақстан

(E-mail: ¹turmanova74@mail.ru, ²ryskulova-75@mail.ru, ³a66966183@gmail.com, ⁴turebayeva_shynar@mail.ru)
Хат-хабар алушы автор: turmanova74@mail.ru)

Аңдатпа. Мақала психологиялық қызметтегі мамандардың кәсіби деформациясы мәселесін және кәсіби қызметтегі қиындықты еңсеруге бейімделген стратегияларды зерттеуді қарастырады. Зерттеу нысаны – психологиялық қызмет саласындағы мамандардың кәсіби іс-әрекеті үдерісінде туындайтын психологиялық құбылыстар, оның ішінде кәсіби деформация үдерісі. Эмпирикалық әдісті жүргізу R. Lazarus, S. Folkman ұсынған «Копинг мінез-құлық тәсілдерін анықтау сауалнамасы (Ways of Coping Questionnaire, WCQ)» арқылы жүзеге асырылды. Сауалнама жүргізуде психологиялық қызмет саласындағы маманның кәсіби әрекет барысында қиындықтарды жеңу тәсілдерін, копинг-стратегияларын анықтау бағаланды. Осы зерттеу аясында психологиялық қызмет көрсететін мамандардың кәсіби деформация шеңберіндегі проблемалық аймақтары белгіленді, қиындықты еңсеруге бейімделген копинг стратегиялары анықталды. Алынған деректерді өңдеу үшін Спирменнің корреляция коэффициентін есептеу, «көптік регрессия» (multiple regression), «факторлық талдау» (factor analysis) әдістері негізінде корреляциялық талдау жасалды.

Зерттеуге жалпы және арнайы білім беру ұйымдарында қызмет ететін педагог-психологтар, арнайы педагогтар және «Психология» мамандығының жоғары оқу орындарының студенттері қатысты. Қатысушылардың жас ерекшелігі мен еңбек өтілі бойынша копинг-стратегияларының арасындағы байланысты салыстыру болды, ал негізгі басымдылық еңбек өтілі бойынша алынған байланыстарда болды. Зерттеу нәтижесінде бұл стратегиялардың кәсіби деформацияны төмендету мен кәсіби бейімделуге үлес қосатыны регрессиялық және корреляциялық тұрғыдан дәлелденді.

Зерттеу нәтижелері психологиялық қызмет атқаратын мамандардың кәсіби деформациясының профилактикасына бағытталған әдістемелік ұсынымдар әзірлеуге негіз болды.

Түйін сөздер: психологиялық қызмет; кәсіби деформация; дистресс; бейімделгіш стратегиялар; копинг; кәсіби деформацияның алдын алу; кәсіби игілік.

Түсті: 27.04.2025; Жөнделді: 03.05.2025; Мақұлданды: 18.08.2025; Онлайн қолжетімді: 29.09.2025

*хат-хабар үшін автор

Кіріспе

Психологиялық қызмет көрсететін мамандардың кәсіби деформациясы мәселесі қазіргі практикалық психология саласының өзекті мәселелерінің бірі болып саналады. Кәсіби деформация – бұл адамның өзінің мамандығына ұзақ уақыт бойы тартылуы нәтижесінде тұлғалық, эмоционалдық және мінез-құлықтық өзгерістерге ұшырауы. Маман үшін проблемалық жағдайда мінез-құлық стратегиясын таңдау өте күрделі және түсініксіз процесс екенін атап өтуге болады. Қиындықты жеңу немесе еңсеру - бұл өзінің логикасына, адам өміріндегі маңыздылығына және оның психологиялық мүмкіндіктеріне сәйкес жағдаймен өзара әрекеттесудің жеке тәсілі болып табылады. Мұны біз копинг стратегиялар деп айтаймыз. Кәсіби деформация және қиындықты еңсеру әрекетін ғылыми тұрғыдан талдау психология саласындағы супервизия мәселесін көтереді.

Бұл құбылысты кешенді түрде түсіну үшін заңнамалық, ұйымдастырушылық және әлеуметтік контексттерін қарастыру тиіс. Қазақстанда кәсіби деформацияның алдын алуға қатысты тікелей заң жоқ, бірақ бұл құбылысты реттейтін жанама заңнамалар мен нормативтік актілер бар. Сондай-ақ қоғамдық талқылауда «...қазір психологиялық қызмет көрсететін орталықтар ашылып, жұмыс істеп жатыр, бірақ оның тиімділігіне қатысты мәселелер бар» – деп атап өтуінің бірден-бір себебі мамандардың кәсіби біліктілігіне байланысты (Kazinform, 2025).

Ұйымдастырушылық контекст ұйымның саясаты пен басқару жағдайында көбінесе ұйым ішіндегі психологиялық климат, басшылықтың стилі, еңбек жүктемесі сияқты факторлармен сипатталады. Ал, әлеуметтік контексті қоғам мен кәсіби ортадғы байланысы мен әлеуметтік қолдау факторларына сәйкес келеді (Оқу-ағарту министрлігі, 2022).

Зерттеу тақырыбының өзектілігі психологиялық қызмет көрсету барысында маманның эмоционалдық сарқылуы, мотивациясының төмендеуі, кәсіби бағдарының өзгеруі және психологиялық жайсыздығы шамадан тыс жүктемені орындауы және эмоционалдық күйзелісті жиі сезінуі аясындағы мәселелер болып табылады. Бұл кәсіби деформация құбылысының жиілігі десек, онда маманның кәсіби әрекетінің тиімділігіне, психологиялық әл-ауқатына және қызмет көрсету сапасына кері әсер етуі. Кәсіби мотивацияның төмендеуі тұлғалық өзгерістердің қалыптасуымен сипатталады. Бұл зерттеудің әдіснамалық қисынға негізделген болжамын айқындайды:

H0 Кәсіби деформация деңгейі мен копинг стратегиялары арасында байланыс бар. Негіздеме: эмоциялық қажу, тұлғалық дистанция (depersonalization), және кәсіби өз-өзін бағалаудың төмендігі жоғары болған сайын, эмоцияға бағытталған және қашу-копинг стратегиялары жиі байқалады.

H1 Мәселеге бағдарланған копингті жиі қолданатын мамандарда кәсіби деформация деңгейі төмен болады. Негіздеме: мәселеге бағдарланған копинг – белсенді шешім іздеуге, тиімді әрекетке, ішкі бақылауға бейім. Бұл кәсіби ресурсты сақтауға ықпал етеді.

Шынында да, копинг-стратегиялар мен кәсіби деформация арасындағы байланыс психология ғылымында бұрыннан зерттеліп келеді. Алайда осы зерттеудің жаңалығы – копинг тәсілдері мен кәсіби деформация белгілерінің арасындағы эмпирикалық байланыс бар. Яғни, зерттеу нәтижесінде копинг стратегияларының белгілі бір түрлері (мысалы, «қашу-ұстамдылық», «конфронтация», «әлеуметтік қолдау») мен

кәсіби күйзеліс белгілері (эмоционалдық сарқылу, кәсіби немқұрайлылық) арасында статистикалық корреляциялар анықталды. Бұл байланыс кәсіби деформацияны болжау және ерте алдын алу жүйесін жасауға негіз бола алады.

Психологиялық қызмет көрсетуші мамандардың кәсіби тұрақтылығын нығайтуға және кәсіби деформациясының алдын алуға бейімделген копинг стратегияларды дамыту және қолдану мүмкіндіктерін арттыру зерттеу мәселесін шешудің мақсат-міндеттерін айқындайды.

Зерттеу мақсаты «Копинг мінез-құлық тәсілдерін анықтау сауалнамасы» арқылы когнитивтік қайта бағалау, әлеуметтік қолдау, физикалық белсенділік, проблеманы шешуге бағытталған стратегияларды нақтылау. Маманның кәсіби және жеке өмір сапасын жақсартуға көмектесетін копинг-стратегияларды бейімдеу жолдарын ұсыну. Осы критерийлерді ескере отырып, психологиялық қызмет көрсетуші мамандардың тұлғалық және кәсіби әлеуетін арттыру үшін профилактикалық қолдау іс-шараларды жүргізу бағдарламасын әзірлеуге маңызды ақпараттарды жинау көзделді.

Зерттеу міндеттері копинг-стратегиялар жайында зерттеулерге шолу жасау; факторлық талдау, оның ішінде – «субъектінің жеке тұлғалық ерекшеліктері», «нақты жағдай» және «әлеуметтік қолдау шарттарына» байланысты айнымалы сипаттарын ұсыну болып табылды.

