

Торайғыров университетінің  
ҒЫЛЫМИ ЖУРНАЛЫ

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ  
Торайғыров университета

---

# ТОРАЙҒЫРОВ УНИВЕРСИТЕТІНІҢ ХАБАРШЫСЫ

Педагогикалық сериясы  
1997 жылдан бастап шығады



## ВЕСТНИК ТОРАЙҒЫРОВ УНИВЕРСИТЕТА

Педагогическая серия  
Издается с 1997 года

ISSN 2710-2661

№ 2 (2025)

---

Павлодар

**НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ**  
**Торайгыров университета**

**Педагогическая серия**  
выходит 4 раза в год

---

**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

о постановке на переучет периодического печатного издания,  
информационного агентства и сетевого издания

№ KZ03VPY00029269

выдано

Министерством информации и коммуникаций  
Республики Казахстан

**Тематическая направленность**

публикация материалов в области педагогики,  
психологии и методики преподавания

**Подписной индекс – 76137**

<https://doi.org10.48081/EZPK4817>

---

**Бас редакторы – главный редактор**

Аубакирова Р. Ж.

*д.п.н. РФ, к.п.н. РК, профессор*

Заместитель главного редактора

Жуматаева Е., *д.п.н., профессор*

Ответственный секретарь

Каббасова А. Т., *PhD доктор*

**Редакция алқасы – Редакционная коллегия**

Мағауова А. С.,

*д.п.н., профессор*

Бекмағамбетова Р. К.,

*д.п.н., профессор*

Самекин А. С.,

*доктор PhD, ассоц. профессор*

Син Куэн Фунг Кеннет,

*д.п.н., профессор (Китай)*

Желвис Римантас,

*д.п.н., к.псих.н., профессор (Литва)*

Авагян А. В.,

*д.п.н., ассоц. профессор (Армения)*

Томас Чех,

*д.п.н., доцент п.н. (Чешская Республика)*

Шокубаева З. Ж.,

*технический редактор*

---

За достоверность материалов и рекламы ответственность несут авторы и рекламодатели

Редакция оставляет за собой право на отклонение материалов

При использовании материалов журнала ссылка на «Вестник Торайгыров университета» обязательна

МРНТИ 14.29.41

<https://doi.org/10.48081/PXOD2478>

**П. Ж. Парманкулова<sup>1</sup>, З. Б. Кабылбекова<sup>2</sup>,  
\*Э. К. Ахметова<sup>3</sup>, Н. П. Танкиш<sup>4</sup>**

<sup>1,2</sup>Южно-Казахстанский университет имени М. Ауэзова,  
Республика Казахстан, г. Шымкент;

<sup>3</sup>Южно-Казахстанский педагогический университет  
имени Өзбекәлі Жәнібеков,  
Республика Казахстан, г. Шымкент;

<sup>4</sup>Центрально Азиатский инновационный университет,  
Республика Казахстан, г. Шымкент.

\*e-mail: [elmira\\_k\\_akhmetova@mail.ru](mailto:elmira_k_akhmetova@mail.ru)

<sup>1</sup>ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5793-4566>

<sup>2</sup>ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0046-9541>

<sup>3</sup>ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2194-4396>

<sup>4</sup>ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0951-2144>

## **ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПЕДАГОГОВ: ДИАГНОСТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ**

*Выгорание педагогов оказывает огромное влияние не только на отдельных педагогов, но и на всю образовательную систему. Выгорание имеет последствия, поскольку оно может оказывать негативное влияние на физическое здоровье педагогов на более глубоком уровне. Особенно важно изучение причин профессионального выгорания педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Данная статья посвящена диагностическому исследованию уровня эмоционального выгорания педагогов. Для достижения цели исследования использован комплекс взаимодополняющих теоретических методов. В качестве метода эмпирического исследования использована экспресс-диагностика эмоционального выгорания у педагогов О. Л. Гончаровой. Выборку исследования составили педагоги школ, колледжей и вузов города Шымкент. В диагностическом исследовании участвовали 180 педагогов, из них 84 (46,7 %) педагогов, работающих со студентами или со школьниками с ограниченными возможностями здоровья. Исследование показало, что 21,67 % (n=39) имеют низкий показатель, 63 (35 %) имеют средний показатель эмоционального*

*выгорания. 78 респондентов со стажем более 15 лет, имеют высокий показатель выгорания – 43,33 %. Выявлено, что 57,14 % респондентов, имеющие опыт работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями, показали высокий уровень выгорания. Установлено, что проблема выгорания педагогов не связана с тем, что они преподают в инклюзивной среде. В результате исследований мы пришли к выводу, что профессиональное выгорание педагогов, особенно работающих в инклюзивной среде, является серьезной проблемой, требующей комплексного подхода.*

*Ключевые слова: выгорание, выгорание педагогов, эмоциональное выгорание, профессиональное выгорание, уровень выгорания, признаки выгорания, стадии выгорания.*

## **Введение**

В последние десятилетия в нашей стране происходят динамичные изменения во всех областях жизнедеятельности общества. Весьма актуальной и достаточно новой для отечественного социально-гуманитарного знания является проблема профессионального выгорания работников группы «человек-человек».

