

К.Б. СМАТОВА^{1*}, А.С. БАЛТАБАЕВА¹

¹М.Х.Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті (Тараз, Қазақстан)
smatova_k@mail.ru, sabyrzhanqyzy710@gmail.com

СТУДЕНТТЕРДІҢ АССЕРТИВТІ МІНЕЗ-ҚҰЛҚЫ ДАМУЫН ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

Аңдатпа

Қазіргі жаһандық өзгерістер кезеңінде студенттердің ассертивті мінез-құлқы дамуын психологиялық зерттеу өзекті мәселелердің біріне айналды. Ассертивті мінез-құлқық – сыртқы әсерлерге тәуелді болмай, өз құқығын қорғай білу және өз мінез-құлқын реттей білу сапаларын қамтитындығы жан-жақты зерттелген. Ассертивтілікті қалыптастыруда смарт-ресурстарды ұтымды қолдану, қарым-қатынаста қақтығыстарды бақылау, өзіндік шешім қабылдау маңыздылығы анықталған. Буллинг – жағымсыз агрессивті мінез-құлқық болғандықтан, оның ассертивті мінез-құлқыққа кері әсер ететіндігі, сондықтан стресті жеңу білу, өз-өзіне сенімді болу – ассертивтілікті қалыптастыру мен жетістікке жетудің тиімді тәсілдері екендігі дәлелденген. Келесі зерттеу әдістері қолданылған: ғылыми-теориялық, психологиялық әдебиеттерге талдау жасау, дискуссия, «Ассертивтілік», «Ассертивті мінез-құлқықты диагностикалау» сауалнамалары, С.Хобфоллдың «Стрестік жағдайларды жеңу стратегиялары» әдістемесі, алынған мәліметтерді өңдеу. Зерттеуде маңызды психологиялық қасиеттердің болуын қамтитын негізгі үш фактор арқылы студенттердің ассертивті мінез-құлқын дамыту жүзеге асырылған, олар: танымдық белсенділік, әлеуметтік-мотивациялық, коммуникативтік әрекет және эмоционалды-еріктік тұрақтылықтың ішкі бірлігі болып табылады.

Түйін сөздер: ассертивтілік; ассертивті мінез-құлқық; әлеуметтік белсенділік; смарт-ресурстар; буллинг; өзін-өзі реттеу; өзін-өзі бағалау; өз құқығын сенімді қорғай білу; тұлғалық өсуге қабілетті болу.

Кіріспе. Мемлекет басшысы Қ.Тоқаев өз жолдауында білім мен ғылым саласында келелі міндеттердің бар екендігін атап өтті. Бұл оқу-тәрбие үрдісін уақыт талабына сай ұйымдастыру және жаңашыл болу қажеттігіне меңзейді [1]. Қазіргі жаһандық өзгерістер кезеңінде өскелең ұрпақты жаңа жағдайға бейімделген, пайымды, өзіне деген сенімділігі зор тұлға ретінде қалыптастыру – кезек күттірмейтін мәселелердің біріне айналып отыр. Ол үшін ең бастысы – уақытты тиімді пайдаланып, өзін-өзі шығармашылықпен дамыта білуге ерік-күшін жұмсай білу қажет. Қашықтықтан оқыту әдеттегі өмір салтын түбегейлі өзгертті. Пандемия кезеңінен бастап қарқынды бағыт алған қашықтықтан оқыту – студенттердің өздігінен білім алуының психологиялық

маңыздылығы, желідегі белсенділігі, өзін-өзі өзгерте алу қабілеттілігі мен өзін-өзі дамыту мәселелерінің өзектілігін айқындап берді.

Бұл, өз кезегінде болашақ мамандарға саналы тәрбие мен сапалы білім беруде мінез-құлқық ассертивтілігін дамыту қажеттілігін туғызып отыр. Өз-өзіне сенімді, өз іс-әрекетіне жауапкершілікпен қарайтын, «Көзі ашық, көкірегі ояу», басқаша айтқанда, тұлғаның өзін-өзі бағалауының жоғары болуына оң ықпал ететін ассертивті мінез-құлқық дағдыларын меңгерген жастардың көп болуын – мемлекеттігімізді сақтаудың бірден-бір жолы ретінде түсінуге болады.

Негізгі бөлім. Американдық психотерапевт М.Смиттің пайымдауынша, «ассертивтілік» (ағылшын тілінен аударғанда assertiveness. to assert – бекіту, талап ету)

– адамның сыртқы әсерлерге тәуелді болмай, өз көзқарасына сенімді болуы және өз мінез-құлқын реттей білу мүмкіндігі болып табылады. Үлкен психологиялық сөздікте «Ассертивтілік» – ғылыми құбылыс ретінде басқалардың құқығына нұқсан келтірмей (Дж.Вольпе, А.Лазурс, Р.Альберти, М.Бекер, Э.Салтер және т.б.), өз құқығын сенімді қорғай білу қасиеті ретінде түсіндіріледі [2, 40 б.]. Бұл – ашық мінез-құлықпен басқаларға зиян келтірмей, адал, әрі мейірімді бола білу қабілеті. Сондықтан, ассертивті мінез-құлықтың негізгі белгілері ретінде – сөз бен істің бірлігін, үйлесімділігін, ойлау ұшқырлығы мен тұлғаның өз ісіне деген жауапкершілігін айтуға болады.

Ассертивті мінез-құлық – пассивті (сыртқы және ішкі әлеммен қатынастың бұзылуы) және агрессивті (бұзылулардың салдарынан психологиялық жайсыздықтың орын алуы) мінез-құлықпен салыстырғанда мақсатты әлеуметтік белсенділікке негізделген, «адамда адамның қалыптасуы» ретінде түсіндіріледі. Ол мінез-құлық икемділігін арттырады, өзіндік пікірдің дамуына септігін тигізеді [3]. Олай болса, ассертивті мінез-құлық – өзіндік әрекетте, өзіндік шешім қабылдауда тұлға субъективтілігін бейнелейтін маңызды сапалардың бірі.