Зерттеу жұмысына әдіснамалық-теориялық шолу мен ортақ ғылыми тұстарын келесі білім көздеріне талдау арқылы берілді.

Әдіснамалық-теориялық шолу

Зерттеудің әдіснамалық талдауында кәсіби деформацияны және қиындықты еңсеруге бейім стратегияларды анықтап берген шетелдік және қазақстандық ғалымдардың еңбектерінде ортақ ой-пікірлерде топтастырылады.

Психологиялық қызмет көрсетуші мамандардың кәсіби деформациясының проблемалық аймақтарын анықтауда стресс және копинг теорияларының негізін қалаған R.S. Lazarus, S. Folkman «Stress, Appraisal, and Coping» (1984) – стресс пен оған адамның реакциясы туралы классикалық эмпирикалық және теориялық маңызды зерттеулердің бірі болып саналады.

Жұмыс орнындағы стресс менеджментінің денсаулыққа әсерін қарастырып адаптивті немесе бейімделген копинг стратегиялары анықталды. Және олардың тиімділігін бағалау үшін нақты критерийлерді еңбек және ұйымдық мінез-құлық психологиясы саласын зерттеуші ғалым L.R. Murphy (1996) да ұсынған. Оның айтуынша адаптивті копинг стратегиялар мамандардың кәсіби қызметінде стрессті басқаруда және психологиялық саулығын сақтауда маңызды тәсіл болып табылады.

Германиядағы денсаулық психологиясы саласындағы сарапшы және психотерапевт Kaluza Gert (2000) стрессті басқару бойынша когнитивті мінез-құлық тренингінің жұмыс орнындағы денсаулықты нығайтуға әсері туралы зерттеулер жүргізген.

Кейбір зерттеулерде кәсіби деформация мен кәсіби күйіп-жану (burnout) арасындағы байланыс кеңінен зерттелген. Солардың бірі С. Maslach пен М. Leiter (2016) еңбектері болды. Олар эмоционалдық шаршау, деперсонализация және кәсіби жетістіктердің құнсыздануы кәсіби деформацияның негізгі компоненттері ретінде қарастырды. Сондай-

ақ олар, америкалық психолог Steven E. Hobfoll стресстің «ресурстық консервация» теориясына (Conservation of Resources Theory) сәйкес мамандар өздерінің психологиялық ресурстарын тиімді басқармаса, кәсіби күйзеліс деңгейі арта түсетінін дәлелдеген. Олар тұлғалық күйзелістің көпөлшемді теориялық негіздерін сипаттайтын Maslach Burnout Inventory (MBI) шкаласын қолдануды ұсынған.

Кәсіби деформацияны еңсеру үшін мамандар эмоционалдық тұрақтылығын дамыту, өзін-өзі реттеу дағдыларын меңгеру және қолдау жүйелерін, оның ішінде супервизиялық кәсіби қауымдастықтармен байланыста болу қажет. Сонымен қатар кәсіби деформацияның алдын алу шараларын ұйымдастырушылық деңгейде енгізу маңызды. Бұл психологиялық қызметтегі мамандардың кәсіби тұрақтылығын қамтамасыз етуге және олардың жұмыс тиімділігін арттыруға ықпал етеді.

Адаптивті копинг стратегияларының критерийлеріне тереңдетілген талдау жасағандардың арасында Netterstrom, Friebe және Ladegaard (2013) еңбектері де бар. Стресс деңгейін төмендету және кәсіби қызметке қайта бейімделу үшін көпсалалы тәсілдерді қолдану маңызды рөл атқаратынын нақтылағын ғалымдар Yoneta Wamea, Nomp R.S. (2024) адаптивті копинг стратегияларының негізгі критерийлерін зерттеген. Осы бағытта зерттеу мақсаттарын жүзеге асыруға арналған кәсіби әрекетті қалай атқару қажеттілігі жайында Holton M. K., Barry A. E., Chaney J. D. (2016) ұсыныстар жасайды.

Психологиялық қызмет көрсететін мамандардың кәсіби әрекетінде психикалық құрылымының өзгеруі, бейімделу механизмдерінің трансформациясы және тұлғалық ерекшеліктерінің өзгеруі кәсіби сана феноменімен негізделеді. Бұл жағдайды Дружилов С.А. (2010), Прялухина А.В., Храпенко И.Б. (2023), Рогов Е.И. (2016), Безносков С.П. (2004), Грановская Р.М. (2003) сияқты ғалымдар деформациялық құрылымның орын алу себептерін кәсіби сана феноменінің механизмдерімен ұсынады. Кәсіби деформацияның психологиялық механизмдерін, көріністерін және алдын алу тәсілдерін жан-жақты сипаттайтын тұжырымдар ретінде осы ғалымдардың ортақ пікірі кәсіби стресс пен қажудың алдын алудың кешенді жүйесін психологиялық қолдау, жұмыс ортасын оңтайландыру және бейімделу стратегияларын дамытудың маңыздылығымен көрсетеді.

Копинг стратегиялардың кәсіби деформациямен өзара байланысын өз зерттеулерінде Сульдина Ю.А. мен Левкова Е.А. (2014) қарастыра отырып, кәсіби деформацияны эмоциялық, когнитивтік және мінез-құлықтық өзгерістер жүйесі ретінде сипаттаған, олардың созылмалы кезеңін стресс-факторларының әсерінен қалыптасатынын тұжырымдайды.

Кәсіби әрекеттегі күйзеліс, стресс жағдайындағы копинг стратегияларына қатысты теориялық және эмпирикалық зерттеу әдістерін қолданған келесі авторлар Sim W., Zanardelli G., Loughran M., Mannarino M., Hill C. (2016) – тәжірибесі аз және көп психологтардың күйзелісін салыстыру үшін сапалық және сандық салыстырмалы әдістерді қолданған. Кәсіби деформацияға ықпал етуші типтік факторларға кәсіби міндеттер мен кәсіби қарым-қатынас мәселелерін жатқызады. Шын мәнінде тұлғааралық қолдау, өзін-өзі күту, когнитивті және мінез-құлықтық тәсілдер копинг стратегиялары болып табылады.

Осы тұста тәжірибелі психологтардың өзін-өзі күту (self-care) дағдыларына әсер ететін факторлар да маңызды екенін жаза отырып Rupert және Dorociak (2019) – копинг стратегияларының тиімді таңдалуы мен кәсіби күйзеліс арасында тікелей байланыс

бар деп атап өтеді. Белсенді копинг, мысалы, әлеуметтік қолдауды іздеу, проблемаларды шешуге бағытталған стратегиялар күйзелісті төмендететін анықтаған; ал эмоциялы-бағдарлы копинг тәсілдері және күйзелістен қашу стратегиялары, оның ішінде жағдайды елемеушілік, өзін-өзі кінәлау сияқты мінез-құлық стратегиялары күйзелісті күшейте түсетінін анықтаған.

Стресс тақырыбына арналған еңбектердің арасында копинг-стратегиялар туралы Қазақстандық ғалымдардың жазған еңбектері шектеулі, өте аз. Алайда осы бағытта өз зерттеулерін жүргізіп еңбектер мен мақалалар ұсынғандар арасында Алимова М.Б. (2024) стресс пен қажудың алдын алуда зейінділікті реттеуге және когнитивтік тапсырманы орындаудың әсерін зерттейді.

Қазақстандық зерттеушілер Сартаев Ж.Н., Малдыбаев Қ.Б., Ахметов И.Ә. «Экстремалды кәсіптер мен жағдайлардың психологиясы» (2020) кітабында психологиялық қызмет көрсету барысында маманның кәсіби психологиялық біліктіліктерін үнемі жетілдіріп отыру тиімді жолдардың бірі екендігі жайында пікірлерін ұсынған.

Sherry Hamby (2015) және оның әріптестері адамдардың стресстік жағдайларға реакциясын талдауға негізделген қиындықтарды жеңу жолдарын бағалау жүйесін әзірлеген. Әртүрлі әлеуметтік мәртебесі мен білім деңгейін ескере отырып адамдар үшін қолайлы, әрі жеке копинг-стратегияларын объективті бағалауға мүмкіндік береді. Әдістеме адамның стрессті қалай сезінетінін және басынан өткізетіні және бұл тәжірибелері кейінгі қиын жағдайларда оның мінез-құлқын қалай қалыптастыратынын талдауға негіз бола алады.