Известно, что ВОЗ считает профессиональное выгорание «глобальной эпидемией», синдромом хронического стресса на рабочем месте, который не был успешно преодолен» [1].

Исследования, проводимые Gallup, показали, что 28 % сотрудников часто или постоянно чувствуют себя измотанными на работе, 48 % иногда подвержены выгоранию. Ежегодные потери работодателей от последствий выгорания составляет до 3002 млрд. \$ [2].

Согласно исследованиям Education Support 78 % педагогов школ Великобритании страдали симптомами расстройства психического здоровья, 59 % у педагогов задумывались об уходе с работы [3].

В исследованиях Teacher Tapp 11 % опрошенных педагогов заявили, что приходят в школу до 7 утра, а 35 % уже на работе к 7.30 утра [4]. Известно, что учителя проводят гораздо больше времени на работе, поэтому часто жалуются на чрезмерную нагрузку и долгие рабочие часы.

Daniel J. Madigan, Lisa E. Kim доказали, что выгорание связано с более низким уровнем удовлетворенности работой и ухудшением физического и психического здоровья [5].

Термин «выгорание» впервые введен Г. Бредли в 1969 году. В 1974 году данный термин психолог Г. Фройденбергер предложил для обозначения

«состояния деморализации, переживания собственной бесполезности и изнеможения, наблюдаемого у работников психиатрического учреждения» [6].

Исследования американского психолога К. Маслача расширили понимание термина «выгорания», включив в него истощение, деперсонализацию и снижение личных достижений. Ученый включает эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение личных достижений в понятие профессионального выгорания [7].

Согласно А. М. Pines, Е. Aronson основной компонент истощения проявляется в физической, эмоциональной и когнитивной сферах. Ученые считают, что выгорание возникает под влиянием долгих эмоциональных перегрузок. В результате любимая работа вызывает разочарование, что приводит к выгоранию [8].

По мнению, В. В. Лукьянова и др. выгорание – «состояние физического, эмоционального и психического истощения, вызванное долговременной вовлеченностью в ситуации, требующие очень высоких эмоциональных затрат» [9].

Вместе с тем К. Ryasanyan убеждает, что выгорание – это состояние физического, умственного и эмоционального истощения, которое обычно характеризуется хронической усталостью [10].

Как видим, по Г. Фройденбергеру выгорание - состояние деморализации с поведенческими и физическими, но также эмоциональными и мотивационными симптомами. К. Маслач включает истощение, деперсонализацию и снижение личных достижений. А. Пайнс, Е. Аронсон, Лукьянов В. В., Рясанен К. выгорание связывают с физическим, эмоциональным, умственным и психическим истощением. Данный анализ доказывает, что у ученых нет единого мнения по понятийному аппарату термина «выгорание». При анализе терминологии нами установлено, что учеными используются сочетания «синдром выгорания», «психическое выгорание», «профессиональное выгорание», «эмоциональное выгорание» и т.д. (таблица 1).

Таблица 1 – Использование учеными терминологии «выгорание»

| Термины                | Авторы                                                         |
|------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Выгорание              | Бойко В. В.                                                    |
| Синдром выгорания      | Шингаев С. М.                                                  |
| Психическое выгорание  | Рукавишникова А.А.                                             |
| Эмоциональное сгорание | Ананьева Б.Г., Демина Л.Д.,<br>Ральникова И. А., Постнов В. В. |

| <b>Термины</b>                      | <b>Авторы</b>                               |
|-------------------------------------|---------------------------------------------|
| Синдром эмоционального сгорания     | Аминов Н. А., Форманюк Т. В., Яценко Т. С.  |
| Синдром психического выгорания      | Рыбников О. Н., Орел В. Е., Балахонова А.В. |
| Синдром эмоционального выгорания    | Макарова Г. А., Хухлаева О. Г.              |
| Синдром профессионального выгорания | Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.        |

Как отмечает К. Маслач, «профессиональное выгорание – психологический синдром истощения, цинизма, профессиональной неэффективности, вызванный длительной ответной реакцией на хронические эмоциональные и межличностные стрессовые факторы в профессиональной среде» [11].