Сонымен қатар, бүгінгі таңда студенттердің ассертивті мінез-құлқын қалыптастыру бағытында смарт-ресурстарды қолданудың мәні зор екендігін тәжірибе көрсетіп отыр. Смарт-ресурстар – ақпаратты жинақтау, талдау, өңдеу, сақтау, алмасу тәсілдерін қолдануға мүмкіндік беретін заманауи ресурстар. Смарт-ресурстарды жүйелі қолдану арқылы интерактивті режимде кері байланысты жүзеге асыруға, оқу ақпаратының үлкен көлемін ұсынуға, өзіндік бақылау мен өзіндік бағалауды жетілдіруге, оқудағы жетістіктерді саралауға мүмкіндік туады. Смарт-ресурстар арқылы танымдық қызығушылық пен шығармашылық қабілетті дамыту туралы зерттеушілер И.Г.Борисенко [4], О.А.Шветсова [5] айтып өтті. Желілік оқытудың шығармашылық және тұлғаның қалыптасқан мәдени-әлеуметтік тәжірибесімен байланысы жайында зерттеу-

лер жүргізіліп, бұл жауапкершілігі дамыған сипаттағы мінез-құлықтың негізі екендігі дәлелденген [6].

Бүгінде смарт-ресурстарды қолдану аясы кеңейіп, өткір қажеттілікке айналып отыр. Еңбек нарығының талаптары мен сұраныстарына сай кәсіби сапаларды меңгерген күзиретті мамандарды дайындау – жаңа қоғам талабы. Осы орайда, заманауи технологиялар мен смарт-ресурс мүмкіндіктерін тәжірибеде тиімді қолдана білетін, өзін-өзі жүзеге асыруға және тұлғалық өсуге қабілетті, демек ассертивті мінез-құлық сапаларын меңгерген мамандарды дайындауға баса назар аудару көзделген. Студенттердің ассертивті мінез-құлық дағдыларының дамуы мәселесін теориялық талдау және ғылыми-әдістемелік тұрғыдан зерттеу басты мақсат болып табылады.

Әдіснамалық негіздері мен әдістері. Соңғы уақытта ассертивті мінез-құлықты дамытудың өзектілігі мен оның моделін құру туралы түсініктер белсенді дамып келеді. Ассертивтілікті қалыптастыруда қарым-қатынастағы қақтығыстар мен стресс көріністерін бақылап, оны өз бетінше реттей білу аса маңызды. Өзара әрекеттесу барысында келеңсіз жағдайлардан және агрессивтіліктен ұтымды шыға білуге үйрену негізгі қажеттіліктерді құрайды [7]. Олай болса, қарым-қатынас – тұлғаның өзін-өзі саналы реттеуінің психологиялық тәсілі ретінде ассертивті сапалардың белсенді болуына септігін тигізеді. Оның мотивациялық механизмі мақсаттарға тікелей түрткі болып табылады. Тиімді нәтижеге қол жеткізу – қарым-қатынасты дамытумен тікелей байланысты. Сондай-ақ, Elma, S. зерттеуінде өз-өзіне деген сенімділік пен академиялық сөйлеу және қарым-қатынас арасында статистикалық маңызды байланыстың жоқ екендігі мәлімделген. Талдаудан байқағанымыздай, сауаты төмен ата-аналармен салыстырғанда, білімді ата-аналар балаларын қарым-қатынаста ашық болуға, өз аландаушылықтары мен пікірлерін өздері қалағандай білдіруге үйретеді, бұл өз кезегінде сенімді мінез-құлықты дамытуға көмектеседі [8]. Оның тиімді тәсілдері,

атап айтсақ: сын тұрғысынан ойлау, кейс, ақпараттық-коммуникациялық, тренингтік технологиялар және т.б. оқу-тәрбие үрдісінде кеңінен қолданылып келеді. Ассертивті мінез-құлыққа психогимнастиканың да ықпалы зор. Оқытудың белсенді әдісі психогимнастика – психологиялық стресс қысымын төмендетуге және ассертивті дағдыларды жетілдіруге жағдай туғызатындығы туралы З.Х. Урусов зерттеулерінде негізделген. Тұлға өз психикасын реттеу заңдылықтарын меңгеру арқылы өзіндік санамен байланысты мәселелер кешенін де тиімді шешуге мүмкіндік алады [9, 302 б.]. Демек, психогимнастика өзін-өзі реттеудің маңызды тәсілдерінің бірі болып саналады.

В.П. Шейнов ассертивті тұлға келесі ерекшеліктермен сипатталатындығын зерттеген: өзіне деген сенімділік, өз құқықтарын қорғау, сыртқы әсерлерге тәуелсіздік, басқалармен өзара әрекеттесуге бағыттылық, манипуляцияға теріс көзқарас [10]. Д.Ф.Ильясов өз еңбегінде білім беру саласы мамандарының психологиялық-педагогикалық мәдениетін дамыту қажеттігі туралы ұтымды тұжырым жасайды [11]. Бұл өз кезегінде студенттердің бойында кәсіби құзіреттіліктерді қалыптастыру қажеттігіне меңзейді, яғни теориялық білімді тәжірибемен ұштастыра білу, цифрлық технологияларды меңгеру және өзін-өзі әлеуметтендіру бағытындағы интегративті сапалардың басымдығын көрсетеді. Цифрлық технологиялар цифрлық білім беру ортасын құру, смарт-ресурстарды белсенді пайдалану және студенттердің өз мүмкіндіктерін саралап, өз-өзімен жұмыстануына жағдай жасайды.

Смарт-ресурстардың мынадай көп таралған түрлерін атап өтуге болады: білім беру платформалары, веб-сайттар, мобильді қосымшалар, электрондық пошта, әлеуметтік желілер, цифрлық сөздік-энциклопедиялар және т.б. Смарт-ресурстарды бірлескен қызметте ақпарат көзі, коммуникация және рефлексия үшін пайдаланып, тиімділігіне күнделікті өмірде көз жеткізіп келеміз. Техника тілімен қатар, білім мазмұнын, дамудың психологиялық мәнін терең меңгеруге септігін тигізуде. Білім беру

платформаларында электронды оқулықтар, ғылыми-әдістемелік журналдар, онлайн жаттығулар мен онлайн тапсырмаларға (тест, кейс, психологиялық жағдаят және т.б.) қолжетімді болып отыр.

