«Қосшы қаласы « №3 мектеп-лицейі» КММ
Психологиялық-педагогикалық қолдау қызметінің 2025-2026 оқу жылы бойынша жүргізілген жұмыстарының жылдық есебі

Бағыттар бойынша педагог-психолог қызметінің нәтижесі:

Білім беру ұйымының психологиялық қызметі Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігінің 29.04.2025 ж. № 92 бұйрығы негізінде «Білім беру ұйымдарындағы психологиялық-педагогикалық қолдау қызметінің жұмыс істеу қағидаларын бекіту туралы» №92 бұйрығымен негізделген, бекітілген жұмыс жоспары бойынша 5 негізгі бағытта жүзеге асырылып келеді.

І.Диагностикалық бағыт бойынша

1.2025-2026 оқу жылының қыркүйек айының 15-24 аралығында буллингтің алдын алу мақсатында Дэн Олвеустің «Буллинг» сауалнамасы «Өркен» БӘАҰҒПИ КЕАҚ әдістемесінің негізінде 5-11 сынып оқушыларынан төмендегідей сауалнама алынды.

Зерттеу барысында қолданылған әдіс Д.Олвеустың «Буллинг» сауалнамасы.

Барлық оқушы саны-1066

Қатысқаны-977 оқушы

Диагностикадан бас тартқаны-72 оқушы

Қатысқан сынып: 5-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
6-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
7-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
8 -А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
9-А,Ә,Б,В,Г,Ғ сыныптары;
10-А,Ә,Б,В,Г сыныптары;
11-А,Ә,Б,В сыныптары.

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Д. ОЛВЕУСТЫҢ «БУЛЛИНГ» САУАЛНАМАСЫ

Әдісті доктор Ден Олвеус (D. Olweus «The Olweus Bullying Questionnaire») жасаған.

Мақсаты: Білім беру ортасында буллингтің таралуы мен ерекшелігін анықтау.

Сипаттамасы: екі бөлек аспектіні: буллинг көріністері мен оған тап болушылықты өлшейді.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

Сауалнама сипаттамасы:

*** Айтылады (тұрақты, жүйелі) (3 - 4)
*** аз-орташа (эпизодтық) (1.01 - 2.99)
*** көрсеткіш әлсіз көрсетілген (0 - 1)

Тікелей белсенді буллинг

Физикалық көріністер (қасақана итеру, ұру, тепкілеу, ұрыпсоғу, басқа да дене жарақаттарын келтіру, заттарды ұрлау немесе бүлдіру, қорлау қимылдары) және ауызша (қорлау, қорқыту) агрессия

Жанама белсенді буллинг

оқшаулау (әлеуметтік жекешелендіру) көріністері: өсек, қастандық, бойкот, өтініштерді елемеу

Тікелей пассивті буллинг (виктимизация)

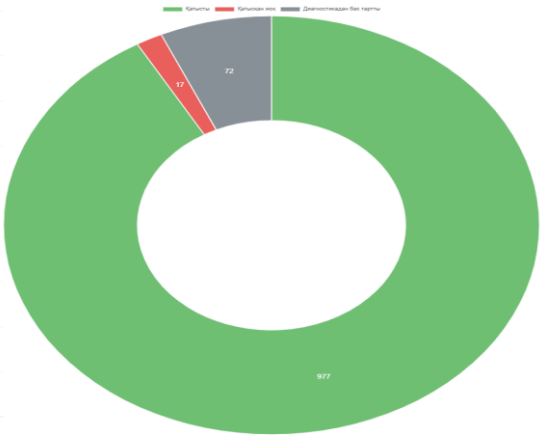
физикалық және ауызша агрессияға ұшырау

Жанама жәбірленушілік (жанама пассивті буллинг)

Сауалнаманың өңдеу нәтижесінің қорытындысы бойынша:

Зерттеу нәтижесі:





Параллельдер	Деңгейлер	Тікелей белсенді буллинг	Жанама белсенді буллинг	Тікелей пассивті буллинг (виктимизация)	Жанама жәбірленушілік (жанама пассивті буллинг)
10 сынып	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	1% 1 адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	4% 4 адам.	5% 5 адам.	5% 5 адам.	5% 5 адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	96% 92 адам.	95% 91 адам.	95% 91 адам.	94% 90 адам.
11 сынып	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	1% 1 адам.	3% 3 адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	99% 85 адам.	97% 83 адам.	100% 86 адам.	100% 86 адам.
5 сынып	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	1% 1 адам.	0% адам.	1% 2 адам.	1% 2 адам.
	көрсеткіш әлсіз	99%	100%	99%	99%

	көрсетілген	**168 адам.**	**169 адам.**	**167 адам.**	**167 адам.**
6 сынып	**Айтылады (тұрақты, жүйелі)**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**
	аз-орташа (эпизодтық)	**1% 2 адам.**	**0% адам.**	**1% 1 адам.**	**0% адам.**
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	**99% 168 адам.**	**100% 170 адам.**	**99% 169 адам.**	**100% 170 адам.**
7 сынып	**Айтылады (тұрақты, жүйелі)**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**
	аз-орташа (эпизодтық)	**1% 1 адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	**99% 152 адам.**	**100% 153 адам.**	**100% 153 адам.**	**100% 153 адам.**
8 сынып	**Айтылады (тұрақты, жүйелі)**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**
	аз-орташа (эпизодтық)	**1% 2 адам.**	**1% 1 адам.**	**0% адам.**	**3% 4 адам.**
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	**99% 158 адам.**	**99% 159 адам.**	**100% 160 адам.**	**98% 156 адам.**
9 сынып	**Айтылады (тұрақты, жүйелі)**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**
	аз-орташа (эпизодтық)	**0% адам.**	**1% 2 адам.**	**1% 2 адам.**	**4% 6 адам.**
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	**100% 143 адам.**	**99% 141 адам.**	**99% 141 адам.**	**96% 137 адам.**
Барлығы	**Айтылады (тұрақты, жүйелі)**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% адам.**	**0% 1 адам.**
	аз-орташа (эпизодтық)	**1% 11 адам.**	**1% 11 адам.**	**1% 10 адам.**	**2% 17 адам.**
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	**99% 966 адам.**	**99% 966 адам.**	**99% 967 адам.**	**98% 959 адам.**

Диагностика нәтижелері:

Зерттеу нәтижелері бойынша оқушылардың басым көпшілігінде буллингтің белсенді немесе жүйелі көріністері байқалған жоқ.

Тікелей белсенді буллинг (ашық агрессия, тіл тигізу, итеру және т.б.) тек 1% оқушыларда эпизодтық түрде байқалды.

Жанама белсенді буллинг (өсек, әдейі елемеу, сыртқа шығару және т.б.) деңгейі де 1% шамасында тіркелді.

Тікелей пассивті буллинг (виктимизация) — яғни буллингке ұшырау жағдайы 1% оқушылар арасында байқалды.
Жанама жәбірленушілік (жанама пассивті буллинг) деңгейі 2% құрады, бұл оқушылардың шағын бөлігі өздерін жанама қысымда сезінетінін көрсетеді.
Барлық параллельдер бойынша 99% оқушыларда буллинг белгілері әлсіз немесе байқалмайтын деңгейде.
5–9 сыныптарда көрсеткіштер біршама тұрақты және қолайлы, ал жоғары сыныптарда (10–11) оқушылардың аз бөлігі арасында эмоционалды шиеленіс пен өзара түсініспеушілік байқалды.

Қорытынды:
Балалардың мектеп ортасында буллингтің таралуы мен ерекшелігін анықтау мақсатында диагностикалық жұмысына 5-11сынып оқушыларынан 977 оқушы қатысты.72 оқушы диагностикадан бас тартқан.17 оқушы себептерімен қатысқан жоқ.
Мектептегі жалпы психологиялық ахуал тұрақты және қолайлы. Буллингтің жүйелі көріністері анықталған жоқ. Дегенмен, кейбір оқушылар арасында өзара қатынасты жақсарту мен эмоциялық қолдау қажеттілігі байқалады.

Ұсыныстар:
Зерттеу жұмысының қортындысы бойынша сараптамалық бағалау жүргізу,
оқушыларды буллингтен алдын-алу бойынша түзету-дамыту жұмыстарын жүргізу.
Эмпатия мен өзара сыйластықты дамытуға бағытталған тренингтер өткізу;
Сынып жетекшілерімен және ата-аналармен бірлескен алдын алу шараларын жалғастыру;
Жеке және топтық кеңес беру жұмыстарын ұйымдастыру.

2. Қазан айының 01-08 аралығында 2-4 сыныптарынан балалардың құқықтарын қорғау комитеті «Өркен» бағдарламасы аясында «Ағаштағы орныңыз қайсы?» өзін-өзі бағалаудың проективтік әдістемесі алынды.
АСППМ/HR+психологиялық-педагогикалық мониторингтің автоматтандырылған жүйесі/арқылы «Ағаштағы орныңыз қайсы?» өзін-өзі бағалаудың проективтік әдістемесі жүргізілді.
Сынып: 2-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
3-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
4-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
Бала саны: 980
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: «Ағаштағы орныңыз қайсы?» өзін-өзі бағалаудың проективтік әдістемесі

Мақсаты: Тест адамның болмысын, оның эмоционалдық жай-күйін, қоғамдағы орнын анықтауға көмектеседі.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Зерттеу нәтижесі:

Позицияны таңдау — алдына мақсат қоя білетін, жолында кездесетін ешбір кедергіден қорықпайтын адамның бойындағы қасиетті сипаттайды.

Позицияны таңдау – достарына және жақындарына көмектесуге бағытталған, тіл табыса білетін тұлғаның қасиетін сипаттайды.

ицияны таңдау – өмірлік ұстанымы берік, ісінде жоғары нәтижелерге қол жеткізуге көмектесетін адамның қасиетін сипаттайды, әсіресе жолында елеулі қиындықта

Позицияны таңдау энергиясы мен өмірлік күші аз болғандықтан тез шаршайтын, әлсіз адамды сипаттайды

Позицияны таңдау - өмірде өте көңілді, ойын-сауықты жақсы көретін адамды сипаттайды.

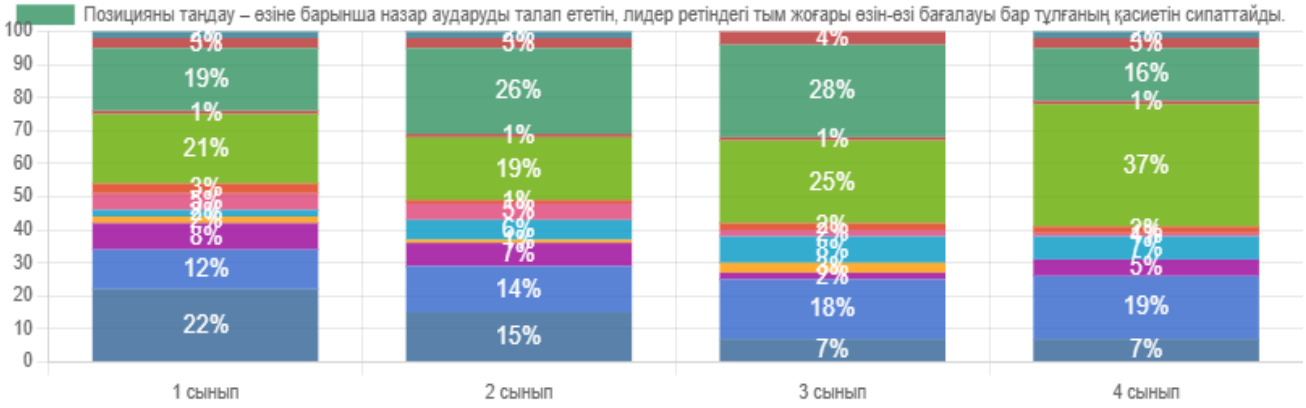
Позицияны таңдау, адамның мазасыздығы мен жабық мінезін көрсетеді, бұл қарым-қатынас шеңберін азайтуға және сөйлесу қабілетін төмендетуге әкеле

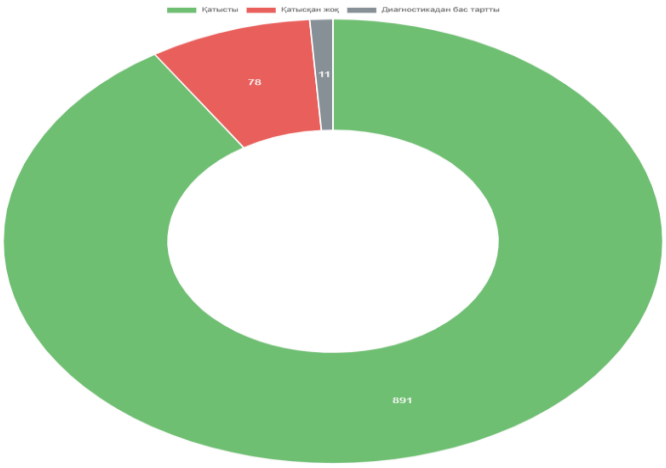
Позицияны таңдау – өзінің ішкі әлеміне, өзіне енетін, армандауды және ойлануды ұнататын адамды сипаттайды

Позицияны таңдау – қазіргі өмірлік жағдайға қалыпты түрде бейімделген, толық жайлылық пен айналадағы әлемге қанағат тұлғаның қасиетін сипаттайды

Позицияны таңдау – ішкі дағдарысы бар, эмоционалдық мәселелері және тіпті депрессияның бастапқы белгілері бар адамның қасиетін сипаттайды.

Позицияны таңдау – өзіне барынша назар аударуды талап ететін, лидер ретіндегі тым жоғары өзін-өзі бағалауы бар тұлғаның қасиетін сипаттайды.





Позицияны таңдау — алдына мақсат қоя білетін, жолында кездесетін ешбір кедергіден қорықпайтын адамның бойындағы қасиетті сипаттайды.

Позицияны таңдау – достарына және жақындарына көмектесуге бағытталған, тіл табыса білетін тұлғаның қасиетін сипаттайды.

ицияны таңдау – өмірлік ұстанымы берік, ісінде жоғары нәтижелерге қол жеткізуге көмектесетін адамның қасиетін сипаттайды, әсіресе жолында елеулі қиындықта

Позицияны таңдау энергиясы мен өмірлік күші аз болғандықтан тез шаршайтын, әлсіз адамды сипаттайды

Позицияны таңдау - өмірде өте көңілді, ойын-сауықты жақсы көретін адамды сипаттайды.

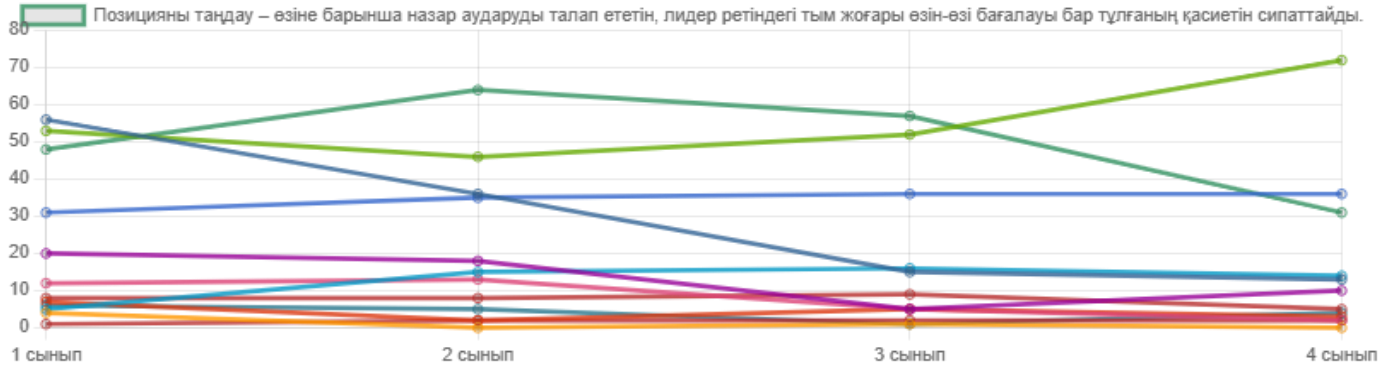
Позицияны таңдау, адамның мазасыздығы мен жабық мінезін көрсетеді, бұл қарым-қатынас шеңберін азайтуға және сөйлесу қабілетін төмендетуге әкеле

Позицияны таңдау – өзінің ішкі әлеміне, өзіне енетін, армандауды және ойлануды ұнататын адамды сипаттайды

Позицияны таңдау – қазіргі өмірлік жағдайға қалыпты түрде бейімделген, толық жайлылық пен айналадағы әлемге қанағат тұлғаның қасиетін сипаттайды

Позицияны таңдау – ішкі дағдарысы бар, эмоционалдық мәселелері және тіпті депрессияның бастапқы белгілері бар адамның қасиетін сипаттайды.

Позицияны таңдау – өзіне барынша назар аударуды талап ететін, лидер ретіндегі тым жоғары өзін-өзі бағалауы бар тұлғаның қасиетін сипаттайды.



Диагностика нәтижелері:

Зерттеу нәтижесіне сәйкес, қатысушылардың басым бөлігі өздерін тұрақты, сенімді, өмірлік қиындықтарға төтеп бере алатын тұлға ретінде көреді. Олар мақсаттарына жетуге ұмтылып, өз күштеріне сенеді және айналасындағы адамдарға сенім артады.

Сондай-ақ, қатысушылардың өздерін белсенді өмірлік ұстанымы бар, әлеуметтік қатынастарда ашық және жауапкершілігі жоғары адамдар ретінде сипаттайды.

«Кім болғылары келеді» бөлімінде көпшілік өз орнын табуға, тұрақтылыққа және әлеуметтік қолдауға ұмтылатыны байқалады. Бұл олардың ішкі даму мен өзін-өзі жетілдіруге бағытталғанын көрсетеді.

Жалпы алғанда, нәтижелер қатысушылардың позитивті өмірлік ұстанымын, қарым-қатынаста тұрақтылық пен сенімділікке ұмтылысын және өз әлеуетін іске асыруға деген ниетін көрсетеді.

Қорытынды:

«Ағаштағы орныңыз қайсы» проективтік әдісін алу барысында 980 оқушыдан 891 оқушы қатысты. 11 оқушы диагностикадан бас тартан. 78 оқушы белгілі себептермен диагностикадан өтпеді. Оқушылардың көбі лидер ретінде тым жоғары өзін-өзі бағалауы бар тұлғаның қасиеттін сипаттайды. Диагностикаға барынша қызығушылықпен шынайы жауап берген. Мектеп өмірінде өте көңілді, ойын-сауықты жақсы көретіндіктерін айқын көрсеткен.

Ұсыныстар:

• Оқушылардың өзін-өзі бағалауын арттыру үшін топтық мадақтау және сенім жаттығуларын жүргізу;

• Қарым-қатынас пен өзін-өзі танытуға арналған ойын-тренингтер ұйымдастыру;

• Жетістіктерін атап өту арқылы ішкі уәжін күшейту.

3. Қазан айының 08-і күні 5-сынып оқушыларының бейімделу кезеңіндегі қиындықтар туындайтын себептерді ескере отырып, ауыспалы кезеңдегі тұлғаның жас және жеке ерекшеліктерін зерттеу үшін, кездесетін психологиялық сәтсіздіктерін болдырмаудын жолын іздестіру мақсатында 5-сыныпытармен төмендегідей диагностика жүргізілді.

Мазасыздықтың экспрес әдістемесі (Филлипс)«Өркен» БӘАҰҒПИ КЕАҚ»

Күні: 08.10.2025ж

Сынып: 5 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптар

Бала саны:170 бала,6-бала қатысқан себепті,6-диагностикадан бас тартқан.

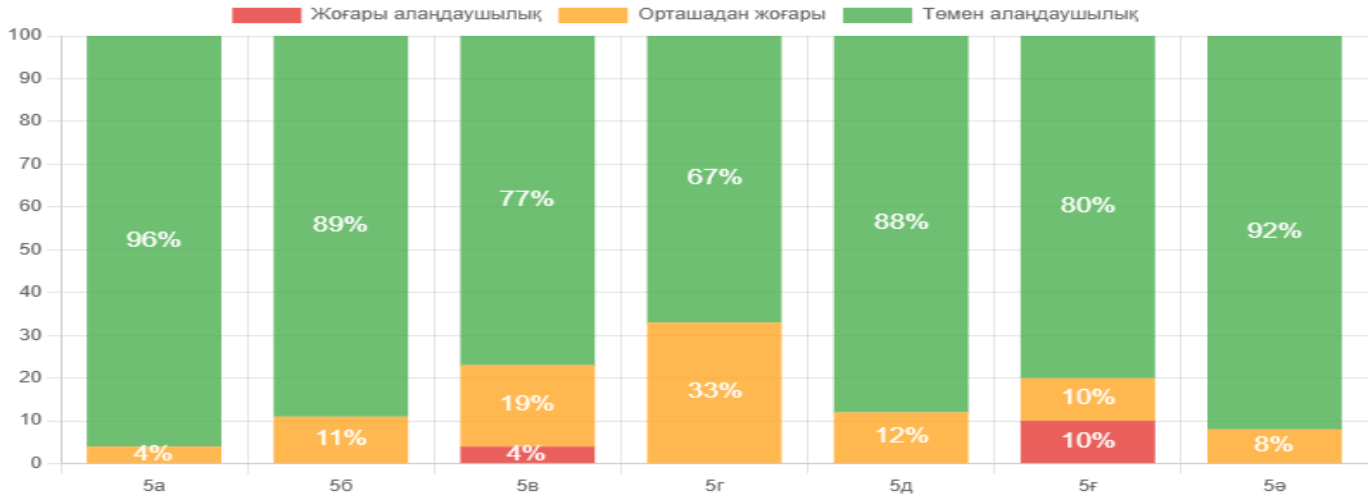
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы:Британдық психотерапевт Б. Н.Филлипс (Beeman N. Phillips).

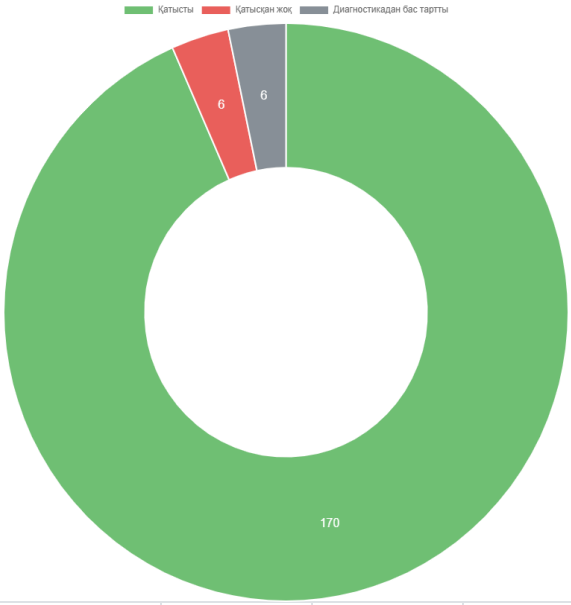
Оқушылардың мектепке бейімделуін анықтау диагностикасы Филипс әдістемесі.