В. В. Бойко, представляет собой механизм психологической защиты с признаками эмоционального самочувствия человека, переживания выраженной тревоги, наличия депрессивных симптомов, ощущения безвыходности, недовольства собой [12].

Особенно важны высказывания Н.Водопьяновой, Е. Старченковой: «синдром профессионального выгорания – неблагоприятная реакция на рабочие стрессы, включающая в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты [13].

Поэтому вполне понятно, что I. Сани и его коллеги выделяют не менее 13 различных определений, опубликованных за четыре десятилетия [14].

Подытожив рассмотренные нами определения можно назвать выгорание достаточно сложным феноменом, не имеющим четкого определения, так как несмотря на проведенные исследования, до сих пор ученые не пришли к единому мнению (таблица 2).

Таблица 2 – Определение выгорания

| <b>Авторы</b>    | <b>Выгорание...</b>                                                                          |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Freudenberger Н. | ... состояние как снижение энергетического потенциала и разочарование в выборе профессии     |
| Маслач К.        | ... психологический синдром истощения, который, вызван хроническими эмоциональными стрессами |
| Бойко В.В.       | ... механизм психологической защиты, стереотип эмоционального поведения                      |

| <b>Авторы</b>                         | <b>Выгорание...</b>                                                                                      |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Paine W.S.                            | ...психическое расстройство, которое может привести к дезорганизации деятельности                        |
| Орел В.Е.                             | ...умственное истощение и физическое утомление, возникающее из-за продолжительной эмоциональной нагрузки |
| Водопьянова Н.Е.,<br>Старченкова Е.С. | ...рабочие стрессы, включающая в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты   |

По таблице видно, что многие авторы выгорание определяют как процесс, происходящее в определенное время, выражающий психическое, физическое истощение, деперсонализацию, деформацию личности и что эмоциональное выгорание постепенно переходит в профессиональное выгорание.

Существуют три стадии профессионального выгорания (таблица 3).

Таблица 3 – Стадии выгорания по С. Maslach

| <b>Три стадии профессионального выгорания</b> |                                                |                                                      |                                               |                                |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------|
| <b>Стадии</b>                                 | <b>Основные характеристики</b>                 | <b>Эмоциональные и психологические признаки</b>      | <b>Физические признаки</b>                    | <b>Поведенческие признаки</b>  |
| I стадия                                      | Приглушение эмоции, скука, отстраненность      | Потеря интереса, эмоциональная пустота, забывчивость | Потеря положительных эмоций                   | Избегание социальных контактов |
| II стадия                                     | Снижение интереса к работе, проблемы в общении | Раздражительность, апатия, недовольство              | Усталость, головные боли, частые простуды     | Снижение эффективности работы  |
| III стадия                                    | Эмоциональная опустошенность, равнодушие       | Депрессия, когнитивные нарушения, бессонница         | Хроническая усталость, физические недомогания | Уединение, социальная изоляция |

Таким образом, обобщая теоретические основы развития эмоционального выгорания, можно выделить три основные стадии синдрома профессионального выгорания педагога:

- психоэмоциональное состояние, негативная обстановка – нервное напряжение;

- противостояние неприятным обстоятельствам – резистенция;

- снижение эмоционального ресурса – истощение.

Выгорание – это не индивидуальная проблема. Выгорание педагогов оказывает огромное влияние не только на педагогов, но и на всю образовательную систему, так как педагог является основным компонентом системы образования. Выгоревший учитель не может положительно повлиять на качество обучения.

### **Материалы и методы**

В соответствии с целью исследования в данной работе нами был использован комплекс взаимодополняющих теоретических методов, адекватных предмету исследования: изучение научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме, анализ и обобщение материала. На основе анализа литературы выявили современное понимание феномена выгорания.

Данное исследование является первым этапом эмпирического исследования. В качестве метода научного исследования использована экспресс-диагностика эмоционального выгорания педагогов О.Л.Гончаровой с целью выявления уровня выгорания. Результаты, будут использованы на констатирующем и контрольном этапах.

В рамках исследования нами использован онлайн-опросник в Google форме. Участникам исследования через мессенджеры и электронные почты были разосланы ссылки-сообщения с подробным описанием информации опроса и приглашением их к участию. Выборку исследования составили педагоги школ, колледжей и вузов города Шымкент. Выборка исследования определена случайно, количество педагогов вузов и школ определено на организационном этапе эксперимента.