Смарт-ресурстарды оқу үрдісінде қолдану студенттердің өз бетінше дербес және бірлесіп жұмыс жасауына, өзіндік бағалаудың қалыптасуына ықпал етеді. Осы орайда, оқу үрдісінде жиі қолданылып жүрген Kahoot цифрлық ойын платформасына тоқталып өтуге болады. Kahoot – студенттерді достық қарым-қатынаста жұмылдыра отырып, шынайы бәсекелестікке жетелейді. Сондай-ақ, өз ой-пікірлерін ортаға салып, өзін-өзі сенімді ұстауға және өз бетінше шешім қабылдауға үйретеді, яғни ассертивтілік қасиеттердің айқындалуына септігін тигізеді.

Е.В. Валиуллина өз зерттеуінде коммуникативтік бақылау деңгейінің ассертивтілікке әсерін жан-жақты қарастырған. Ол сенімділік, шешім қабылдағыштық, тәуелсіздік, дербестік сияқты қасиеттерді психологиялық тұрғыдан зерттеп, көрсеткіштердің даму деңгейлерін анықтаған [12]. Г.С. Никифоровтың пайымдауынша, өзін-өзі бақылау – өзін-өзі басқару және өзін-өзі реттеу процестерінің психологиялық мазмұнын құрайтын психикалық құбылыстар қатарына жатады [13].

Т.О. Гордеева студенттердің өзін-өзі бақылауының психологиялық ерекшеліктерін жан-жақты зерттеген [14], М.Л. Романова студенттердің өзін-өзі бағалау және өзін-өзі реттеу дағдылары туралы мәселелеріне тоқталып өткен [15]. С.Бишоп адамның өз өмірі мен іс-әрекеті үшін өз-өзіне жауапкершілік алуы қажет екендігін ассертивтілік ретінде түсіндіреді. Ол тренингтік жаттығулар арқылы ассертивтілікті дамытуға болатындығын атап өткен [16]. Ресейлік ғалымдар О.В. Хухлаева, Ю.В. Шильцова өз зерттеулерінде ассертивті тұлғаның эмоциялық тұрақтылығы мен өз-өзіне сенімділігі, стандартты емес мәселелерді шешуде қабілеттілігі басым, сыпайы әрі әдепті болатындығын айтады.

Ассертивті дағдыларды қалыптастыруда мазасыздықтан, агрессиядан арылуға және өзін-өзі бағалау, жағымды әсер мен қарым-қатынас дағдыларын дамытуға бағытталған тренингтік жаттығулар кеңінен қолданылады. Қатысушылар өзін-өзі еркін ұстап, ой-пікірімен белсенді бөліседі, жетістікке жетуде жауапкершілігі артады, өз артықшылықтары мен шектеулерін бағалауға машықтанады және т.б. Олар ассертивтілік жүйелілік тәсілді қажет ететін көп қырлы ұғым ретінде буллингтің алдын-алуға зор мүмкіндік береді. Буллинг – жағымсыз агрессивті мінез-құлық, ол агрессивті тұлға мен құрбан арасында дисбаланс орнатып зиян келтіреді, дистресс жасайды, әр ортада әр түрлі сипатқа ие болады [17]. Буллинг мазасыздық, зорлық-зомбылық, үстемдік және күш көрсету ұғымдарымен тығыз байланысты. Ол көбінесе ұзаққа созылатын стресстік жағдайлардың әсерінен де туындайды.

Қазіргі уақытта академиялық стресстің туындауы – студенттің білім беру ортасы шеңберінде нақты жағдайлар және талаптармен кезігуі нәтижесінде пайда болып отыр. Бұл студенттің көзқарасына, оқу үрдісінің басқа қатысушыларымен өзара әрекеттесуіне, оқу мотивациясына және студенттік өмірдің басқа параметрлеріне әсер ететін жүйелік сапа [18]. Стрессті жеңе білу – ассертивтілікті жетілдірудің тиімді тәсілдерінің бірі екендігін атап өтеміз.

Сонымен, аталмыш мәселені жан-жақты зерттеген ғалымдардың еңбектерін талдай отырып, ассертивті мінез-құлықтың қалыптасуында тұлғалық бағдарланған технологиялар мен смарт-ресурстарды қолданудың маңыздылығы және оның негізін таным, іс-әрекет, қарым-қатынас құрайтындығы анықталды. Ассертивті мінез-құлықты дамыту үрдісі тұлға қалыптасуының түрлі салаларына әсер етеді, білім берудің интеграциялық негізі болып табылады. Студенттердің ассертивті мінез-құлық дамуына келесі белсенділік түрлері ықпал ете алады: әлеуметтік (әлеуметтік бағдарлану, тұлғааралық қарым-қатынас, әрекетті жеке немесе бірлесіп орындай білу, өзгерістерге

икемді, төзімді болу және т.б.); танымдық (психикалық процестердің көмегімен теория мен тәжірибені меңгеру, сын тұрғысынан ойлау, ақпаратты талдау, өңдеу және т.б.); тұлғалық (дара психологиялық қасиеттер, өзіндік көзқарас, өзін-өзі басқара білу, өзіндік әрекет және т.б.).

Осы орайда, біздің университетте психологиялық-педагогикалық қолдау көрсету орталығы – студенттердің психологиялық денсаулығын сақтау, мотивациялық аумағын дамыту және білім беру үрдісіне қатысушыларға қолайлы әлеуметтік-психологиялық жағдай жасау мақсатында жұмыс жасайды. Сондай-ақ, студенттердің мінез-құлқындағы ассертивті сапаларды (мотивация, тәуелсіздік, жауапкершілік, адалдық, түсіністік, жанашырлық және т.б.) анықтау, дамыту; агрессивті сапалардың (өзгелерге қиянат-зорлық көрсету, қастандық әрекет, эмоциялық тұрақсыздық, өзін-өзі бақылай алмау және т.б.) алдын-алу, түзету, кеңес беру бағыттарында іс-шаралар кешенді әдіс-тәсілдер мен арнайы бағдарламалардың (когнитивтік, эмоционалдық және мінез-құлықтық) көмегімен ұйымдастырылады. Осылайша ассертивті мінез-құлықты дамыту мәселесі аясында жүргізілген теориялық зерттеулерді жан-жақты талдай отырып, осы орталықта тәжірибелік-эксперименттік жұмыстарды жалғастырдық.

