

А.К. АКИШЕВА^{1}, А.Т. АВЕЗОВА¹*

*¹Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университет (Нұр-Сұлтан, Қазақстан)
aisulu_aki@bk.ru*, auezova-amina@mail.ru*

COVID-19 ПАНДЕМИЯСЫНЫҢ СТУДЕНТТЕРДІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖАҒДАЙЫ МЕН СТРЕССКЕ ТӨЗІМДІЛІГІНЕ ӘСЕРІ

Аңдатпа

Мақалада COVID-19 пандемиясы кезіндегі студенттердің психологиялық әл-ауқатының деңгейі қарастырылады. Эмпирикалық психологиялық зерттеудің мақсаты COVID-19 пандемиясы кезеңіндегі қазақстандық және болгарлық студенттердің психологиялық жай-күйіне салыстырмалы талдау жүргізу, студенттердің теріс қатынасы мен қорқынышы бойынша алынған нәтижелерге мәдени айырмашылықтардың әсерін анықтау болды. Google Forms платформасында сауалнама жүргізілді, оған Л. Н. Гумилев ат. Еуразия ұлттық университетінің 140 студенті (Нұр-Сұлтан қаласы, Қазақстан) және Н.Вапцаров ат. Әскери-теңіз академиясының 92 студенті қатысты. (Варна қаласы, Болгария). Респонденттердің көңіл-күйі олардың оптимистік немесе пессимистік көзқарастарының деңгейіне тікелей байланысты екендігі анықталды. Олардың психикалық жағдайын жақсы, тұрақты деп анықтайтындар оптимизмнің жоғары көрсеткіштеріне ие болуын көрсетті. Зерттеу нәтижелері респонденттердің жауаптары мен олардың психологиялық жағдайы арасындағы тікелей байланысты көрсетеді, оған COVID-19 пандемиясымен байланысты оқиғалар, ең алдымен мәжбүрлі әлеуметтік оқшаулану кезеңі тікелей әсер еткендігін көрсетті. Жалпы, қазақстандық және болгарлық студенттер оптимистік, олар теңдестірілген және позитивті. Жүргізілген зерттеу қазақстандық студенттердің стресске төзімділігінің айтарлықтай жоғары оң көрсеткішіне қарамастан, қорқыныш, үрей, шаршау, депрессия, жалғыздық, күйіп қалу сияқты жағымсыз кутулердің көрсеткіштері анықталғанын көрсетті. Бұл студенттерді назардан тыс қалдыруға болмайды, оларға психологиялық қолдау көрсету керек.

Түйін сөздер: пандемия; стресске төзімділік деңгейі; оқшаулау; психологиялық жағдай; студент.

Кіріспе. Қазіргі әлемде біз күн сайын адамның өмір сүру жағдайлары мен жеке ерекшеліктеріне байланысты стресстік жағдайларға ұшыраймыз. Бірақ COVID-19 пандемиясы кезінде стресс өзінің әдеттегі деңгейінен бірнеше есе асып түсті. Адамдар алаңдаушылық, қорқыныш және болашаққа деген сенімсіздік жағдайына тап болды [1].

2019 жылдың екінші жартысында Қытайдан бұрын белгісіз, тез таралатын вирус туралы ақпарат тұрақты түсе бастады [2]. Әлемде қабылданған шараларға сәйкес, Қазақстанда пандемия 2020 жылғы 16 наурызда жарияланды. Инфекцияның алғашқы ошақтары еластанасы Нұр-Сұлтан қаласында тіркелді. Осыған байланысты, инфекцияның алдын алу бойынша шараларды күшейту бойынша іс-шаралар дәл осы қалада қабылданды және бүкіл ел бойынша жүйелі түрде таратылды. 2020 жылдың 16 наурызы мен 2021 жылдың 1 қыркүйегі аралығында

мектепке дейінгі ұйымдардан бастап жоғары оқу орындарына дейінгі барлық білім беру мекемелері жабылды [3].

Елдің барлық халқы біртіндеп қашықтықтан қызмет форматына көшті.

Қашықтықтан жұмыс түріне көшу үшін ең көп дайындалған сала білім беру болғанын атап өту керек. Бұл үшін алғышарт: жастардың компьютерлік сауаттылығы, мұғалімдер мен оқытушылар құрамының ақпараттық-коммуникативтік құзыреттілігі, білім беру ұйымдарының жақсы техникалық жарақтануы болды [4].

Жоғары оқу орындарының студенттері қашықтықтан оқытудың қалыптасқан жағдайларына тез бейімделді. Бұл пандемияға дейін студенттердің оқу процесінде moodle ЖОО-ның білім беру платформасын, студенттерді платонуста оқыту жүйесін, интерактивті оқу-әдістемелік әдебиетті пайдалануына байланысты. Ел басшылығы мектеп, колледж

және ЖОО білім алушыларын онлайн-оқытуға ауыртпалықсыз көшу бойынша шаралар қабылдады [5]. Бірақ, осы әрекеттердің барлығына қарамастан, пандемияның барлық қиындықтарын, ең алдымен, тірі қарым-қатынастан, байланыстан, қозғалыстан айырылған, оқшауланған және тәулік бойы жабық кеңістікте болуға мәжбүр болған жастар сезінді. Елдің жас ұрпағы пандемияның жастар арасындағы құлдыраудың өсуіне, пессимистік көңіл-күй мен депрессияның жоғарылауына әсер ету қаупіне тап болды. Стресске төзімділік «стрескке жеке сезімталдықтың өлшемін» анықтайды-яғни, теріс стресстік реакциялардың көрінуінсіз стрессті сезіну үрдісі [6]. Жастар арасындағы мазасыздық деңгейінің жоғарылауы оқшаулануға, болашақтағы белгісіздікке және оқу жағдайларының өзгеруіне байланысты жаңа білім алуға деген ынтаның төмендеуіне байланысты болды (қашықтықтан оқыту форматы) [7].