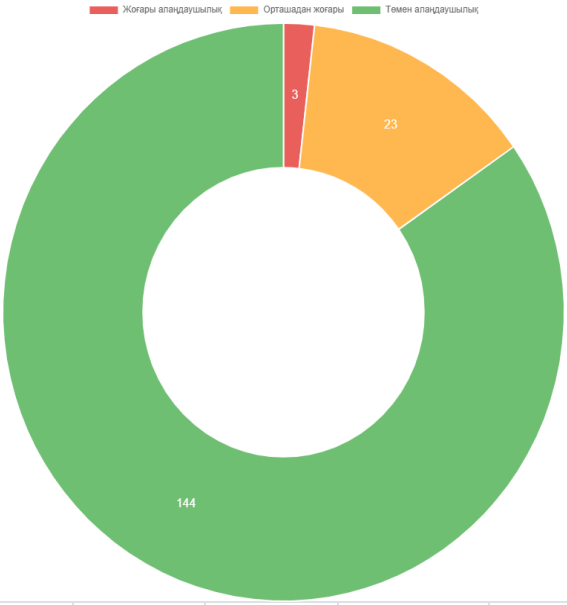
Мақсаты: 5-сынып **о**қушыларының мектеп жағдайына психологиялық бейімделу деңгейін, мазасыздық себептерін және қарым-қатынас ерекшеліктерін анықтау.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

Нәтижесі (**<u>сандық</u>** және сапалық талдауы)







Топтар	Деңгейлер	Мектепте жалпы үрейленуі	Әлеуметтік дағдарысқа алаңдауы	Жетістікке жетудегі талпынысының фрустрациясы	Өзін көрсету қорқынышы	Білімді тексеру әрекеті кезіндегі қорқыныш	Айналасындағылардың күткен нәтижесіне қол жеткізе алмау қорқынышы	Қорқынышқа қарсы физиологиялық әрекеттің төмендігі	Мұғалім дермен қарым-қатынастағы мәселелерді шешудегі қорқыныштар	Барлығы
5а 25 адам.	Жоғары алаңдаушылық	4% 1 адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.	8% 2 адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	Орташадан жоғары	8% 2 адам.	48% 12 адам.	4% 1 адам.	0% адам.	4% 1 адам.	12% 3 адам.	8% 2 адам.	48% 12 адам.	4% 1 адам.
	Төмен алаңдаушылық	88% 22 адам.	52% 13 адам.	96% 24 адам.	100% 25 адам.	88% 22 адам.	88% 22 адам.	92% 23 адам.	52% 13 адам.	96% 24 адам.
5б 28 адам.	Жоғары алаңдаушылық	0% адам.	0% адам.	0% адам.	14% 4 адам.	7% 2 адам.	11% 3 адам.	7% 2 адам.	0% адам.	0% адам.
	Орташадан жоғары	11% 3 адам.	7% 2 адам.	7% 2 адам.	7% 2 адам.	18% 5 адам.	21% 6 адам.	0% адам.	29% 8 адам.	11% 3 адам.
	Төмен алаңдаушылы	89% 25 адам.	93% 26 адам.	93% 26 адам.	79% 22 адам.	75% 21 адам.	68% 19 адам.	93% 26 адам.	71% 20 адам.	89% 25

	қ									адам.
5в 27 адам.	Жоғары алаңдаушылық	7% 2 адам.	4% 1 адам.	4% 1 адам.	15% 4 адам.	30% 8 адам.	7% 2 адам.	19% 5 адам.	0% адам.	4% 1 адам.
	Орташадан жоғары	22% 6 адам.	4% 1 адам.	4% 1 адам.	11% 3 адам.	15% 4 адам.	11% 3 адам.	15% 4 адам.	19% 5 адам.	19% 5 адам.
	Төмен алаңдаушылық	70% 19 адам.	93% 25 адам.	93% 25 адам.	74% 20 адам.	56% 15 адам.	81% 22 адам.	67% 18 адам.	81% 22 адам.	78% 21 адам.
5г 21 адам.	Жоғары алаңдаушылық	10% 2 адам.	5% 1 адам.	0% адам.	19% 4 адам.	29% 6 адам.	10% 2 адам.	14% 3 адам.	0% адам.	0% адам.
	Орташадан жоғары	29% 6 адам.	5% 1 адам.	10% 2 адам.	14% 3 адам.	29% 6 адам.	29% 6 адам.	10% 2 адам.	19% 4 адам.	33% 7 адам.
	Төмен алаңдаушылық	62% 13 адам.	90% 19 адам.	90% 19 адам.	67% 14 адам.	43% 9 адам.	62% 13 адам.	76% 16 адам.	81% 17 адам.	67% 14 адам.
5д 25 адам.	Жоғары алаңдаушылық	0% адам.	0% адам.	4% 1 адам.	0% адам.	4% 1 адам.	4% 1 адам.	4% 1 адам.	0% адам.	0% адам.
	Орташадан жоғары	16% 4 адам.	68% 17 адам.	16% 4 адам.	4% 1 адам.	4% 1 адам.	24% 6 адам.	8% 2 адам.	68% 17 адам.	12% 3 адам.
	Төмен алаңдаушылық	84% 21 адам.	32% 8 адам.	80% 20 адам.	96% 24 адам.	92% 23 адам.	72% 18 адам.	88% 22 адам.	32% 8 адам.	88% 22 адам.
5ғ 20 адам.	Жоғары алаңдаушылық	15% 3 адам.	5% 1 адам.	0% адам.	30% 6 адам.	15% 3 адам.	20% 4 адам.	20% 4 адам.	0% адам.	10% 2 адам.
	Орташадан жоғары	10% 2 адам.	25% 5 адам.	5% 1 адам.	15% 3 адам.	10% 2 адам.	10% 2 адам.	20% 4 адам.	25% 5 адам.	10% 2 адам.
	Төмен алаңдаушылық	75% 15 адам.	70% 14 адам.	95% 19 адам.	55% 11 адам.	75% 15 адам.	70% 14 адам.	60% 12 адам.	75% 15 адам.	80% 16 адам.
5ә 24 адам.	Жоғары алаңдаушылық	0% адам.	0% адам.	0% адам.	4% 1 адам.	17% 4 адам.	8% 2 адам.	13% 3 адам.	0% адам.	0% адам.
	Орташадан жоғары	17% 4 адам.	25% 6 адам.	8% 2 адам.	21% 5 адам.	8% 2 адам.	13% 3 адам.	13% 3 адам.	33% 8 адам.	8% 2 адам.
	Төмен алаңдаушылық	83% 20 адам.	75% 18 адам.	92% 22 адам.	75% 18 адам.	75% 18 адам.	79% 19 адам.	75% 18 адам.	67% 16 адам.	92% 22 адам.
Барлығы 170 адам.	Жоғары алаңдаушылық	5% 8 адам.	2% 3 адам.	1% 2 адам.	11% 19 адам.	15% 26 адам.	8% 14 адам.	11% 18 адам.	0% адам.	0% адам.
	Орташадан жоғары	16% 27 адам.	26% 44 адам.	8% 13 адам.	10% 17 адам.	12% 21 адам.	17% 29 адам.	10% 17 адам.	35% 59 адам.	0% адам.
	Төмен алаңдаушылық	79% 135 адам.	72% 123 адам.	91% 155 адам.	79% 134 адам.	72% 123 адам.	75% 127 адам.	79% 135 адам.	65% 111 адам.	0% адам.

Нәтижелер:

Зерттеу нәтижесінде оқушылардың жалпы алаңдаушылық деңгейі төмен көрсеткіш көрсетті.

Алаңдаушылық деңгейінің бөлінісі төмендегідей:

Жоғары алаңдаушылық – 5% (8 оқушы)

Орташадан жоғары алаңдаушылық – 16% (27 оқушы)

Төмен алаңдаушылық – 79% (135 оқушы)

Бұл нәтижелер 5-сынып оқушыларының көпшілігінде эмоционалды тұрақтылық қалыптасқанын, мектеп ортасында өзін қауіпсіз сезінетінін және оқу үрдісінде шамадан тыс стресс байқалмайтынын көрсетеді.

Көрсеткіштер бойынша талдау:

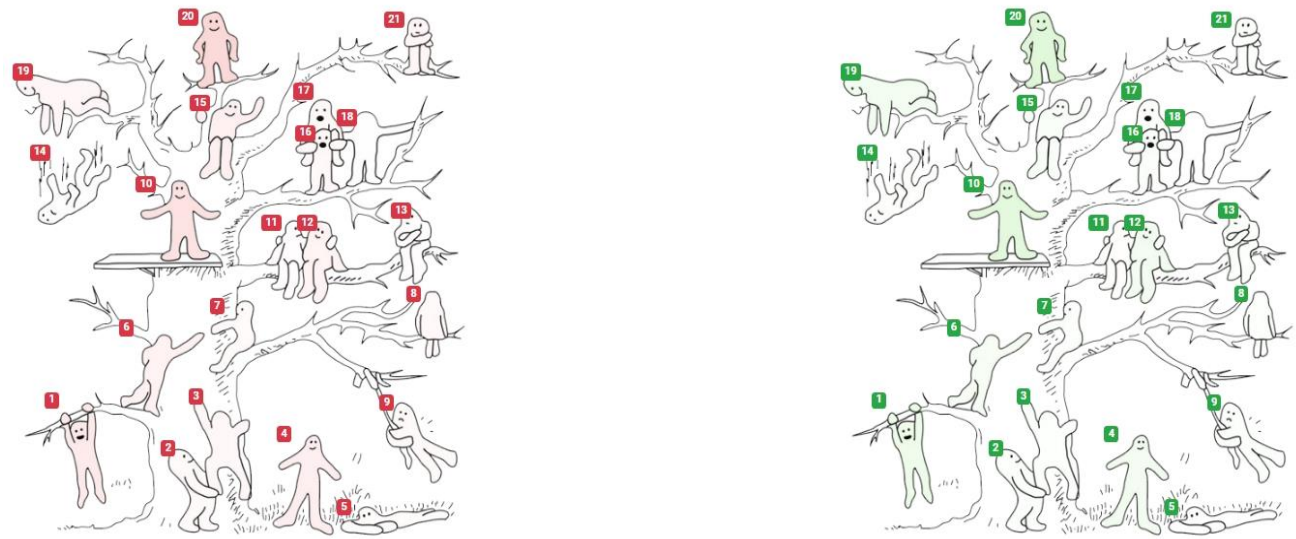
- Алаңдаушылық бағыттары бойынша талдау
- Мектептегі жалпы үрейлену деңгейі:
  Төмен деңгей – 79%. Оқушылардың көпшілігі мектепке баруға жағымды көзқараста.
- Әлеуметтік дағдарысқа алаңдау:
  Төмен деңгей – 72%. Оқушылардың басым бөлігі құрдастарымен қарым-қатынас орнатуда қиындық сезінбейді.
- Жетістікке жетудегі талпыныстың фрустрациясы:
  Төмен деңгей – 91%. Көпшілік өз мүмкіндіктеріне сенімді.
- Өзін көрсету қорқынышы:
  Орташа көрсеткіш – 79%. Кейбір оқушылар өз пікірін ашық айтуда ұялшақтық танытады.
- Білімді тексеру кезіндегі қорқыныш:
  Орташадан жоғары деңгей – 12–15%. Бұл бағытта тест, бақылау жұмыстары кезінде толқу байқалады.
- Айналасындағылардың күткен нәтижесіне қол жеткізе алмау қорқынышы:
  Орташа деңгей – 17%. Бұл ата-ана мен мұғалім күткен үмітті ақтау қысымынан туындайды.
- Қорқынышқа қарсы физиологиялық реакцияның төмендігі:
  Төмен деңгей – 75%. Бұл оқушылардың эмоционалдық тұрақтылығын білдіреді.
- Мұғалімдермен қарым-қатынаста мәселелерді шешудегі қорқыныш:
  Орташадан жоғары – 10–11%. Кейбір оқушылар мұғаліммен ашық әңгімеде өзін сенімсіз сезінеді.

Қорытынды:
Диагностика нәтижесіне сәйкес, 5-сынып оқушыларының басым көпшілігінде **алаңдаушылықтың төмен деңгейі** анықталды.
Бұл мектеп ұжымында қолайлы психологиялық ахуалдың қалыптасқанын, мұғалімдер мен ата-аналардың қолдауының бар екенін көрсетеді. Дегенмен кейбір бағыттарда (білімді тексеру кезінде және мұғаліммен қарым-қатынастағы қорқыныш) орташа деңгейдің сақталуы қосымша психологиялық қолдауды қажет етеді.

4. 1-сынып оқушыларының мектепке бейімделуі барысында оқушылармен “Ағаштағы орныңыз қайсы” өзін-өзі бағалаудың проективтік әдістемесі жүргізілді.
Диагностикалық жұмыс анықтамасы
Күні: 06-07.11.2025ж
Сынып: 1 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е,Ж,З,И,К сыныптар
Бала саны: 253 бала,49-бала қатысқан жоқ себепті, 2 бала-диагностикадан бас тартқан.

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: **Д. Лампен, Л.П. Пономаренкомен бейімдеген,**

Оқушылардың мектепке бейімделуін анықтау диагностикасы **«Ағаштағы орныңыз қайсы?»** өзін-өзі бағалаудың проективтік әдістемесі



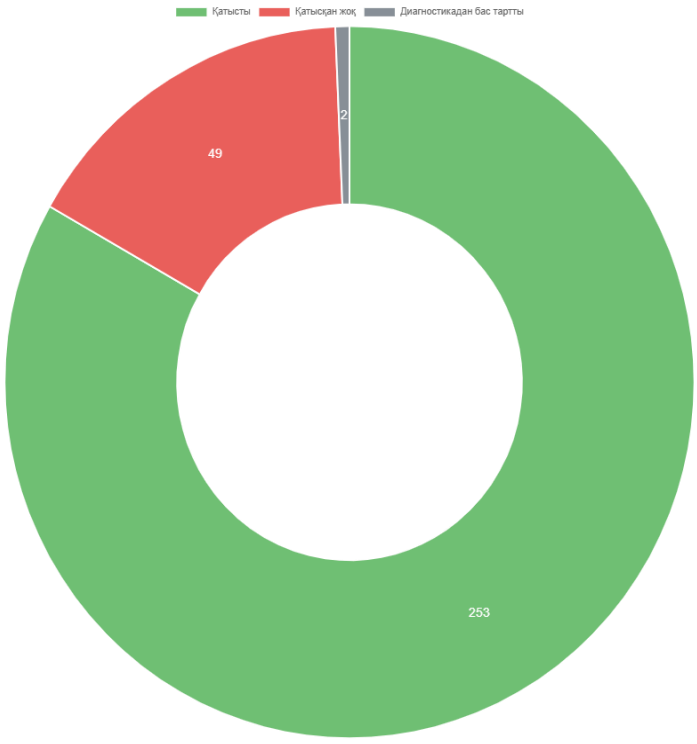
Мақсаты: 1-сынып оқушыларының мектеп жағдайына психологиялық бейімделу



деңгейін, мазасыздық себептерін және қарым-қатынас ерекшеліктерін анықтау.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

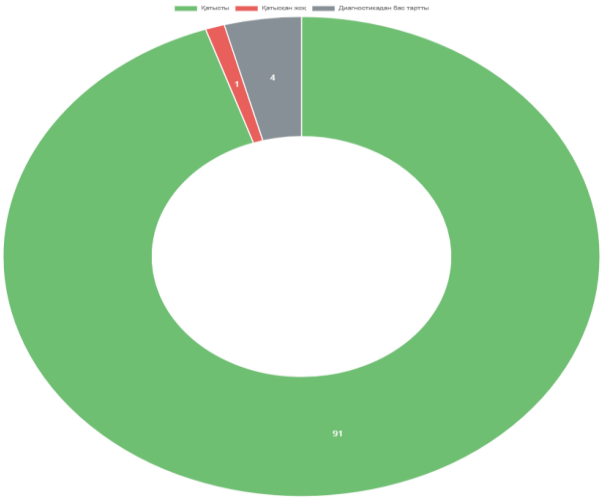
Нәтижесі (**<u>сандық</u>** және сапалық талдауы)

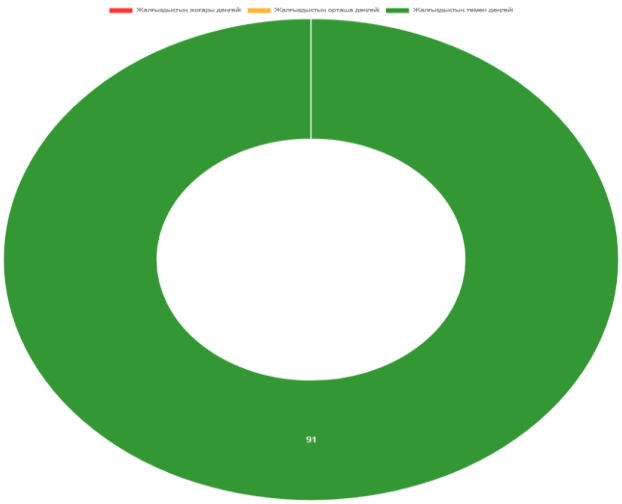


Олар өздерін қалай көреді			
№	**Түсіндірме**	**саны**	**үлесі**
1	Бұл позицияны ешнәрседен қорықпайтын, батыл мінезді адамдар таңдайды.	56	22.13%
2	Ыңғайлы жағдай, қалыпты бейімделуді сипаттайтын позициялар.	55	21.74%
3	Позиция сенімді адамдарды сипаттайды. Адамдар тек сіздің пікіріңізді тыңдағанын қалайтын көшбасшысыз.	48	18.97%
4	Бұл позицияны қандай жағдай болмасын достарынан қолұшын аямайтын, аққөңіл адамдар таңдайды	31	12.25%
5	Бұл позиция орнықты жағдайды (қиындықтықтарды оңай өткеріп, мақсаттарға жетуді қалау) сипаттайды	20	7.91%
6	Іштей қапаланып, үнемі уайымдап жүретін, көпшіліктің ортасында жүруді ұнатпайтын адамдар.	12	4.74%
7	Бұл позицияны таңдау - басқа адамның ауыртпалығын көтеру қажеттілігінен шаршауды сипаттайды.	8	3.16%
8	Оқу үрдісінен алшақтап, өзімен сырласып, өзі ғана білетін әлемде өмір сүретін жандар.	7	2.77%
9	Сізге адамдар көп көңіл бөледі деп ойлайсыз.	6	2.37%
10	Көңіл көтеруді ұнататын адамдарды сипаттайды	5	1.98%
11	Шаршаңқылық, жалпы әлсіздік, күштің аз болуы, ұялшақтық.	4	1.58%
12	Кризистік жағдайды,«тұңғиыққа құлауды» сипаттайтын позициялар.	1	0.4%

Көрсеткіштер бойынша талдау

Оқушылардың «Ағаштағы орныңыз қайсы?» сауалнамасы бойынша жауаптары жағымды, мектеп өміріне бейімделген-98% оқушы,қалған 2% оқушыда эмоционалдық жай-күйінде өзгерістер байқалды. Ол дегеніміз ұялшақтық, туа мінезіндегі сабырлы, тұйық оқушылар. Оларда бейімделу процесі ұзақ жүреді. Анықталған оқушылар туралы қосымша сынып жетекшісінен мәлімет алынды. Қажеттілігіне қарай жеке сұхбат, түзету жұмыстары ата-анасына таныстырды, ұсыныстар тиімді кеңестер берілді. Сынып жетешілері сынып оқушыларының мектеп өміріне бейімделуіне жағдай жасауда, оқушылар денсаулығын сақтау мақсатында мектепте дене шынықтыру мұғалімі күнде ертеңгілік жаттығу, сабақ барысында кемінде бір немесе екі рет сергіту жаттығулары жүргізіледі. Ата-ана тарапынан үйдегі оқытуға қадағалу бар.





Ұсыныс: Ата-анамен сынып жетекші тығыз қарым –қатынасты жақсарту. Ата-аналардан бала мен қарым-қатынасы, баласының сабағына көңіл бөлуі туралы кеңестер айтылып, ескертілді.

Қорытынды: Диагностика нәтижесіне сәйкес, 1-сынып оқушыларының 90% мектепке бейімделуінің жақсы нәтижеде екені анықталды. Бұл мектеп ұжымында қолайлы психологиялық ахуалдың қалыптасқанын, мұғалімдер мен ата-аналардың қолдауының бар екенін көрсетеді.

5. 10-11 сынып оқушыларының Д.Рассел мен М.Фергюсонның жалғыздың субьективті сезім деңгейін диагностикалау әдістемесі.

Күні: 14.11.2025ж

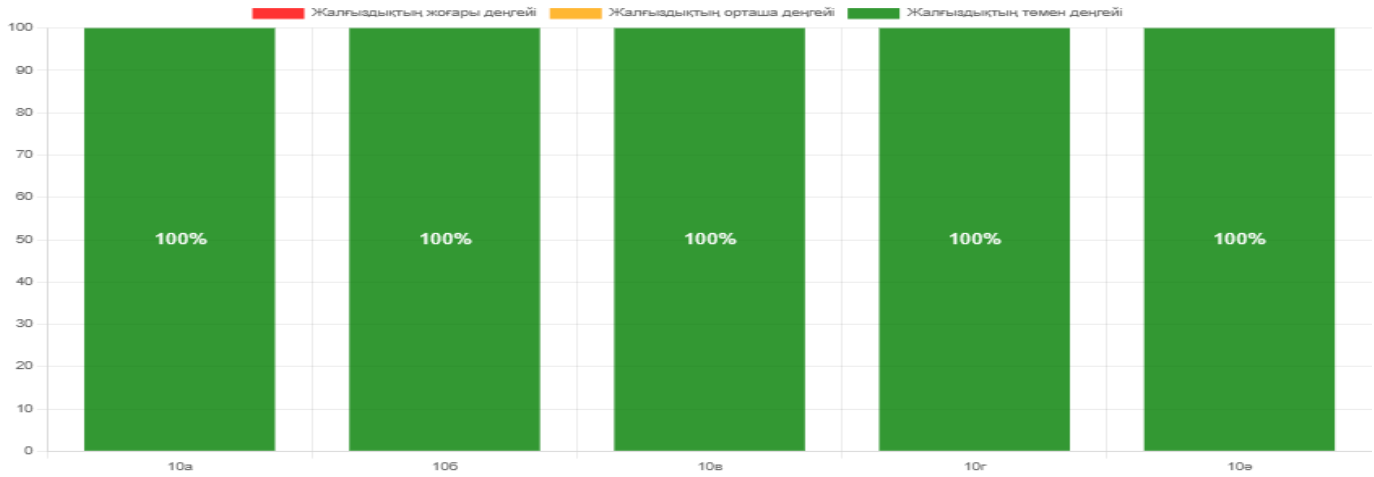
Сынып: 10 «А»,«Ә», «Б», «В», «Г»

Бала саны: 97бала,1 оқушы қатыспады, 4 оқушы диагностикадан бас тартқан.