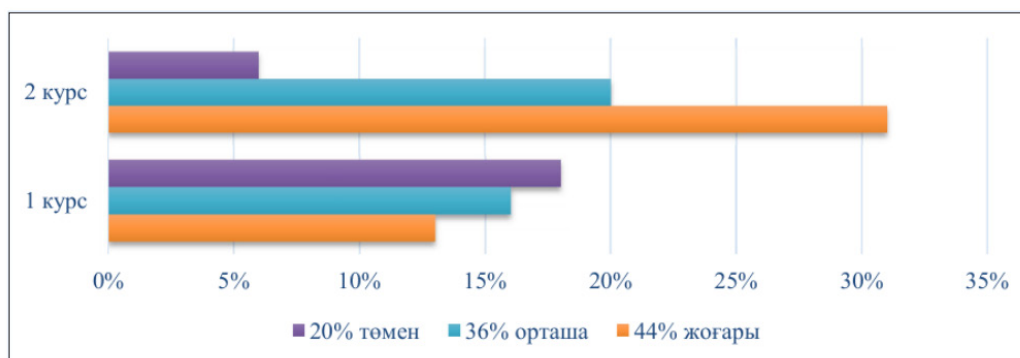
Зерттеу мәселесі аясында мынадай әдістер басшылыққа алынды: ғылыми-теориялық, психологиялық әдебиеттерге талдау жасау, әңгімелесу, «Ассертивтілік», «Ассертивті мінез-құлықты диагностикалау» сауалнамасы, С.Хобфоллдың «Стрестік жағдайларды жеңу стратегиялары (SACS)» әдістемесі, алынған мәліметтерді өңдеу.

Ең алдымен, студенттердің «Ассертивтілік» ұғымының мән-мағынасы туралы түсініктерін айқындау мақсатында №1 Сауалнама жүргізілді (5-сұрақ ұсынылды). Зерттеуге барлығы 60 студент (оның ішінде, 1-ші курс: 24 студент; 2-ші курс: 36 студент) қамтылды.

Қазіргі әлеуметтік-экономикалық жағдайда ассертивті мінез-құлық сапаларын меңгеру – өзектілігі басым, әрі салыстырма-

лы түрде жаңа ұғым болғандықтан, болашақ мамандар осы туралы білім мен білікті меңгеру қажет деп санаймыз. Зерттелушілер ішінде осы ұғымды «білмейтіндер» – 0-5 балл; «білгісі келетіндер» – 6-10 балл; «білетіндер» – 11-15 баллмен бағаланды. Зерттеу мәліметтері бойынша мынадай нәтиже алдық: Сауалнамаға қатысқан (1-ші, 2-ші курс) 60 студенттің ішінде деңгей көрсеткіштері төмендегідей болды:

– 44% жоғары (оның ішінде 31%-ы 2-ші курс, 13%-ы 1-ші курс);
 – 36% орташа (оның ішінде 20%-ы 2-ші курс, 16%-ы 1-ші курс студенттері);
 – 20% төменгі (оның ішінде 6%-ы 2-ші курс, 18%-ы 1-ші курс студенттері) деңгейді көрсетті. Сауалнама нәтижесі 1-сурет арқылы көрсетілген.



Сурет 1. «Ассертивтілік» ұғымының мән-мағынасы туралы түсініктерді анықтау бойынша сауалнама нәтижесі

Екіншіден, зерттелушілерде ассертивтілік мінез-құлық деңгейін анықтау мақсатында № 2 Сауалнама сұрақтары мінез-құлықтағы тәуелсіздік, жауапкершілік, адалдық, жанашырлық сапаларына негізделіп құрастырылды. «Ия», «Кейде», «Жоқ» жауаптары арқылы нәтиже шығарылды. 1-ші курс студенттеріне қарағанда,

2-ші курс студенттерінің жауаптарынан өзіне-өзі сенімді, икемді, өз іс-әрекетіне жауапкершілікпен қарайтындықтары, ал адалдық пен жанашырлық сапаларының көрсеткіші 1-ші және 2-ші курстың да студенттерінде жоғары екендігі байқалды. Сауалнама жауаптарының нәтижелері 2-кестеде берілген.

Кесте 1

Ассертивтілік мінез-құлық деңгейін анықтау бойынша сауалнама нәтижесі

Курс	Сұрақ нөмірі	Жауаптар (% есебімен)		
		Иә	Кейде	Жоқ
1 (24 студент)	1	56	26	18
	2	47	29	24
	3	72	23	5
	4	45	38	17
2 (36 студент)	1	69	20	11
	2	55	26	19
	3	71	25	4
	4	47	34	19

Жоғарыда стрестік жағдайларды жеңе білу – ассертивтік дағдыларды дамытуға тиімділігі басым компонент ретінде екендігі туралы біршама талдау жасалды. Осыған орай, кезіккен стрестік жағдайларды еңсеруде мінез-құлықты зерттеу үшін С.Хобфоллдың «Стрестік жағдайларды жеңу стратегиялары (SACS)» әдістемесі жүргізілді. Мұнда мінез-құлықты жеңе білудің 9-түрлі үлгісі берілген: ассертивті амал; қарым-қатынас орната білу; қолдауды қажетсіну; өзін-өзі бақылай білу; импульсивті әрекет; алшақ болу; жанама әрекеттер; әлеуметтік ортаға жат қылықтар; агрессивті мінез-құлық [19]. Мұндағы басты мақсат эмоционалдық стресті жеңудің тәсілдерін анықтау болып табылады. Ол үшін мәлімдемелер (54) ұсынылады. Ең бастысы, сыналушы осы жағдайда өзін-өзі қалай ұстайтындығы бағаланады. Сәйкесінше 1 және 5 аралығындағы сандарды белгілеу керек.