COVID-19 пандемиясының әлемдік ауқымын ескере отырып, мұндай проблема тек қазақстандық жастар үшін ғана өзекті бола қойған жоқ, ол халықаралық сипатқа ие болды. Әлемнің барлық дерлік елдерінің жастары оқшаулану және барлық шектеулер жағдайында болды, олар пандемияның барлық ауыртпалықтарын барлық психологиялық салдарымен бірдей бастан өткерді [8].

Негізгі бөлім. Болгариялық әріптестермен көп жылдық ынтымақтастықты ескере отырып, пандемия кезіндегі қазақстандық және болгарлық студенттердің психологиялық жағдайына салыстырмалы талдау жүргізілді. Салыстырмалы талдау үшін «Pedagogika-Pedagogy» №6 Том 93 журналында жарияланған профессор Валери Стояновтың «Оптимизмнің стресстің жиналуына, психикалық жағдайына және COVID – 19 пандемиясындағы болашақ студенттер үшін қауіп-қатерлерге әсері» атты мақаласы алынды. Болгариялық зерттеуде GoogleForms платформасында орналастырылған үш профиль мен үш

аяқталмаған ұсыныстың батареясы қолданылды. Эмперикалық ақпарат Варна қаласы Н.Вапцарова атындағы әскери-теңіз академиясының «Көлік, кеме қатынасы және авиация» кәсіби саласындағы 1-4 курста оқитын 92 студент арасында жиналды [9].

Зерттеудің мақсаты – COVID-19 пандемиясы кезеңінде қазақстандық студенттердің психологиялық әл-ауқатымен, оптимизм деңгейімен және стрескке төзімділігімен байланысты өзара байланыстыру, әлеуметтік оқшаулану тәжірибесін және болашақ мансап үшін күтілетін тәуекелдерді анықтау. Сондай-ақ студенттердің теріс көзқарасы мен қорқынышы бойынша алынған нәтижелерге мәдени айырмашылықтардың әсерін анықтау.

Зерттеуге Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің (Нұр-Сұлтан қ.) «Шет тілі», «Қазақ тілі», «Бейорганикалық химия», «Биология», «Электр энергетикасы», «Геодезия/Картография» мамандықтары бойынша 1-4 курстарынан 140-тан астам студент қатысты. Зерттеу үшін Google Forms-те студенттерге жіберілген сауалнамалардың төрт түрі жасалды.

Әдістері. Сауалнама анонимді түрде өткендіктен, бұл респонденттерге жауаптарында шынайылық пен дәлдіктің жоғары дәрежесін береді. Сауалнамада американдық ғалымдар Майкл Шейер және Чарльз Карвер (Т.О. Гордееваның бейімделуі, О.А. Сычева, Е.Н. Осина) ұсынған «COVID-19 пандемиясы жағдайында студенттердің оптимизм деңгейін анықтау» диспозициялық оптимизм сауалнамасы қолданылды [10].

Студенттердің психикалық жағдайын анықтау мақсатында стрескке төзімділікке ықпал ететін жеке факторларды анықтауға бағытталған «Оптимизм және белсенділік шкаласы» әдістемесі қолданылды. Бұл әдіс стресстің себебін анықтауға, стрессті басқару үшін теріс салдарларды ескере отырып, оның белгілерін тануға бағытталған.

Пандемия кезіндегі жастардың психологиялық көңіл-күйін анықтаудың тағы бір құралы «Аяқталмаған үш сөйлем» әдісін

қолдану болды, оны тез арада оқып, алғашқы ойлармен толтыру керек еді. Бұл үш сөйлем келесідей:

1.«Мен пандемия кезінде әлеуметтік оқшаулануды қалай өткіземін...».

2.«Пандемия нәтижесінде менің болашағым үшін ең үлкен қауіп - қатер...».

3.«Мен қазіргі уақытта психикалық жағдайымды қалай бағалаймын...» [10].

Зерттеудің бірінші әдісі бойынша студенттерге оптимизм мен пессимизм деңгейлерін анықтауға бағытталған 12 сұрақ ұсынылды. Ғалымдардың пікірінше, диспозициялық оптимизмнің басым болуы респонденттердің болашақта жақсы оқиғалар мен жағымды эмоциялар күтуін білдіреді. Пессимистік көңіл-күймен жауаптардың

басым болуы тест тапсырушылардың болашаққа деген нашар үміттерін көрсетеді. Тестілеуге Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінде түрлі мамандықтар бойынша білім алып жатқан 18-22 жас аралығындағы 143 студент (45 ер/98 әйел) қатысты. Тестіленушілерге әр сұраққа 5 жауап ұсынылды, олардың біреуін таңдау қажет. Сұрақтар мен жауаптар үш санат бойынша бөлінген (кесте 1):

– Тікелей мәлімдемелер (оң күтулердің субшкаласы): 1, 4, 5, 11.