В диагностическом исследовании участвовали 180 педагогов, из них 81,11 % (n=146) преподавателей университетов, 12,78 % (n=23) учителей школ, 6,11 % (n=11) преподавателей колледжа. Гендерную принадлежность составили 151 (83,89 %) женщин, 29 (16,11 %) мужчин. Возрастная группа респондентов: 21–35 лет (n=59), 35–45 лет (n=61), 45–60 лет (n=54), более 60 лет (n=6). Опыт преподавания педагогов: 1–5 лет (n=40), 5–15 лет (n=49), 15–25 лет (n=45), более 25 лет (n=46).

Для обработки результатов исследования были применены методы количественного анализа.

### Результаты и обсуждение

Профессиональное выгорание педагогов остается серьезной проблемой в сфере образования, поскольку известно, что в последние годы педагоги столкнулись с беспрецедентными сложностями, вызванными большим объемом информации, высоким уровнем ответственности, значительной коммуникативной нагрузкой, что приводит к профессиональному выгоранию.

Значит, профессиональное выгорание – это синдром, который приводит к стрессу и эмоциональному истощению, совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом.

Преподавательская деятельность педагога характеризуется неопределенностью, предсказуемостью возникающих ситуаций, эмоциональной напряженностью. Профессиональное выгорание приводит к снижению производительности труда в результате эмоциональной или физической усталости или истощения [15].

Выгорание развивается постепенно, когда работа становится неприятной, не приносящей удовлетворения и неблагодарной. Зачастую выгорающий педагог не замечает, что процесс начался, так как это связано с особенностями учебного процесса. Известно, что педагог совместно с учебной работой должен заниматься научной, организаторской, профориентационной и воспитательной работами. Это требует дополнительных физических усилий и эмоционального напряжения.

Проведенное исследование доказывает актуальность данной проблемы. С целью определения эмоционального выгорания педагогов было проведено эмпирическое исследование. Исследование было направлено на диагностику уровня выгорания педагогов. Для данного исследования была использована экспресс-диагностика О.Л. Гончаровой, которая направлена на диагностику синдрома эмоционального выгорания.

Для проведения диагностики были даны 10 ключевых вопросов, на которых респонденты должны были ответить «очень часто», «часто», «иногда», «редко», «никогда». Результаты опроса даны в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты диагностики по опросу О.Л. Гончаровой

| п/п | Вопросы                                                     | Очень часто      | Часто            | Иногда           | Редко            | Никогда        |
|-----|-------------------------------------------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|----------------|
| 1   | К концу рабочего дня я постоянно чувствую сильную усталость | 16,1 %<br>(n=29) | 30,6 %<br>(n=55) | 37,8 %<br>(n=68) | 12,8 %<br>(n=23) | 2,7 %<br>(n=5) |

| п/п | Вопросы                                                              | Очень часто      | Часто            | Иногда           | Редко            | Никогда          |
|-----|----------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 2   | К концу рабочего дня я чувствую эмоциональное и физическое истощение | 10,6 %<br>(n=19) | 27,2 %<br>(n=49) | 38,9 %<br>(n=70) | 17,2 %<br>(n=31) | 6,1 %<br>(n=11)  |
| 3   | К концу рабочего дня я чувствую неосознанное беспокойство            | 7,3 %<br>(n=13)  | 11,1 %<br>(n=20) | 34,4 %<br>(n=62) | 27,8 %<br>(n=50) | 19,4 %<br>(n=35) |
| 4   | К концу рабочего дня я чувствую повышенную тревожность               | 6,7 %<br>(n=12)  | 8,9 %<br>(n=16)  | 33,3 %<br>(n=60) | 25 %<br>(n=45)   | 26,1 %<br>(n=47) |
| 5   | К концу рабочего дня я чувствую нервное напряжение                   | 6,2 %<br>(n=11)  | 13,3 %<br>(n=24) | 40 %<br>(n=72)   | 23,3 %<br>(n=42) | 17,2 %<br>(n=31) |
| 6   | Когда я прихожу с работы у меня не хватает сил на домашние дела      | 15 %<br>(n=27)   | 29,4 %<br>(n=53) | 29,4 %<br>(n=53) | 20,6 %<br>(n=37) | 5,6 %<br>(n=10)  |
| 7   | После работы дома я очень раздражительна                             | 7,2 %<br>(n=13)  | 12,8 %<br>(n=23) | 34,4 %<br>(n=62) | 23,9 %<br>(n=43) | 21,7 %<br>(n=39) |
| 8   | Я долго не могу заснуть, из-за переживаний, связанных с работой      | 10,6 %<br>(n=19) | 10 %<br>(n=18)   | 28,3 %<br>(n=51) | 31,7 %<br>(n=57) | 19,4 %<br>(n=35) |
| 9   | Я тяжело просыпаюсь с утра на работу                                 | 11,1 %<br>(n=20) | 25 %<br>(n=45)   | 28,9 %<br>(n=52) | 21,1 %<br>(n=38) | 13,9 %<br>(n=25) |
| 10  | Моя работа оказывает негативное воздействие на мое здоровье          | 7,8 %<br>(n=14)  | 13,3 %<br>(n=24) | 30 %<br>(n=54)   | 20 %<br>(n=36)   | 28,9 %<br>(n=52) |