Мінез-құлықтың конструктивтілік деңгейін диагностикалауда (КИ): ассертивті амал, қарым-қатынас орната білу және қолдауды қажетсінуді алшақ болу, әлеуметтік ортаға жат қылықтар және агрессивті мінез-құлыққа бөліп есептеуге болады (КИ = АЖ:ПЖ).

Конструктивті мінез-құлық тұлғаның дене, эмоционалдық, рухани, әлеуметтік ресурстарын тиімді пайдалану арқылы стреске төзімділік деңгейін көрсете алады. Зерттеу барысында конструктивті мінез-құлықтың бірқалыпты жағдайы көрініс алды. Стрестік жағдайларда мінез-құлықты жеңудің төмен деңгейін көрсеткен сыналушылар да болды. Оларға баса назар аудару және психологиялық қолдау көрсету жұмыстарын ұйымдастыру қажет екендігі байқалды. Эксперимент қортындысы төменде (2сурет) көрсетілген.



Сурет 2. Эксперимент қортындысы бойынша % көрсеткіштер

Нәтижелер және пікір алмасу. №1 Сауалнама бойынша жауаптарды талдау нәтижесі студенттердің басым бөлігінде ассертивтілік туралы ұғымның бар екендігін көрсетті немесе 60 студенттің 44%-ы «білетіндер». Одан кейінгі студенттердің біршама бөлігі білуге қызығушылық танытты, яғни осы ұғым туралы «білгісі келетіндер» жоғары деңгейдегі «білетіндермен» салыстырғанда 8%-ға төмен болды. Ал, төменгі деңгейдегі «білмейтіндер» орташа деңгей 36%-бен салыстырғанда 16%-ға төмен көрсеткішті берді. Олай болса, болашақ мамандардың

ассертивті мінез-құлқын дамыту үшін, ең алдымен осы мәселе жайындағы ұғымдар мен түсініктерді кеңейту қажет болды.

Осы мақсатта «Ассертивтілік» мәселесі аясында жүргізілген зерттеулерге (Әсіресе шетелдік зерттеулердің сан-алуан екендігіне көз жеткіздік) талдау жасалып, студенттер өз пікірлерімен бөлісті. Ассертивті мінез-құлық дағдыларын меңгеру – жетістікке жетудің басты тәсілдерінің бірі екендігіне көз жеткізілді. Сондай-ақ, Ұлы Абайдың 1896 жылы жазылған «Сенбе жұртқа, тұрса да қанша мақтап» өлеңінде адам өз-өзіне

сенімі жоғары болған сайын, адал еңбегі, ерік-күші мен ақыл-ойы мұрат биігіне алып шығатындығы туралы айтылған [20]. Өлең сөздерін талдау студенттер арасында қызу тартыс тудырды. Бүгінгі жастар әсіресе осындай тамыры терең, психологиялық мәні бар сөздерді жадында сақтап қана қоймай, өз тәжірибесінде жаңғыртып отыратын болса, өзін-өзі жетілдіруге үлкен мүмкіндік алатын еді.

«Ассертивтілік мінез-құлық деңгейін анықтау» № 2 Сауалнама нәтижесі бойынша қазіргі студент жастардың осы мәселе жайлы түсініктерін смарт-ресурстар арқылы жетілдіру жолдарын саралау және бірлескен іс-әрекет барысында негіздеу керектігі анықталды. Осы орайда, студенттерге білім беру платформаларында жұмыс жасай білу, электрондық ресурстар бойынша дәйексөздерді таба білу және т.б. тапсырмалар арқылы отандық және шетелдік зерттеуші ғалымдардың еңбектерін зерделеу ұсынылды. Мұнда өзін-өзі бақылау, тапсырманы дербес орындау, түсінбеген мәселе бойынша өз пікірін білдіру және бір-біріне көмектесе білу арқылы мінез-құлықтағы тәуелсіздік дағдыларын жетілдіру мақсаты көзделді. Студенттер танымдық әрекет арқылы өз-өздеріне баға беруге машықтанды.

«Стрестік жағдайларды жеңу стратегиялары (SACS)» әдістемесінің қортындысы бойынша тұлғаның мінез-құлықты жеңудегі іс-әрекетінің ерекшеліктері (ұқсастық, айырмашылық) туралы тұжырым жасалды. Осы әдістеме нәтижелері деректерді өңдеу бойынша жоғарыда көрсетілген мінез-құлықты жеңу стратегиясының үлгісі арқылы көрсетілді, тоқталып өтсек:

1) активті, мақсаты мен іс-әрекеті айқын және ассертивті мінез-құлық;

2) процессиялық мінез-құлық, қиын жағдайға кезіккен адамдарға қолдау көрсету;

3) процессиялық мінез-құлық, стрестік жағдайларда әлеуметтік қолдау іздеу, жанашырлық пен түсіністік табуға ұмтылу;

4) пассивті, сақтықпен әрекет ету, қауіп-қатерден алшақ болу;

5) тікелей әрекеттер, эмоция әсерінен әрекет ету, шешімдерді табу;

6) пассивті, қақтығыс жағдайынан арылуға, басқа іс-әрекеттерге алаңдамауға тырысу;

7) жанама, манипулятивті іс-әрекеттер – қасақана және жасырын әрекеттер;

8) асоциалды, басқалардың көзқарасымен санаспай жасалатын, қоғам талаптарына жат қылықтар;

9) асоциалды, сәтсіздіктер мен қақтығыстар кезіндегі жағымсыз сезімдер, басқаларға бағытталған агрессивті әрекеттер.

Әдістеме арқылы ассертивті мінез-құлық дағдыларының көрінісі байқалды. Мінез-құлықтың конструктивтілік дәрежесі бойынша, стресске төзімділік көрсеткіштері қалыпты жағдайды көрсетті. Төмен конструктивтілік дәрежесі бойынша стресске деген төзімділік деңгейі төмен болды. Стресске төзімділікті дамыту мақсатында тренингтік бағдарлама құрылып, жүзеге асырылды (Дене, интеллектуалдық, эмоциялық, рухани ресурстарды жетілдіруге бағытталды). Жеке кеңестер беріліп, өзіндік жұмыстар кешені ұсынылды (Эссе, психологиялық жағдаяттар, Ассертивті мінез-құлық моделін құрастыру және т.б.). Түзету-дамыту жұмыстарынан кейін жүргізілген бақылау эксперименті өз нәтижесін берді, оң динамика байқалды.