– Кері мәлімдемелер (теріс күтулердің субшкаласы): 3, 8, 9, 12.

– Мәлімдеме – «толтырғыштар»: 2, 6, 7, 10.

Диспозициялық оптимизм тестінің нәтижелері.

Кесте 1

Оптимизм мен пессимизм деңгейлерін анықтау

Тікелей мәлімдемелер (оң күтулердің субшкаласы): 1, 4, 5, 11					
№	Шкала	Келісемін	Келіспеймін	Сенімді емеспін	Жауап жоқ
1.	Сенімділік	116 / 81,7%	10 / 7%	16 / 11,3%	1
2.	Позитив	106 / 74%	10 / 7%	27 / 19%	1
3.	Оптимизм	113 / 80,7%	9 / 6,4 %	18 / 12,9%	3
4.	Жақсыға сену	114 / 80,3%	9 / 6,4 %	19 / 13,3%	1
Кері мәлімдемелер (теріс күтулердің субшкаласы): 3, 8, 9, 12.					
1.	Пессимистік болашақ	9 / 6,3%	116 / 81,7%	17 / 12%	1
2.	Теріс ой күту	16 / 11,3%	108 / 76%	18 / 12,7%	1
3.	Оптимизмнің болмауы	19 / 13,3%	102 / 71,9 %	21 / 14,8%	3
4.	Жақсылыққа үміт жоқтығы	18 / 12,6%	102 / 71,4 %	23 / 16,0%	1
Мәлімдеме - «толтырғыштар»: 2, 6, 7, 10					
1.	Байсалдылық	66 / 46,8%	39 / 27,7%	36 / 25,5%	1
2.	Достармен сөйлесуден қуат алу	116 / 84,4%	5 / 3,5%	17 / 12,1%	1
3.	Бос емес болу маңызды	66 / 46,5%	27 / 19%	49 / 34,5%	3
4.	Ренжіту оңай еместігі	52 / 36,8%	39 / 27,6 %	50 / 35,5%	1

Нәтижелері. Тестілеу нәтижелері оң күтулер теріс күтулердің субшкаласында айтарлықтай маржамен басым болатындығын көрсетеді. Студенттердің көңіл-күйінде жеке қасиеттер ретінде сенімділік, позитив, оптимизм және жақсылыққа деген сенім басым. Сонымен қатар, оң үміттермен келіспеушілік, олардың қажеттілігіне сенімсіздік болуы да мүмкін. Бұл ішкі шкала 6,4%-дан 19%-ға дейін сәйкес келеді және пандемия кезінде оң көңіл-күйі төмен респонденттер теріс үміттерге бейім екендігінің көрсеткіші болып табылады.

Зерттеу теріс күтулер субшкаласының төмен деңгейін анықтады. Респонденттердің шамалы бөлігі пессимистік болашақ, теріс күту, оптимизмнің болмауы, жақсылыққа деген үміт болмауы сияқты жеке сипаттамаларды тек 6,3%-дан 13,3%-ға дейін көрсетеді.

Бұл кесте тіпті қиын өмірлік жағдайларда да жастар достарымен қарым-қатынас жасауды қажет ететіндігінің көрсеткіші болып табылады және осы процесстен үлкен қанағат алады (116 респондент/84,4%). Сонымен қатар, қазақстандық студенттердің жұмыспен қамтылуы, оқуын жұмыспен

қоса атқаруы маңызды (66/46, 5%). Бірақ сонымен бірге, жұмыспен қамту олар үшін басымдық болып табылатынына сенімді емес студенттер бар. Қазақстандық респонденттердің басым бөлігін әйелдер құрайтындығын (98 әйел.) айта кету керек.

Зерттеуде әйелдердің ай-тарлықтай басым болуына қарамастан, оптимизм, белсенділік және сенімділік пессимистік көңіл-күйден басым болады. Қазақстандық зерттелетін топтағы әйелдер болгар әйелдеріне қарағанда стресске төзімділіктің жоғары деңгейін көрсетеді. Жинақталған стресстің, оптимизмнің және жағымсыз күтулердің аффективті күйге әсерінің кезең-кезеңімен регрессиясы профессор В.Стояновтың мақаласында көрсетілген (2 және 3 кесте – Valeri Stoyanov Pedagogika-Pedagogy мақаласы, Volume 93, Number 6s, 2021 – С. 63-72) [9].

Зерттеудің екінші әдісі аясында тестілеуге 90 жас қатысып, ұсынылған 15 сұраққа жауап берді. Респонденттердің жауаптарын өңдеу студенттердің жағдайын және олардың көңіл-күйін екі санатқа жіктеуге мүмкіндік берді: белсенді (оптимистік) және пассивті (пессимистік) (кесте 2).