По результатам исследований 37,8 % педагогов иногда чувствуют сильную усталость, 38,9 % иногда чувствуют эмоциональное и физическое истощение, неосознанное беспокойство иногда чувствуют 34,4 % человека, повышенную тревожность иногда чувствуют 33,3 % респондентов, нервное напряжение иногда чувствуют 40 %, у 29,4 % респондентов часто не хватает сил на домашние дела, раздражительными дома себя чувствуют 34,4 % респондентов, иногда не могут заснуть из-за переживаний по работе 28,3 % респондентов, 28,9 % иногда тяжело просыпаются с утра на работу, о негативном воздействии на здоровье отмечают 30 % респондентов.



Рисунок 2 – Результаты диагностики, выраженные в диаграммах

Полученные результаты были интерпретированы по инструкции экспресс-диагностики эмоционального выгорания педагогов по опроснику О. Л. Гончаровой. Ответы на каждый вопрос были оценены по бальной шкале: «очень часто» – 4 балла, «часто» – 3 балла, «иногда» – 2 балла, «редко» – 1 балл, «никогда» – 0 баллов (таблица 5).

Таблица 5 – Результаты эмоционального выгорания педагогов

| Показатель/ баллы       | Низкий  | Средний | Высокий |
|-------------------------|---------|---------|---------|
| Количество респондентов | 39      | 63      | 78      |
| Процентное соотношение  | 21,67 % | 35 %    | 43,33 % |

Результаты исследования показали, что 39 (n=21,67 %) имеют низкий, 63 педагога или 35 % имеют средний, 78 (n=43,33 %) педагогов со стажем более 15 лет, имеют высокий показатель эмоционального выгорания.

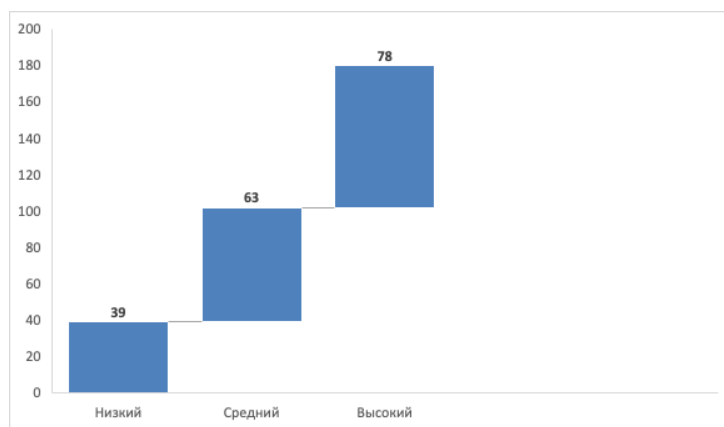


Рисунок 3 – Корреляция показателей выгорания педагогов

Чаше остальных с проблемой профессионального выгорания рано или поздно сталкиваются педагоги, работающие с обучающимися с ОВЗ. Более того, именно они подвержены профессиональному выгоранию больше, чем другие. Поэтому особенно важным и сложным остается вопрос изучения причин профессионального выгорания педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

В данном исследовании участвовали 46,7 % (n=84) педагогов инклюзивного обучения.

Вы работаете со студентами или со школьниками с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)?

180 ответов

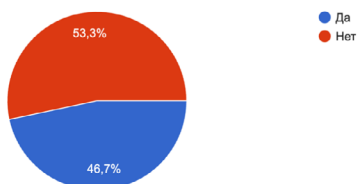


Рисунок 4 – Количество педагогов инклюзивного обучения

В группу с высоким уровнем эмоционального выгорания вошли 57,14 % (n=84) педагогов инклюзивного обучения 25 % (n=21) педагогов университетов и колледжей, а также учителей школ имеют средний уровень эмоционального выгорания (таблица 6).