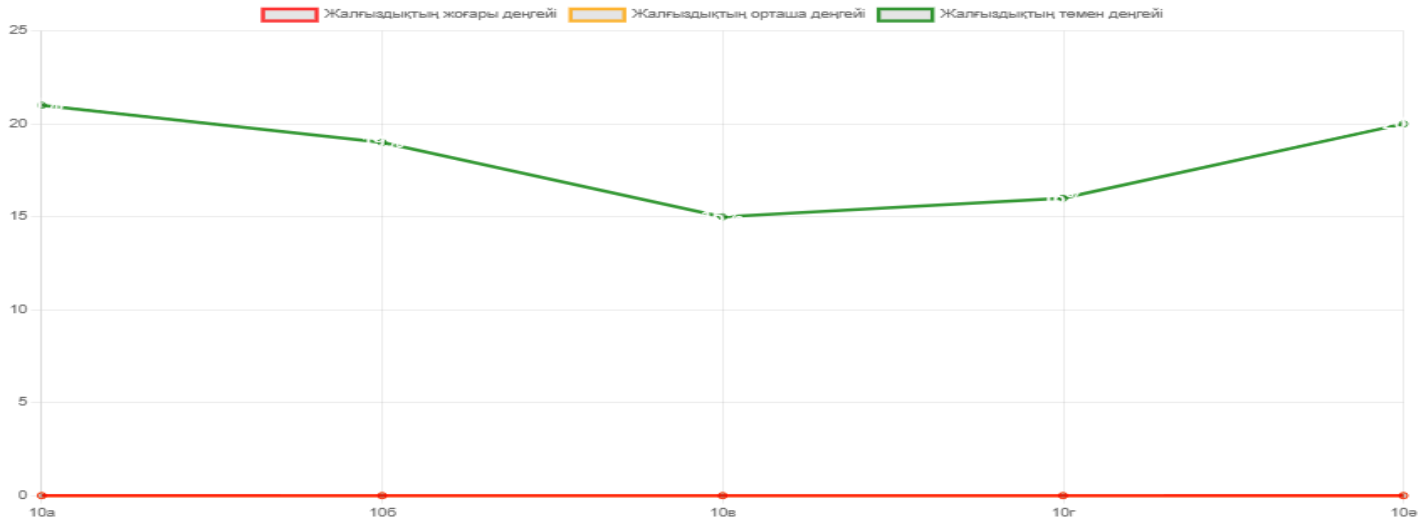
Зерттеу әдісінің авторы,тақырыбы:
Д.Рассел мен М.Фергюсонныңжалғыздықтың субъективті сезімі деңгейінің диагностикасы.

Мақсаты: жалғыздық деңгейін, адамның өзін қаншалықты жалғыз сезінетінін анықтау. Жалғыздықтың субъективті сезім деңгейін диагностикалау әдістемесі, авторлары Д. Расселл,М. Фергюсон.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық



Нәтижесі (**<u>сандық</u>** және сапалық талдауы)



Өңдеу нәтижесі бойынша: Зерттеу нәтижелері бойынша 10-сынып оқушыларының барлығында жалғыздықтың төмен деңгейі анықталды. Барлық сыныптарда 10 «А», 10 «Б», 10 «В», 10 «Г», 10 «Ә» көрсеткіштер 100% төмен деңгейде, орташа және жоғары деңгейлер тіркелмеген.

Бұл нәтижелер оқушылардың сыныпта өздерін жайлы сезінетінін, құрдастарымен қарым-қатынасының қалыпты екенін, әлеуметтік бейімделу деңгейінің жоғары екенін көрсетеді. Сыныптарда өзара түсіністік, қолдау және жағымды психологиялық ахуал бар.

Жалпы алғанда, 10-сыныптарда оқушылардың эмоционалдық жағдайы тұрақты, жалғыздық сезімі байқалмайды. Қалыптасқан оң психологиялық климат оқу үдерісіне және тұлғалық дамуына жағымды әсер етеді.

Ұсыныстар:

– Сыныптардағы қалыптасқан жағымды психологиялық ахуалды сақтау және нығайту;

- Эмоциялық тұрақтылықты қолдау мақсатында алдын алу және ағартушылық бағыт психологиялық тренингтер өткізу;

– Қажет болған жағдайда жеке психологиялық кеңес беру жұмыстарын жүргізу;

– Ата-аналармен ынтымақтастықты күшейтіп, оқушылардың эмоционалдық жағдайын бірлесіп бақылау.

Қорытынды:

Д. Рассел – М. Фергюсон әдістемесі бойынша жүргізілген зерттеу нәтижесінде барлық 10 «А», 10 «Б»,10 «В», 10 «Г», 10 «Ә» оқушылардың жалғыздық деңгейі төмен екені анықталды.

Орташа және жоғары деңгей көрсеткіштері тіркелген жоқ.

Бұл нәтижелер сыныптарда жағымды психологиялық ахуал қалыптасқанын, оқушылардың өзара қарым-қатынасы жақсы екенін және әлеуметтік бейімделу деңгейінің жоғары екенін көрсетеді. Жалпы алғанда, зерттелген сыныптарда эмоционалдық тұрақтылық сақталған, оқушылар өздерін сынып ұжымының толыққанды мүшесі ретінде сезінеді.

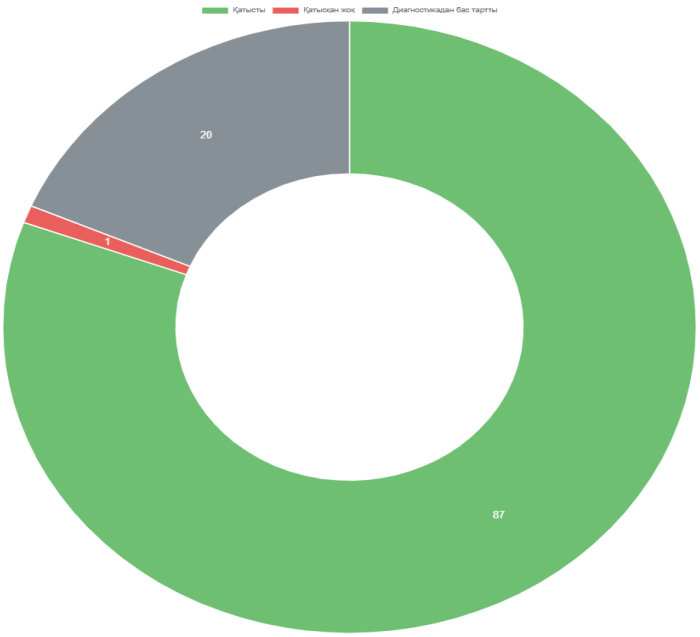
6. 11 сынып экспресс-сауалнама
Күні: 14.11.2025ж
Сынып: 11 «А»,«Ә», «Б», «В»
Бала саны: 108 бала,1 оқушы қатыспады,20 оқушы диагностикадан бас тартқан.

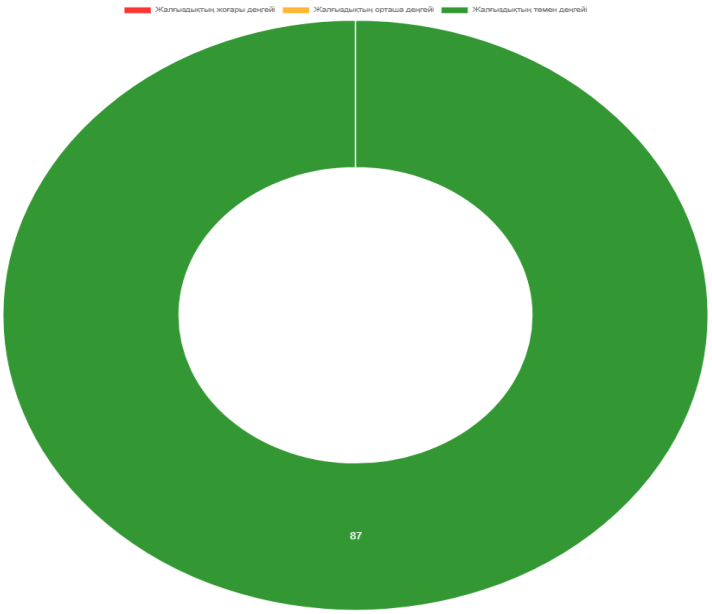
Зерттеу әдісінің авторы,тақырыбы:

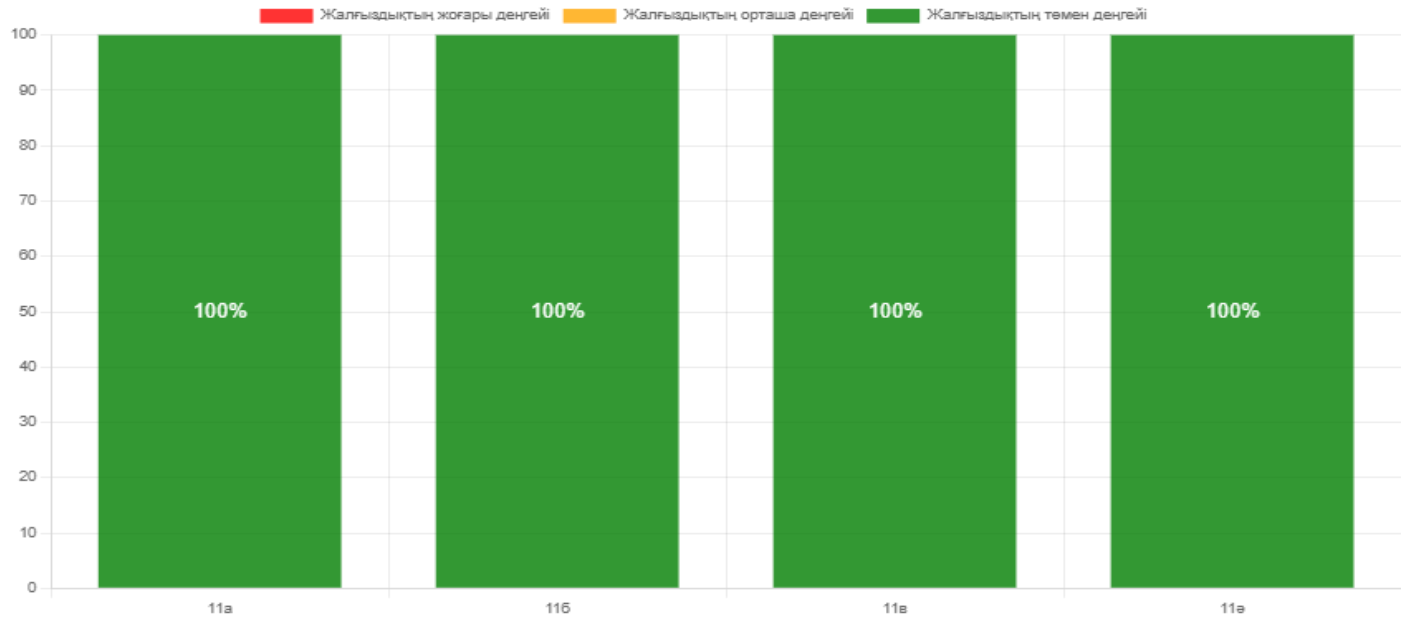
Д.Рассел мен М.Фергюсонның жалғыздықтың субъективті сезімі деңгейінің диагностикасы.

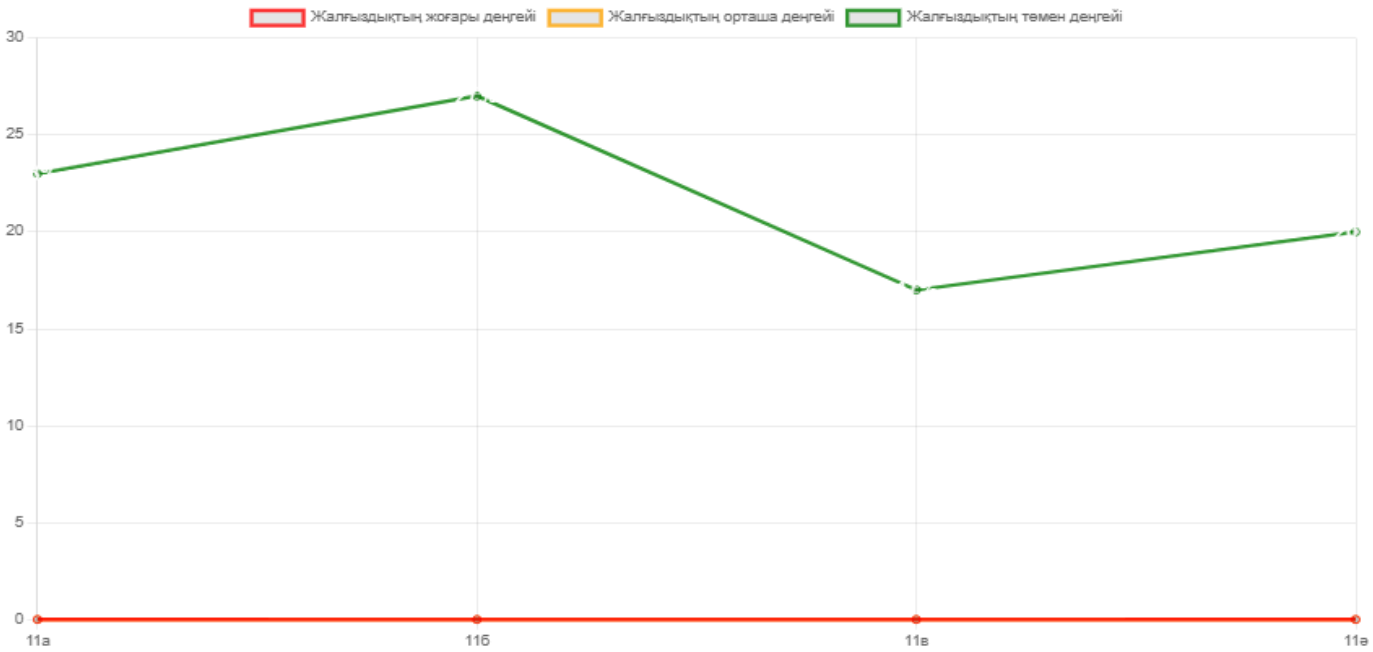
Мақсаты: жалғыздықдеңгейін, адамның өзін қаншалықты жалғыз сезінетінін анық тау. Жалғыздықтың субъективті
сезімдеңгейін диагностикалау әдістемесі, авторлары Д. Расселл,М. Фергюсон.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Нәтижесі (**сандық** және сапалық талдауы)









Өңдеу нәтижесінде: Зерттеу нәтижелері бойынша 11-сынып оқушыларының барлығында жалғыздықтың төмен деңгейі анықталды. Барлық сыныптарда 11«А», 11 «Б», 11«В», 11«Ә» көрсеткіштер 100% төмен деңгейде, орташа және жоғары деңгейлер тіркелмеген.

Бұл нәтижелер оқушылардың сыныпта өздерін жайлы сезінетінін, құрдастарымен қарым-қатынасының қалыпты екенін, әлеуметтік бейімделу деңгейінің жоғары екенін көрсетеді. Сыныптарда өзара түсіністік, қолдау және жағымды психологиялық ахуал бар.

Жалпы алғанда, 11-сыныптарда оқушылардың эмоционалдық жағдайы тұрақты, жалғыздық сезімі байқалмайды. Қалыптасқан оң психологиялық климат оқу үдерісіне және тұлғалық дамуына жағымды әсер етеді.

Ұсыныстар:

– Сыныптардағы қалыптасқан жағымды психологиялық ахуалды сақтау және нығайту;

– Эмоциялық тұрақтылықты қолдау мақсатында профилактикалық психологиялық тренингтер өткізу;

– Қажет болған жағдайда жеке психологиялық кеңес беру жұмыстарын жүргізу;

Қорытынды: Д.Рассел – М. Фергюсон әдістемесі бойынша жүргізілген зерттеу нәтижесінде барлық 11 «А», 11«Б», 11 «В», 11 «Ә» оқушылардың жалғыздық деңгейі төмен екені анықталды. Орташа және жоғары деңгей көрсеткіштері тіркелген жоқ. Бұл нәтижелер сыныптарда жағымды психологиялық ахуал қалыптасқанын, оқушылардың өзара қарым-қатынасы жақсы екенін және әлеуметтік бейімделу деңгейінің жоғары екенін көрсетеді. Жалпы алғанда, зерттелген сыныптарда эмоционалдық тұрақтылық сақталған, оқушылар өздерін сынып ұжымының толыққанды мүшесі ретінде сезінеді.

7. 2-4 сынып оқушылары арасында «Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми практикалық институты әзірлеген зорлық-зомбылықты анықтау бойынша экспресс сауалнама: «Сізге қалай қарайды?» анонимно сауалнамасы жүргізілді.

Диагностикалық жұмыс анықтамасы

Күні: 12-14.11.2025ж

Сынып: 2-4 сыныптар

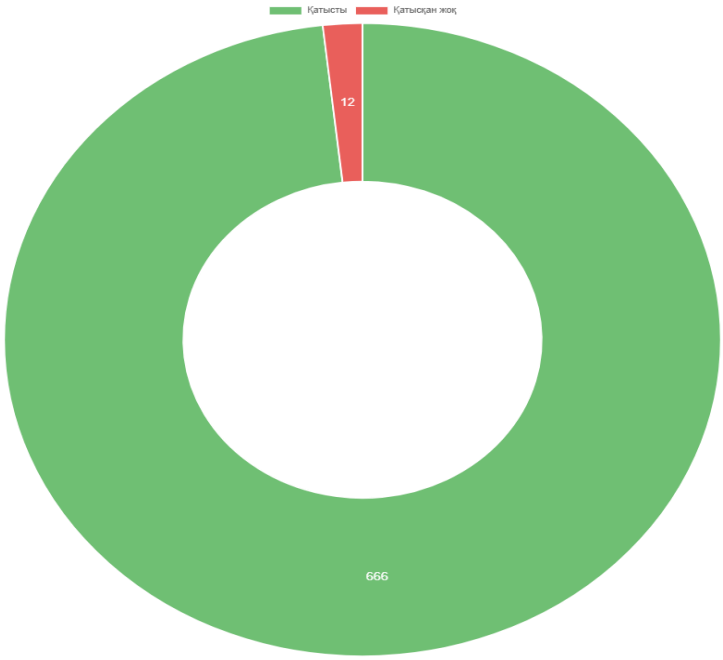
Бала саны: 678 бала,12-бала қатысқан жоқ себепті, 666 бала-қатысты.

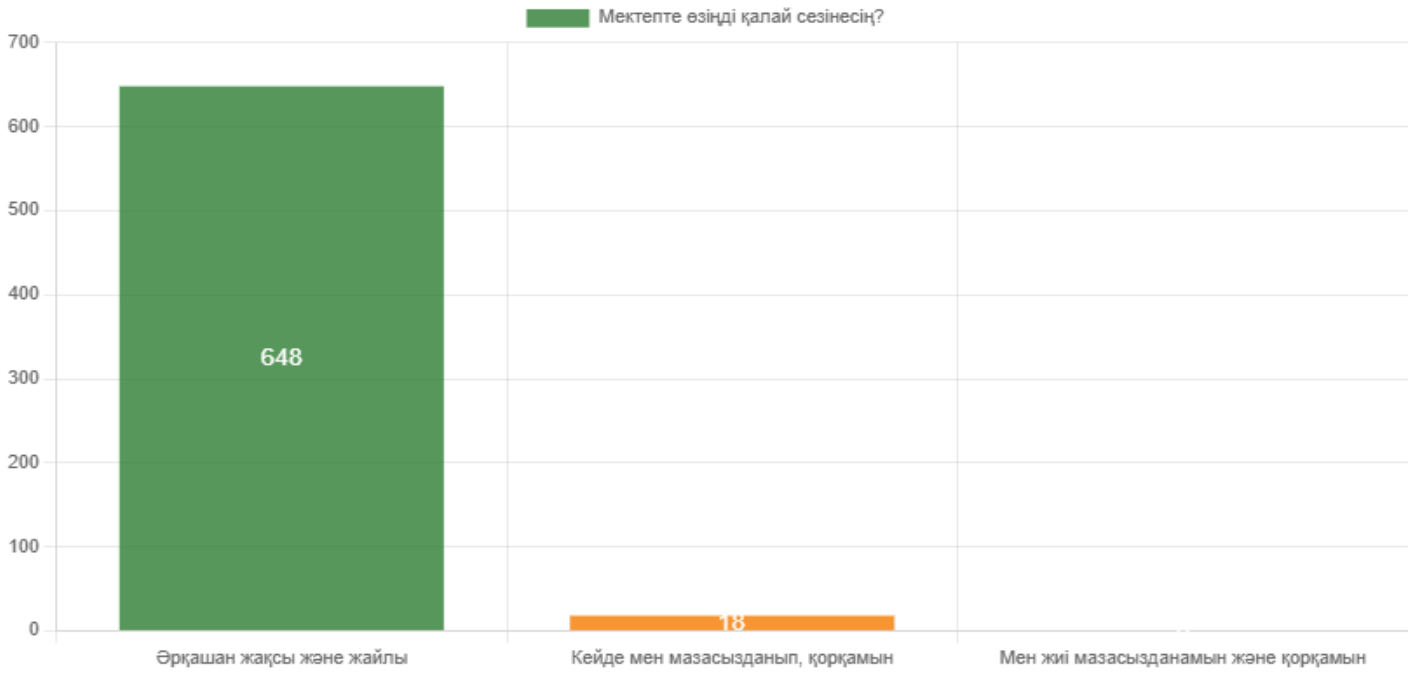
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: «Саған қалай қарайды»

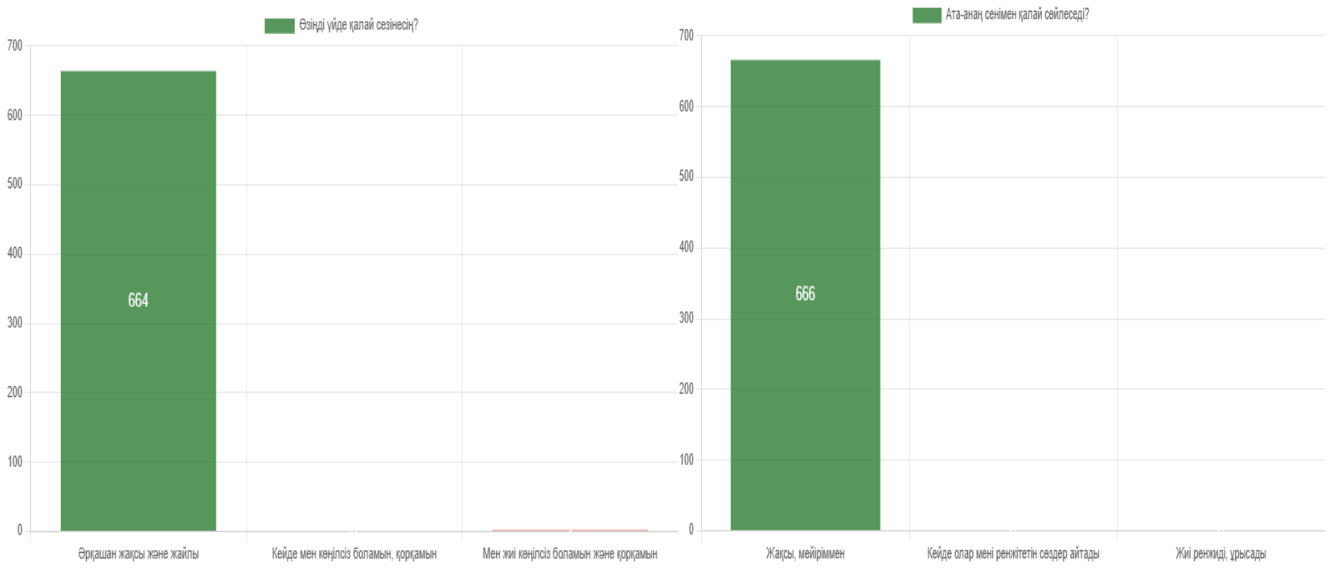
Мақсаты: баланың өміріндегі зорлық-зомбылықтың қай салаларында бар екенін анықтау.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

Нәтижесі (**сандық** және сапалық талдауы)







Көрсеткіштер бойынша талдау

2–4 сынып оқушылары арасында жүргізілген «Саған қалай қарайды?» атты анонимді сауалнама нәтижелері оқушылардың отбасында, мектепте және құрдастар ортасында өзін қауіпсіз әрі қолайлы сезінетінін көрсетті.