Кесте 2

Оптимизм мен белсенділік шкаласы

№	Сұрақтар/жауап нұсқалары	Жоқ, мүлдем келіспеймін (%)	Кейде бұл солай (%)	Әдетте/ жиі (%)	Иә, толық келісемін/үнемі (%)
1.	Менің өмірлік мақсаттарыма жету өте қиын деп ойлаймын	54,5	40	4,4	1,1
2.	Тағдыр маған басқаларға қарағанда әділетсіз	70	23,3	5,6	1,1
3.	Мен басқаларға қарағанда аз бақыттымын	54,4	24,4	13,3	7,9
4.	Қазіргі уақытта жақсы нәрсеге сену мүмкін емес	53,3	35,6	6,7	4,4
5.	Менің болашағым мені қорқытады	45,6	28,9	18,8	6,7
6.	Менің ойымша, адамдарда жақсылықтан гөрі жаман нәрсе көп	34,4	47,8	14,4	3,4
7.	Менің көңілді, көтеріңкі көңіл-күйім бар	1,1	23,3	37,8	37,8

Өңделген тест нәтижелері оң көңіл-күйдің теріс көңіл-күйден басым болатындығын көрсетеді. Пайыздық қатынаста бұл келесідей: белсенділік/оң – 50%; пассивтілік / теріс – 3,6%. Мәжбүрлі әлеуметтік оқшаулануға қарамастан, жастар болашақтан қорқытпайды, олар жақсылыққа сенеді, оптимистік бағытталған. Бірақ сонымен бірге пессимистік көңіл-күй-ге ұшыраған студенттердің 3,6%-ын назардан тыс қалдыруға болмайды. Оларға жоғары оқу орындарында уақтылы кәсіби психологиялық қолдау көрсетілуі тиіс, ол, өкінішке орай, қазіргі уақытта қазақстандық жоғары оқу орындарында тиісті деңгейге қойылмаған [11].

Пандемия кезіндегі жастардың психологиялық көңіл-күйін анықтаудың тағы бір құралы «Аяқталмаған үш сөйлем» әдісін қолдану болды, оны тез арада оқып, алғашқы ойлармен толтыру керек еді. Бұл үш сөйлем келесідей:

1. «Мен пандемия кезінде әлеуметтік оқшаулануды қалай өткіземін...».

2. «Пандемия нәтижесінде менің болашағым үшін ең үлкен қауіп - қатер...».

3. «Мен қазіргі уақытта психикалық жағдайымды қалай бағалаймын...» [7].

Тестілеуге 63 студент қатысты. Ашық сұрақтарға өңделген жауаптар 7 санатқа бөлінді және келесі нәтижелер анықталды (кесте 3, 4, 5):

Кесте 3

1-ұсыныс: пандемия кезінде әлеуметтік оқшаулануды қалай өткіземін

№	Өңделген жауаптардың санаттары	Жауаптар саны	%
1.	(А) қиындықтар болған жоқ	17	27
2.	Білімдегі Прогресс	8	12,7
3.	(А) тынышталды	7	11
4.	(А) жалғыздықты бастан өткерді	16	25,4
5.	Жалыққан(а) достарына	10	15,9
6.	Мен қорқыныш, үмітсіздік сезіндім	3	4,8
7.	Мен депрессияны сезіндім	2	3,2
	Жиыны:	63	1000

Кесте 4

2-ұсыныс: пандемия нәтижесінде менің болашағым үшін ең үлкен қауіп

№	Өңделген жауаптардың санаттары	Жауаптар саны	%
1.	Тәуекелдердің болмауы	11	17,7
2.	Жалғыздық	8	12,9
3.	Коронавируспен ауырыңыз	7	11,3
4.	Білім сапасының төмендеуі	8	12,9
5.	Туыстары мен достарынан айрылудан қорқу	6	9,7
6.	Байланыстың болмауы	15	24,2
7.	Жалқаулық және жану	7	11,3
	Жиыны:	62	100

3-ші сөйлем: мен қазіргі кездегі психикалық жағдайымды қалай бағалаймын

№	Өңделген жауаптардың санаттары	Жауаптар саны	%
1.	Тамаша	16	25,8
2.	Тұрақты	18	29
3.	Оптимистік	17	27,4
4.	Қорқыныш сезімі	6	9,7
5.	Мазасыздық және шаршау	3	4,8
6.	Депрессия	2	3,3
	Жиыны:	62	100

Пікірталас. Респонденттердің жауаптарын талдау келесі нәтижелерді анықтады. Пандемия кезеңінде 1-ші ашық сұрақтың жауаптарына сәйкес, респонденттердің 27%-ы әлеуметтік оқшаулауға байланысты ерекше қиындықтарға тап болған жоқ, оқшаулау кезінде сыналған студенттердің 12,7%-ы өз бетінше білім алуға көбірек уақыт бөлуге және олардың сапалық көрсеткіштерін жақсартуға мүмкіндік алды. Сонымен бірге студенттердің 25,3%-ы жалғыздық сезімін бастан кешірді, ал 15,9%-ы достарын сағынды. Студенттердің 3,2%-дан 4,8%-ға дейін қорқыныш, үмітсіздік және депрессия сезімі болды.