Жұмыстың теориялық әдіснамалық негіздерін талдай келе психологиялық қызметтегі мамандардың кәсіби қиындықтар мен дағдарыстық жағдайларды реттеп кәсіби деформацияны еңсерудің психологиялық ресурстары тиімді копинг-стратегиялар екенін нақтылап анықтау әлі де зерттеуді қажет ететін алаң болып табылады.

Зерттеу әдістері

«Копинг мінез-құлық тәсілдерін анықтау сауалнамасы» (Ways of Coping Questionnaire, WCQ, авторлары: R. Lazarus, S. Folkman (1988 ұсынған)) қолданылды. Сауалнама копингті өлшеу бойынша алғашқы стандартты әдіс болып саналады. Қазақ тіліне аударылып, құрастырылып бейімделді. Әдістеме бастапқыда ресейлік ғалым Т.Л. Крюкованың еңбектерінде бейімделді, кейінірек осы аударма негізінде В.М. Бехтерев атындағы НМИЦПН -де және онлайн-нұсқасында Е.В. Битюцкая орыс тіліне адаптациялаған, толық апробациядан өткен және стандартталған. Мұнда онлайн нұсқасында этикалық нормалар сақталған.

Зерттеу іріктеме сипаттамасы. Іріктеме көлемі 86 респондент ($n = 86$). Педагог-психолог, арнайы педагог мамандары және психологиялық мамандықтың ЖОО студенттері қатысты. Жас ерекшелігі 19-48 жас. Еңбек өтілі 1 жылдан 7 жылға дейінгі мамандар және ЖОО-да психологиялық мамандықта оқитын 3-4 курс студенттер тартылды. Респонденттің жыныс ерекшелігі зерттеу міндеттерін орындауда үлесі болмағандықтан ескерілмеді. Мекеме типі – жалпы білім беру және арнайы ұйымдар, жоғары оқу орны.

Қатысушыларға зерттеудің мақсаты түсіндіріліп, сауалнама мазмұны Google-форма платформасында құрастырылып онлайн түрде (Сауалнама формасы – <https://forms>.

gle/aPhUYyK7TiCSKtES8) және нұсқаулық пен жауап парақшалары арқылы ұсынылып жүргізілді. Нұсқаулықта берілген тұжырымдарға сәйкес бағалау шкаласының бірін таңдау, яғни «Ешқашан», «Сирек», «Кейде», «Жиі» – деген жауап нұсқаларының бірін белгіледі.

Зерттеуге арналған сауалнама мазмұны тұлғаларда кездескен проблемаларды шешудің когнитивті, эмоционалды және мінез-құлық тәсілдер жиынтығын ұсынды. Когнитивті және эмоционалды тәсілдерге бағытталған кейбір стратегиялар кеңінен қолданылатын копинг-стратегиясының шкаласы негізінде бейімделген.

Берілген сауалнама тұлғаның копинг механизмдерін, яғни кездескен қиындықтарды жеңу жолдарын, копинг-стратегияларын анықтауға арналған. Сауалнамада «Қиын жағдайға тап болғанда, мен...» – сияқты 50 тұжырымдама ұсынылды. Бұл тұжырымдамалар қиын жағдайға бейімделуге және психологиялық тепе-теңдікті сақтауға көмектесетін әрекеттерді орындаудағы копинг-стратегияларды анықтайды.

Сауалнаманың таңдалып алыну мақсаты психологиялық қызметтің стрестік жағдайларға толы екені белгілі, бұл тұлғалық қиындықтар мен кәсіби деформацияға әкеледі. Зерттеу әдісі арқылы қиын жағдайды бақылауды және мінез-құлықтың тиісті стратегияларын қолдануды анықтап әдістемелік ұсыныстар жасауға мүмкіндіктер басым болды.

Нәтижелер

Копинг стратегиялар арасындағы байланысты салыстыру мақсатында зерттеуге қатысушылардың жас ерекшелігіне қарай корреляциялық талдауын алдық, ал басымдылық еңбек өтілі бойынша алынған байланыстарды қамтыды. Алынған нәтижелерді статистикалық талдауда JASP компьютерлік бағдарламасы <https://jasp-stats.org/> арқылы Спирменнің корреляция коэффициентін есептеліп, қай айнымалылар арасында байланыс бар екенін анықтау жүргізілді.

Нәтижесінде кейбір копинг стратегиялардың маңыздылығы айқындалды. Спирменнің рангілік корреляциясының нәтижелері еңбек өтілі мен копинг стратегиялары арасындағы оң және теріс байланыстарды сипаттады Барлық копинг стратегияларды талдау үшін Спирменнің корреляция коэффициенттері есептелді. Статистикалық маңызды корреляциясы бар стратегиялар 1-кестеде көрсетілген.

Кесте 1

Копинг стратегиялардың өзара байланысы (Спирменнің корреляция коэффициенті бойынша)

Копинг стратегиясы	Корреляция коэффициенті (<i>r</i>)	<i>P</i> -мәні (<i>p-value</i>)	Маңыздылығы
Жас ерекшелігі бойынша копинг стратегиялардың арасындағы байланыс			
Біреуден жан тыныштығын іздеу	-0.421	0.017	+
Мен бұл мәселені ойлаудан бас тартамын	-0.426	0.015	+
Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын	-0.449	0.010	+

Мен өзім үшін жаңа бір нәрсе үйренуге тырысамын	-0.367	0.039	+
Бәрі реттеледі деп сенемін	-0.403	0.022	+
Мен өткен тәжірибемнен сабақ аламын	-0.392	0.026	+
Копинг стратегияларының еңбек өтілі арасындағы байланыс			
Біреуден жан тыныштығын іздеу	-0.378	0.031	+
Мен бұл мәселені ойлаудан бас тартамын	-0.411	0.020	+
Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын	-0.465	0.007	+
Мен өткен тәжірибемнен сабақ аламын	-0.348	0.048	+

Оң корреляция (еңбек өтілі артқан сайын жиі қолданылатын стратегиялар) бойынша:

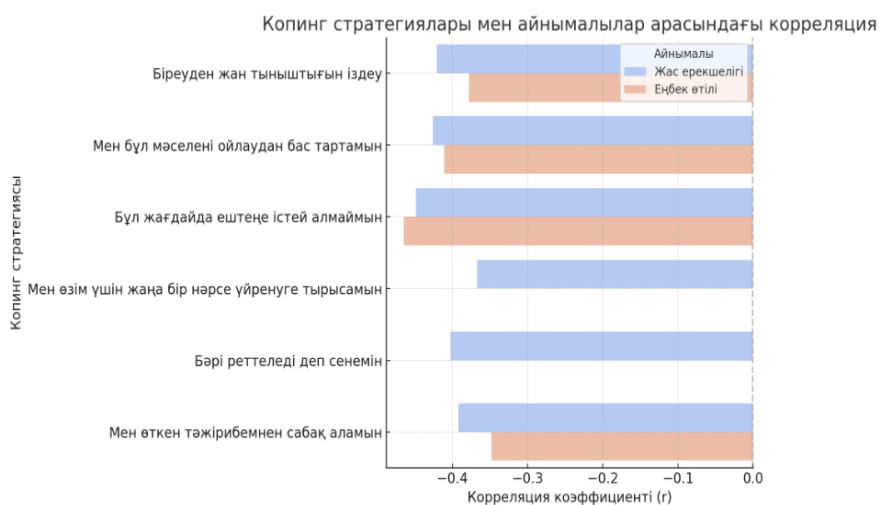
- Тәуекелге бару ($r = 0.36$);
- Қиын жағдайға басқа адамдарды араластыру ($r = 0.30$);
- Қиындық туралы ойланбауға тырысу ($r = 0.30$);
- Жағдайдың артықшылықтарын көруге тырысу ($r = 0.26$);
- Сезімдерімен бөлісу ($r = 0.22$).

Теріс корреляция (еңбек өтілі артқан сайын сирек қолданылатын стратегиялар):

- Өзін кінәлау, мәселені өзім тудырдым деп ойлау ($r = -0.27$);
- Бұл шынымен болды ма деп сенуден бас тарту ($r = -0.24$);
- Өзіне келесі жолы бәрі басқаша болады деп уәде беру ($r = -0.22$);
- Сабақ алу, тәжірибе ретінде қабылдау ($r = -0.15$).