Сауалнама қорытындысы бойынша оқушылардың басым көпшілігі өздерін үйде әрқашан жақсы және жайлы сезінетінін атап өткен. Ата-анамен қарым-қатынаста балалардың көпшілігі ата-анасының олармен жақсы, мейіріммен сөйлесетінін, қателік жіберген жағдайда сабырлы түрде түсіндіретінін көрсеткен. Сонымен қатар, оқушылардың барлығы дерлік көңілсіз немесе қорыққан жағдайда сөйлесе алатын ересек адамның бар екенін растаған.

Мектеп ортасында да оқушылардың өзін жайлы сезіну деңгейі жоғары. Мұғалімдер тарапынан қателік болған жағдайда түсіндіру мен қолдау көрсету басым екені анықталды. Сыныптастар арасындағы қарым-қатынас та оң сипатта: сауалнама нәтижелері бойынша басқа балалардың мейірімді қарым-қатынасы басым, кемсіту немесе агрессия жағдайлары тіркелмеген.

Жалпы алғанда, сауалнама нәтижелері мектепте және отбасында қолайлы психоэмоционалдық орта қалыптасқанын, оқушылардың өздерін қауіпсіз, қорғалған және қолдау бар ортада сезінетінін көрсетеді. Бұл білім беру ұйымында тәрбиелік және психологиялық жұмыстың тиімді жүргізіліп жатқанын дәлелдейді

Ұсыныс: Оқушылармен қарым-қатынаста қолдаушы, мейірімді және сабырлы тәсілді тұрақты сақтау;

- Сыныпта жағымды психологиялық ахуалды сақтау мақсатында бірлескен ойындар мен топтық жұмыстарды жүйелі ұйымдастыру.

Қорытынды: 2-4 сынып оқушыларынан саған қалай қарайды анонимно сауалнамсы алынды. Барлығы 666 бала қатысты. Балалардың жай-күйі жақсы деңгейде. Жалпы алғанда, сауалнама нәтижелері мектепте қолайлы психоэмоционалдық ортаның қалыптасқанын, оқушылардың өзін қорғалған, сенімді және қолдау бар ортада сезінетінін көрсетеді. Бұл білім беру ұйымында тәрбиелік және психологиялық жұмыстың тиімді жүргізіліп жатқанын дәлелдейді.

8. 5-11 сынып оқушылары арасында «Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми практикалық институты әзірлеген зорлық-зомбылықты анықтау бойынша экспресс сауалнама: «Сізге қалай қарайды?» анонимно сауалнамасы жүргізілді.

Күні: 12-14.11.2025ж

Сынып: 5 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
6 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
7 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
8 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
9 А,Ә,Б,В,Г,Ғсыныптары;
10 А,Ә,Б,В,Г сыныптары;
11А,Ә,Б,В сыныптары.

Бала саны:1067 бала,108 оқушы қатыспады

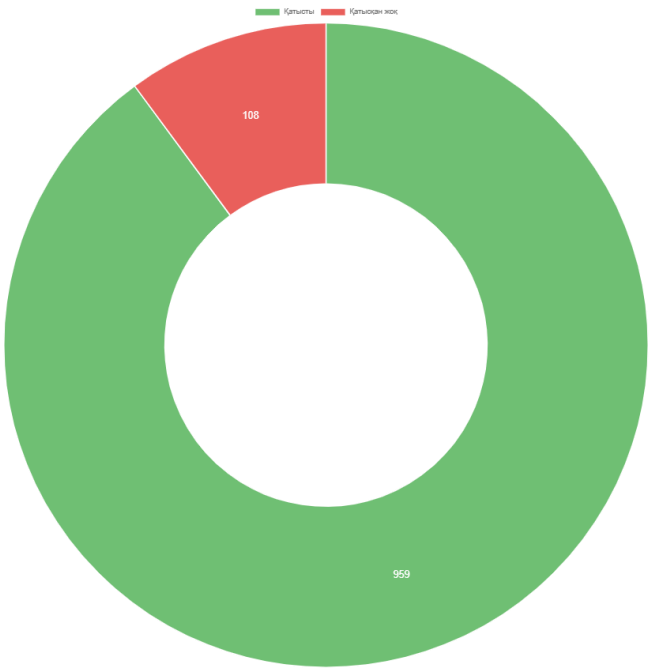
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: 5-11 сынып оқушыларына арналған «Саған қалай қарайды?» сауалнамасы (анонимді)

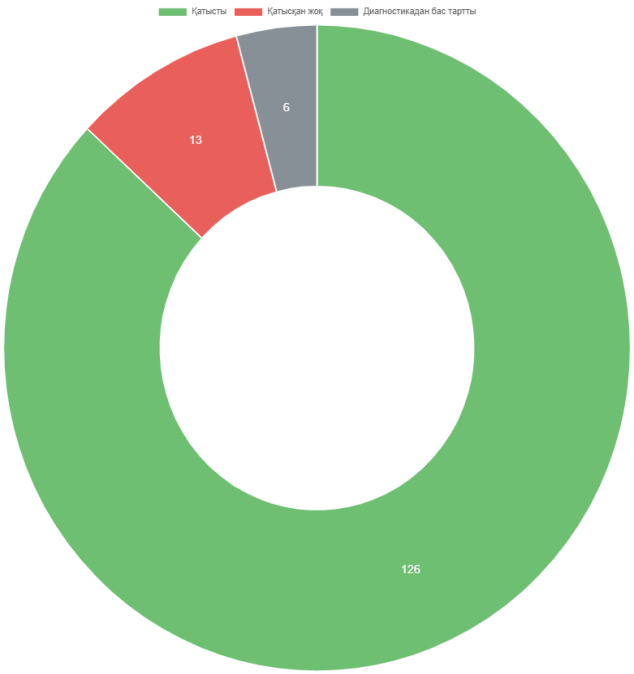
Мақсаты:

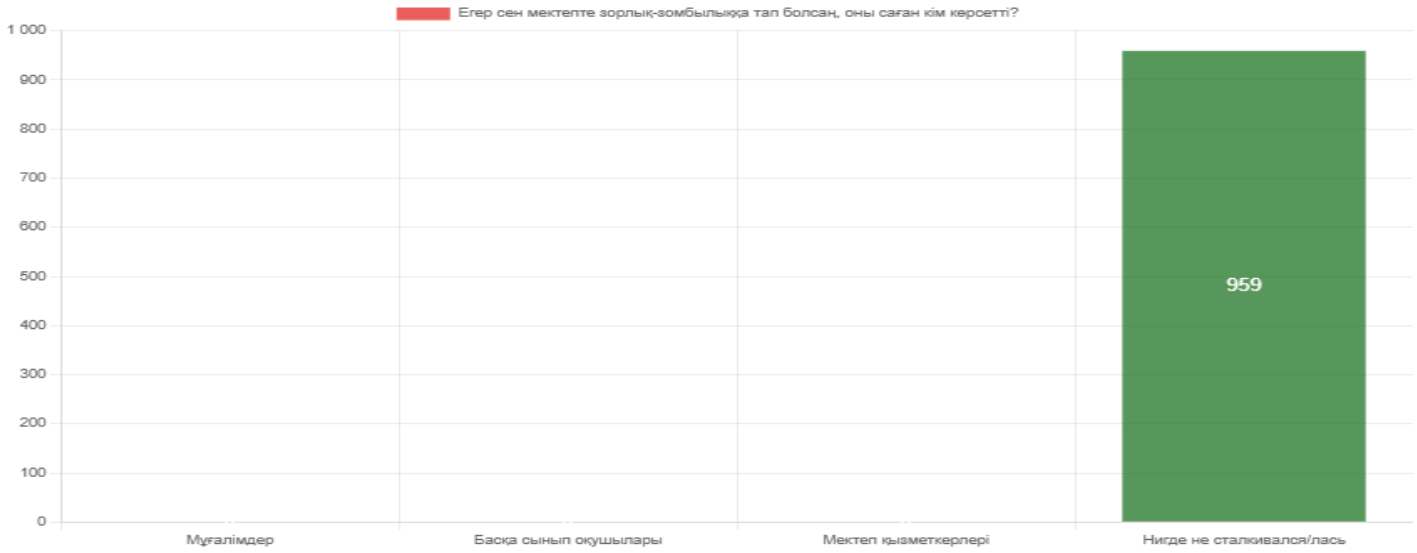
Баланың өміріндегі зорлық-зомбылықтың қай салаларында бар екенін анықта

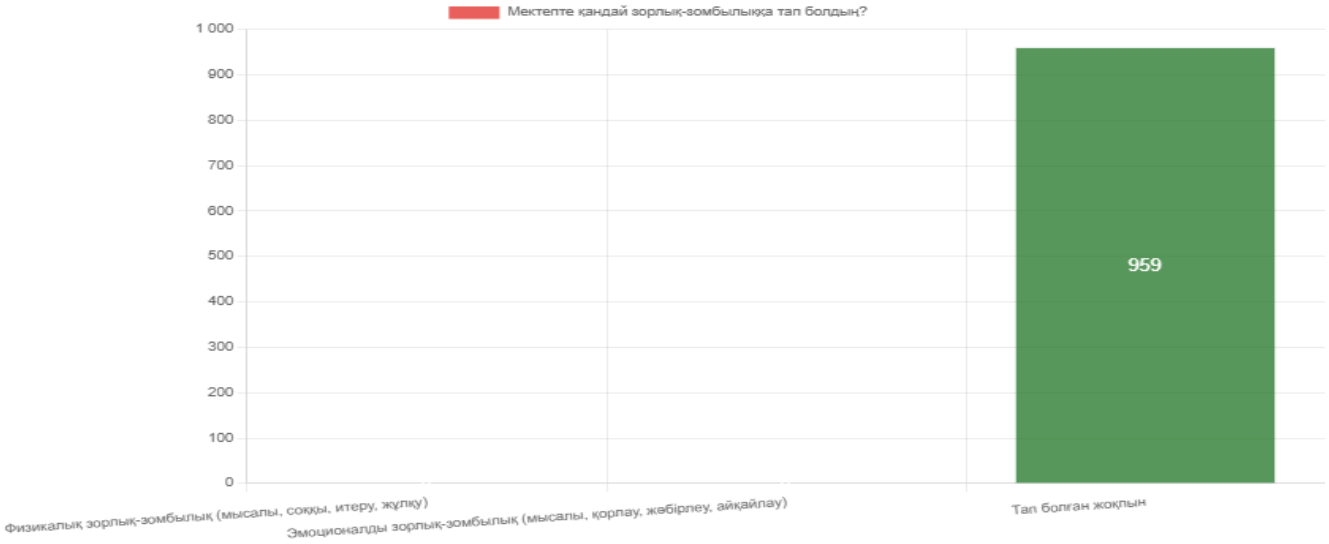
Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

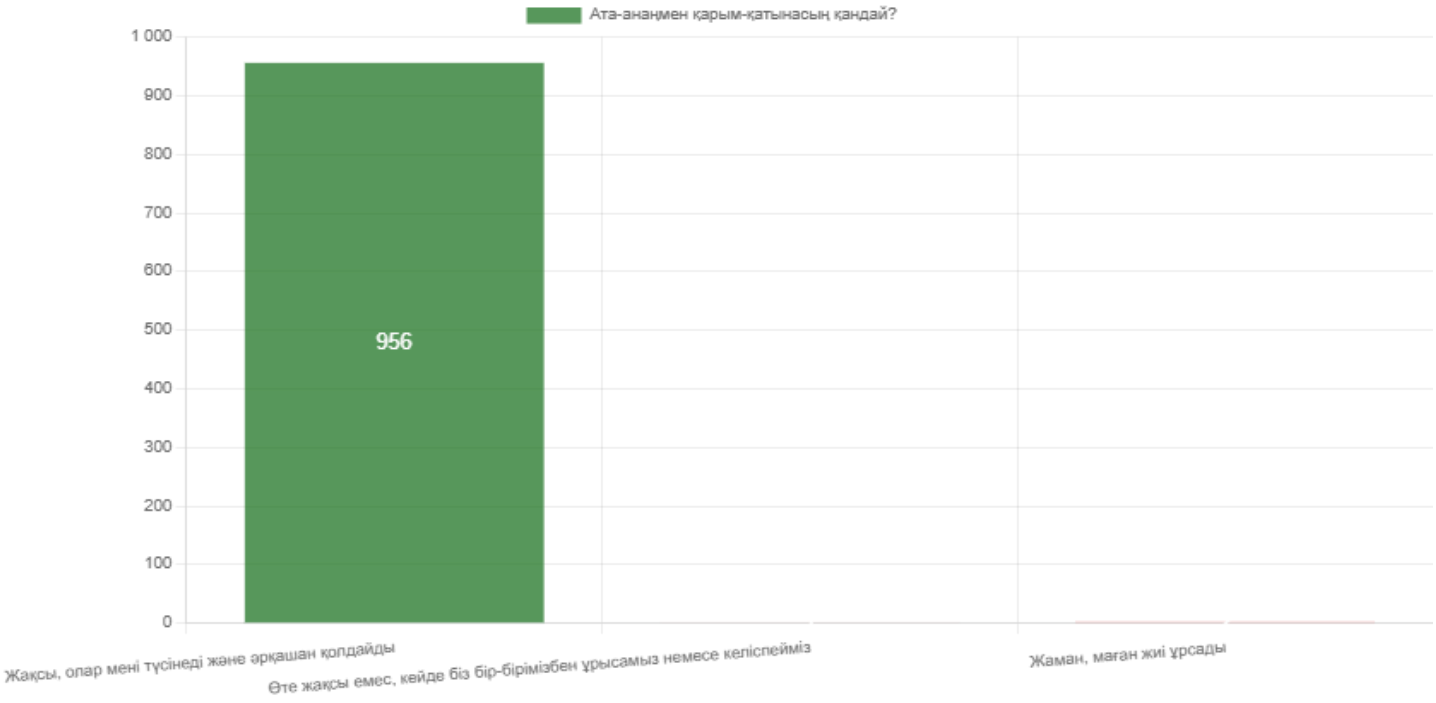
Нәтижесі (**сандық** және сапалық талдауы)



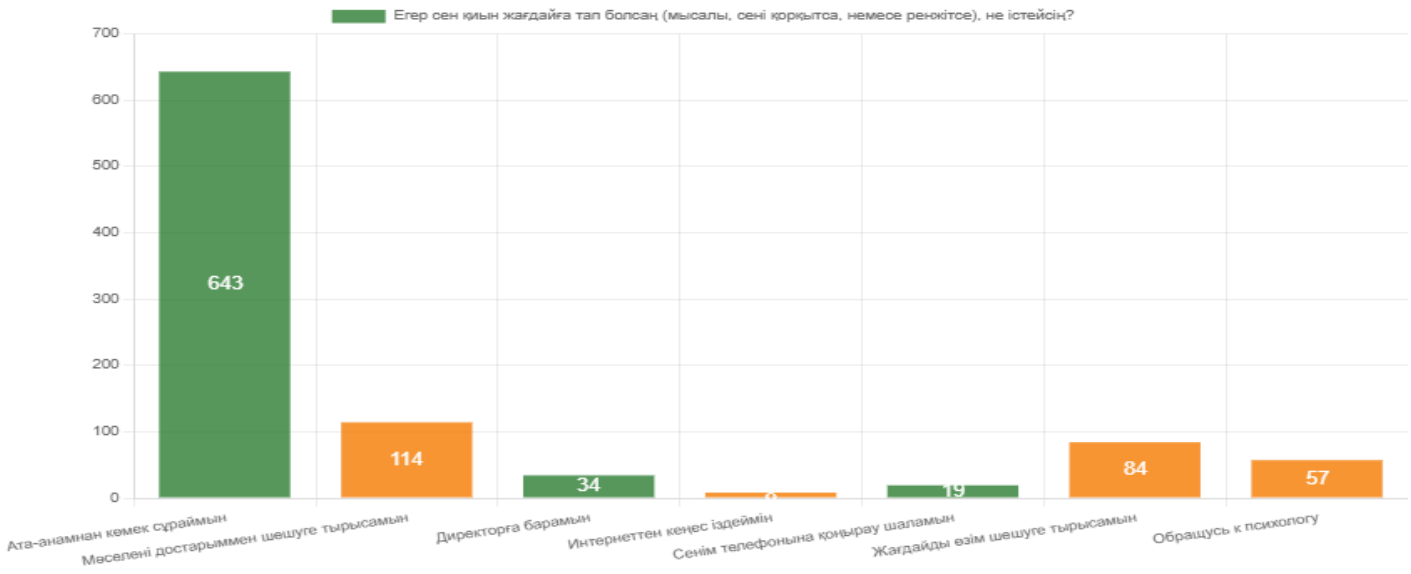



Егер сен мектепте зорлық-зомбылыққа тап болсаң, оны саған кім көрсетті?
1 000
900
800
700
600
500
400
300
200
100
0
959
Мұғалімдер
Басқа сынып оқушылары
Мектеп қызметкерлері
Нигде не сталкивался/лась


Мектепте қандай зорлық-зомбылыққа тап болдың?
1 000
900
800
700
600
500
400
300
200
100
0
959
Физикалық зорлық-зомбылық (мысалы, соққы, итеру, жұлқу)
Эмоционалды зорлық-зомбылық (мысалы, қорлау, жәбірлеу, айқайлау)
Тап болған жоқпын


Ата-анаңмен қарым-қатынасың қандай?
1 000
900
800
700
600
500
400
300
200
100
0
956
Жақсы, олар мені түсінеді және әрқашан қолдайды
Өте жақсы емес, кейде біз бір-бірімізбен ұрысамыз немесе келіспейміз
Жаман, маған жиі ұрсады





Көрсеткіштер бойынша талдау

5-11сынып оқушылары арасында жүргізілген «Саған қалай қарайды?» атты анонимді сауалнама нәтижелері оқушылардың отбасында, мектепте және құрдастар ортасында өзін қауіпсіз әрі қолайлы сезінетінін көрсетті.

Сауалнама қорытындысы бойынша оқушылардың басым көпшілігі өздерін үйде әрқашан жақсы және жайлы сезінетінін атап өткен. Ата-анамен қарым-қатынаста балалардың көпшілігі ата-анасының олармен жақсы, мейіріммен сөйлесетінін, қателік жіберген жағдайда сабырлы түрде түсіндіретінін көрсеткен. Сонымен қатар, оқушылардың барлығы дерлік көңілсіз немесе қорыққан жағдайда сөйлесе алатын ересек адамның бар екенін растаған.

Мектеп ортасында да оқушылардың өзін жайлы сезіну деңгейі жоғары. Мұғалімдер тарапынан қателік болған жағдайда түсіндіру мен қолдау көрсету басым екені анықталды. Сыныптастар арасындағы қарым-қатынас та оң сипатта: сауалнама нәтижелері бойынша басқа балалардың мейірімді қарым-қатынасы басым, кемсіту немесе агрессия жағдайлары тіркелмеген.

Жалпы алғанда, сауалнама нәтижелері мектепте және отбасында қолайлы психоэмоционалдық орта қалыптасқанын, оқушылардың өздерін қауіпсіз, қорғалған және қолдау бар ортада сезінетінін көрсетеді. Бұл білім беру ұйымында тәрбиелік және психологиялық жұмыстың тиімді жүргізіліп жатқанын дәлелдейді

Ұсыныс: Оқушылармен қарым-қатынаста қолдаушы, мейірімді және сабырлы тәсілді тұрақты сақтау;

- Қателік жіберген жағдайда жазалаудан гөрі түсіндіру мен ынталандыру әдістерін қолдануды жалғастыру;
- Сыныпта жағымды психологиялық ахуалды сақтау мақсатында бірлескен ойындар мен топтық жұмыстарды жүйелі ұйымдастыру.