Болгар студенттерінің көпшілігінде (респонденттердің – 50,7%) әлеуметтік оқшаулауға төзбеушілік бар. Олар үшін әлеуметтік оқшаулауға төзімділік семантикалық бірліктер арқылы көрінеді, мысалы: қиын, жағымсыз, шиеленісті, мазасыз, демотивативті, травматикалық, депрессиялық. Іріктемедегі 25 (34,2%) студенттер үшін әлеуметтік оқшаулау тәжірибесі міндетті түрде полюсте болады – ауыр, травматикалық, қысымшылық. Іріктеменің ішінен 23 студент (31,5 %) әлеуметтік оқшаулануды тыныш, жақсы және тағы 5 (6,8 %) жағдайды түсінді. Аяқталмаған сөйлем « менің болашағым үшін пандемия нәтижесіндегі ең үлкен қауіп – бұл...» тестілеу көрсеткендей, қарым-қатынастың болмауы (24,2%), студенттер үшін достармен кездесу, қарым-қатынас жасау және бос уақытын бірге өткізу маңызды. Тестілеу нәтижесінде қазақстандық студенттерді жақындары мен туыстарының денсаулығы мен өмірі мазалайтыны анықталды (9,7%). Жақындары мен туған-туысқандарының

өмірі мен тағдырынан қорқу, бірінші кезекте, негізін отбасылық құндылықтар құрайтын қазақ халқының менталитетінен туындаған. Тиісінше, туыстарына қатысты алаңдаушылық қазіргі жастар үшін басым болып табылады [9].

Студенттер Қашықтықтан оқытуға байланысты білім сапасының төмендеуіне (12,9%) алаңдайды, ал респонденттердің 17,7%-ы өздерінің болашағына ешқандай қауіп төндірмейді, олар оптимистік және болашаққа сенімді. Қазақстандық және болгарлық студенттер пандемия кезінде онлайн оқытуға байланысты білім мен дағдылардың сапасына алаңдайды, бұл болашақта жұмысқа орналасуға теріс әсер етуі мүмкін [12].

Болгариялық респонденттердің елдің экономикасы мен қаржылық тұрақтылығына байланысты тәуекелдерді атап өткен жауаптары қызығушылық тудырады. Мұндай тәжірибе қазақстандық респонденттердің жауаптарында байқалмаған [13].

3-ші аяқталмаған сөйлемге жауаптар: «мен қазіргі уақытта психикалық жағдайымды қалай бағалаймын...» олар қарама-қарсы санаттарға бөлінді: оптимистік және пессимистік. Респонденттердің 82,2%-ы пандемияның әсеріне байланысты психикалық жағдайын тұрақты, керемет және оптимистік деп сипаттады, ал студенттердің 17,7%-ы қорқыныш, мазасыздық, шаршау және депрессияны сезінеді деп жауап берді. Қазақстандық жастарда Болгар жастарына қарағанда оптимизмнің жоғары деңгейі байқалады, бұл жағымсыз эмоциялардан жағымды эмоциялардың үлкен бөлігінде көрінеді (Қазақстан – 82,2% (оң.), /17,7%

(теріс); Болгария – (39,7%).), /34,2 % (теріс). Респонденттердің жауаптары респонденттердің оптимистік немесе пессимистік көңіл-күй деңгейіне тікелей байланысты екенін атап өткен жөн. Олардың психикалық жағдайын жақсы, тұрақты деп анықтайтындар оптимизмнің жоғары мәндеріне, сондай-ақ теріс күтулердің төменгі мәндеріне ие [14].

Қорытынды. Зерттеу нәтижелері респонденттердің жауаптары мен олардың психологиялық жағдайы арасындағы тікелей байланысты көрсетеді, олар COVID-19 пандемиясымен байланысты оқиғаларға, ең алдымен мәжбүрлі әлеуметтік оқшаулану кезеңіне тікелей әсер етті. Жалпы, қазақстандық және болгарлық студенттер оптимистік, олар теңдестірілген және позитивті [15]. Әрине, оқшаулану кезеңі жастардың көңіл-күйі мен мінез-құлқына түзетулер енгізді, бірақ стресске төзімділігі мен

оптимизмі жоғары студенттер пандемия қиындықтарын жеңе алды. Сонымен қатар, мыналар анықталды: стресске төзімді және оптимистік жастар қашықтықтан оқыту кезеңінде білім беру сапасының төмендеуіне алаңдайды; достарымен тірі қарым-қатынас жетіспейді; Қазақ ұлттық менталитетіне байланысты туыстары мен жақындарының денсаулығы мен өмірі үшін қорқыныш бар. Өз кезегінде Болгар жастары елдің экономикасы мен қаржылық тұрақтылығына қатысты алаңдаушылық білдіруде.

Жүргізілген зерттеу қазақстандық және болгарлық студенттердің психологиялық тұрақтылығының айтарлықтай жоғары оң көрсеткішіне қарамастан, қорқыныш, үрей, шаршау, депрессия, жалғыздық, күйіп қалу сияқты жағымсыз күтулердің көрсеткіштері анықталғанын көрсетті. Бұл студенттерді назардан тыс қалдыруға болмайды, оларға психологиялық қолдау көрсету керек.