Тәжірибесі көп мамандар тәуекелге жиі барады және жағдайдың тиімділігін көруге бейім. Еңбек өтілі артқан сайын, өзін кінәлау және шындықты жоққа шығару секілді стратегиялар сирек кездеседі. Бұл нәтижелер біздің болжамымызға сәйкес келеді.

Ал, копинг стратегиялары мен екі айнымалы, жас ерекшелігі мен еңбек өтілі арасындағы корреляция коэффициенттері көрсетілген. Қай стратегиялардың қайсы айнымалымен күшті немесе әлсіз байланыста екенін визуалды түрде 1-суреттегі сызбада көруге болады.



Сурет 1. Копинг стратегиялары мен айнымалылар арасындағы корреляция

Зерттеу әдістемесін талдаудағы «р – мәні» – статистикалық тестің нәтижесі, ол зерттелетін гипотезаның дұрыс немесе дұрыс болмау ықтималдығын көрсетеді. Қарапайым сөзбен айтқанда, «р – мәні» қаншалықты аз болса, екі айнымалы арасындағы байланыс соншалықты маңызды.

Егер $p < 0.05$ болса, біз «Айнымалылар арасында статистикалық маңызды байланыс бар» деп айта аламыз.

Егер $p \geq 0.05$ болса, онда бұл байланыс кездейсоқ пайда болуы мүмкін деп саналады. Мысалы, егер «жасерекшелікке қарай копинг стратегиялары арасында байланыс бар ма?» деген сұраққа жауап: $p\text{-value} = 0.017$ болса, бұл 1,7% ықтималдықпен ғана кездейсоқ болуы мүмкін. Яғни, байланыс бар.

Берілген кесте бойынша қатысушылардың жас ерекшелігі бойынша копинг стратегиялардың арасындағы байланыс барлық статистикалық маңызды байланыстармен салыстырғанда теріс (корреляция -0.36-дан -0.45 аралығында).

Жоғарыда көрсетілген копинг стратегияларын жасы ұлғайған сайын адамдар сирек қолданады дегенді білдіреді. Әсіресе, «Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын» стратегиясы ең күшті теріс байланысқа ие (-0.449 , $p = 0.010$), яғни жасы ұлғайған мамандар осы сипаттағы стратегиялардан көбірек бас тартады. Копинг стратегияларының еңбек өтілі арасындағы байланысының маңызды корреляциясы: «Қиын жағдайға тап болғанда, мен.. (Тәуекелге барамын)»: $p\text{-value} = 0.048$.

Мұндағы корреляция матрицасы копинг стратегияларының еңбек өтілі арасындағы статистикалық қорытындысы корреляция коэффициенті (r) және p -мәні ($p\text{-value}$) арқылы есептелді, олар:

1. Барлық маңызды корреляциялар теріс ($p = -0.34... - 0.46$ арасында). Бұл еңбек өтілі көп болған сайын адамдар бұл стратегияларды аз қолданады дегенді білдіреді.

2. Барлық маңызды корреляциялар үшін $p < 0.05$ (мысалы, $p = 0.031, 0.020, 0.007$). Бұл олардың кездейсоқ байланыс емес, шын мәнінде маңызды екенін көрсетеді.

3. Ең күшті байланыс – «Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын» (-0.465 , $p = 0.007$). Жұмыс тәжірибесі артқан сайын шарасыздық сезімі азаяды. Яғни, тәжірибелі адамдар стрессті басқарудың тиімді жолдарын жақсы біледі.

Демек, p -мәндері 0.05-тен кіші болғандықтан, бұл еңбек өтілі артқан сайын кейбір копинг стратегияларды аз қолдану тенденциясы бар екенін көрсетеді. Сондай-ақ, «Біреуден жан тыныштығын іздеу», «Мен бұл мәселені ойлаудан бас тартамын» сияқты стратегиялар еңбек өтілі ұлғайған сайын сирек қолданылады. Еңбек өтілі көп адамдар күрделі жағдайларды өз бетімен шешуге бейім болуы мүмкін. Яғни, еңбек өтілі ұлғайған сайын адамдардың стрессті басқару тәсілдері өзгереді, және кейбір эмоционалды реакциялар (шарасыздық, басқа біреуден көмек күту) азаяды. Зерттеуде копинг мінез-құлықты қалыптастыратын психологиялық детерминанттары байқалды. Мұнда зерттеу нәтижелеріне сүйене отырып копинг стратегияларын қалыптастыратын негізгі психологиялық факторларды байқауға болады, Оның ішінде:

Біріншіден, жас ерекшелік факторының әсері бойынша жасы ересек қатысушыларда:

- «Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын» стратегиясын ($r = -0.449$, $p = 0.010$) сирек қолданады;

- «Мен өткен тәжірибемнен сабақ аламын» стратегиясы да ($r = -0.392$, $p = 0.026$) төмендеген. Жасы ұлғайған сайын тұлғалар проблемаларды шешуде неғұрлым

рационалды, салмақты әдістерді қолданады. Яғни, жинақталған өмірлік тәжірибе стресске деген көзқарасты өзгертеді.

Екіншіден, еңбек өтілінің әсері бойынша жауаптарда: – «Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын» стратегиясының қолдану деңгейі ($r = -0.465$, $p = 0.007$) еңбек өтілі артқан сайын төмендейді; «Мен бұл мәселені ойлаудан бас тартамын» стратегиясы да ($r = -0.411$, $p = 0.020$) сирек кездеседі. Яғни, жұмыс тәжірибесі көп мамандар қиын жағдайлардан шығудың тиімді жолдарын меңгерген. Олардың сенімділігі артады, ал шарасыздық пен эмоционалды күйзеліс төмендейді.

Үшіншіден, эмоционалды және когнитивті стратегиялар да өз нәтижесін көрсетті:

– эмоционалды копинг (мысалы, «біреуден жан тыныштығын іздеу») – жас пен еңбек өтілі артқан сайын азаяды.

– когнитивті копинг (мысалы, «мен өткен тәжірибемнен сабақ аламын») үлесі де төмендейді, оның себебі жинақталған тәжірибесі жаңа копинг стратегияларын қажет етпеуі мүмкін. Мұнда, тұлғаның өзін-өзі реттеу қабілетінің күшеюін және сыртқы қолдауға деген тәуелділігінің азаюын көрсетеді. Бұл жағдайда мынадай қорытындыға келеміз, маманның жас ерекшелігі мен кәсіби тәжірибесі копинг стратегияларын өзгертеді.

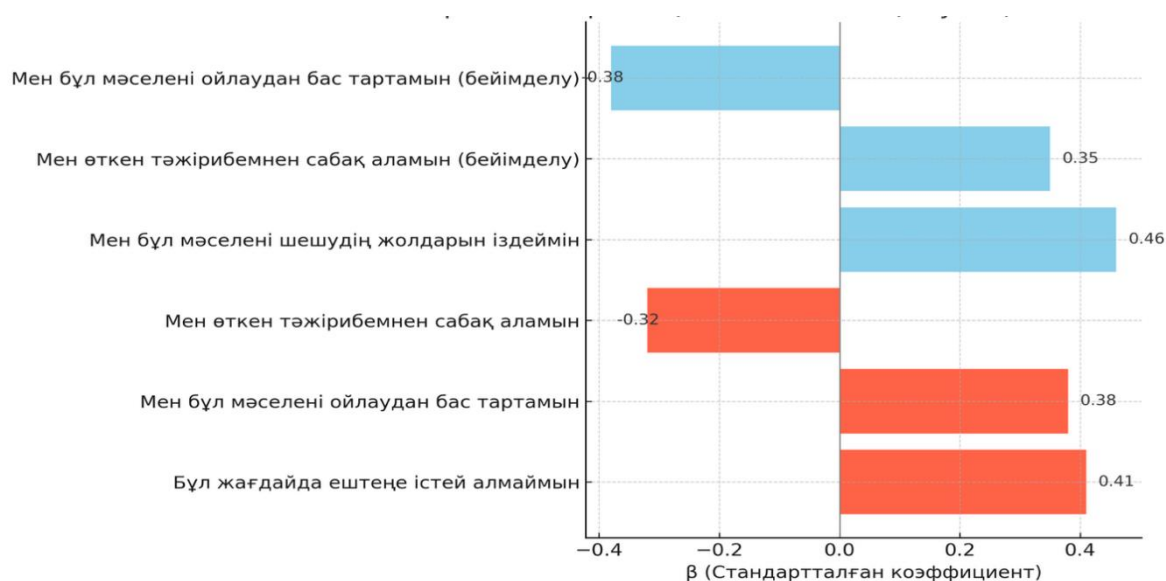
Зерттеу нәтижелеріндегі келесі талдам «Копинг стратегиялары мен психологиялық саулықтың байланысы» және «Копинг стратегиялары мен кәсіби бейімделу» аспектілерін жақын екенін көрсетті. Осы аспектілердің ортақ параметрлері қарастырылды. Тәуелді айнымалы ретінде психологиялық саулық пен кәсіби бейімделу деңгейлерін тәуелсіз айнымалы болып табылатын копинг стратегиялармен регрессиялық талдауды жасап келесі 2-кесте арқылы ұсынылды.