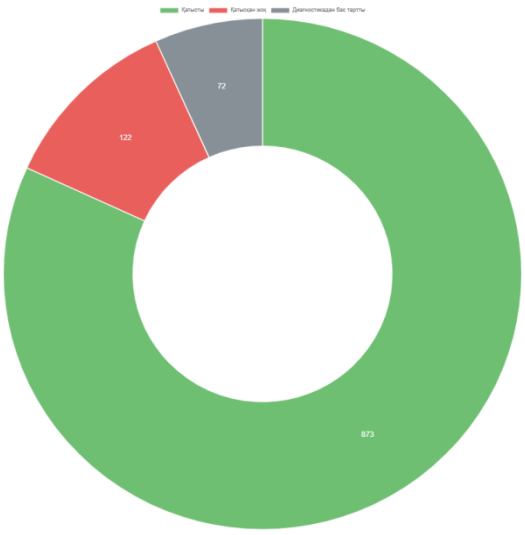
Қорытынды: 5-11 сынып оқушыларынан саған қалай қарайды анонимно сауалнамсына барлығы 959 бала қатысты. Балалардың жай-күйі жақсы деңгейде. Жалпы алғанда, сауалнама нәтижелері мектепте қолайлы психоэмоционалдық ортаның қалыптасқанын, оқушылардың өзін қорғалған, сенімді және қолдау бар ортада сезінетінін көрсетеді. Бұл білім беру ұйымында тәрбиелік және психологиялық жұмыстың тиімді жүргізіліп жатқанын дәлелдейді.

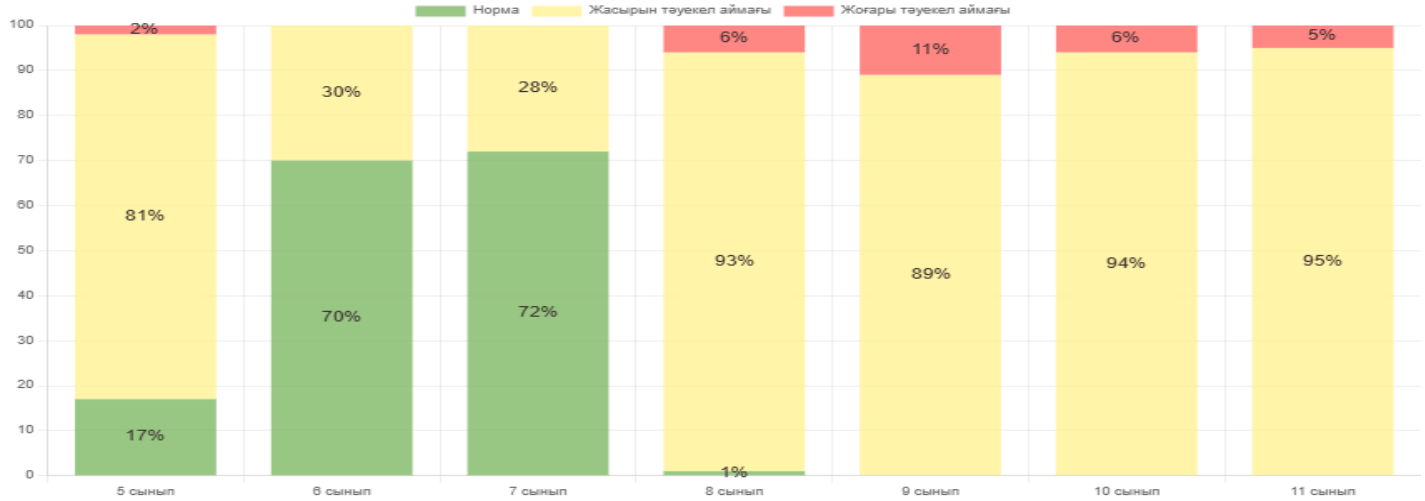
9. 5-11 сынып оқушыларының психологиялық денсаулығының деңгейіне киббербулинг маркерлерінің әсерін бағалау әдістемесі (Ракишева Г.М)

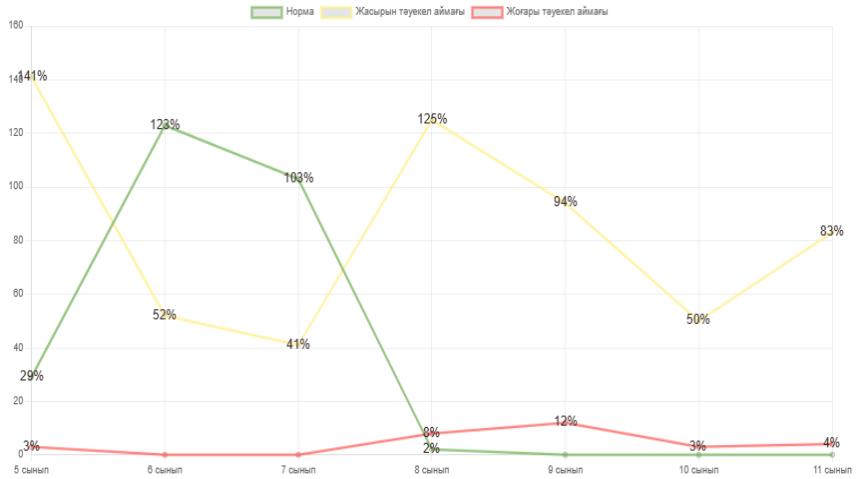
Күні: 12-14.11.2025ж
Сынып: 5 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
6 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
7 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
8 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
9 А,Ә,Б,В,Г,Ғсыныптары;
10 А,Ә,Б,В,Г сыныптары;
11А,Ә,Б,В сыныптары.
Бала саны:1067 бала,122 оқушы қатыспады,72 оқушы диагностикадан бас тартқан.

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Мектеп оқушыларының психологиялық денсаулығының деңгейіне кибербуллинг маркерлерінің әсерін бағалау әдістемесі (авторы Ракишева Г.М.)

Мақсаты: Зерттеудің мақсаты кибербуллинг маркерлерінің ауырлығын және олардың мектеп оқушыларының психологиялық денсаулығына әсерін өлшеу болып табылады







Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Нәтижесі (**<u>сандық</u>** және сапалық талдауы)
Нәтижелер түсіндірмесі

*Норма - (15-24)
психологиялық норма деп біз жеке тұлғаның қалыпты дамуын, адамның белгілі бір оқиғаларға адекватты реакциясын, бақыт сезімін түсінеміз.
* Жасырын тәуекел аймағы - (25-39)
шешілмеген ішкі жанжалға байланысты тұрақсыз психоэмоционалды күй, бұл мазасыздық, жалғыздық, қажетсіздік және дәрменсіздік сезімін тудыруы мүмкін.
* Жоғары тәуекел аймағы - (40-45)
тұлғаның айқын психоэмоционалды тұрақсыздығы, ол теріс күйлердің ұзаққа созылуы және өзін-өзі реттеудің болмауынан туындайды.

Қорытынды анықтама
Зерттеу нәтижелері мектеп оқушыларының психологиялық денсаулығына кибербуллинг маркерлерінің әсері жас ерекшелігіне қарай әртүрлі деңгейде көрінетінін көрсетті.
5-сыныпта оқушылардың 17%-ы нормада, 81%-ы жасырын тәуекел аймағында, 2%-ы жоғары тәуекел аймағында анықталды. Бұл бастауыштан орта буынға өту кезеңінде балалардың цифрлық ортаға психологиялық тұрғыда бейімделуі әлі толық қалыптаспағанын көрсетеді.

6–7-сыныптарда норма көрсеткіші жоғары (тиісінше 70% және 72%), ал жасырын тәуекел аймағы 30–28% шамасында. Жоғары тәуекел аймағы бұл сыныптарда тіркелмеген, бұл кезеңде оқушылардың психологиялық тұрақтылығы салыстырмалы түрде жақсы деңгейде екенін білдіреді.
8-сыныпта жағдай күрт өзгерген: оқушылардың 93%-ы жасырын тәуекел аймағында, 6%-ы жоғары тәуекел аймағында, норма көрсеткіші небәрі 1%. Бұл жасөспірімдік кезеңнің күрделілігі мен киберкеңістіктегі жағымсыз әсерлердің күшеюін айқын көрсетеді.
9-сыныпта жасырын тәуекел аймағы 89%, жоғары тәуекел аймағы 11% құрайды. Бұл көрсеткіштер кибербуллинг маркерлерінің психологиялық денсаулыққа әсері осы жаста ең жоғары деңгейге жететінін аңғартады.
10–11-сыныптарда жасырын тәуекел аймағы басым (94–95%), жоғары тәуекел аймағы 5–6% деңгейінде сақталған. Бұл оқушылардың сырттай тұрақты көрінгенімен, ішкі психоэмоционалдық күйінде қауіп факторларының бар екенін көрсетеді.

Ұсыныс:

– Оқушыларға арналған киберқауіпсіздік және интернеттегі этикалық мінез-құлық тақырыптарында тұрақты тренингтер өткізу;
-Эмоционалдық тұрақтылықты дамытуға бағытталған түзету-дамытужұмыстарын жүргізу.

Жалпы қорытынды

Зерттеу нәтижелері кибербуллинг маркерлері мектеп оқушыларының психологиялық денсаулығына айтарлықтай әсер ететінін дәлелдейді. Жалпы алғанда, зерттеу нәтижелері кибербуллингтің мектеп оқушыларының психологиялық денсаулығына қауіп төндіретін маңызды фактор екенін және жүйелі психологиялық сүйемелдеуді талап ететінін көрсетеді.

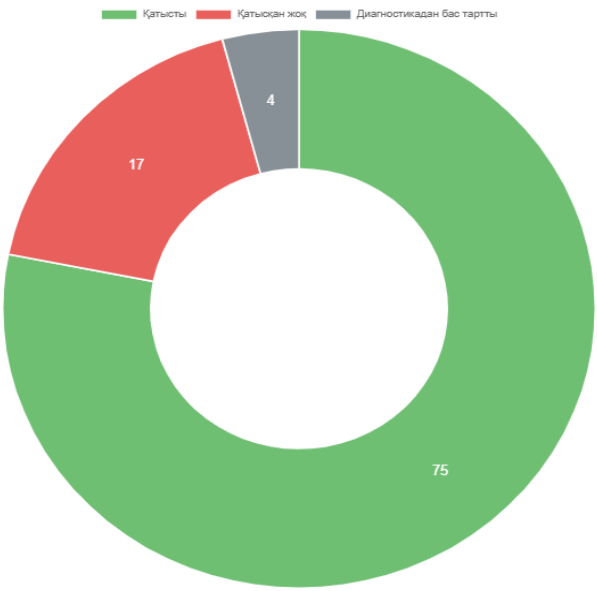
10. 10 сыныптардың мектептегі мазасыздық деңгейін анықтау мақсатында Ч.Д.Сиплбергер, Ю.Л.Ханинның мазасыздық әдістемесі алынды.

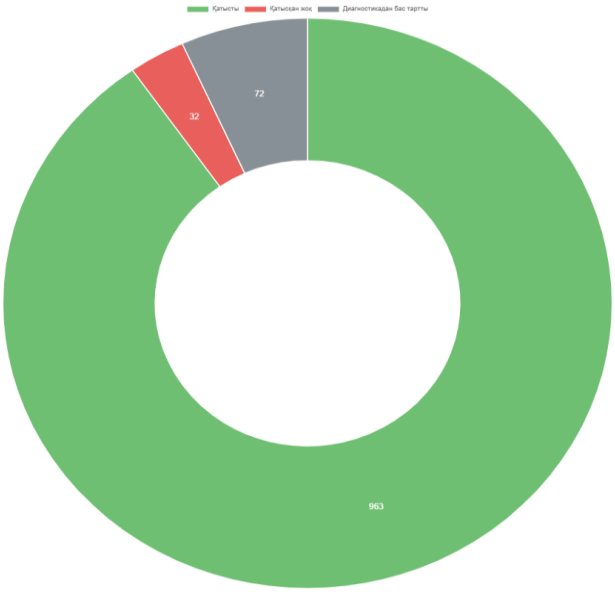
Күні: 11-12.12.2025ж
Сынып: 10 «А»,«Ә», «Б», «В», «Г»
Бала саны: 96 бала,17 оқушы қатыспады, 4 оқушы диагностикадан бас тартқан.

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы:Белгілі үрдістердің көпшілігі мазасыздықты өлшеуге мүмкіндік береді, яғни ол тұлғалық мазасыздықты немесе мазасыз күйдің бар-жоғын бағалайды. Мазасыздықты әрі тұлғалық қасиет, әрі күй ретінде саралап өлшеуге мүмкіндік беретін жалғыз әдістеме – Ч.Д. Спилберг ұсынған әдістеме.
Мақсаты: Жеке адамның **мазасыздық деңгейін екі қырынан** анықтау, яғни:

Күйлік мазасыздықты (реактивті мазасыздық) – нақты бір сәттегі, белгілі жағдайға байланысты пайда болатын уақытша эмоционалдық күй ретінде;
Тұлғалық мазасыздықты – адамның тұрақты жеке қасиеті, түрлі жағдайларда мазасыздықты сезінуге бейімділігі ретінде өлшеп бағалау.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Нәтижесі (**сандық** және сапалық талдауы)





Зерттеуге қатысушылардың басым көпшілігінде мазасыздықтың төмен деңгейі байқалады (43 адам). Бұл топ эмоционалдық тұрғыда салыстырмалы түрде тұрақты, күйзеліс жағдайларына төзімді екенін көрсетеді.

Қатысушылардың бір бөлігінде орташа деңгейдегі мазасыздық анықталған (20 адам). Бұл қалыпты жағдай, алайда оқу немесе жұмыс жүктемесі артқанда мазасыздық өсуі мүмкін, сондықтан профилактикалық психологиялық қолдау ұсынылады.

Жоғары мазасыздық деңгейі бар қатысушылар саны аз (8 адам). Бұл топта ішкі уайым, кернеу, сенімсіздік белгілері байқалуы мүмкін.

Шекаралық күйдегі (3 адам) қатысушылар ерекше назарды қажет етеді, себебі бұл деңгей эмоционалдық күйзелістің жоғары екенін және психологиялық қолдауды қажет ететінін көрсетеді.

Қорытынды:

Зерттеу нәтижелері бойынша қатысушылардың едәуір бөлігінде мазасыздықтың төмен және орташа деңгейі байқалады (34 және 18 адам). Бұл топтағы тұлғалар жалпы эмоционалдық тұрғыдан салыстырмалы түрде тұрақты, күнделікті күйзелістерге төтеп бере алады.

Сонымен қатар, жоғары мазасыздық деңгейі бар қатысушылар саны да айтарлықтай (17 адам). Бұл топта алаңдаушылық, ішкі кернеу, сенімсіздік белгілері жиі байқалуы мүмкін.

Шекаралық күйдегі (8 адам) қатысушылар ерекше назарды қажет етеді, себебі бұл деңгей эмоционалдық жай-күйдің тұрақсыз екенін және психологиялық қолдау мен түзету жұмыстарын жүргізудің маңыздылығын көрсетеді.

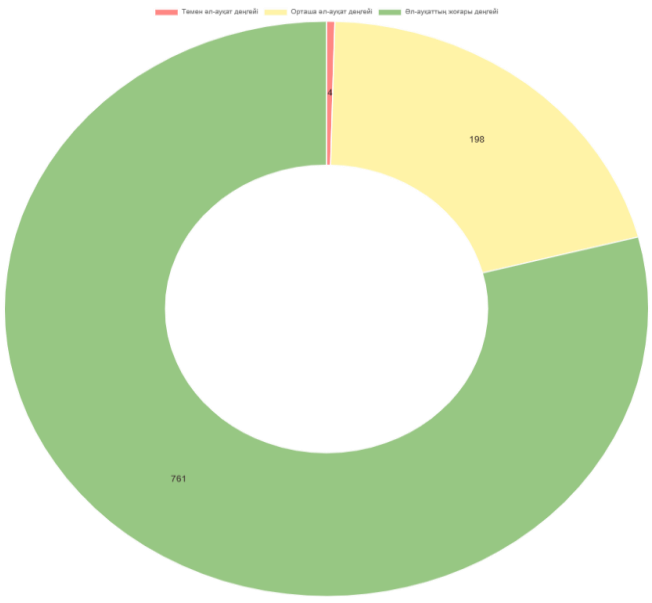
Ұсыныстар:

- Мазасыздықтың жоғары және шекаралық деңгейі анықталған оқушылармен жеке кеңес беру,

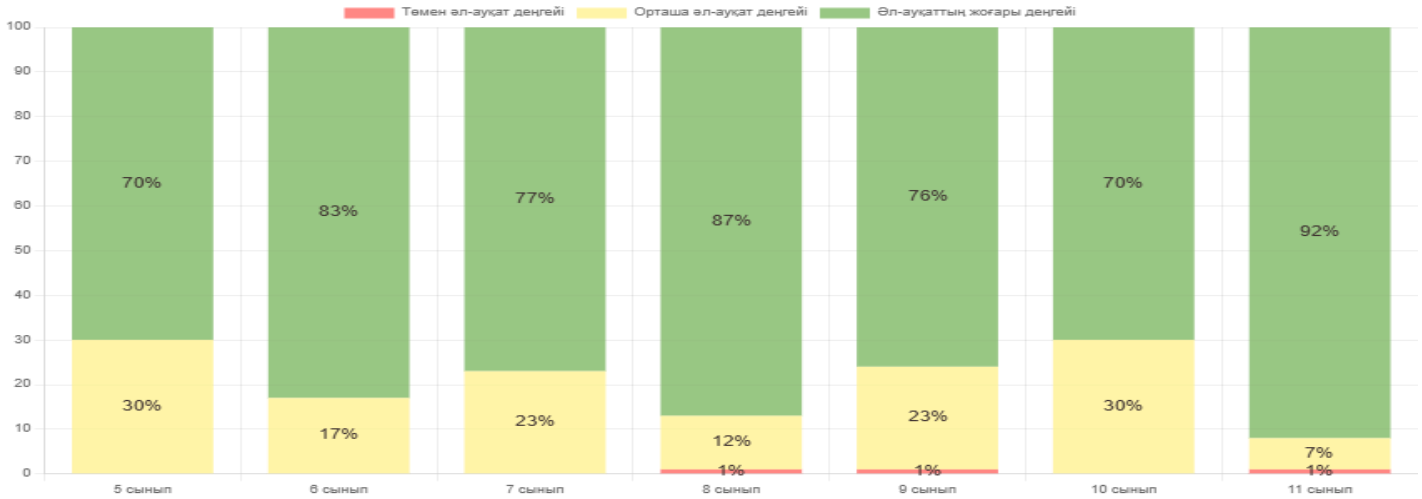
Қорытынды:
Ч.Д.Спилберг әдістемесі бойынша 10 «А»,«Ә», «Б», «В», «Г» сынып оқушыларымен жүргізілген диагностикалық зерттеу нәтижелері қатысушылардың басым бөлігінде мазасыздықтың төмен және орташа деңгейі басым екенін көрсетті. Бұл олардың психоэмоционалдық жағдайының жалпы алғанда тұрақты және қолайлы екенін айғақтайды.

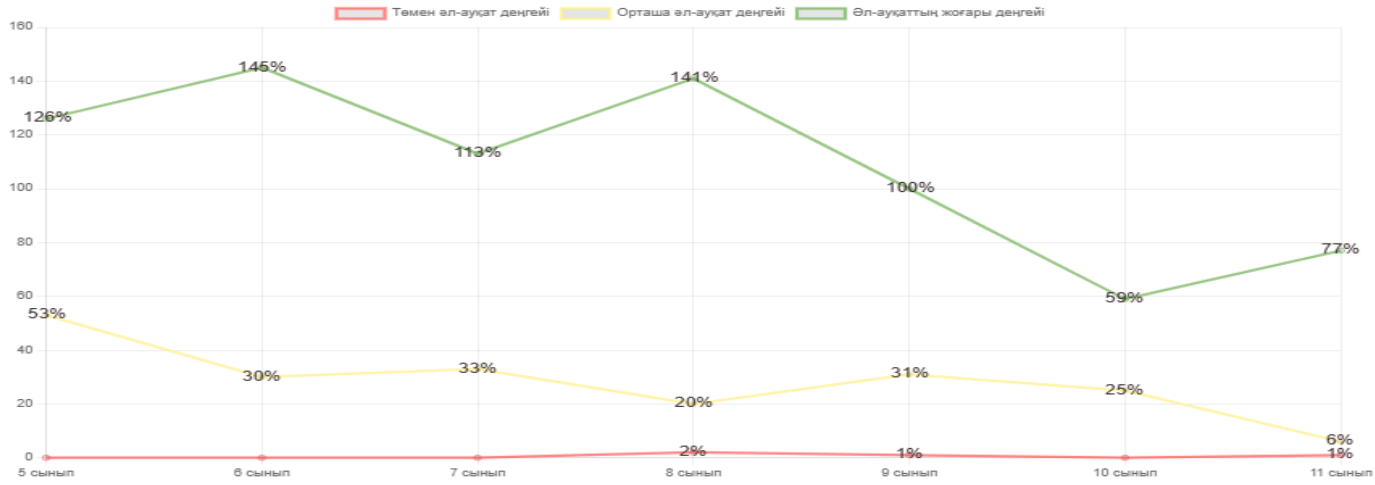
11. Жасөспірімдердің әл ауқатының шкаласы, авторы Кэрол Рифф

Күні: 08-17.12.2025ж
Сынып: 5 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Дсыныптары;
6 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Есыныптары;
7 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
8 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
9 А,Ә,Б,В,Г,Ғсыныптары;
10 А,Ә,Б,В,Г сыныптары;
11А,Ә,Б,В сыныптары.
Бала саны: 1067 бала,32 сауалнамаға қатыспаған себепті,72-оқушы диагностикадан бас тартқан.
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы:Жасөспірімдердің әл-ауқатының шкаласы, авторы Кэрол Рифф
Сауалнаманың мақсаты – жасөспірімдердің психологиялық жай-күйін бағалау. Түпнұсқа әдістің авторы - психологиялық әл-ауқаттың Рифф шкаласын (PWB) жасаған Кэрол Рифф. Ресейде бұл әдісті Т.Д. Шевеленкова мен П.П. Фесенко. Сауалнама 18 мәлімдемеден тұрады, оған респондент үш нұсқаның бірін таңдау арқылы жауап береді: «Көбінесе», «Кейде» немесе «Ешқашан». Әрбір мәлімдеме психологиялық әл-ауқаттың белгілі бір аспектісін көрсетеді.
Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Нәтижесі (**<u>сандық</u>** және сапалық талдауы)
Нәтижелер түсіндірмесі



* Төмен әл-ауқат деңгейі - (0-13)
жасөспірім өзін қанағаттанбауы, депрессияға ұшырауы және қосымша қолдауды қажет етуі мүмкін
* Орташа әл-ауқат деңгейі - (14-26)
көңіл-күйдің өзгеруі және кейде қиындықтар болуы мүмкін, бірақ жалпы жасөспірім өмірлік жағдайларды жеңеді
* Әл-ауқаттың жоғары деңгейі - (27-36)
жасөспірім өмірге қанағаттанғанын сезінеді, позитивті көзқарасқа ие және стресске төзімді





Қорытынды:
5–сынып
Оқушылардың көпшілігі (70%) әлеуметтік-экономикалық жағдайы жақсы деп бағаланған. Орташа жағдайды айтсақ, шамамен 30% оқушы көрсеткен. Төмен жағдайы жоқ.
Жалпы бұл сыныпта оң көрсеткіш жоғары.
6–сынып
Ең жоғары «жақсы» жағдай көрсеткіші – 83%. Орташа деңгей 17%, төмен жағдай анықталмаған.