Қорытынды. Тұжырымдай келе, ассертивті мінез-құлық дағдыларын әр түрлі іс-шаралар мен тәсілдер арқылы дамытуға, алынған нәтижелерге сүйене отырып, ассертивті тұлға моделін жасауға болатындығына көз жеткіздік. Алынған сауалнама әдістері мен тестік әдістеме – қойылған мақсаттарға қол жеткізуге ықпал етті.

Жалпы, зерттеу нәтижесінде үш ішкі фактор (ішкі жүйелердің жиынтығы) бойынша студенттердің ассертивті мінез-құлықты дамытудың маңызды қасиеттері анықталды: біріншіден, танымдық белсенділік жүйесі, ол келесі психологиялық қасиеттердің болуын қамтиды: сыни және болжамды ойлау қабілеті, қажетті ақпаратты тез жаңарту қабілеті, теориялық және практикалық интеллекттің жоғары даму деңгейі; екіншіден, әлеуметтік-мотивациялық, коммуникативтік жүйе: жауапкершілік, адалдық, табандылық, сөйлеу мәдениеті, қарым-қатынаста коммуникативтік, психология-

лық кедергілерді және жанжалды еңсере білу; үшіншіден, эмоционалды-еріктік тұрақтылық жүйесі: стресске төзімділіктің жоғары деңгейі, мазасыздықтың орташа деңгейі, физикалық және психикалық шамадан тыс жағдайларға төзімділік, өзін-өзі бақылау және өзін-өзі бағалау.

Ассертивтілікті жетілдіруге мынадай ұсыныстар беріледі: студенттердің

әлеуметтік және психологиялық статусын диагностикалауға (агрессиялық мінез-құлықты азайту) негізделген көмекті жүйелі түрде ұйымдастыру; қабылданған шешімнің тиімді болуы үшін өзіндік бақылау мен өзіндік бағалауды дамыту. Бұл әлеуметтік-педагогикалық және психологиялық қызметтің тұтастығы нәтижесінде жүзеге асырылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

[1] Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаевтың «Халық бірлігі және жүйелі реформалар – ел өркендеуінің берік негізі» Қазақстан халқына Жолдауы. – Нұр-Сұлтан, 2021 [Электрондық ресурс]: URL: <https://akorda.kz/kz/memleket-basshysy-kasym-zhomart-tokaevtynkazakstan-halkyna-zholdauy> 183555 (өтінім берілген күні: 12.12.2021).

[2] Большой психологический словарь / под ред. Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. – СПб.: Изд-во Прайм-Еврознак, 2004. – 672 с.

[3] Хохлов А.А., Портнова А.Г. Ассертивный человек. Восхождение в себе. Очерки по психологии пассивного, агрессивного и ассертивного поведения. – Екатеринбург: Изд-во Издательские решения, 2019. – 334 с.

[4] Борисенко И.Г. Виртуальные тенденции в глобальном образовательном пространстве: Smart-технологии // Философия образования. – 2015. – № 3. – С.55-60.

[5] Shvetsova O.A. Smart education in high school: New perspectives in global world // Quality Management, Transport and Information Security, Information Technologies (IT&QM&IS): proced. internat. conf. (IEEE). – SPb., 2017. – P.688-691.

[6] Книсарина М.М., Сисенова А.Т., Байкулова А.М., Жұмалиева Г.С. Онлайн обучение в системе развития социальной ответственности обучающихся // Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті Хабаршысы. – 2021. – № 3(71). – 46-56 бб. <https://doi.org/10.51889/2021-3.1728-5496.05>.

[7] Корытченкова Н.И., Будницкая Н.К. Особенности ассертивного поведения и самореализации личности студентов // Современные наукоемкие технологии. – 2021. – № 9. – С.199-203 [Электрондық ресурс]: URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=38837> (өтінім берілген күні: 16.01.2022).

[8] Elma, S. Assertiveness, self-esteem and academic performance in speech and oral communication of Filipi-no junior secondary teacher education students // Asia Pa-cific Journal of Multidisciplinary Research. – 2017. – 5(3). – P.36-42 [Электрондық ресурс]: URL: <https://www.academia.edu/42003211> (өтінім берілген күні: 12.12.2021).

[9] Урусов З.Х. Методические особенности применения тренинга ассертивного поведения для развития профессиональной устойчивости молодых сотрудников ОВД. Материалы Международной научно-практической конференции. В 2-х частях «Развитие науки и образования в условиях мировой нестабильности: Современные парадигмы, проблемы, пути решения». Ростов на-Дону 29 октября, 2021 – 549 с. [Электрондық ресурс]: URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47231679> (өтінім берілген күні: 12.12.2021).

[10] Шейнов В.П. Взаимосвязи ассертивности с психологическими и социально психологическими характеристиками личности // Вестник РУДН. Серия Психология и педагогика – 2018. – Т.15 (2). – С.147-161: DOI:10.22363/2313-1683-2018-15-2-147-161 (өтінім берілген күні: 12.12.2021).

[11] Ильясов Д.Ф. Популяризация научных психолого-педагогических знаний среди учителей: Монография. – Челябинск: Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования, 2019. – 232 с.

[12] Валиуллина Е.В. Влияние уровня коммуникативного контроля на компоненты ассертивности // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. - 2021. Т.3. - № 2. – С.10-19 [Электрондық ресурс]: URL: <http://journal.asu.ru/vfp/article/view/9761>. (өтінім берілген күні: 12.12.2021).