Кесте 2

Тәуелді және тәуелсіз айнымалылар бойынша копинг-стратегиялардың регрессиялық талдауы

Тәуелді және тәуелсіз айнымалылар	Копинг стратегиясы	β (стандартталған коэффициент)	p-мәні
Психологиялық саулық (стресс деңгейі)	«Бұл жағдайда ештеңе істей алмаймын»	0.41	0.012
	«Мен бұл мәселені ойлаудан бас тартамын»	0.38	0.018
	«Мен өткен тәжірибемнен сабақ аламын»	-0.32	0.041
Кәсіби бейімделу деңгейі	«Мен бұл мәселені шешудің жолдарын іздеймін»	0.46	0.007
	«Мен өткен тәжірибемнен сабақ аламын»	0.35	0.029
	«Мен бұл мәселені ойлаудан бас тартамын»	-0.38	0.022

Психологиялық саулықтың стресс деңгейіндегі көрінісі мен кәсіби бейімделу деңгейін салыстыру келесі 2-суретке сәйкес түсіндіріледі.



Сурет 2. Психологиялық саулықтың стресс деңгейіндегі көрінісі мен кәсіби бейімделу деңгейін салыстыру графигі

Қызыл түсті жолақтар – копинг стратегияларының психологиялық стресс деңгейіне әсерін көрсетеді. Көк түсті жолақтар – копинг стратегияларының кәсіби бейімделуге әсерін сипаттайды.

Мұндағы, стресті жоғарылататын копинг-стратегиялары – шарасыздық ($\beta = 0.41$, $p = 0.012$) және мәселеден қашу ($\beta = 0.38$, $p = 0.018$), стресті төмендететін копинг-стратегиясы – тәжірибеден сабақ алу ($\beta = -0.32$, $p = 0.041$) болып табылады.

Кәсіби бейімделуді жақсартатын копинг-стратегиялары – шешім іздеу ($\beta = 0.46$, $p = 0.007$) және өткеннен сабақ алу ($\beta = 0.35$, $p = 0.029$) болса, ал кәсіби бейімделуге теріс әсер ететін копинг-стратегиясы – мәселеден қашу ($\beta = -0.38$, $p = 0.022$) болады.

Нәтиже көрсеткіштерінде тәжірибесі аз мамандардың 65%-ы жоғары эмоционалдық реакция көрсетсе, ал 10 жылдан астам тәжірибесі бар мамандардың 30%-ында айтарлықтай эмоционалдық реакция байқалды. Корреляциялық талдау нәтижесінде еңбек өтілі мен эмоционалдық тұрақтылық арасындағы байланыс бар ($r = 0.62$ ($p < 0.01$)) екендігі анықталды, бұл олардың арасында айтарлықтай оң корреляция бар екенін көрсетеді.

Зерттеудің сенімділігін тексеретін қосымша процедура ретінде Cronbach's Alpha коэффициенті Excel арқылы есептелді [22].

Егер $\alpha \geq 0.7$ болса – сенімді деп саналады, мұнда ≈ 0.81 (өте жақсы сенімділік) деңгейін көрсетті. Бұл есептеу «Копинг мінез-құлық тәсілдерін анықтау сауалнамасы» деректері негізінде жасалған. Сұрақтар саны (k): 50; айнымалылар дисперсияларының қосындысы: шамамен 90-100 аралығында; жалпы ұпайлар дисперсиясы: 150-170 шамасында. Практикалық және ғылыми мақсатта қолдануға жарамды, ол 3-кестеге сәкес келеді.

Cronbach's Alpha коэффициентінің есеп қорытындысы

Көрсеткіштері	Мәні	Түсініктемесі
Сұрақтар көлемі (k)	50	Сауалнамадағы сұрақ саны
Айнымалы дисперсиясының қосындысы	95	Барлық сұрақтар дисперсиясы
Жалпы ұпай дисперсиясы	160	Қатысушылар ұпай дисперсиясы
Cronbach's Alpha коэффициенті	0,81	Ішкі бірізділік сенімділігі жоғары

Сонымен, психологиялық саулық және кәсіби бейімделуді біріктіруге мүмкін копинг стратегиялары бір-бірімен тығыз байланысты, өйткені адамның жұмысқа бейімделуі көбінесе оның стресс пен қиындықтарды қалай еңсеретініне байланысты. Сондықтан оларды ортақ зерттеу моделіне біріктіруге болады. Мұнда зерттеу параметрлері ортақ негізгі айнымалылар немесе зерттелетін факторлар, олар:

- копинг стратегиялары (эмоциялық, когнитивті, мінез-құлықтық);
- психологиялық саулық көрсеткіштері (стресс деңгейі, мазасыздық, эмоционалдық тұрақтылық немесе тұрақсыздық);
- кәсіби бейімделу (жұмысқа қанағаттануы, ұйымға бейімделуі, жұмыс орнын жиі ауыстыруы немесе тұрақтылығы және т.б.).

Ал, айнымалы факторларды келесі байланыстарда ұсынады:

- «Копинг стратегияларының психологиялық саулықпен» байланысы – кейбір копинг- тәсілдері стрессті азайтуы немесе керісінше психологиялық жүктемені арттыруы мүмкін.

Талқылау

Копинг стратегияларының динамикасы адамның жеке психологиялық бейімделуін көрсетеді. Когнитивті стратегиялар маңызды рөл атқарады, бірақ уақыт өте келе олар да өзгереді. Басқаша айтқанда, адам жасы ұлғайып, тәжірибе жинақтаған сайын, оның стресс жағдайындағы мінез-құлқы да өзгереді. Ол эмоционалды копингке азырақ, ал рационалды шешімдерге көбірек сүйенеді деп айта аламыз.

«Копинг стратегияларының кәсіби бейімделумен» байланысы – рационалды копингті қолданатын мамандардың жұмыстағы бейімделуі жоғары болуы мүмкін. «Психологиялық саулық пен кәсіби бейімделудің» байланысы – стресс пен мазасыздығы жоғары адамдар жұмыста қиындық көріп, кәсіби бейімделуі жоғары немесе төмен болуы ықтималдығын көрсетеді. Барлық айнымалылар арасындағы көпфакторлы байланыстар, мысалы, стресс пен бейімделу арасындағы байланыс копинг-тәсіліне байланысты өзгеруі мүмкін.

Дегенмен, копинг стратегияларының тұлға психологиясына және кәсіби бейімделуге әсерін кешенді түрде талдап, зерттеудің мазмұнын тереңірек және ғылыми тұрғыда дәлелдеу «көптік регрессия» (multiple regression), «факторлық талдау» (factor analysis) әдістері арқылы жүзеге асырылады.

Көптік регрессия талдауы копинг стратегияларының психологиялық саулық пен кәсіби бейімделуге әсерін бағалау мақсатын көздейді. Копинг стратегияларының психологиялық саулық пен кәсіби бейімделуге әсерін бағалау жүйесінде көрніс табатын факторлар біреу ғана болмайды. Басқаша айтқанда тек бір фактор ғана әсер етпейді, оған көптеген сыртқы және ішкі факторлармен жүзеге асатын әсерлер болады. Шын мәнінде, күтілетін нәтижеге апаратын фактор бірнеше әсер ететін факторларға тәуелді болып келеді. Мысалы копинг стратегияларының тұлға психологиясына және кәсіби бейімделуіне әсері оның алған біліміне, кәсіби біліктілігіне, жұмыс орнының материалдық және әлеуметтік-психологиялық әлеуетіне, кәсіби тәжірибесіне, клиент проблемасының сипатына, қоршаған ортаның мәдени факторларына және басқа да себеп-салдарлы факторлармен де тығыз байланыста болады. Зерттеу барысында факторлардың көптігі мен олардың байланысын анықтағанда жұптық регрессиялық талдам жеткіліксіз, яғни толық байланысты қарастыру мүмкін емес.