Таблица 6 – Показатели эмоционального выгорания педагогов, работающих с обучающимися с ОВЗ

| Показатель/ баллы       | Низкий  | Средний | Высокий |
|-------------------------|---------|---------|---------|
| Количество респондентов | 15      | 21      | 48      |
| Процентное соотношение  | 17,86 % | 25 %    | 57,14 % |

По полученным результатам исследований сделан вывод, что у педагогов, склонных к сдерживанию эмоции, низкий уровень эмоционального выгорания. У педагогов, предпочитающих равнодушие, потерю интереса, недовольство, средний уровень выгорания. Высокий уровень выгорания показали личности с негативным отношением к инновациям, снижением эффективности работы.

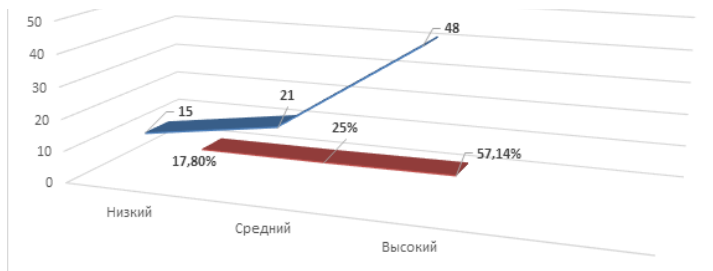


Рисунок 5 – Корреляция показателей выгорания педагогов, работающих в обучающимися с ОВЗ

Как видим, многие факторы, влияющие на успешную реализацию политики инклюзивности, связаны со способностями педагогов работать в инклюзивных условиях и с их субъективным восприятием этих условий.

### **Информация о финансировании**

Данная статья профинансирована Комитетом науки Министерства науки и высшего образования Республики Казахстан (грант №AP23490767).

### **Выводы**

Таким образом, уровень профессионального выгорания педагогов различается, проблема выгорания связана не только с наличием инклюзивных групп. Также стоит задуматься о том, какие характеристики и личностные качества педагогов связаны с профессиональным выгоранием. Исследование позволило сделать вывод о том, что профессиональное выгорание педагогов, особенно работающих в инклюзивной среде, является серьезной проблемой, требующей комплексного подхода.

### **Список использованных источников**

1 Всемирная организация здравоохранения. – Женева, Швейцария, 2019. [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>.

2 Yva.ai. Система поведенческой HR-аналитики [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://sferecruitment.ru/blog/articles/professionalnoe-vygoranie/>.

3 Teacher Wellbeing Index 2024. Education Support [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.educationsupport.org.uk/media/ftwl04cs/twix-2024.pdf>.

4 Tes Wellbeing Report [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://teachertapp.com/uk/?noredirect=en-GB>.

5 **Madigan, D. J., Kim, L. E.** Towards an understanding of teacher attrition : A meta-analysis of burnout, job satisfaction, and teachers' intentions to quit [Text] // Teaching and Teacher Education. – 2021. – Vol. 105. – ID 103425.

6 **Freudenberger, H. J.** Staff Burnout [Text] // Journal of Social Issues. – 1974. – Vol. 30. – P. 159–165.

7 **Maslach, C., Leiter, M.** Understanding the Burnout Experience : Recent Research and Its Implications for Psychiatry [Text] // World Psychiatry. – 2016. – Vol. 15. – P. 103–111.

8 **Pines, A. M., Aronson, E.** Career burnout. Causes and cures [Text] – N.Y. : The Free Press, 1988. – 229 p.

9 Лукьянов, В. В., Леонова, А. Б., Обознов, А. А., Чернышев, А. С., Водопьянова, Н. Е. Выгорание и профессионализация : сб. науч. трудов [Текст]. – Курск : Изд-во Курск. гос. ун-та, 2013. – С. 440–452.

10 Ryasanyan, K., Pietarinen, J., Soini, T., Vyasyan, P., Pyhalte, K. Experienced risk of burnout among teachers with persistent turnover intentions // Teacher Development. – 2022. – Vol. 26(3). – P. 317–337.

11 Maslach, C., Jackson, S. The Maslach Burnout Inventory [Text]. – Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press, 1986. – 29 p.

12. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении : взгляд на себя и на других [Текст]. – М. : Филинъ, 1996. – 256 с.

13 Водопьянова, Н. Е., Старченкова, Е. С. Синдром выгорания : диагностика и профилактика [Текст]. – СПб. : Питер, 2005. – 336 с.