- [13] Никифоров Г.С. Психология самоконтроля. – СПб.: Скифия, 2020. – 232 с.
- [14] Гордеева Т.О. и др. Самоконтроль как ресурс личности: диагностика и связи с успешностью, устойчивостью и благополучием // Культурно-историческая психология. – 2016. – Т.12. – № 2. – С.46-58.
- [15] Романова М.Л. Квалиметрическая диагностика рефлексии студентов // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 3. – С.214-219.
- [16] Бишоп С. Тренинг ассертивности. – СПб., 2001. – 208 с.
- [17] Тоқсанбаева Н.Б., Алимбаева С.Қ., Туребаева К.Ж., Аязбаева Б.Б. Жасөспірімдік ортадағы Буллинг – әлеуметтік-психологиялық мәселе ретінде // Әл-Фараби ҚазҰУ университетінің Хабаршысы. Психология және социология сериясы. – 2021. – № 2(77). – 57-64 бб. [Электрондық ресурс]: URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1psy/article/view/1257/868> (өтінім берілген күні: 12.12.2021).
- [18] Умуркулова М., Мухамедкаримова Д., Тен Р. Психолого-педагогическое сопровождение развития проактивного совладания с академическим стрессом // Педагогика и психология. – 2021. – № 4(49). – С.84-98. DOI: 10.51889/2021-4.2077-6861.09. URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/index.php/ped/article/view/365> (өтінім берілген күні: 23.01.2022)
- [19] Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер. – 2009. – 336 с.
- [20] Абай. Энциклопедия. – Алматы: Қазақ энциклопедиясының Бас редакциясы: Атамұра. ISBN 5-7667-2949-9 [Электрондық ресурс]: URL: <https://bilim-all.kz/olen/546> (өтінім берілген күні: 12.12.2021).

References

- [1] Memleket basshysy Qasym-Zhomart Tokaevtyн «Halyk birligi zhane zhujeli reformalar – el orkendeuinin berik negizi» Kazakstan halkyna Zholdauy. – Nur-Sultan, 2021 [Elektronдық resurs]: URL: <https://akorda.kz/kz/memleket-basshysy-kasym-zhomart-tokaevtynkazakstan-halkyna-zholdauy> 183555 (otinim berilgen kuni: 12.12.2021).
- [2] Bol'shoj psihologicheskij slovar' / pod red. B.G.Meshcheryakova, V.P.Zinchenko. – SPb.: Izd-vo Prajmevroznaк, 2004. – 672 s.
- [3] Hohlov A.A., Portnova A.G. Assertivnyj chelovek. Voskhozhdenie v sebe. Oчерki po psihologii passivnogo, agressivnogo i assertivnogo povedeniya. – Ekaterinburg: Izd-vo Izdatel'skie resheniya, 2019. – 334 s.
- [4] Borisenko I.G. Virtual'nye tendencii v global'nom obrazovatel'nom prostranstve: Smart-tekhnologii // Filosofiya obrazovaniya. – 2015. – № 3. – S.55-60.
- [5] Shvetsova O.A. Smart education in high school: New perspectives in global world // Quality Management, Transport and Information Security, Information Technologies (IT&QM&IS): procced. internat. conf. (IEEE). – SPb., 2017. – R.688-691.
- [6] Knisarina M.M., Sisenova A.T., Bajkulova A.M., Zhumalieva G.S. Onlajn obuchenie v sisteme razvitiya social'noj otvetstvennosti obuchayushchihsya // Abaj atyndagy Kazak ulttyk pedagogikalyk universiteti Habarshysy. – 2021. – № 3(71). – 46-56 bb. <https://doi.org/10.51889/2021-3.1728-5496.05>.
- [7] Korytchenkova N.I., Budnickaya N.K. Osobennosti assertivnogo povedeniya i samorealizacii lichnosti studentov // Sovremennye naukoemkie tekhnologii. – 2021. – № 9. – S.199-203 [Elektronдық resurs]: URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=38837> (otinim berilgen kuni: 16.01.2022).
- [8] Elma, S. Assertiveness, self-esteem and academic performance in speech and oral communication of Filipi-no junior secondary teacher education students // Asia Pa-cific Journal of Multidisciplinary Research. – 2017. – 5(3). – P.36-42 [Elektronдық resurs]: URL: <https://www.academia.edu/42003211> (otinim berilgen kuni: 12.12.2021).
- [9] Urusov Z.H. Metodicheskie osobennosti primeneniya treninga assertivnogo povedeniya dlya razvitiya professional'noj ustojchivosti molodyh sotrudnikov OVD. Materialy Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. V 2-h chastyah «Razvitie nauki i obrazovaniya v usloviyah mirovoj nestabil'nosti: Sovremennye paradigmy, problemy, puti resheniya». Rostov na-Donu 29 oktyabrya, 2021 – 549 s. [Elektronдық resurs]: URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47231679> (otinim berilgen kuni: 12.12.2021).
- [10] Shejnov V.P. Vzaimosvyazi assertivnosti s psihologicheskimi i social'no psihologicheskimi karakteristikami lichnosti // Vestnik RUDN. Seriya Psihologiya i pedagogika – 2018. – T.15 (2). – S.147-161: DOI:10.22363/2313-1683-2018-15-2-147-161 (otinim berilgen kuni: 12.12.2021).