Басқаша айтқанда күтілетін нәтижеге әсер етуші әртүрлі факторлардың сандық әсерін бағалау, өзара байланысын анықтау формасын және олардың тығыздық дәрежесін көптік корреляция әдісімен өңдеді. Көптік регрессиялық талдам нәтижеге апаратын немесе әдеттегі факторлардың арасындағы тәуелділікті нақты және анық бейнелейтін аналитикалық сипаттағы статистикалық өрнекті жасауға қол жеткізеді.

Жалпы айтқанда маманның мәселеден қашатын копинг-стратегиялары психологиялық саулыққа да, кәсіби бейімделуге де кері әсер етеді. Ал, белсенді копинг ретінде проблеманы шешуге бағытталған стратегиялар психологиялық саулықты жақсартып, кәсіби бейімделуді арттырады.

Жүргізген эмпирикалық зерттеу нәтижелері психологиялық қызметті атқаратын мамандардың кәсіби деформациясының профилактикасына бағытталған әдістемелік ұсынымдарды алдағы уақыттарда әзірлеуге негіз болады. Ұйымдық психологиядағы кәсіби деформацияның жаңа тәсілдерін әрі қарай зерттеуге бағыт-бағдар ұсынады, атап айтқанда келесі: когнитивті- мінез құлық; психофизиологиялық талдау және feedback; копинг стратегиялары мен тұлғалық ресурстарды картаға түсіру; ұйымдық мәдениет пен психологиялық қауіпсіздік негіздері; Mindfulness және өзін-өзі реттеу технологиялары; коллаборативті рефлексия және кәсіби қауымдастық тәсілдерді талдау қажет. Кәсіби деформацияны зерттеудің осы жаңа тәсілдері психологиялық факторлар мен ұйымдық орта арасындағы өзара байланысты ескереді. Қазіргі зерттеулер бұл мәселені тек индивид деңгейінде емес, сонымен қатар ұйымдық мәдениет, басқару стилі және кооперациялық инфрақұрылымы аясында қарастырады. Сондай-ақ, мамандардың кәсіби игілігін сақтау мақсатында ұйымдастырушылық және алдын алу шараларының критерийлері қызметтік атқаратын міндеттерінің негізінде әзірленетінін ескертеді.

Зерттеу әдістемесінің интерпретациясы еңбек өтілі артқан сайын мамандардың стрессті басқару тәсілдері өзгеріп, тәжірибелі мамандар көбінесе проблемаға бағытталған копинг стратегияларын қолданатыны анықталды. Зерттеу нәтижелері кәсіби стресс пен кәсіби деформацияның алдын алу үшін кешенді адаптивті копинг стратегияларын қолдануды маңызды екенін ұсынады. Стрессті басқарудағы адаптивті копинг стратегияларының маңыздылығын бере отырып когнитивтік қайта бағалау, релаксация әдістері, физикалық белсенділік және әлеуметтік қолдау жүйелерін қолдану арқылы кәсіби деформацияның алдын алуға болатынын көрсетеді.

Қорытынды

Осы зерттеу барысында кәсіби күйзелісті төмендету үшін бейімделген, тиімді копинг стратегияларын қолдану, өзін-өзі күту және ұйымдық қолдауды күшейту маңызды деген ортақ пікірді ортаға салды. Күйзелісті басқару үшін жеке тұлғалық оның ішінде өзін-өзі күту деңгейі, кәсібилігі, яғни қолдау жүйесі және ұйымдық немесе жұмыс шарттарын жақсарту бойынша жоғары деңгейдегі кешенді шаралар талданды.

Тұлғаның психикалық әрекеттің әртүрлі сипатындағы қиындықтарды жеңу жолдарын, копинг-стратегияларын анықтау жүзеге асырылды. Осы зерттеу аясында психологиялық қызмет көрсететін мамандардың кәсіби деформация шеңберіндегі проблемалық аймақтары мен оның негізгі факторлары және кездескен қиындықты еңсеруге бейімделген копинг стратегиялары анықталды.

Зерттеудің басты ерекшелігі – кәсіби деформацияны копинг деңгейінде қарастыра отырып ұйымдық құрылым, маман типологиясы және интервенция мүмкіндіктерімен кешенді түрде ұштастыруда. Бұл тәжірибеге бағытталған және қолданбалы құндылығы жоғары тәсіл. Зерттеудің нәтижелеріне сүйене отырып, қиындықты еңсеруге немесе стресстік жағдаяттармен күресуге тиімді бейімделу стратегиялары нақты анықталды.

Зерттеу нәтижелері арнайы-түзетушілік немесе инклюзивті білім беру мекемелерінде жұмыс істейтін мамандардың кәсіби деформациясының алдын алуға бағытталған нақты инновациялық тәсілдерді ұсынып практикалық нәтижелерге қол жеткізді. Психологиялық алдын алу және психокоррекциялық шараларды жоспарлау арқылы келесі практикалық ұсыныстарды жасауға және жоспарлауға мүмкіндік береді:

1. Маманның копинг-профильге негізделген маршруттық карта жасау.
2. Кәсіби күйзеліс пен деформацияның ерте белгілерін диагностикалау;
3. Әр маманның стреске бейімдік деңгейі мен копинг тәсілдерін анықтау.
4. Жеке және ұйымдық деңгейде интервенциялық іс-шара жоспарлау;
5. Ұйым ішінде кәсіби қолдауды ұйымдастыруға негіздеме жасау;
6. Инклюзивті ортада жұмыс істейтін мамандардың эмоционалдық ресурсын нығайту тетіктерін ұсыну. Профиліне сәйкес біліктілігін жоғарлатуды ұйымдастыруды жүзеге асыруға бағыттайды.

Әрі қарай зерттеудің болашағы стреске төзімділік пен копинг стратегияларын қалыптастыратын арнайы бағдарламалар мен тренингтерді біліктілік арттыру курстары мен психология бағытында білім алушылар үшін әзірленуі мүмкін. Болашақ психологиялық мамандарды даярлау мен мамандардың кәсіби ортасын оңтайландыру және ұйымдарда психологиялық қауіпсіздікті қамтамасыз ету үшін басқарушылық стратегияларды жетілдіру, ұйымдық мәдениетті нығайту жұмыстарын денсаулық сақтау, білім беру және әлеуметтік сала мамандарына супервизиялық, менторлық жүйе арқылы ұйымдастыру қажет.

Авторлардың үлесі

Тұжырымдалау, хат-хабар алушы автор: **Ж.Е. Турманова**

Әдіснама: **Ж.Е. Турманова, М.М. Рыскулова, А.Т. Изакова**

Формалды талдау: **Ж.Е. Турманова**

Зерттеу деректерін жинау: **Ж.Е. Турманова**

Зерттеу деректеріне жетекшілік ету: **Ж.Е. Турманова, М.М. Рыскулова**
Мақаланың түпнұсқалық алғашқы түрін дайындау: **Ж.Е. Турманова**
Редакциялау және сыни шолу: **М.М. Рыскулова, А.Т. Изакова, Ш.М. Туребаева**

АЛҒЫС

Мақала авторлары осы журналдың редакциялық ұжымына және сын-пікірлер берген рецензенттерге өз алғыстарын білдіреді.