14 Canu, I. G., Marca, S., Dell’Oro, F., Balázs, Á., Bergamaschi, E., Besse, C., Bianchi, R., Bislimovska, J., Koscec Bjelajac, A., Bugge, M. et al. Harmonized Definition of Occupational Burnout : A Systematic Review, Semantic Analysis and Delphi Consensus in 29 Countries [Text] // Scand. J. Work Environ. Health. – 2021. – Vol. 47. – P. 95–107.

15 Huk, O., Terjesen, M. D., Cherkasova, L. Predicting teacher burnout as a function of school characteristics and irrational beliefs [Text] // Psychology in the Schools. – 2019. – Vol. 56 (5). – P. 792–808.

## References

1 Vsemirnaya organizatsiya zdavookhraneniya [World Health Organization] – Zheneva, Shveysariya, 2019. [Electronic resource]. – Access mode : <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>.

2 Yva.ai. Sistema povedencheskoy HR-analitiki [Behavioral HR-Analytics System]. [Electronic resource]. – Access mode : <https://sferecruitment.ru/blog/articles/professionalnoe-vygoranie/>.

3 Teacher Wellbeing Index 2024. Education Support [Electronic resource]. – Access mode : <https://www.educationsupport.org.uk/media/ftw104cs/twix-2024.pdf>.

4 Tes Wellbeing Report [Electronic resource]. – Access mode : <https://teachertapp.com/uk/?noredirect=en-GB>.

5 Madigan, D. J., Kim, L. E. Towards an understanding of teacher attrition : A meta-analysis of burnout, job satisfaction, and teachers’ intentions to quit [Text] // Teaching and Teacher Education. – 2021. – Vol. 105. – ID 103425.

6 Freudemberger, H. J. Staff Burnout [Text] // Journal of Social Issues. – 1974. – Vol. 30. – P. 159–165.

7 **Maslach, C., Leiter, M.** Understanding the Burnout Experience : Recent Research and Its Implications for Psychiatr [Text] // World Psychiatry. – 2016. – Vol. 15. – P. 103–111.

8 **Pines, A.M., Aronson, E.** Career burnout. Causes and cures [Text] – N.Y. : The Free Press, 1988. – 229 p.

9 **Lukyanov, V. V., Leonova, A. B., Oboznov, A. A., Chernyshov, A. S., Vodopyanova, N. E.** Vygoranie i professionalizatsiya : sb. nauch. trudov [Burnout and Professionalization : Collection of Scientific Works] [Text]. – Kursk : Izd-vo Kursk. gos. un-ta. – Kursk, 2013. – P. 440–452.

Поступило в редакцию 29.01.25.

Поступило с исправлениями 21.04.25.

Принято в печать 02.05.25.

\*П. Ж. Парманкулова<sup>1</sup>, З. Б. Кабылбекова<sup>2</sup>,

\*Э. К. Ахметова<sup>3</sup>, Н. П. Танкиш<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup>М. Әуезов атындағы Оңтүстік Қазақстан университеті,  
Қазақстан Республикасы, Шымкент қ.

<sup>3</sup>Өзбекәлі Жәнібеков атындағы Оңтүстік Қазақстан  
педагогикалық университеті,  
Қазақстан Республикасы, Шымкент қ.

<sup>4</sup>Орталық Азия инновациялық университеті,  
Қазақстан Республикасы, Шымкент қ.

29.01.25. ж. баспаға түсті.

21.04.25. ж. түзетулерімен түсті.

02.05.25 ж. басып шығаруға қабылданды.

## ПЕДАГОГТАРДЫҢ КӘСІБИ ҚАЖУЫ: ДИАГНОСТИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

*Педагогтардың қажуы жеке өздеріне ғана емес, бүкіл білім беру жүйесіне де әсер етеді. Педагогтардың физикалық денсаулығына ықпал ететіндіктен, қажудың салдары терең. Әсіресе денсаулығына байланысты мүмкіндігі шектеулі білімгерлермен жұмыс істейтін педагогтардың кәсіби қажу себептерін зерттеу өте маңызды. Бұл мақала педагогтардың қажу деңгейін диагностикалық зерттеуге арналған. Зерттеу мақсатына жету үшін қосымша теориялық әдістер кешені қолданылды. Эмпирикалық зерттеу әдісі ретінде О. Л. Гончарованың педагогтардың эмоционалды қажуын жедел*