Бұл сыныптағы оқушылардың әл-ауқаты басқа сыныптарға қарағанда жоғары деңгейде.

7–сынып

Шамамен 77% оқушы жақсы деңгейде екенін көрсеткен, орташа жағдай – 23%. Төмен көрсеткіш байқалмаған.

Осы сыныпта да басым көпшілік жағдайы тұрақты.

8–сынып

87% оқушы жақсы деңгейде, 12% орташа, ал төмен жағдайды тек 1% ғана көрсеткен. Бұл сыныпта да жоғары көрсеткіш және төмен жағдай өте аз.

9–сынып

Алдыңғы сыныптардан айырмашылығы – төмен деңгей 1% бар, 76% жақсы, 23% орташа.

Жалпы жақсы және орташа қатарда, бірақ төмен жағдай бар.

10–сынып

70% оқушы жақсы деңгей деп есептеген, 30% орташа. Төмен жағдай анықталмаған.

Орташа деңгей 9-сыныппен салыстырғанда жоғары, төмен жоқ.

11–сынып

Ең жоғары «жақсы» көрсеткіш – 92%, орташа – 7%, төмен – 1%.

Бұл сыныпта жағдай ең тұрақты әрі жақсы деңгейде.

Жақсы деңгей ең жоғары көрсеткіштер 6-сынып (83%), 8-сынып (87%) және 11-сынып (92%). Орташа деңгей 10- және 7-сыныптарда салыстырмалы түрде жоғары (30% және 23%). Төмен деңгей тек 8, 9 және 11-сыныптарда өте төмен пайызбен (≈1–2%), бұл жалпы кластер бойынша аз көрсеткіш. Жалпы оқушылардың көпшілігі барлық сыныптарда әлеуметтік-экономикалық жағдайды жақсы деп бағалаған.

Ұсыныстар:

- Мұғалімдер мен сынып жетекшісіне оқушылардың сенімін арттыруға бағытталған жылы эмоционалдық орта құру;
- Педагог-психолог тарапынан өзін-өзі бағалау және сенімділік дамытуға арналған тренингтер ұйымдастыру.

12. Бектің үмітсіздік шкаласы сауалнамасы

Күні: 19.12.2025ж

Сынып:Қалалық есепте тұрған оқушылардан алынды

Бала саны:

Жолдас Шыңғысхан 11 «Ә» сынып оқушысы

Махсут Алимардан 8 «В» сынып оқушысы

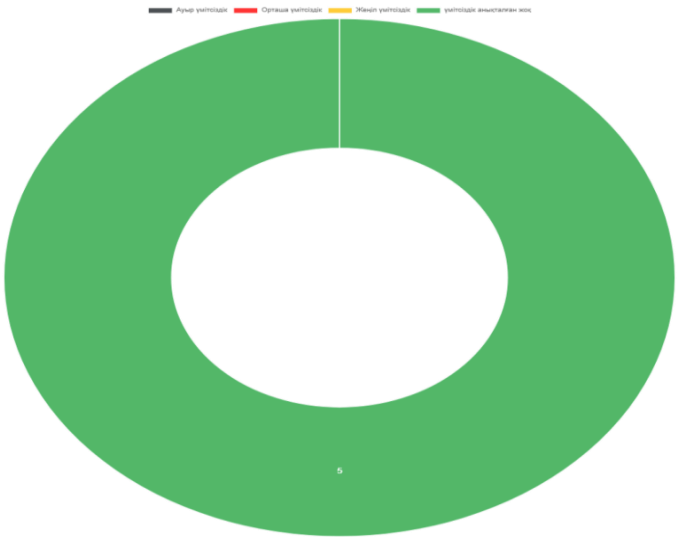
Байназар Әлтайр 8 «В» сынып оқушысы

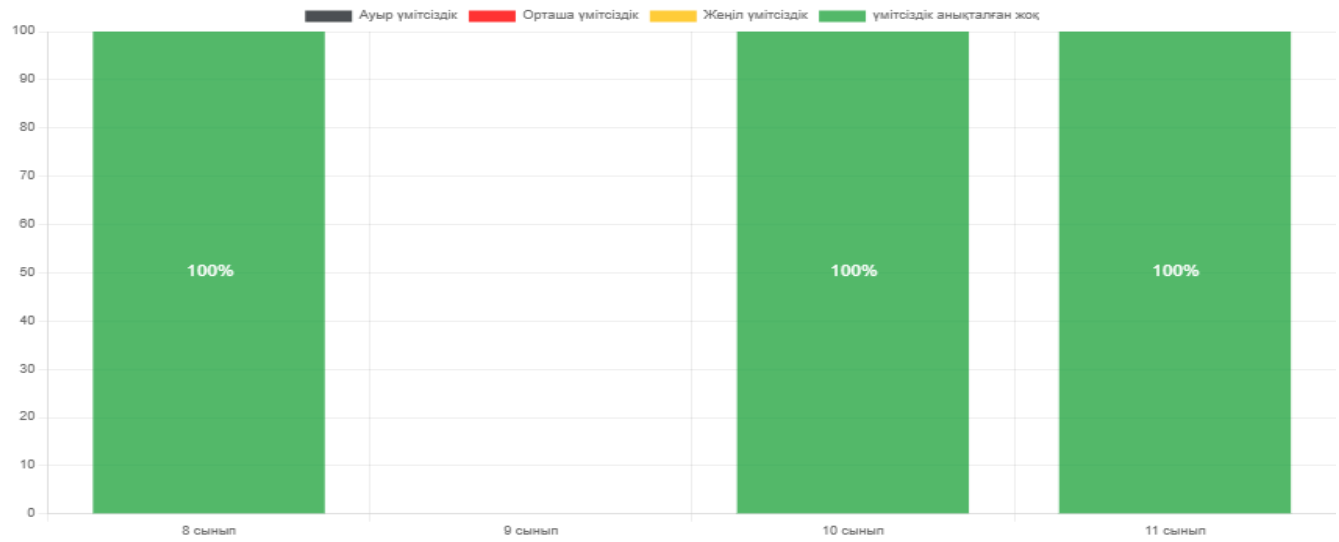
Руслан Рамазан 9 «Б» сынып оқушысы(Лагерьде) -сауалнамаға қатыспады.

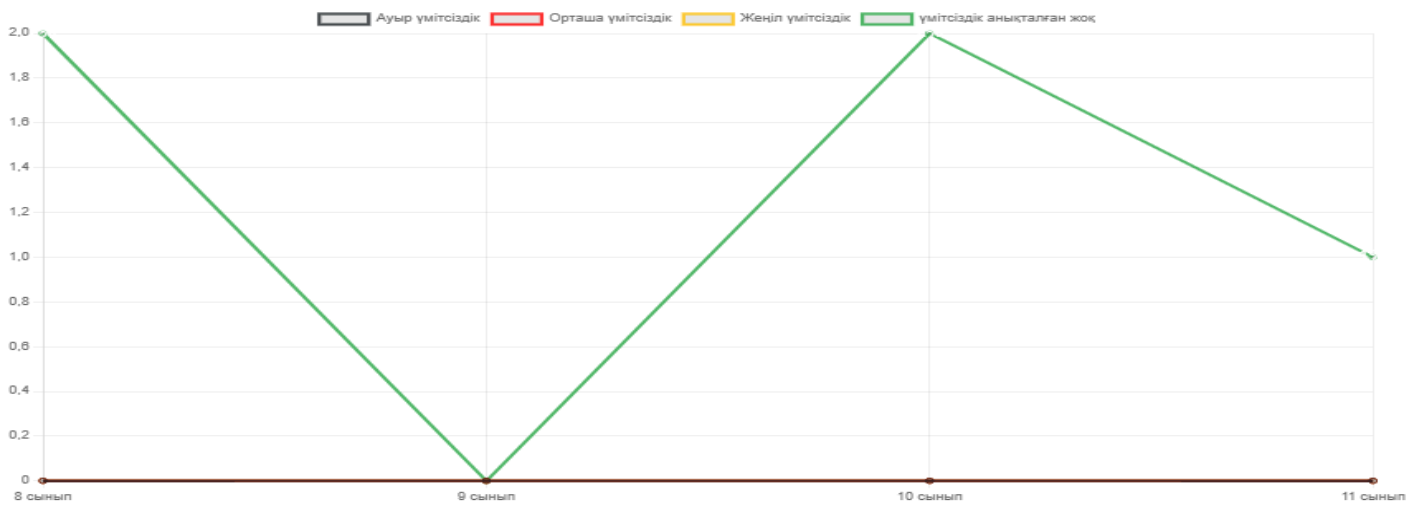
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы:БЕКТІҢ ҮМІТСІЗДІК ШКАЛАСЫ САУАЛНАМАСЫ

Әзірлеушілер:Аарон Темкин Бек — американдық психотерапевт, Пенсильвания университетінің психиатрия профессоры, депрессияларды емдеу саласында үлкен маман.

Сауалнаманың мақсаты – Оқушылардың депрессия деңгейін анықтау, өзін-өзі бағалауын және эмоционалды күйін бағалау.
Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Зерттеу аймағы:Психо-эмоционалды жағдай
Нәтижесі (сандық және сапалық талдауы)
Түсіндірме
* Ауыр үмітсіздік (15 - 20)
* Орташа үмітсіздік (10 - 14)
* Жеңіл үмітсіздік (4 - 9)
* үмітсіздік анықталған жоқ (0 - 3)
Үмітсіздік
Бэктің үмітсіздік шкаласы субъектінің өз болашағына деген теріс көзқарасының ауырлығын өлшейді. Бұл әдіс депрессиядан зардап шегетін адамдарда, сондайақ бұрын суицид әрекеттерін жасаған адамдарда суицид қаупінің жанама индикаторы ретінде ерекше құнды







Бек үмітсіздік шкаласы бойынша қорытынды
Суреттегі диаграмма көрсеткендей:
✓8-сыныпта барлық оқушыларда (100%) үмітсіздік анықталмаған. Яғни, бұл жасөспірімдерде болашаққа деген сенім мен оптимизм жоғары көрінді.
✓9-сыныпта де (100%) үмітсіздік деңгейі анықталмаған. Бұл сыныптағы оқушыларда да үмітсіздік белгілері байқалмаған.
✓10-сыныпта барлығы (100%) үмітсіздік сезімінен бос болған. Бұл сынып та эмоционалды жағынан тұрақты.
✓11-сыныпта де (100%) үмітсіздік анықталмаған. Бұл оқушыларда болашаққа сенім мен позитивті көзқарас басым.

Жалпы қорытынды

Барлық сыныптарда 8, 9, 10, 11-сыныптар Бек шкаласы бойынша үмітсіздік анықталмады. Яғни, зерттелген оқушылардың болашаққа деген пайдасыздық, үмітсіздік немесе теріс ойлар белгілері жоқ. Бұл олардың эмоционалды жағдайының қалыпты, психологиялық тұрғыдан толыққанды екенін көрсетеді. Оқушылардың болашаққа сенімі жоғары, мақсат қоюға және жоспарлауға бейімділігі бар.

Ұсыныс:

-Тұрақты психологиялық тренингтер мен мотивациялық сабақтар өткізу.
-Мектеп педагог-психологымен жекелей және топтық кездесулер ұйымдастыру.

Қорытынды:

Жалпы мектептегі 8-ден 11-сыныпқа дейінгі оқушылар арасында үмітсіздік деңгейі мүлде байқалмаған, бұл олардың психологиялық тұрғыдан тұрақты екенін білдіреді.

13. Е.К.Климовтың дифференциалды-диагностикалық сауалнамасы

Күні: 12.01.2026ж
Сынып: 11 «А», «Ә»,«Б», «В» сынып оқушылары
Бала саны: 84 бала, 22 оқушы диагностикадан бас тартқан
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Е.А. Климовтың **дифференциалды-диагностикалық сауалнама әдістемесі**

Сауалнаманың мақсаты – Е.А. Климовтың **дифференциалды-диагностикалық сауалнамасының (ДДС)** мақсаты –**адамның кәсіби қызығушылықтары мен бейімділігін анықтау**, яғни оны еңбек нысандарына деген қатынасына қарай кәсіби бағыттарға бөлу.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

Зерттеу аймағы:Психо-эмоционалды жағдай

Нәтижесі (сандық және сапалық талдауы)

Сауалнама нәтижелері келесі кәсіби бағыттар бойынша талданды: **Адам–табиғат, Адам–техника, Адам–белгі жүйесі, Адам–көркем образ, Адам–адам.**

11а

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Абдукари	13.01.2026	50%	38%	63%	50%	50%
2	Абдыраза	13.01.2026	25%	25%	75%	50%	75%
3	Айдынұлы	13.01.2026	0%	88%	63%	38%	63%
4	Аманғали	13.01.2026	100%	13%	50%	38%	50%
5	Асауова Ж	13.01.2026	38%	63%	38%	50%	63%
6	Ахан Алты	13.01.2026	75%	25%	63%	50%	38%
7	Байұзақ Е	13.01.2026	50%	50%	63%	38%	50%
8	Бегис Аяу	13.01.2026	38%	63%	38%	63%	50%
9	ЕСЕНБЕК Д	13.01.2026	25%	13%	75%	75%	63%
10	Ербол Ар	13.01.2026	63%	38%	25%	88%	38%
11	Ибрагимо	13.01.2026	13%	63%	75%	75%	25%
12	Кабибов Н	13.01.2026	25%	38%	75%	50%	63%
13	Майқан Ә	13.01.2026	38%	50%	25%	38%	100%
14	Марат Ма	13.01.2026	25%	88%	50%	75%	13%
15	Мырзабе	13.01.2026	50%	38%	50%	50%	63%
16	Нұх Ахелі	13.01.2026	13%	50%	75%	63%	50%
17	Рахметал	13.01.2026	25%	38%	88%	50%	50%
18	Серікқали	13.01.2026	0%	50%	75%	50%	75%
19	Эгамберд	13.01.2026	13%	75%	63%	63%	38%
20	Қадырхан	13.01.2026	88%	38%	13%	50%	63%
21	Әуесхан А	13.01.2026	25%	25%	75%	63%	63%
22	Әшірқызы	13.01.2026	50%	38%	13%	75%	75%
23	Өктем Жұ	13.01.2026	50%	50%	50%	13%	88%
24	Алдан На	Диагностикадан бас тартты					
25	Арыстанб	Диагностикадан бас тартты					

11б

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Абдикова	14.01.2026	13%	75%	50%	63%	50%
2	Адилова ,	13.01.2026	50%	25%	0%	100%	75%
3	Арипова І	14.01.2026	75%	25%	25%	50%	75%
4	Бисентай	13.01.2026	50%	88%	25%	50%	38%
5	Ердібек Г	13.01.2026	38%	75%	63%	25%	50%
6	Ермахан І	13.01.2026	50%	25%	25%	88%	63%
7	Жакенова	13.01.2026	50%	38%	50%	63%	50%
8	ИСАТАЙ Т	13.01.2026	25%	50%	50%	38%	88%
9	Карагожи	13.01.2026	38%	75%	38%	75%	25%
10	Мусабаев	13.01.2026	50%	25%	38%	63%	75%
11	Нұрлыбе	15.01.2026	25%	50%	38%	75%	63%
12	Оразхан А	14.01.2026	63%	13%	38%	75%	63%
13	Сержан Б	14.01.2026	63%	63%	25%	13%	88%
14	Серик Әд	14.01.2026	63%	63%	25%	50%	50%
15	Тарғын Д	13.01.2026	25%	75%	38%	75%	38%
16	Тоқтамыс	13.01.2026	75%	13%	50%	75%	38%
17	ТӨЛЕУ ДА	13.01.2026	38%	63%	75%	63%	13%
18	Утебек Ну	13.01.2026	63%	63%	63%	13%	50%
19	Хамит Та	13.01.2026	38%	88%	13%	50%	63%
20	Шукатаев	13.01.2026	38%	25%	50%	63%	75%
21	Шыныбе	13.01.2026	13%	63%	75%	25%	75%
22	Ырыс Әзі	14.01.2026	38%	50%	75%	25%	63%
23	Қалдыха	13.01.2026	38%	75%	50%	13%	75%
24	Қанағат Е	13.01.2026	38%	50%	38%	75%	50%
25	Құрманғ	13.01.2026	25%	13%	75%	63%	75%
26	Абишев Ы	Диагностикадан бас тартты					
27	ЖЕБЕГЕН	Диагностикадан бас тартты					
28	Русланқы	Диагностикадан бас тартты					

11в

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Айтқазы Н	14.01.2026	63%	50%	38%	25%	75%
2	Амангель	15.01.2026	38%	88%	38%	50%	38%
3	Асқарқыз	13.01.2026	13%	25%	88%	75%	50%
4	БАЙЖАНО	13.01.2026	38%	38%	50%	88%	38%
5	Балғабек	14.01.2026	50%	63%	25%	63%	50%
6	Бекболат	13.01.2026	75%	50%	13%	50%	63%
7	Кеңес Гул	13.01.2026	13%	50%	38%	75%	75%
8	Куламбае	13.01.2026	75%	50%	63%	25%	38%
9	Кусжанов	15.01.2026	38%	75%	63%	38%	38%
10	Орынбай	13.01.2026	0%	50%	63%	75%	63%
11	Садыков ,	13.01.2026	38%	38%	63%	50%	63%
12	Сахан Айг	13.01.2026	25%	25%	63%	63%	75%
13	Тұрсын Ж	13.01.2026	0%	38%	63%	63%	88%
14	Қабыкен	15.01.2026	75%	50%	38%	50%	38%
15	Құрманқа	15.01.2026	25%	63%	50%	50%	63%
16	Аманбай	Диагностикадан бас тартты					
17	Ахатұлы І	Диагностикадан бас тартты					
18	Кажтай Д	Диагностикадан бас тартты					
19	Карагуло	Диагностикадан бас тартты					
20	Куральба	Диагностикадан бас тартты					
21	Маулітбе	Диагностикадан бас тартты					
22	Мусамат ,	Диагностикадан бас тартты					
23	Нуриев А	Диагностикадан бас тартты					
24	Орынбай	Диагностикадан бас тартты					
25	Смагулов	Диагностикадан бас тартты					
26	ТЫНЫШБ	Диагностикадан бас тартты					
27	Таштемір	Диагностикадан бас тартты					
28	Қалмұрат	Диагностикадан бас тартты					

11ә

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Азаматұл	13.01.2026	38%	63%	25%	38%	88%
2	Аманжол	13.01.2026	38%	50%	63%	63%	38%
3	Баекина А	13.01.2026	75%	25%	25%	63%	63%
4	Балсиық А	13.01.2026	100%	50%	38%	25%	38%
5	Баранбае	13.01.2026	75%	75%	50%	38%	13%
6	Берікбол	13.01.2026	13%	75%	50%	50%	63%
7	Ибадулла	13.01.2026	13%	50%	75%	38%	75%
8	Какаляев	13.01.2026	38%	50%	13%	75%	75%
9	Мадение	13.01.2026	38%	38%	100%	13%	63%
10	Мейрамб	13.01.2026	25%	50%	50%	88%	38%
11	Нугманов	13.01.2026	50%	38%	50%	88%	25%
12	Нұржікен	13.01.2026	50%	50%	63%	50%	38%
13	Нұрлыбе	13.01.2026	25%	75%	25%	63%	63%
14	РАХЫМЖ	13.01.2026	100%	38%	13%	63%	38%
15	Рахметов	13.01.2026	25%	63%	50%	63%	50%
16	Серек Ба	13.01.2026	13%	50%	75%	50%	63%
17	Сұлтан Ер	13.01.2026	63%	63%	25%	50%	50%
18	Сәбитбек	14.01.2026	25%	38%	50%	50%	88%
19	Темирхан	13.01.2026	38%	88%	63%	25%	38%
20	Умержан	15.01.2026	38%	38%	63%	38%	75%
21	ҚҰДАЙБЕ	13.01.2026	75%	50%	38%	38%	50%
22	Бәймен Ә	Диагностикадан бас тартты					
23	Досмайло	Диагностикадан бас тартты					
24	Жолдас Ш	Диагностикадан бас тартты					
25	Қуандық	Диагностикадан бас тартты					

Жалпы қорытынды

Диагностика қорытындысы бойынша білім алушылардың басым бөлігінде **«Адам–адам»** бағыты жоғары көрсеткіш көрсетті. Бұл оқушылардың адамдармен қарым-қатынас жасауға, әлеуметтік ортада жұмыс істеуге, оқыту мен көмек көрсетуге бейімдіекенінбілдіреді.

Сонымен қатар бірқатар білім алушыларда **«Адам–табиғат»** және **«Адам–көркем образ»** бағыттарына қызығушылық анықталды, бұл олардың биология, медицина, экология, сондай-ақ шығармашылық және өнер салаларына икемді екенін көрсетеді.

Ал **«Адам–техника»** және **«Адам–белгі жүйесі»** бағыттары бойынша жоғары нәтижелер техникалық және аналитикалық ойлауға бейім білім алушылар бар екенін дәлелдейді. Жалпы алғанда, сауалнама нәтижелері білім алушылардың кәсіби қызығушылықтары әртүрлі екенін көрсетті. Алынған мәліметтер болашақта білім алушыларға мамандық таңдауда, кәсіби бағдар беру жұмыстарын жоспарлауда және жеке кеңес жүргізуде пайдалануға ұсынылады.

Қорытынды:

Климов сауалнамасының нәтижелері білім алушылардың жеке қабілеттері мен бейімділіктерін анықтауға мүмкіндік берді және кәсіби бағдар беру жұмыстарының тиімділігін арттыруға негіз болады.

Ұсыныс:

Климовтың кәсіби бағдарлау сауалнамасының нәтижелеріне сүйене отырып, білім алушылармен жүргізілетін әрі қарайғы жұмыстар үшін төмендегідей ұсыныстар беріледі:

-«Адам–адам» бағыты басым білім алушыларға

педагогика, психология, медицина, әлеуметтік жұмыс, менеджмент бағыттары бойынша кәсіби бағдар беру жұмыстарын күшейту ұсынылады.

-«Адам–табиғат» бағыты анықталған білім алушыларға

биология, экология, ауыл шаруашылығы, медицина және ветеринария салаларымен таныстыру, осы бағыттағы үйірмелер мен факультативтерге қатыстыру ұсынылады.