Әдебиеттер тізімі

1. Қазақстанда психологиялық қызмет туралы арнайы заң әзірленіп жатыр. - 20 Ақпан 2025. – URL: <https://kaz.inform.kz/news/kazakstanda-psihologiyalik-kizmet-turali-arnayi-zan-azrlenp-zhatir-217756/>
2. Орта білім беру ұйымдарындағы психологиялық қызметтің жұмыс істеу қағидаларын бекіту туралы Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі 2022 жылғы 25 тамыздағы № 377 бұйрығы. [Электронды ресурсы]. – URL: <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/V2200029288>
3. Lazarus R.S., & Folkman S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer publishing company, 445p. – URL: <https://books.google.kz/books?id=i-ySQQuUpr8C&lpg=PR5&ots=DhGNmwdeS9&lr&hl=ru&pg=PR4#v=onepage&q&f=false>
4. Murphy L.R. (1996). Stress management in work settings: A critical review of the health effects. American journal of health promotion, Vol.11(2), pp.112-135. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-11.2.112>
5. Kaluza, G. (2000). Changing unbalanced coping profiles - A prospective controlled intervention trial in worksite health promotion. Psychology and Health, Vol.15(3), pp.423-433. <https://doi.org/10.1080/08870440008402003>
6. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout: A multidimensional perspective. In C. L. Cooper (Ed.), Theories of organizational stress. Oxford: Oxford University Press, pp. 68–85. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198522799.003.0004>
7. Netterstrom, B., Friebel, L., Ladegaard, Y. (2013). Effects of a multidisciplinary stress treatment programme on patient return to work rate and symptom reduction: results from a randomised, wait-list controlled trial. Psychotherapy and psychosomatics, Vol. 82(3), pp.177-186. <https://doi.org/10.1159/000346369>
8. Yoneta Wamea, Nompo, R. S. (2024). The Effectiveness of Adaptive Coping Strategies for Work Stress: A Meta-Analysis . Open Access Indonesian Journal of Medical Reviews, Vol.4(3), pp.634-644. <https://doi.org/10.37275/oaijmr.v4i3.591>
9. Holton M.K., Barry A.E., & Chaney J.D. (2016). Employee stress management: An examination of adaptive and maladaptive coping strategies on employee health. WORK, Vol.53(2). pp. 299-305. <https://doi.org/10.3233/WOR-152145>
10. Дружилов С.А. (2010). Профессиональные деформации как индикаторы дезадаптации и душевного неблагополучия человека // Сибирский педагогический журнал, № 6. С. 171-178. [Электрон. ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnye-deformatsii-kak-indikator-dezadaptatsii-i-dushevno-neblagopoluchiya-cheloveka/viewer>
11. Прялухина А.В., Храпенко И.Б. (2023). Стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций студентами-медиками младших курсов. Журнал - Общество: социология, психология, педагогика. Издательский дом ХОРС, № 2. <https://doi.org/10.24158/spp.2023.2.7>

12. Профессиональные деформации в педагогической деятельности (на примере педагогов социального приюта): монография /Е.И. Рогов и др.(2016) -Ростов-на-Дону, 246 с.
13. Безносков С.П. (2004). Профессиональная деформация личности. - СПб.: Речь, 270 с.
14. Грановская Р.М. (2003). Элементы практической психологии. - СПб.: Речь, 655 с.
15. Сульдина Ю.А., Левкова Е.А. (2014). Копинг-стратегии и их взаимосвязь с профессиональной деформацией // Фундаментальные исследования, № 12(4). – С. 887-890; [Электрон. ресурс]. URL: <https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=36209>
16. Sim, W., Zanardelli, G., Loughran, M., Mannarino, M., Hill, C. (2016). Thriving, burnout, and coping strategies of early and later career counseling center psychologists in the United States. *Counselling Psychology Quarterly*, Vol.29 (4), pp. 382–404. <https://doi.org/10.1080/09515070.2015.1121135>
17. Rupert, P.A., & Dorociak, K.E. (2019). Self-care, stress, and well-being among practicing psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, Vol.50(5), 343–350. <https://doi.org/10.1037/pro0000251>
18. Алимова М.Б. (2024). Психикалық денсаулықтың адам өмірінің тиімділігіне әсері // Психическое здоровье: современные реалии, тенденции и перспективы: Сборник материалов международной научно – практической конференции. – Костанай, 229 с. С.-14 -16.
19. Сартанов Ж.Н., Малдыбаев Қ.Б., Ахметов И.Ә. (2020). Экстремалды кәсіптермен жағдайлардың психологиясы: оқу құралы. – Петропавл, 356 б. [Электронды ресурс]. – URL: <https://lib.tau-edu.kz/>
20. Sherry Hamby, John H Grych, Victoria Banyard (2015). Coping Scale August. *Coping_Scale*. // <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3094.0001>
21. Методика «Способы совладающего поведения, WCQ». R. Lazarus, S. Folkman (1988), Адаптация: Е.В. Битюцкая [Электрон. ресурс]. (2015) – URL: <https://psytests.org/coping/wcq-run.html>
22. Calculating Cronbach's Alpha in Excel. [Электрон. ресурс]. (2023) – URL: <https://psychologyofbusiness.beehiiv.com/p/calculating-cronbachs-alpha-excel>

Турманова Ж.Е.¹, Рыскулова М.М.², Изакова А.Т.³, Ш.М. Түребаева⁴

^{1,2,4} *Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилёва, Астана, Казахстан*

³ *Евразийский гуманитарный институт им. А.К. Кусаинова, Астана, Казахстан*

Изучение профессиональной деформации и адаптивных стратегий к преодолению трудностей у специалистов психологической службы

Аннотация. В данной статье анализируется проблема профессиональной деформации у специалистов психологической службы и изучение адаптивного копинга, который помогает справляться с трудностями на работе. Объектом исследования являются психологические явления, возникающие в процессе профессиональной деятельности специалистов, работающих в сфере психологической службы, в том числе процесс профессиональной деформации. В исследовании приняли участие психологи и дефектологи, логопеды, работающие в общеобразовательных и специальных организациях, студенты высшего учебного заведения по образовательной программе «Психология». В проведении эмпирического исследования использовался опросник «Способы совладающего поведения» (авторы: R. Lazarus, S. Folkman, Ways of Coping Questionnaire, WCQ), который был направлен на выявление способов преодоления трудностей, копинг-стратегий личности в различных областях психологической деятельности.

Проведено сравнение взаимосвязей между копинг-стратегиями участников по возрасту и стажу, при этом основным приоритетом были связи, полученные по стажу. Для обработки полученных данных проведен корреляционный анализ на основе методов расчета коэффициента корреляции Спирмена, «множественной регрессии» (multiple regression), «факторного анализа» (factor analysis). В качестве дополнительной процедуры проверки надежности исследования рассчитан коэффициент Cronbach's Alpha.

Результаты показали наличие адаптивных копинг-стратегий, способствующих профессиональной адаптации и преодолению стресса. Проведённое исследование позволило разработать и обосновать инновационные подходы к профилактике профессиональной деформации специалистов, работающих в учреждениях специального (коррекционного) и инклюзивного образования. Полученные результаты носят прикладной характер и могут быть практически реализованы в системе психопрофилактической и организационно-психологической поддержки специалиста.

Ключевые слова: психологическая служба; профессиональная деформация; дистресс; адаптивные стратегии; копинг; профилактика профессиональной деформации; профессиональное благополучие

Zh. Turmanova¹, M. Ryskulova², A. Izakova³, Sh.M. Turebayeva⁴

^{1,2,4} *L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan*

³ *A.K. Kussayinov Eurasian Humanities Institute, Astana, Kazakhstan*

The problem of professional deformation and the study of adaptive strategies for overcoming difficulties among specialists in psychological services

Abstract. The article analyzes the problem of professional deformation in specialists of psychological services and the study of adaptive coping, which helps to cope with difficulties at work. The subject of the study is psychological phenomena arising in the process of professional activity of specialists of psychological service, including the process of professional deformation. Psychologists and defectologists working in general education and special organizations, students of universities specializing in "Psychology", participated in the study. In the empirical study, the questionnaire "Ways of Coping Questionnaire" (R. Lazarus, S. Folkman, WCQ) was used, which was aimed at identifying ways of overcoming difficulties, coping strategies of the individual in various areas of psychological activity. Thus, within the framework of this study, the problem areas of specialists providing psychological services related to professional deformation and its key factors, as well as coping strategies adapted to overcoming difficulties, are indicated. The correlations between the coping strategies of the participants according to age and length of service were compared, with the main priority being the correlations obtained according to length of service. To process the obtained data, correlation analysis was carried out based on Spearman's correlation coefficient calculation methods, "multiple regression", and "factor analysis". As an additional procedure for testing the reliability of the study, Cronbach's Alpha coefficient was calculated.

The results showed the presence of adaptive coping strategies that promote professional adaptation and stress management. The conducted research allowed for the development and substantiation of innovative approaches to the prevention of professional deformation of specialists working in

institutions of special and inclusive education. The results obtained are of an applied nature and can be practically implemented in the system of psychoprophylactic and organizational-psychological support for a specialist.