Пайдаланған әдебиет тізімі:

[1] Исаханова А.А. Психологическое благополучие в период пандемии // Педагогика и психология. – 2020. – №4. – С. 15-22 [Электронный ресурс]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/DOIorg/10.51889/2020-4.2077-6861.02> (дата обращения: 04.04.2022).

[2] Николаев А.Н., Саввинов В.М., Иванов П.П. Управление образованием в условиях неопределенности среды: цифровые решения. Российское высшее образование в период пандемии: опыт федеральных университетов: монография. – Архангельск: САФУ, 2021. – 168 с. – ISBN 978-5-6047427-2-3. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/226973> (дата обращения: 21.03.2022). пользователей.

[3] Абиляхирова Ж.А., Баймаганбетова Ж.Т., Бекмурзаева Р.А., Нургалиева С.А. COVID-19 пандемиясы кезінде қашықтықтан оқыту: қазақстандық контекстегі академиялық талдау // Педагогика және психология. – 2021. – №4 (49). – С. 12-18 [Электрондық ресурс]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/DOIorg/10.51889/2021-4.2077-6861.02> (өтінім берілген күні: 04.04.2022).

[4] Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2020 жылғы 1 сәуірдегі №123 пандемия кезеңінде білім беру ұйымдарында covid-19 коронавирустық инфекциясының таралуына жол бермеу жөніндегі шараларды күшейту туралы бұйрығы (20.03.2020 ж. толықтыруларымен) [Электрондық ресурс]: URL: <https://gb.ru> (өтініш берген күні: 24.03.2022).

[5] Анискова Д.А. Стрессоустойчивость в эпидемиологической обстановке с COVID-19. Психическое здоровье в современных реалиях: сборник статей заочной Всероссийской научно-практической конференции (г. Уфа, 25 декабря 2020 г.) / отв. Ред. В.Р. Алгушаева. – Уфа: РИЦ БашГУ, 2020. – С. 142.

[6] Кулдыбаев А.К., Нұралин А.Ж., Сагиров А.Е. Возможности дистанционного обучения приемам компьютерной графики // Педагогика и психология. – 2022. – №1 (50). – С. 124-135 [Электронный ресурс]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/DOIorg/10.51889/2022-1.2077-6861.10> (дата обращения: 04.04.2022).

[7] Landry, Geddes L, Pak Mozman A., Lefler J.P., Raman S.R., Weichen S.P., 2020. Early Reflections on the Global Impact of COVID19 and its Implications for Physiotherapy. *Physiotherapy* [онлайн]. 107: A1-A3. Available at: DOI: 10.1016 / j.physio. 2020.03.003. Epub 2020 March 20.

[8] Chan JFW, Yuan C, Kok H., 2019. Family Cluster of Pneumonia Associated with a New Coronavirus

Indicating Human-to-Human Transmission: a Family Cluster Study. *Lancet*. [verified January 24, 2020] Available at: DOI 2020: 10.1016 / S0140-6736 (20) 30154-9.

[9] Stoyanov V., 2021. Impact of Optimism on Stress Accumulation, Mental State and Perceived Risks for the Future of Students under COVID 19 Pandemic // *Pedagogika-Pedagogy*. 93(6s), 63-72.

[10] Черемискина И.И., Оптимизм и активность как ресурсы нормализации психического состояния у молодых людей в период пандемии и самоизоляции // Территория новых возможностей. Вестник ВГУЭС. 2021. № 3 – С. 197-206.

[11] Асафьева К вопросу изучения особенностей психологического здоровья современных студентов. Психическое здоровье в современных реалиях: сборник статей заочной Всероссийской научно-практической конференции (г. Уфа, 25 декабря 2020 г.) / отв. Ред. В.Р. Алгушаева. – Уфа: РИЦ БашГУ, 2020. – 142 с.

[12] Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009, ISBN 978-5-388-00542-7.

[13] Рогозин Д.М. Дистанционное обучение в период пандемии COVID-19: методология административного опроса преподавателей и студентов вузов. Монография – М., Дело – РАНХиГС [Электронный ресурс]: 2021. – 298 с. ISBN 978-5-85006-306-1.

[14] Маховых Ю.А. Стрессоустойчивость студентов до и во время пандемии. Мир культуры: искусство, наука, образование: Сборник научных статей / Сост. А.С. Макурина; науч. Ред. Е.А. Куштым. – Вып. 10. – Челябинск : ГБОУ ВО «ЮУрГИИ им. П.И.Чайковского». 2021. – 304 с.

[15] Mambetalina A.S. Turarova G.U. Empirical investigation of the dynamics of students' will qualities as subjects of the educational process in learning activities // *Pedagogics and psychology*. – 2021. – №4 (49). – 44-53 [Electronic resource]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/> DOI org/10.51889/2021-4.2077-6861.06 – С. (date of application submission: 11.04.2022)

References:

[1] Isahanova A.A. Psihologicheskoe blagopoluchie v period pandemii // *Pedagogika i psihologiya*. – 2020. – №4. – S. 15-22 [Elektronnyi resurs]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/> DOI org/10.51889/2020-4.2077-6861.02 (data obrashcheniya: 04.04.2022).