- [11] Il'yasov D.F. Populyarizatsiya nauchnyh psihologo-pedagogicheskikh znaniy sredi uchitelej: Monografiya. – Chelyabinsk: Chelyabinskij institut perepodgotovki i povysheniya kvalifikacii rabotnikov obrazovaniya, 2019. – 232 s.
- [12] Valiullina E.V. Vliyanie urovnya kommunikativnogo kontrolya na komponenty assertivnosti // Vestnik psihologii i pedagogiki Altajskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2021. T.3. – № 2. – S.10-19 [Elektrondyk resurs]: URL: <http://journal.asu.ru/vfp/article/view/9761>. (otnim berilgen kuni: 12.12.2021).
- [13] Nikiforov G.S. Psihologiya samokontrolya. – SPb.: Skifiya, 2020. – 232 s.
- [14] Gordeeva T.O. i dr. Samokontrol' kak resurs lichnosti: diagnostika i svyazi s uspeshnost'yu, nastojchivost'yu i blagopoluchiem // Kul'turno-istoricheskaya psihologiya. – 2016. – T.12. – № 2. – S.46-58.
- [15] Romanova M.L. Kvalimetriceskaya diagnostika refleksii studentov // Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya. – 2013. – № 3. – S.214-219.
- [16] Bishop S. Trening assertivnosti. – SPb., 2001. – 208 s.
- [17] Toksanbaeva N.B., Alimbaeva S.K., Turebaeva K.Zh., Ayazbaeva B.B. Zhasospirimdik ortadagy Bulling – aleumettik-psihologiyalyk masele retinde // Al-Farabi KazUU universitetinin Habarshysy. Psihologiya zhane sociologiya seriyasy. – 2021. – № 2(77). – 57-64 bb. [Elektrondyk resurs]: URL: <https://bulletin-psysoz.kaznu.kz/index.php/1psy/article/view/1257/868> (otnim berilgen kuni: 12.12.2021).
- [18] Umurkulova M., Muhamedkarimova D., Ten R. Psihologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie razvitiya proaktivnogo sovladaniya s akademicheskim stressom // Pedagogika i psihologiya. – 2021. – № 4(49). – S.84-98. DOI: 10.51889/2021-4.2077-6861.09. URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/index.php/ped/article/view/365> (otnim berilgen kuni: 23.01.2022)
- [19] Vodop'yanova N.E. Psihodiagnostika stressa. – SPb.: Piter. – 2009. – 336 s.
- [20] Abaj. Enciklopediya. – Almaty: Kazak enciklopediyasynyn Bas redakciyası: Atamura. ISBN 5-7667-2949-9 [Elektrondyk resurs]: URL: <https://bilim-all.kz/olen/546> (otnim berilgen kuni: 12.12.2021).

Психологическое исследование развития ассертивного поведения студентов

К.Б. Сматова¹, А.С. Балтабаева¹

*¹Таразский региональный университет имени М.Х.Дулати
(Тараз, Казахстан)*

Аннотация

В период современных глобальных изменений одним из актуальных вопросов стало психологическое исследование развития ассертивного поведения студентов. Всесторонне изучено, что ассертивное поведение – включает в себя качества умения отстаивать свои права и регулировать свое поведение, независимо от внешних воздействий. Определена важность рационального использования смарт ресурсов в формировании ассертивности, контроля конфликтов в общении, принятия самостоятельных решений. Поскольку Буллинг является нежелательным агрессивным поведением, доказано, что он негативно влияет на ассертивное поведение, поэтому умение справляться со стрессом, уверенность в себе являются эффективными способами формирования и достижения ассертивности. Применены следующие методы исследования: анализ научно-теоретической, психологической литературы, дискуссия, анкетирования «Ассертивность», «Диагностика ассертивного поведения», методика С.Хобфолла «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций», обработка полученных данных. В исследовании реализовано развитие ассертивного поведения студентов посредством три основных фактора, включающих наличие важных психологических качеств: познавательная активность, социально-мотивационная, коммуникативная деятельность и внутреннее единство эмоционально-волевой устойчивости.

Ключевые слова: ассертивность; ассертивное поведение; социальная активность; смарт ресурсы; буллинг; саморегуляция; самооценка; умение уверенно отстаивать свои права; способность к личностному росту.

Psychological study of the development of advanced training of students**K.B.Smatova¹, A.S.Baltabayeva¹**¹*M.Kh.Dulati Taraz Regional University (Taraz, Kazakhstan)**Abstract*

In the period of modern global changes, one of the topical issues has become a psychological study of the development of assertive behavior of students. It has been comprehensively studied that assertive behavior includes the qualities of the ability to defend their rights and regulate their behavior, regardless of external influences. The importance of rational use of smart resources in the formation of assertiveness, conflict control in communication, and independent decision-making is determined. Since Bullying is an undesirable aggressive behavior, it has been proven that it negatively affects assertive behavior, so the ability to cope with stress, self-confidence are effective ways to form and achieve assertiveness. The following research methods were applied: analysis of scientific and theoretical, psychological literature, discussion, questionnaires “Assertiveness”, “Diagnosis of assertive behavior”, S. Hobfall’s methodology “Strategies for overcoming stressful situations”, processing of the data obtained. The study implements the development of assertive behavior of students through three main factors, including the presence of important psychological qualities: cognitive activity, socio-motivational, communicative activity and internal unity of emotional and volitional stability.

Keywords: assertiveness; assertive behavior; social activity; smart resources; bullying; self-regulation; self-esteem; the ability to confidently defend their rights; the ability to personal growth.

Редакцияға 04.03.2022 ж. қабылданды

IRSTI 14.01.85

<https://doi.org/10.51889/2022-2.2077-6861.08>

Z.K. KULSHARIPOVA¹, N.A. BISSEMBAYEVA¹, O.B. TAPALOVA²,
I.Y. OSPANOVA¹, D.K. AUBAKIROVA¹

¹*Pavlodar Pedagogical University (Pavlodar, Kazakhstan)*²*Abai Kazakh National Pedagogical University (Almaty, Kazakhstan)**kulsharipovazk@mail.ru, - otapalova@gmail.com, ospanova_ilmira@mail.ru, danaaubakirova.19@bk.ru***FORMS OF ALIENATION, FACTORS OF ITS GENESIS AND WAYS OF OVERCOMING***Abstract*

Considering alienation as a process by which an individual gets out of control and shares the results of his activities. Activity is understood in the broadest sense of any social action, or in other words, alienation is a process alien to the world in which a person lives. The problem of alienation lies in the fact that such a manifestation can be expressed in an extraordinary, restrained way or not at all. Attempts to solve this issue were made by almost all psychologists who investigated the problem from the above positions, ensuring active movement from individual to group routes of students. Thus, the severity of the problem of alienation, its particular severity in adolescence, the need to overcome alienation as a negative phenomenon led to the formulation of the problem in education. Depending on the point of view from which various sociological, psychological and philosophical theories consider alienation, the ways of overcoming alienation also change. Based on the purpose and objectives of the study, we organized and conducted experimental work on the study of forms of personal alienation. Along with the search for the most important directions in the study of the phenomenon of modern alienation, it is necessary to determine the mechanisms of leveling its manifestations in a negative way. All psychological resources are used to expand the cognitive environment of the school, to connect the student, the school community and the school more closely.

Keywords: phenomena of modern alienation; competitiveness; human activity; sociometry; a tool for overcoming contradictions; progress of the pedagogical process; conflict; social isolation.