Keywords: psychological service; professional deformation; distress; adaptive strategies; coping; prevention of professional deformation; professional well-being

References

1. Kazakstanda psihologiyalyk kyzmet turaly arnaysy zan azirlenip zhatyr // Akpan 2025. – URL: <https://kaz.inform.kz/news/kazakstanda-psihologiyalik-kizmet-turali-arnaysy-zan-azirlenip-zhatir-217756/>
2. Orta bilim beru yjymdaryndagy psihologiyalyk kyzmettin zhymys isteu kagidalaryn bekitu turaly Kazakstan Respublikasy Oku-agartu ministriligi 2022 zhylygy 25 tamyzdady № 377 byjrygy. [Elektrondy resurs]. – URL: // <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/V2200029288>
3. Lazarus R.S., & Folkman S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company, 445p. – URL: <https://books.google.kz/books?id=i-ySQQuUpr8C&lpq=PR5&ots=DhGNmwde>
4. Murphy L.R. Stress management in work settings: A critical review of the health effects. American journal of health promotion, (1996). Vol.11(2), P. 112-135. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-11.2.112>
5. Kaluza, G. (2000). Changing unbalanced coping profiles - A prospective controlled intervention trial in worksite health promotion. Psychology and Health. Vol.15(3), P. 423-433. <https://doi.org/10.1080/08870440008402003>
6. Maslach, C., & Leiter, M. P. Burnout: A multidimensional perspective. In C. L. Cooper (Ed.), Theories of organizational stress (pp. 68–85). Oxford: Oxford University Press. (2016). <https://doi.org/10.1093/oso/9780198522799.003.0004>
7. Netterstrom, B., Friebel, L., Ladegaard, Y. (2013). Effects of a multidisciplinary stress treatment programme on patient return to work rate and symptom reduction: results from a randomised, wait-list controlled trial. Psychotherapy and psychosomatics, Vol. 82(3), P. 177-186. <https://doi.org/10.1159/000346369>
8. Yoneta Wamea, Nompo, R.S. (2024). The Effectiveness of Adaptive Coping Strategies for Work Stress: A Meta-Analysis. Open Access Indonesian Journal of Medical Reviews, p. 634. Vol.4(3), <https://doi.org/10.37275/oaijmr.v4i3.591>
9. Holton M.K., Barry A.E., & Chaney J.D. (2016). Employee stress management: An examination of adaptive and maladaptive coping strategies on employee health. WORK, Vol.53(2), p.299-305. <https://doi.org/10.3233/WOR-152145>
10. Druzhilov S.A. (2010). Professional'nye deformacii kak indikatory dezaptacii i dushevnogo neblagopoluchiya cheloveka // Sibirskij pedagogicheskij zhurnal, № 6. P. 171-178. [Elektron. resurs]
11. Pryaluhina A.V., Hrapenko I.B. (2023). Strategii preodoleniya trudnyh zhiznennyh situacij studentami-medikami mladshih kursov. Obshchestvo: sociologiya, psihologiya, pedagogika, № 2. <https://doi.org/10.24158/spp.2023.2.7>
12. Professional'nye deformacii v pedagogicheskoy deyatel'nosti: (na primere pedagogov social'nogo priyuta): monografiya /E.I. Rogov i dr. (2016) -Rostov-na-Donu, 246 p.
13. Beznosov S.P. (2004). Professional'naya deformaciya lichnosti. -SPb.: Rech', 270 p.
14. Granovskaya R.M. (2003). Elementy prakticheskoy psihologii. - SPb.: Rech', 655 p.

15. Sul'dina YU.A., Levkova E.A. (2014). Koping-strategii i ih vzaimosvyaz's professional'noj deformaciej // Fundamental'nye issledovaniya, № 12(4). P. 887-890; URL: <https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=36209>
16. Sim, W., Zanardelli, G., Loughran, M., Mannarino, M., Hill, C. (2016). Thriving, burnout, and coping strategies of early and later career counseling center psychologists in the United States. *Counselling Psychology Quarterly*, Vol.29(4), 382-404. <https://doi.org/10.1080/09515070.2015.1121135>
17. Rupert, P. A., & Dorociak, K. E. (2019). Self-care, stress, and well-being among practicing psychologists. *Professional Psychology: Research and Practice*, Vol.50(5), P. 343-350. <https://doi.org/10.1037/pro0000251>
18. Alimova M. B. (2024). Psihikalyk densaulyktyn adam omirinin tiimdiligine aseri // Psihicheskoe zdorov'e: sovremennye realii, tendencii i perspektivy: Sbornik materialov mezhdunarodnoj nauchno – prakticheskoy konferencii. – Kostanaj, 229p. P.-14-16
19. Sartaev ZH.N., Maldybaev K.B., Ahmetov I.A. (2020). Ekstremaldy kasipter men zhagdajlardyn psihologiyasy: oku kыraly. Petropavl, 356 p. [Elektrondy resurs]. –URL: <https://lib.tau-edu.kz/>
20. Sherry Hamby, John H Grych, Victoria Banyard. Coping Scale. (2015) – URL: <https://www.researchgate.net> // <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3094.0001>
21. Metodika «Sposoby sovladayushchego povedeniya, WCQ». R. Lazarus, S. Folkman (1988), Adaptaciya: E.V. Bituyckaya (2015) – URL: <https://psytests.org/coping/wcq-run.html>
22. Calculating Cronbach's Alpha in Excel. (2023). – URL: <https://psychologyofbusiness.beehiiv.com/p/calculating-cronbachs-alpha-excel>

Авторлар туралы мәлімет:

Турманова Ж.Е. – хат-хабар үшін автор, психология кафедрасының докторанты, Л.Н. Гумилев атынд. Еуразия ұлттық университеті, А. Янушкевич көшесі, 6, Астана, Қазақстан. <https://orcid.org/0000-0002-0002-3718>

Рыскулова М.М. – пед.ғ.к., психология кафедрасының доценті, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, А. Янушкевич көшесі, 6, Астана, Қазақстан. <https://orcid.org/0000-0001-5253-9495>

Изакова А.Т. – психол. ғыл. д., педагогика кафедрасының профессоры А.Қ. Құсайынов атындағы ЕАҒИ. М. Жумабаев көшесі, 4. 010009, Астана қ., Қазақстан. <https://orcid.org/0000-0002-0656-5550>

Түребаева Ш.М. – философия докторы (PhD), Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің доцент м.а., Қажымұқан көшесі, 11, 010000, Астана, Қазақстан. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6413-521X>, e-mail: turebayeva_shynar@mail.ru

Сведения об авторах:

Турманова Ж.Е. – автор для корреспонденции, докторант кафедры психологии ЕНУ им. Л.Н.Гумилёва, ул. А. Янушкевича, 6, 010008, г. Астана, Казахстан. <https://orcid.org/0000-0002-0002-3718>

Рыскулова М.М. – канд. пед.н., доцент кафедры психологии ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, ул. А. Янушкевича, 6, 010008, г. Астана, Казахстан. <https://orcid.org/0000-0001-5253-9495>

Изакова А.Т. – д. психол. н., профессор кафедры педагогики и истории ЕАГИ им. А.К. Кусаинова. ул. М. Жумабаева, 4; 010009, г. Астана, Казахстан. <https://orcid.org/0000-0002-0656-5550>

Түребаева Ш.М. – доктор философии (PhD), и.о. доцента Евразийского национального университета имени Л.Н. Гумилева, ул. Кажымукана 11, 010000, Астана, Казахстан. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6413-521X>, e-mail: turebayeva_shynar@mail.ru

Information about authors:

Turmanova Zh.E. – author for correspondence, doctoral student, Department of Psychology, L.N.Gumilyov Eurasian National University, Yanushkevich str., 6, Astana, Kazakhstan. <https://orcid.org/0000-0002-0002-3718>

Ryskulova M.M. – candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, L.N. Gumilyov Eurasian National University, Yanushkevich str., 6, Astana, Kazakhstan. <https://orcid.org/0000-0001-5253-9495>

Izakova A.T. – doctor of Psychological Science, Professor A.K. Kussayinov Eurasian Humanities Institute, 4 M.Zhumabayev Prospect, Astana city, Kazakhstan, 010009. <https://orcid.org/0000-0002-0656-5550>

Turebayeva Sh.M. – Doctor of Philosophy (PhD), Acting docent of L.N. Gumilyov Eurasian National University, 11 Kazhymukan Street, 010000, Astana, Kazakhstan. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6413-521X>, e-mail: turebayeva_shynar@mail.ru