-«Адам–техника» бағыты жоғары білім алушыларға

техникалық және инженерлік мамандықтар, IT, механика, электр техникасы салалары бойынша қосымша ақпарат беру және практикалық бағыттағы жұмыстар ұйымдастыру ұсынылады.

-«Адам–белгі жүйесі» бағыты басым білім алушыларға

математика, информатика, бағдарламалау, есеп және талдау жұмыстарын тереңдетіп оқыту ұсынылады.

-«Адам–көркем образ» бағыты анықталған білім алушыларға

шығармашылық қабілеттерін дамыту мақсатында өнер, дизайн, музыка, театр бағытындағы үйірмелерге қатысу ұсынылады.

Барлық білім алушылармен **жеке кәсіби кеңес беру жұмыстарын** ұйымдастыру, ата-аналармен бірлесе отырып болашақ мамандық таңдауға бағыттау ұсынылады.

Сынып: 9 «А»,«Ә», «Б», «В»,«Г»,«Ғ» сынып оқушылары

Бала саны: 126 бала, 13 оқушы қатыспаған, 6 оқушы сауалнамаға қатыспаған.

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Е.А. Климовтың **дифференциалды-диагностикалық сауалнама әдістемесі**

Күні: 12-14.01.2026ж

Сауалнаманың мақсаты – Е.А. Климовтың **дифференциалды-диагностикалық сауалнамасының (ДДС)** мақсаты –**адамның кәсіби қызығушылықтары мен бейімділігін анықтау**, яғни оны еңбек нысандарына деген қатынасына қарай кәсіби бағыттарға бөлу.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

Зерттеу аймағы:Психо-эмоционалды жағдай

9а

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Абдикари	12.01.202(	0%	38%	63%	75%	75%
2	Айтбаева	12.01.202(	63%	50%	50%	25%	63%
3	Амангель	12.01.202(	63%	13%	50%	38%	88%
4	Амантай І	12.01.202(	75%	0%	38%	50%	88%
5	Асқар Жа	12.01.202(	25%	63%	38%	38%	88%
6	Бағыдарк	12.01.202(	63%	38%	13%	63%	75%
7	Бержанов	12.01.202(	50%	50%	50%	38%	63%
8	Дүйсенби	12.01.202(	50%	63%	38%	38%	63%
9	Дүйсенби	12.01.202(	50%	25%	75%	63%	38%
10	Есенбек Н	12.01.202(	38%	38%	25%	88%	63%
11	Жексенбі	12.01.202(	50%	13%	25%	88%	75%
12	Жұмабай	12.01.202(	25%	63%	63%	50%	50%
13	Жәрдемб	12.01.202(	50%	63%	50%	25%	63%
14	Искакова	12.01.202(	63%	75%	25%	38%	50%
15	Крутко Ра	12.01.202(	13%	63%	50%	63%	63%
16	МАРАТ СА	12.01.202(	50%	75%	50%	13%	63%
17	Масғұт Са	12.01.202(	75%	13%	13%	63%	88%
18	Момынов	12.01.202(	50%	25%	25%	63%	88%
19	Серкешб	12.01.202(	63%	25%	38%	75%	50%
20	Тельбаев	12.01.202(	63%	25%	38%	63%	63%
21	Хасенова	12.01.202(	88%	13%	25%	38%	88%
22	Қадырхан	12.01.202(	38%	50%	63%	50%	50%
23	Қалмурат	12.01.202(	75%	38%	13%	75%	50%
24	Қахан Ай	12.01.202(	63%	25%	88%	25%	50%
25	Мусамат І	Диагностикадан бас тартты					

9б

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Абишев У	14.01.202(	25%	75%	38%	63%	50%
2	Абылайха	14.01.202(	63%	75%	38%	38%	38%
3	Байзақ Ал	15.01.202(	25%	75%	75%	38%	38%
4	Бақытжан	15.01.202(	75%	63%	13%	50%	50%
5	Бекмағам	15.01.202(	13%	75%	75%	50%	38%
6	Ералы Ай	15.01.202(	63%	13%	63%	38%	75%
7	Ержанова	14.01.202(	75%	75%	38%	38%	25%
8	Еркін Нұр	15.01.202(	75%	50%	25%	50%	50%
9	Жанайбе	14.01.202(	63%	25%	38%	63%	63%
10	Жанбырб	14.01.202(	63%	25%	25%	63%	75%
11	Ильясов А	14.01.202(	25%	100%	38%	38%	50%
12	Кальмага	15.01.202(	50%	50%	63%	50%	38%
13	Нұркен А	14.01.202(	50%	50%	25%	50%	75%
14	Нұрмаған	15.01.202(	25%	63%	63%	63%	38%
15	Омар Саф	15.01.202(	88%	50%	25%	25%	63%
16	Сүлейме	15.01.202(	88%	50%	25%	38%	50%
17	Хабибулл	15.01.202(	75%	38%	25%	50%	63%
18	Қалдыбе	15.01.202(	88%	63%	25%	38%	38%

9г

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бей	Адам-көр	Адам-ада
1	АСҚАР М	14.01.202(	38%	63%	38%	50%	63%
2	Абдибек	13.01.202(	75%	38%	25%	38%	75%
3	Ахатқызы	13.01.202(	88%	25%	63%	63%	13%
4	Бегилда А	13.01.202(	63%	38%	50%	50%	50%
5	Берсинбе	13.01.202(	38%	63%	38%	50%	63%
6	Еримбетс	14.01.202(	13%	38%	75%	63%	63%
7	Жаппар Б	13.01.202(	88%	38%	38%	38%	50%
8	Жақсыбае	13.01.202(	25%	50%	50%	75%	50%
9	Зейнолда	14.01.202(	25%	38%	75%	38%	75%
10	КАМАЛ ГҮ	13.01.202(	63%	25%	75%	63%	25%
11	Кеңес Жа	13.01.202(	0%	88%	75%	38%	50%
12	Мархабае	13.01.202(	25%	38%	63%	75%	50%
13	Мустаким	13.01.202(	75%	38%	63%	50%	25%
14	Нарбай Н	13.01.202(	25%	75%	63%	25%	63%
15	Нурманов	13.01.202(	25%	88%	25%	38%	75%
16	НҰРЛАН Е	14.01.202(	0%	63%	75%	75%	38%
17	Пулатова	13.01.202(	13%	25%	75%	75%	63%
18	САДЫҚ А	13.01.202(	63%	50%	25%	38%	75%
19	СӘЛИХАН	13.01.202(	38%	50%	75%	50%	38%
20	ТҰРДЫМҰ	13.01.202(	63%	25%	63%	50%	50%
21	Қазар Інж	13.01.202(	63%	50%	38%	75%	25%
22	Құралбай	13.01.202(	25%	63%	88%	38%	38%
23	ТҰРҒАМБІ	Диагностикадан бас тартты					

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бей	Адам-көр	Адам-ада

9в

1	Ізбасар Қа	12.01.202(	38%	50%	38%	75%	50%
2	АБДИКАЙ	12.01.202(	0%	75%	63%	63%	50%
3	Айижанов	12.01.202(	50%	63%	63%	63%	13%
4	Айтқали М	12.01.202(	63%	38%	25%	63%	63%
5	Дархан Б	12.01.202(	75%	38%	38%	50%	50%
6	Жарылқа	12.01.202(	50%	50%	25%	63%	63%
7	Жасұлану	12.01.202(	63%	63%	50%	25%	50%
8	Конысбае	12.01.202(	50%	25%	50%	63%	63%
9	МАХСУТО	12.01.202(	50%	75%	25%	38%	63%
10	Мұратқыз	12.01.202(	63%	25%	50%	63%	50%
11	ОРЫНБЕК	12.01.202(	25%	63%	63%	50%	50%
12	ПРЕТОВА	Аяқтаған жоқ					
13	Сакенқыз	12.01.202(	38%	13%	63%	63%	75%
14	Серік Саб	12.01.202(	63%	25%	38%	25%	100%
15	Фазылхан	12.01.202(	88%	13%	38%	50%	63%
16	Қайрат Су	12.01.202(	50%	75%	50%	38%	38%
17	Қамысбе	12.01.202(	38%	63%	38%	63%	50%
18	ҮСЕН НҰР	12.01.202(	38%	50%	50%	63%	50%
19	Ұланбек Е	12.01.202(	63%	63%	25%	63%	38%
20	Ермек Ақ	Диагностикадан бас тартты					

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бей	Адам-көр	Адам-ада

9ғ

1	Бегімбет	13.01.202(	13%	63%	25%	75%	75%
2	Буланбае	14.01.202(	38%	50%	50%	50%	63%
3	ЕЛТАЙ НҰ	13.01.202(	38%	75%	50%	38%	50%
4	Ералы Та	13.01.202(	50%	25%	25%	75%	75%
5	Керімбай	13.01.202(	38%	38%	50%	63%	63%
6	Мадияр М	13.01.202(	25%	63%	88%	38%	38%
7	Мамрали	13.01.202(	100%	50%	0%	50%	50%
8	Махаббат	13.01.202(	13%	38%	75%	63%	63%
9	Мухамет	13.01.202(	25%	50%	50%	75%	50%
10	Мухамет	13.01.202(	50%	63%	50%	75%	13%
11	Мұқыш Н	13.01.202(	50%	50%	38%	63%	50%
12	Рахметов	13.01.202(	13%	50%	13%	88%	88%
13	Селтаева	13.01.202(	50%	63%	38%	63%	38%
14	Темірбек	13.01.202(	75%	63%	50%	38%	25%
15	Төлбасы Е	13.01.202(	63%	50%	63%	25%	50%
16	Төлеубай	13.01.202(	50%	38%	38%	75%	50%
17	Улекбек А	13.01.202(	63%	25%	75%	25%	63%
18	ФАЗЫЛ А	13.01.202(	63%	50%	50%	50%	38%
19	ШАБАНОІ	13.01.202(	38%	38%	50%	63%	63%
20	Шамшид	13.01.202(	50%	50%	63%	50%	38%
21	Әблахат С	13.01.202(	75%	38%	50%	38%	50%
22	Аманбай	Диагностикадан бас тартты					
23	Болат Жа	Диагностикадан бас тартты					
24	Қуантайұ	Диагностикадан бас тартты					

№	ТАЖ	Күні және	Адам-таб	Адам-тех	Адам-бел	Адам-көр	Адам-ада
1	Абсаметс	12.01.202(	63%	38%	13%	63%	75%
2	Айболатк	12.01.202(	50%	38%	38%	50%	75%
3	Алтай Нұ	12.01.202(	0%	88%	38%	50%	75%
4	Бейсенов	12.01.202(	25%	38%	75%	25%	88%
5	Дәулетха	12.01.202(	13%	63%	63%	63%	50%
6	Жанатай	12.01.202(	13%	88%	50%	75%	25%
7	Кабиев Ер	12.01.202(	13%	75%	63%	38%	63%
8	Кенес Ар	12.01.202(	100%	25%	50%	63%	13%
9	Мажит Ди	12.01.202(	63%	13%	38%	63%	75%
10	Мамырку	12.01.202(	25%	38%	50%	63%	75%
11	Мырзабе	12.01.202(	75%	0%	50%	38%	88%
12	Мұхамбе	12.01.202(	25%	38%	88%	63%	38%
13	Омурзакс	12.01.202(	75%	50%	13%	38%	75%
14	Садатилл	12.01.202(	75%	38%	50%	50%	38%
15	Сапарали	12.01.202(	0%	75%	63%	38%	75%
16	Сұлтанбе	12.01.202(	75%	50%	25%	38%	63%
17	Туралин А	12.01.202(	38%	88%	38%	50%	38%
18	Хамит Да	12.01.202(	100%	38%	25%	38%	50%
19	Хоршат Ер	12.01.202(	13%	38%	75%	50%	75%
20	Хоршат М	12.01.202(	38%	25%	25%	75%	88%
21	Шаймард	12.01.202(	50%	50%	13%	88%	50%
22	Қайрат М	12.01.202(	38%	50%	50%	88%	25%
23	Әсен Нұр	12.01.202(	25%	100%	63%	50%	13%

Жалпы қорытынды

Диагностика қорытындысы бойынша білім алушылардың басым бөлігінде **«Адам–адам»** бағыты жоғары көрсеткіш көрсетті. Бұл оқушылардың адамдармен қарым-қатынас жасауға, әлеуметтік ортада жұмыс істеуге, оқыту мен көмек көрсетуге бейімді екенін білдіреді.

Сонымен қатар бірқатар білім алушыларда **«Адам–табиғат»** және **«Адам–көркем образ»** бағыттарына қызығушылық анықталды, бұл олардың биология, медицина, экология, сондай-ақ шығармашылық және өнер салаларына икемді екенін көрсетеді.

Ал **«Адам–техника»** және **«Адам–белгі жүйесі»** бағыттары бойынша жоғары нәтижелер техникалық және аналитикалық ойлауға бейім білім алушылар бар екенін дәлелдейді. Жалпы алғанда, сауалнама нәтижелері білім алушылардың кәсіби қызығушылықтары әртүрлі екенін көрсетті. Алынған мәліметтер болашақта білім алушыларға мамандық таңдауда, кәсіби бағдар беру жұмыстарын жоспарлауда және жеке кеңес жүргізуде пайдалануға ұсынылады.

Қорытынды:

Климов сауалнамасының нәтижелері білім алушылардың жеке қабілеттері мен бейімділіктерін анықтауға мүмкіндік берді және кәсіби бағдар беру жұмыстарының тиімділігін арттыруға негіз болады.

Ұсыныс:

Климовтың кәсіби бағдарлау сауалнамасының нәтижелеріне сүйене отырып, білім алушылармен жүргізілетін әрі қарайғы жұмыстар үшін төмендегідей ұсыныстар беріледі:

-«Адам–адам» бағыты басым білім алушыларға педагогика, психология, медицина, әлеуметтік жұмыс, менеджмент бағыттары бойынша кәсіби бағдар беру жұмыстарын күшейту ұсынылады.

-«Адам–табиғат» бағыты анықталған білім алушыларға биология, экология, ауыл шаруашылығы, медицина және ветеринария салаларымен таныстыру, осы бағыттағы үйірмелер мен факультативтерге қатыстыру ұсынылады.

-«Адам–техника» бағыты жоғары білім алушыларға техникалық және инженерлік мамандықтар, IT, механика, электр техникасы салалары бойынша қосымша ақпарат беру және практикалық бағыттағы жұмыстар ұйымдастыру ұсынылады.

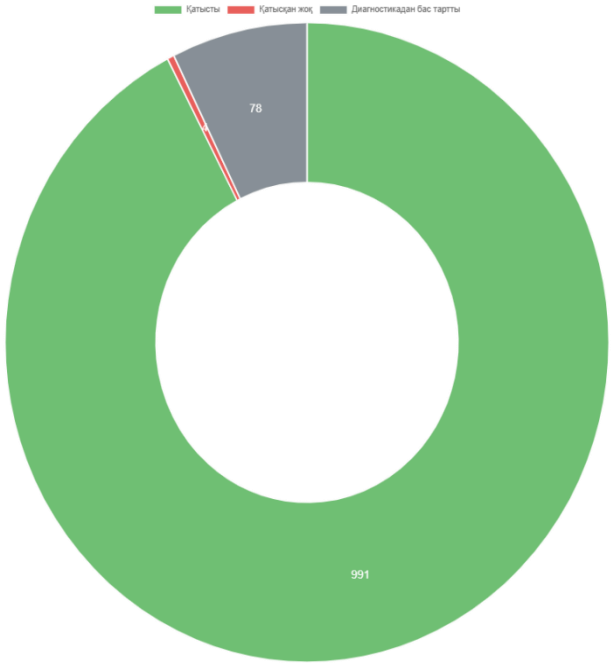
-«Адам–белгі жүйесі» бағыты басым білім алушыларға математика, информатика, бағдарламалау, есеп және талдау жұмыстарын тереңдетіп оқыту ұсынылады.

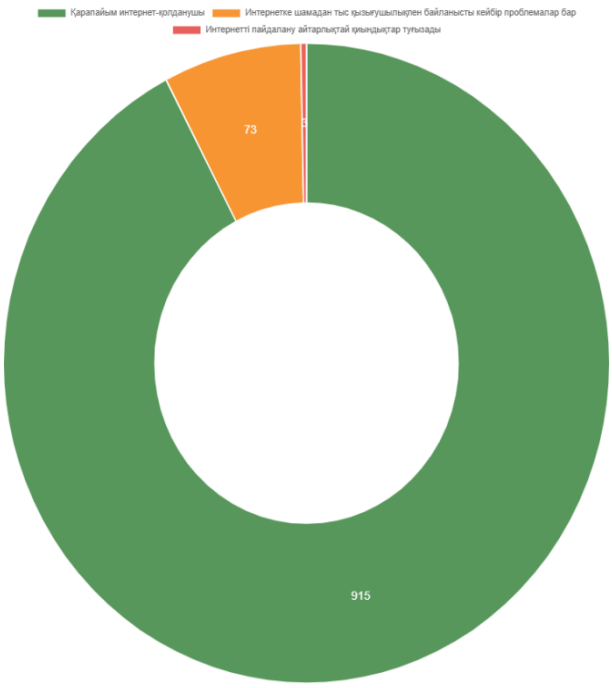
-«Адам–көркем образ» бағыты анықталған білім алушыларға шығармашылық қабілеттерін дамыту мақсатында өнер, дизайн, музыка, театр бағытындағы үйірмелерге қатысу ұсынылады.

-Барлық білім алушылармен **жеке кәсіби кеңес беру жұмыстарын** ұйымдастыру, ата-аналармен бірлесе отырып болашақ мамандық таңдауға бағыттау ұсынылады.

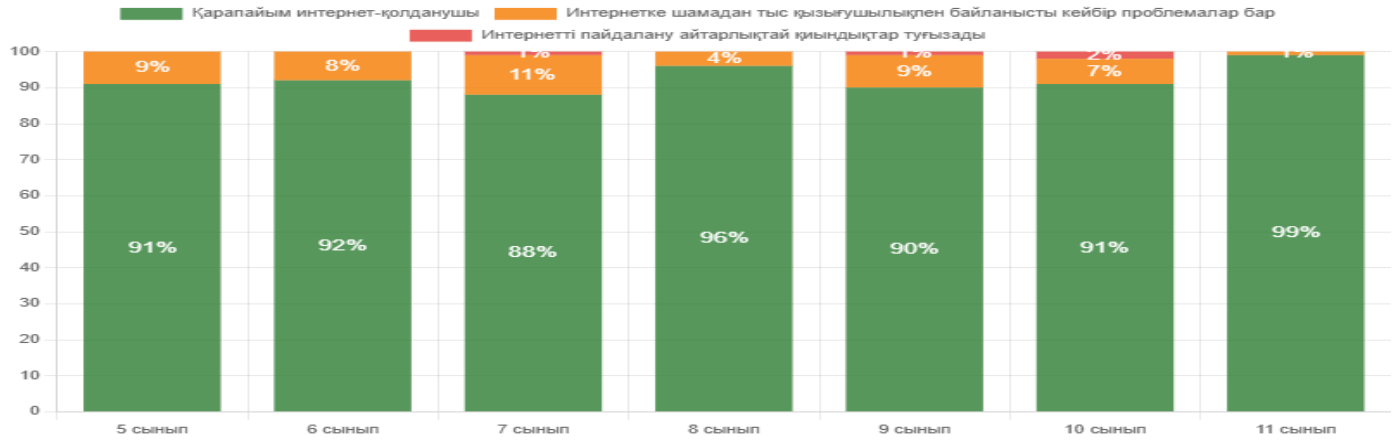
14. К.Янгтың интернетке тәуелділік шкаласы
Күні: 14.01.2026ж
Сынып: 5-11 Сынып
Бала саны: 1073 бала,4 оқушы қатыспады,78 оқушы диагностикадан бас тартқан.
Зерттеу әдісінің авторы,тақырыбы: К.Янгтың интернетке тәуелділік шкаласы

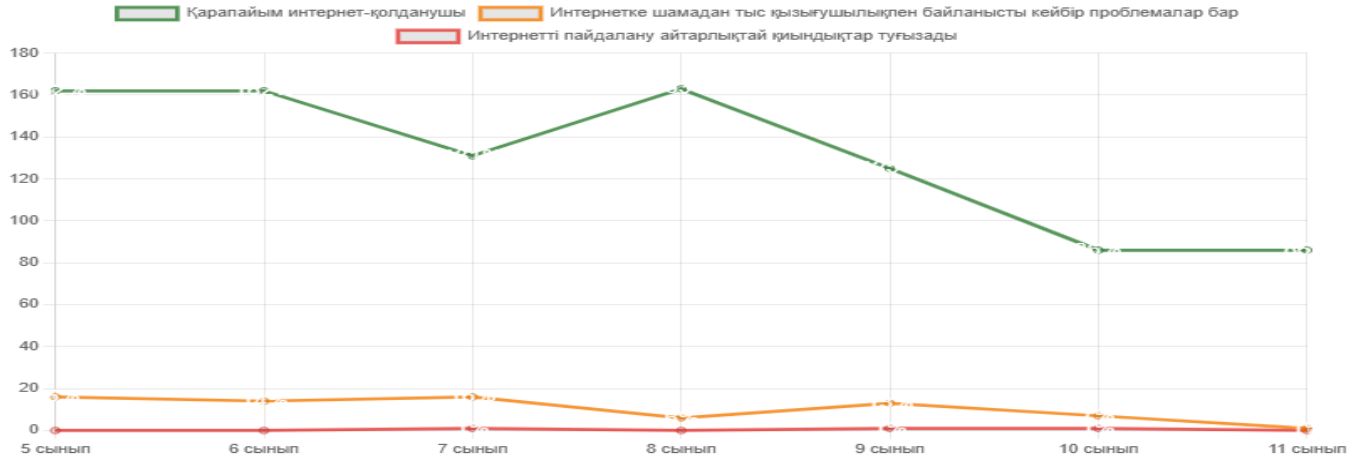
Мақсаты: Әлеуметтік желілерге тәуелділік , әлеуметтік желілерді шамадан тыс қолдану және интернетке тәуелділікті анықтау





Нәтижелер түсіндірмесі





Қарапайым интернет-қолданушы - (20-49) сіз интернеттің ақылды қолданушысысыз. Сіз желіде қалағаныңызша саяхаттай аласыз, өйткені сіз өзіңізді басқара аласыз.

Интернетке шамадан тыс қызығушылықпен байланысты кейбір проблемалар бар - (50-79) интернетке шамадан тыс қызығушылықпен байланысты кейбір проблемалар бар. Егер сіз оларға қазір назар аудармасаңыз, болашақта олар сіздің бүкіл өміріңізді толтырады.

Интернетті пайдалану айтарлықтай қиындықтар туғызады - (80-100) интернетті пайдалану сіздің өміріңізде айтарлықтай қиындықтар тудырады. Сізге психотерапевттің шұғыл көмегі қажет.