диагностикалау әдісі қолданылды. Зерттеуге Шымкент қаласындағы мектеп, колледж және жоғары оқу орындарының педагогтары тартылды. Диагностикалық зерттеуге 180 педагог қатысты, оның 84 (46,7 %) денсаулығына байланысты мүмкіндігі шектеулі студенттермен немесе оқушылармен жұмыс істейтін педагогтар құрады. Зерттеу көрсеткендей, 21,67 % ( $n=39$ ) педагогтың қажу деңгейі төмен. 63 педагогтың немесе 35 % қажу көрсеткіші орташа. 15 жылдан астам тәжірибесі бар 78 педагогтың эмоционалды қажу деңгейі жоғары – 43,33 %. Қажу деңгейі жоғары топты денсаулығына байланысты мүмкіндігі шектеулі студенттермен немесе оқушылармен жұмыс істейтін педагогтардың 57,14 % құрады. Педагогтардың кәсіби қажу деңгейі әр түрлі, қажу мәселесі тек инклюзивті топтардың болуымен байланысты емес екендігі анықталды. Зерттеу нәтижесінде педагогтардың, әсіресе инклюзивті ортада жұмыс істейтін педагогтардың, кәсіби қажуы кешенді қарастыруды қажет ететін күрделі мәселе деген қорытындыға келдік.

*Кілтті сөздер:* қажу, педагогтардың қажуы, эмоционалды қажу, кәсіби қажу, қажу деңгейі, қажу белгілері, қажу кезеңдері.

\*P. Zh. Parmankulova<sup>1</sup>, Z. B. Kabyzbekova<sup>2</sup>,

\*E. K. Akhmetova<sup>3</sup>, N. P. Tankish<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup>M. Auezov South Kazakhstan University,  
Republic of Kazakhstan, Shymkent;

<sup>3</sup>South Kazakhstan Pedagogical University named after  
Ozbekali Zhanbekov, Republic of Kazakhstan, Shymkent;

<sup>4</sup>Central Asian Innovation University,  
Republic of Kazakhstan, Shymkent.

Received 29.01.25.

Received in revised form 21.04.25.

Accepted for publication 02.05.25.

## PROFESSIONAL BURNOUT OF TEACHERS: A DIAGNOSTIC STUDY

*This article is devoted to a diagnostic study of emotional level burnout of teachers. Burnout of teachers has a huge impact not only on individual teachers, but also on the entire educational system. Burnout has consequences, since it can have a negative impact on the physical health of teachers at a deeper level. It is especially important to study the*

*causes of professional burnout of teachers who working with children with disabilities. To achieve the goal of the study, a set of complementary theoretical methods was used. As a diagnostics of emotional burnout in teachers was used an empirical research method by O. L. Goncharova. The sample of the study was made up of teachers from schools, colleges and universities of the Shymkent city. 180 teachers participated in the diagnostic study, of which 84 (46.7 %) were teachers working with students or schoolchildren with disabilities. The study showed that 39 (21.67 %) teachers have a low level of emotional burnout. 63 teachers or 35 % have an average level of emotional burnout. 78 teachers with more than 15 years of experience have a high level of emotional burnout – 43.33 %. The group with a high level of emotional burnout included 57.14 % of teachers working with students or schoolchildren with disabilities. The level of professional burnout of teachers are varies, the problem of burnout is associated not only with the presence of inclusive groups. The study allowed us to conclude that professional burnout of teachers, especially those working in an inclusive environment is a serious problem that requires an integrated approach.*

*Keywords: burnout, teacher burnout, emotional burnout, professional burnout, burnout level, burnout signs, burnout stages.*

Теруге 12.05.2025 ж. жіберілді. Басуға 30.06.2025 ж. қол қойылды.

Электронды баспа

9,42 Kb RAM

Шартты баспа табағы 32,63.

Таралымы 300 дана. Бағасы келісім бойынша.

Компьютерде беттеген З. Ж. Шокубаева

Корректорлар: А. Р. Омарова, Д. А. Қожас

Тапсырыс № 4404

Сдано в набор 12.05.2025 г. Подписано в печать 30.06.2025 г.

Электронное издание

9,42 Kb RAM

Усл.п.л. 32,63. Тираж 300 экз. Цена договорная.

Компьютерная верстка З. Ж. Шокубаева

Корректоры: А. Р. Омарова, Д. А. Қожас

Заказ № 4404

«Toraighyrov University» баспасынан басылып шығарылған

Торайғыров университеті

140008, Павлодар қ., Ломов к., 64, 137 каб.

«Toraighyrov University» баспасы

Торайғыров университеті

140008, Павлодар қ., Ломов к., 64, 137 каб.

8 (7182) 67-36-69

e-mail: [kereku@tou.edu.kz](mailto:kereku@tou.edu.kz)

[www.pedagogic-vestnik.tou.edu.kz](http://www.pedagogic-vestnik.tou.edu.kz)