[2] Nikolaev A.N., Savvinov V.M., Ivanov P.P. Upravlenie obrazovaniem v usloviyah neopredelennosti sredy: cifrovye resheniya. Rossiiskoe vysshee obrazovanie v period pandemii: opyt federal'nykh universitetov: monografiya. – Arhangel'sk: SAFU, 2021. – 168 s. – ISBN 978-5-6047427-2-3. – Tekst: elektronnyi // Lan: elektronno-bibliotchnaya sistema. – URL: <https://e.lanbook.com/book/226973> (data obrashcheniya: 21.03.2022). – Rezhim dostupa: dlya avtoriz. pol'zovatelej.

[3] Abil'hairova ZH.A., Bajmaganbetova ZH.T., Bekmurzaeva R.A., Nurgalieva S.A. COVID-19 pandemiyasy kezinde kashyqtuktan okytu: kazakstandyq kontekstegi akademiyaq taldau // *Pedagogika zhane psihologiya*. – 2021. – №4 (49). – S. 12-18 [Elektronnyy resurs]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/> DOI org/10.51889/2021-4.2077-6861.02 (etinim berilgen kyni: 04.04.2022).

[4] Qazaqstan Respublikasy Bilim jәne ғылым ministrinіń 2020 jylǵy 1 sәuirdeǵı №123 pandemia kezeńinde bilim beru úıymdarynda covid-19 koronavirusyq infeksiyasynıń taraluyna jol bermeu jónindeǵı şaralardy kúsheitu turaly búıryǵy (20.03.2020 j. tolyqtyrularymen) [Elektronnyy resurs]: URL: <https://rb.ru> (ötınış bergen kúni: 24.03.2022).

[5] Aniskova D.A. Stressoustojchivost' v e'pidemiologicheskoy obstanovke s COVID-19. Psihicheskoe zdorov'e v sovremennykh realiyah: sbornik statej zaочноj Vserossiiskoj nauchno-prakticheskoy konferencii (g. Ufa, 25 dekabrya 2020 g.) / отв. Red. V.R. Algushaeva. – Ufa: RIC BashGU, 2020. – 142 s.

[6] Kuldybaev A.K., Nuralin A.ZH., Sagirov A.E. Vozmozhnosti distancionnogo obucheniya priemam komp'yuternoj grafiki // *Pedagogika i psihologiya*. – 2022. – №1 (50). – S. 124-135 [Elektronnyi resurs]: URL: <https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/> DOI org/10.51889/2022-1.2077-6861.10 (data obrashcheniya: 04.04.2022).

[7] Landry, Geddes L, Pak Mozman A., Lefler J.P., Raman S.R., Weichen S.P., 2020. Early Reflections on the Global Impact of COVID19 and its Implications for Physiotherapy. *Physiotherapy* [onlajn]. 107: A1-A3. Available at: DOI: 10.1016 / j.physio. 2020.03.003. Epub 2020 March 20.

[8] Chan JFW, Yuan C, Kok H., 2019. Family Cluster of Pneumonia Associated with a New Coronavirus Indicating Human-to-Human Transmission: a Family Cluster Study. Lancet. [verified January 24, 2020] Available at: DOI 2020: 10.1016 / S0140-6736 (20) 30154-9.

[9] Stoyanov V., 2021. Impact of Optimism on Stress Accumulation, Mental State and Perceived Risks for the Future of Students under COVID 19 Pandemic // Pedagogika-Pedagogy. 93(6s), 63-72.

[10]. СHeremiskina I.I., Optimizm i aktivnost' kak resursy normalizacii psicheskogo sostoyaniya u molodyh lyudej v period pandemii i samoizolyacii// Territoriya novyh vozmozhnostej. Vestnik VGUE'S. 2021. № 3 – S. 197-206.

[11] Asaf'eva K voprosu izucheniya osobennostej psihologi cheskogo zdorov'ya sovremennyh studentov. Psicheskoe zdorov'e v sovremennyh realiyah: sbornik statej zaochnoj Vserossiiskoj nauchno-prakticheskoj konferencii (g. Ufa, 25 dekabrya 2020 g.) / otv. Red. V.R. Algushaeva. – Ufa: RIC BashGU, 2020. – 142 s.

[12] Vodop'yanova N. E. «Psichodiagnostika stressa» SPb.: Piter, 2009, ISBN 978-5-388-00542-7.

[13]. Rogozin D.M. Distancionnoe obuchenie v period pandemii COVID-19: metodologiya administrativnogo oprosa prepodavatelej i studentov vuzov. Monografiya/ Izdatel'skii dom Delo RANHiGS [E'lektronnyi resurs]: 2021. – 298 s. ISBN 978-5-85006-306-1.

[14] Mahovyh Yu.A. Stressoustojchivost' studentov do i vo vremya pandemii. Mir kul'tury: iskusstvo, nauka, obrazovanie : Sbornik nauchnyh statej / sost. A.S. Makurina; nauch. Red. E.A.Kushtym. – Vyp. 10. – CHelyabinsk : GBOU VO «YUUrGII im. P.I.Chajkovskogo». 2021. 304 s.

[15] Mambetalina A.S. Turarova G.U. Empirikal investigation of she dinamiks of students' will qualities as subjects of the educational process in learning activities // Pedagogiss and psychology. – 2021. – №4 (49). – S. 44-53 [Electronic resource]: URL:/https://journal-pedpsy.kaznpu.kz/ DOI org/10.51889/2021-4.2077-6861.06 (date of application submission: 11.04.2022)

Выявление уровня психологического благополучия студентов в условиях пандемии COVID-19

А.К. Акишева¹, А.Т. Ауезова¹

*¹Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева
(Нур-Султан, Казахстан)*

Аннотация

В статье рассматривается уровень психологического благополучия студентов в период пандемии COVID-19. Целью эмпирического психологического исследования явилось проведение сравнительного анализа психологического состояния казахстанских и болгарских студентов в период пандемии COVID-19, выявление влияния культурных различий на полученные результаты по отрицательному отношению и страхам студентов. На платформе Google Forms было проведено анкетирование, в котором приняли участие 140 студентов Евразийского национального университета им. Л.Н. Гумилева (г. Нур-Султан, Казахстан) и 92 студентов Военно-морской академии им. Н.Вапцарова (г. Варна, Болгария).

Было выявлено, что настроение респондентов напрямую зависят от уровня их оптимистического или пессимистического настроения. Те, кто определяет свое психическое состояние как хорошее, стабильное, имеют более высокие значения оптимизма, а также более низкие значения негативных ожиданий. Результаты исследования указывают на прямую взаимосвязь между ответами респондентов и их психологическим состоянием, на которые непосредственно повлияли события, связанные с пандемией COVID-19, в первую очередь, период вынужденной социальной изоляции. В целом, как казахстанские, так и болгарские студенты настроены оптимистично, они уравновешены и позитивны.

Проведенное исследование показало, что несмотря на довольно высокий положительный показатель стрессоустойчивости казахстанских студентов были выявлены показатели негативных ожиданий таких как: страх, тревога, усталость, депрессия, одиночество, выгорание. Этим студентам нельзя оставлять без внимания, им следует оказывать психологическую поддержку.

Ключевые слова: пандемия; уровень стрессоустойчивости; изоляция; психологическое состояние; студент.

**The impact of the covid-19 pandemic on the psychological
state and stress resistance of students**

A. Akisheva¹, A. Auyezova¹

*¹L.N. Gumilyov Eurasian National University
(Nur-Sultan, Kazakhstan)*

Abstract

The article examines the level of psychological well-being of students during the COVID-19 pandemic. The aim of the empirical psychological study was to conduct a comparative analysis of the psychological state of Kazakh and Bulgarian students during the COVID-19 pandemic, to identify the influence of cultural differences on the results obtained on the negative attitude and fears of students. A survey was conducted on the Google Forms platform, which was attended by 140 students of the L.N. Gumilev Eurasian National University (Nur-Sultan, Kazakhstan) and 92 students of the N. Vaptsarov Naval Academy (Varna, Bulgaria). It was revealed that the mood of respondents directly depends on the level of their optimistic or pessimistic mood. Those who define their mental state as good, stable, have higher values of optimism, as well as lower values of negative expectations. The results of the study indicate a direct relationship between the respondents' responses and their psychological state, which were directly affected by events related to the COVID-19 pandemic, primarily the period of forced social isolation. In general, both Kazakh and Bulgarian students are optimistic, they are balanced and positive. The conducted research showed that despite a fairly high positive indicator of stress resistance of Kazakhstani students, indicators of negative expectations such as fear, anxiety, fatigue, depression, loneliness, burnout were revealed. These students should not be ignored, they should be provided with psychological support.

Keywords: pandemic; level of stress tolerance isolation; insulation; psychological state; student.

Редакцияға 02.05.2022 қабылданды.

IR STI 15.81.21

DOI 10.51889/1559.2022.86.16.011

Z.ZHUMANBAYEVA^{1}, L.SHKUTINA², A.FILATOVA³,
ZH.OSPANOVA¹, K.ZHUNUSSOVA¹*

¹Karagandy Medical University (Karaganda, Kazakhstan)

²Academician E.A. Buketov Karagandy University (Karaganda Kazakhstan)

³Omsk State Pedagogical University (Oms, Russia)

sara_8@mail.ru^{1}, arlarisaarlarisa@yandex.ru², filatovaaf@mail.ru³,*

rozochka_roza_20@mail.ru¹, kazyna.zhunussova@mail.ru¹

**OVERCOMING THE COGNITIVE DIFFICULTIES OF EDUCATIONAL
MATERIAL IN TEACHING YOUNGER SCHOOL CHILDREN USING A
NEUROPSYCHOLOGICAL APPROACH**

Abstract

This article provides a theoretical analysis of the cognitive difficulties of educational material in teaching younger schoolchildren, as well as various cases of school failure are considered as a solution to these difficulties, the use of a neuropsychological approach is proposed, which allows for a systematic analysis of the state of higher mental functions, as well as to identify strengths and weaknesses, components of the development of higher mental functions, components of the development of higher mental functions, and in particular in the future, to build optimal scientifically – based methods of correctional – training, correctional – developing, or restorative