ҚОРЫТЫНДЫ:

К.Янгтың әдістемесіне сыныптар бойынша жалпы қорытынды.

Нәтижелерді талдау барысында оқушылардың басым көпшілігі қарапайым интернет-қолданушы деңгейінде екендігі анықталды. Атап айтқанда, 9–11 сынып оқушыларының 90–99%-ы интернетті саналы түрде қолданатын, өз уақытын бақылай алатын пайдаланушылар болып табылады. Бұл көрсеткіштер интернетке тәуелділіктің төмен деңгейде екенін көрсетеді.

Сонымен қатар, интернетті орташа деңгейде қолдануда бейімділігі бар оқушылардың үлесі шамамен 7–11% аралығында тіркелді.

Ал интернетке жоғары деңгейде тәуелді оқушылардың үлесі өте төмен, шамамен 1% шамасында ғана анықталды. Бұл көрсеткіш мектептегі алдын алу жұмыстарының тиімді жүргізіліп жатқанын көрсетеді.
Жалпы алғанда, зерттеу нәтижелері бойынша білім алушылардың көпшілігінде интернетті пайдалану мәдениеті қалыптасқан. Дегенмен, интернетті шамадан тыс қолдануға бейім оқушылар мен ата-аналармен түсіндіру және оқушылардың бос уақытын тиімді ұйымдастыру жұмыстарын жалғастыру қажет.

ҰСЫНЫС

Зерттеу нәтижелеріне сүйене отырып, төмендегідей ұсыныстар беріледі:

1.Сынып жетекшілеріне оқушылардың бос уақытын тиімді ұйымдастыруға бағытталған сынып сағаттарын, тренингтер мен әңгімелер өткізу.

2. Оқушылардың спорттық, шығармашылық үйірмелерге қатысуын арттыру арқылы интернетке тәуелділіктің алдын алу.

3.Интернетті пайдалану мәдениетін қалыптастыру мақсатында ақпараттық-ағартушылық жұмыстарды тұрақты түрде жүргізу.

15. Төзімділікті диагностикалау әдістемесі.

Күні: 03-06.02.2026ж

Сынып:7-11 сынып оқушылары

Бала саны: 710 оқушы, диагностикадан бас тартқан-76 оқушы,634 оқушы қатысты

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: **Төзімділікті диагностикалау әдістемесі, авторы С.Мадди, бейімдеген Д.Леонтьев**

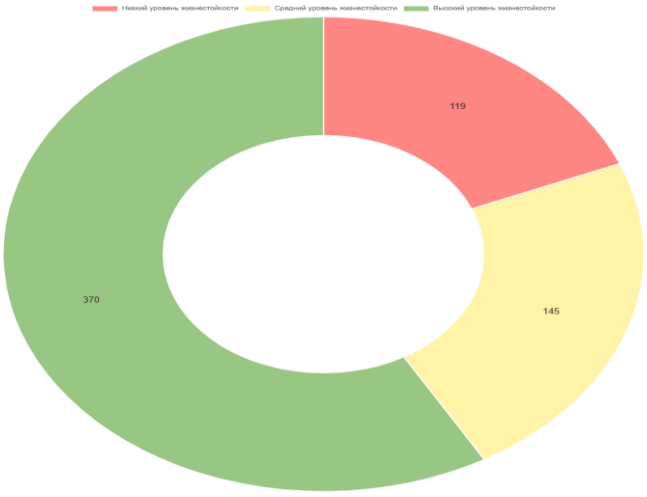
Мақсаты: жеке тұлғаның стресс пен өмірлік қиындықтарға төтеп беру қабілетін, яғни психологиялық төзімділік деңгейін анықтау.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

Төзімділіктің төмен деңгейі - (0-69)

Төзімділіктің орташа деңгейі - (70-89)

Төзімділіктің жоғары деңгейі - (90-135)



Мінездемелердің сипаттамасы

Қызығушылық

«Болып жатқан оқиғаларға қатысу жеке адам үшін лайықты және қызықты нәрсе табуға барынша мүмкіндік беретініне сенімділік» ретінде айқындалады.
Қызығушылық компоненті дамыған адам өз қызметінен ләззат алады. Бұған

қарама-қайшы, мұндай сенімнің жоқтығы қабылдамаушылық, өмірден тыс сезімді тудырады.

Төмен деңгей - (0 - 29)

Орташа деңгей - (30 - 41)

Жоғары деңгей - (42 - 54)

Бақылау

бұл ұғым күрес арқылы болып жатқан жағдайға әсер етуге болатынына деген сенімділікті білдіреді, тіпті бұл әсер толық емес болса да және табыс кепілденген болмаса да. Бұған қарама-қарсы - өзінің дәрменсіздігін сезіну. Бақылау компоненті жақсы дамыған адам өз іс-әрекетін, өз жолын өзі таңдайтынын сезінеді.Төмен деңгей - (0 - 24)

Орташа деңгей - (25 - 35)

Жоғары деңгей - (36 - 51)

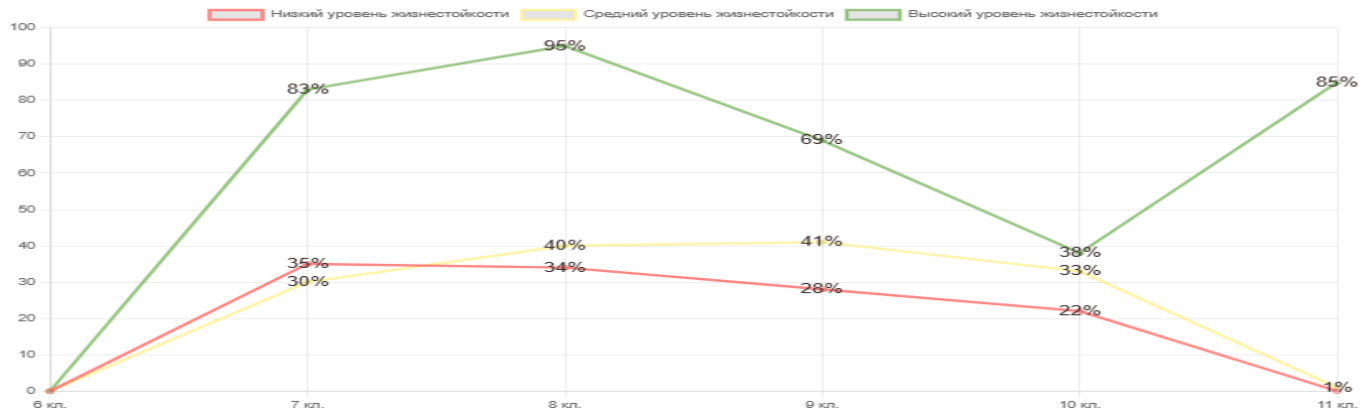
Тәуекелді қабылдау

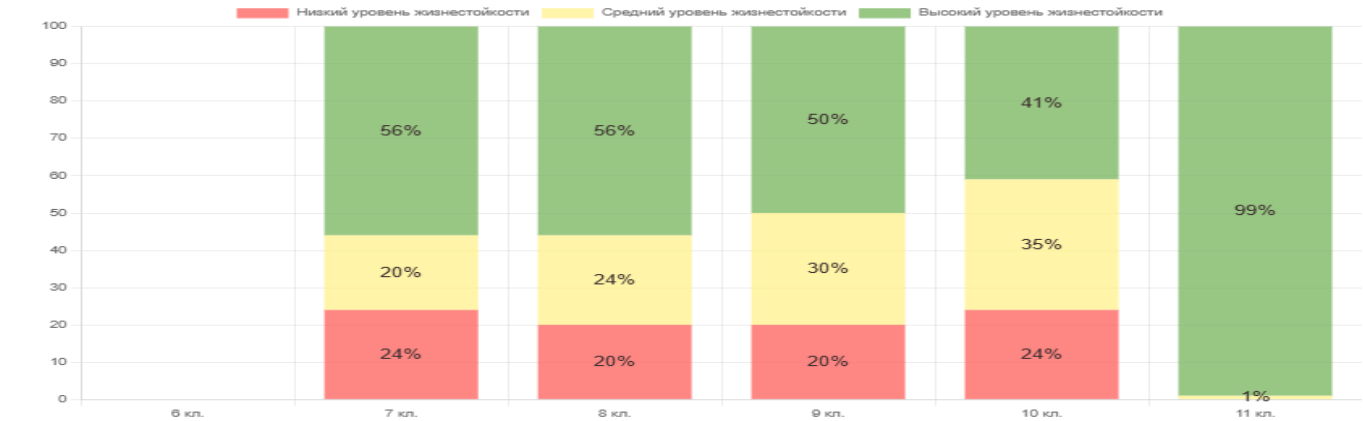
адамның барлық оның басынан өткерген жағдайларының, оның тәжірбиесінен алынған білімдер арқылы дамуына ықпал ететініне деген сенімі — ол жағдайлар оң немесе теріс болсын маңызды емес. Өмірді тәжірибе жинақтау тәсілі ретінде қарастыратын адам қарапайым жайлылық пен қауіпсіздікке деген ұмтылысты жеке адамның өмірін кедейлендіретін деп санай отырып, табысқа сенімді кепілдік болмаған кезде, өз тәуекелімен әрекет етуге дайын. Тәуекелді қабылдау негізінде тәжірибеден білімді белсенді меңгеру және оны кейіннен пайдалану арқылы даму идеясы жатыр.

Төмен деңгей - (0 - 13)

Орташа деңгей - (14 - 21)

Жоғары деңгей - (22 - 30)





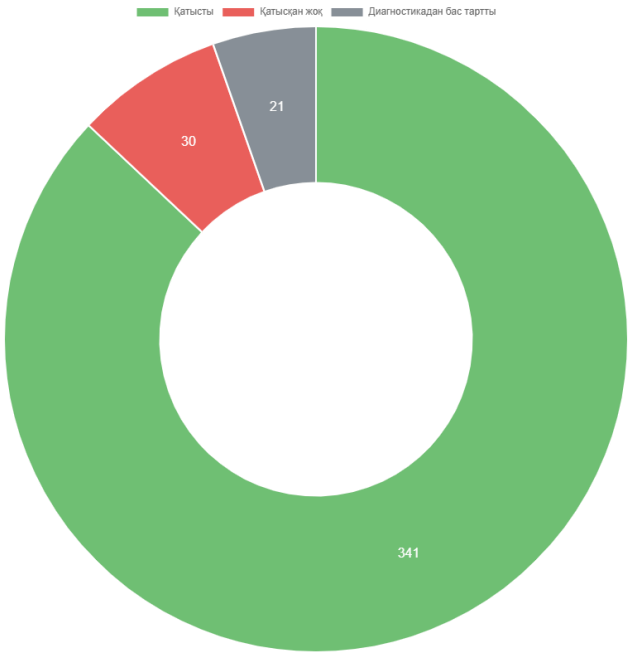
Сандық көрсеткіштер:
7-сынып: жоғары – 56%, орташа – 20%, төмен – 24%
8-сынып: жоғары – 56%, орташа – 24%, төмен – 20%
9-сынып: жоғары – 50%, орташа – 30%, төмен – 20%
10-сынып: жоғары – 41%, орташа – 35%, төмен – 24%
11-сынып: жоғары – 99%, төмен – 1%

Талдау:
Зерттеу нәтижелері бойынша 7–8 сынып оқушыларының жартысынан астамында төзімділіктің жоғары деңгейі анықталды. Бұл олардың психологиялық бейімделу қабілетінің жеткілікті қалыптасқанын көрсетеді.
9-сыныпта орташа деңгейдің артуы (30%) жасөспірімдік кезеңдегі эмоционалдық тұрақсыздықпен және оқу жүктемесінің күрделенуімен байланысты болуы мүмкін.
10-сыныпта жоғары деңгей көрсеткіші төмендеп (41%), орташа деңгей артқан (35%). Бұл кезеңде оқушылардың болашақ мамандық таңдау, ҰБТ-ға дайындық сияқты факторларға байланысты ішкі кернеуінің жоғарылауымен түсіндіріледі.
11-сыныпта жоғары деңгейдің өте жоғары көрсеткіші (99%) анықталды. Бұл түлектердің жауапкершілік деңгейінің артуын және өмірлік мақсаттарының айқындалуын көрсетеді.
Жалпы алғанда, оқушылардың басым бөлігі қиындықтарға бейімделе алатын, ішкі ресурстары қалыптасқан тұлғалар екендігі байқалады. Дегенмен, 7–10 сыныптарда 20–24% аралығында төзімділігі төмен оқушылар бар, олар жүйелі психологиялық қолдауды қажет етеді.

Қорытынды:
7–11 сынып оқушыларының көпшілігінде төзімділіктің жоғары және орташа деңгейі анықталды. Бұл мектептің психологиялық қолдау жұмыстарының тиімділігін көрсетеді. Сонымен қатар, тәуекел тобындағы оқушылармен мақсатты жұмыс жүргізу қажеттілігі сақталады.
Ұсыныстар:
Төмен деңгей көрсеткен оқушылармен жеке түзету-дамыту бағдарламасын ұйымдастыру. 9–10 сыныптарға стресс-менеджмент және эмоцияны реттеу тренингтерін өткізу. Кәсіби бағдар беру жұмыстарын жүйелі түрде жалғастыру. Ата-аналарға арналған психологиялық ағарту семинарларын өткізу. Сынып жетекшілерімен бірлескен профилактикалық жұмыстарды күшейту.

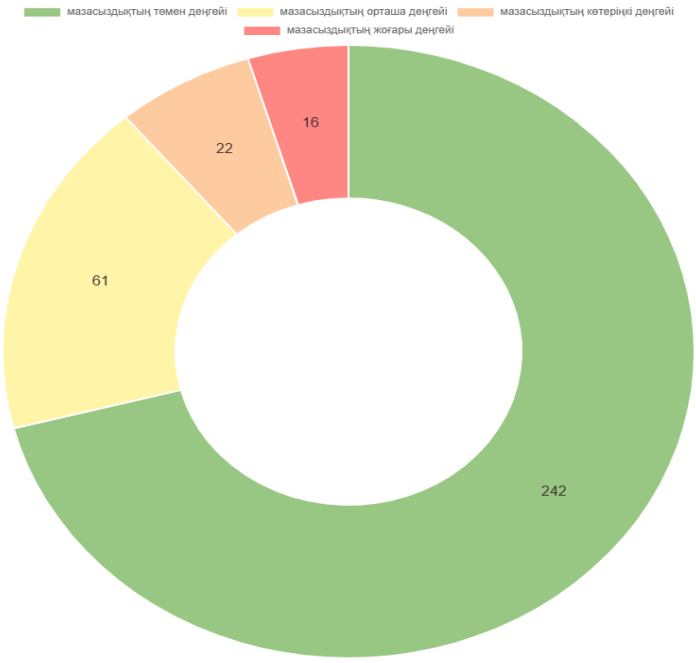
16. Мазасыздықтың экспресс-әдістемесі
Күні: 06.02.2026ж
Сынып:5 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
6 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
Бала саны: 378 оқушы, қатыспады-15 оқушы,21 оқушы диагностикадан бас тартқан.
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Экспресс-әдістеме «Бесінші сынып оқушыларының бейімделу кезеңіндегі мазасыздық деңгейін анықтау», авторы О.Н.Хмельницкая

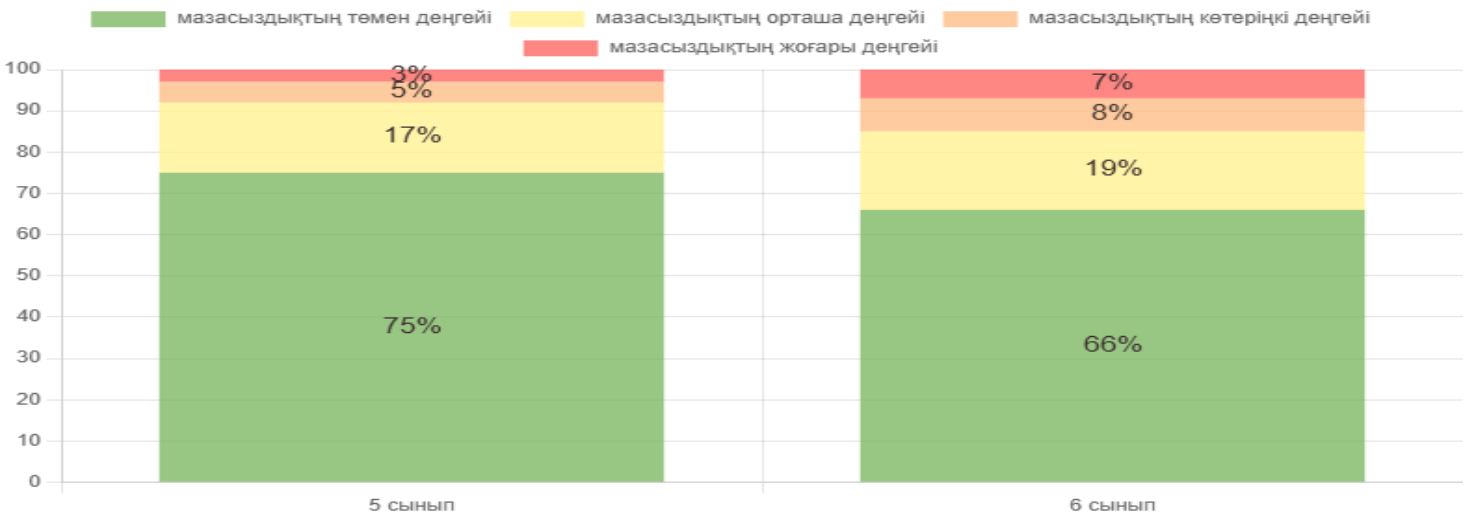
Мақсаты: 5–6 сынып оқушыларының орта буынға өту және оқу талаптарының күрделенуі жағдайында **мазасыздық деңгейін анықтау және олардың бейімделу ерекшеліктерін бағалау**.

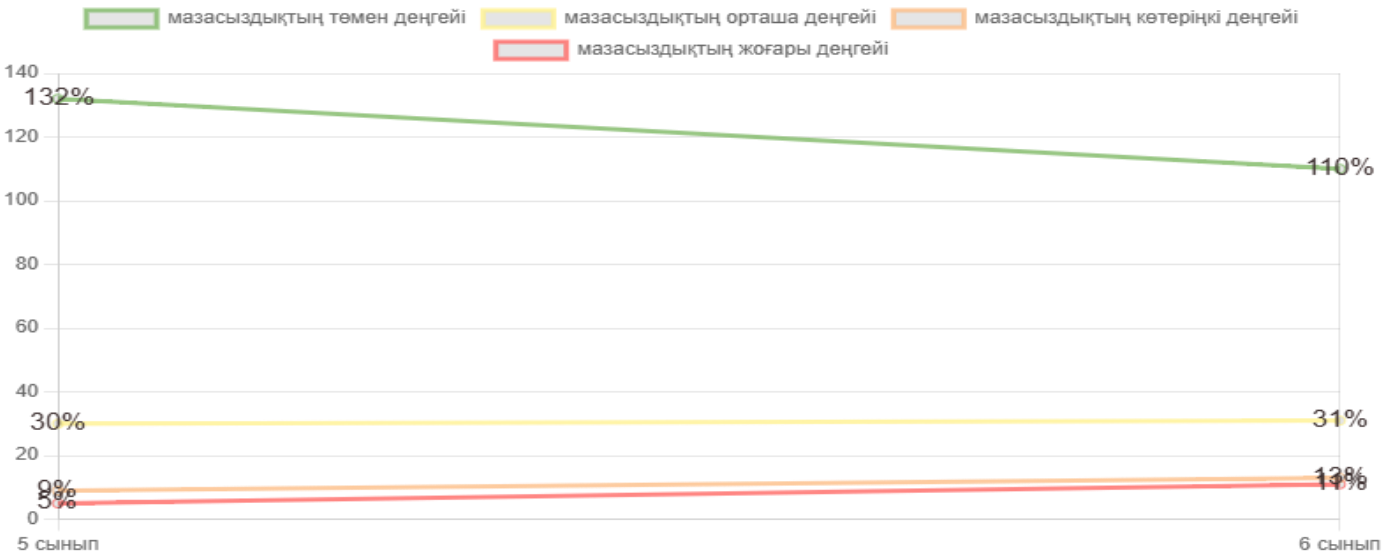


Жүргізілуі (жеке немесе топтық):
Топтық
* мазасыздықтың төмен деңгейі - (0-4)
* мазасыздықтың орташа деңгейі - (5-7)

* мазасыздықтың көтеріңкі деңгейі - (8-10)
* мазасыздықтың жоғары деңгейі - (11-







5 сынып бойынша қорытынды:
Зерттеу нәтижесі бойынша 5 сынып оқушыларының басым бөлігінде мазасыздықтың төмен деңгейі анықталды (75%). Орташа деңгей – 17%, көтеріңкі деңгей – 5%, жоғары деңгей – 3% көрсеткішті құрайды. Бұл сыныпта жалпы психологиялық ахуал тұрақты, оқушылардың көпшілігі өзін еркін және сенімді сезінетінін көрсетеді. Дегенмен, мазасыздық деңгейі орташа және жоғары оқушылармен қосымша психологиялық жұмыстар жүргізуді қажет етеді.

6 сынып бойынша қорытынды:
6 сынып оқушылары арасында мазасыздықтың төмен деңгейі 66% құрайды, бұл 5 сыныппен салыстырғанда төмендеу екенін көрсетеді. Орташа деңгей – 19%, көтеріңкі деңгей – 8%, жоғары деңгей – 7%. Нәтижелер 6 сыныпта мазасыздықтың арту тенденциясы бар екенін байқатады. Бұл жас ерекшеліктеріне, оқу жүктемесінің көбеюіне және әлеуметтік бейімделу кезеңіне байланысты болуы мүмкін. Сондықтан бұл сыныпта психологиялық қолдау жұмыстарын күшейту маңызды.

Ұсыныс:
Мазасыздығы бар оқушылармен жеке жұмыс жүргізіп, сенімділікті арттыруға бағытталған тренингтер өткізу.

17. «Жалғыздық» сауалнамасы авторы: С.Г.Корчагина

Күні: 6-10.04.2026ж

Сынып: 5 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
6 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
7 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
8 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
9 А,Ә,Б,В,Г,Ғсыныптары;

Бала саны: 884 бала,55 оқушы диагностикадан бас тартқан, 8-оқушы қатыспаған.

Зерттеу әдісінің авторы,тақырыбы:С.Г. Корчагинаның «Жалғыздық» сауалнамасы

Сауалнаманың мақсаты – адамның жалғыздықты қалай сезінетінін, оның деңгейін және психологиялық ерекшеліктерін анықтау.

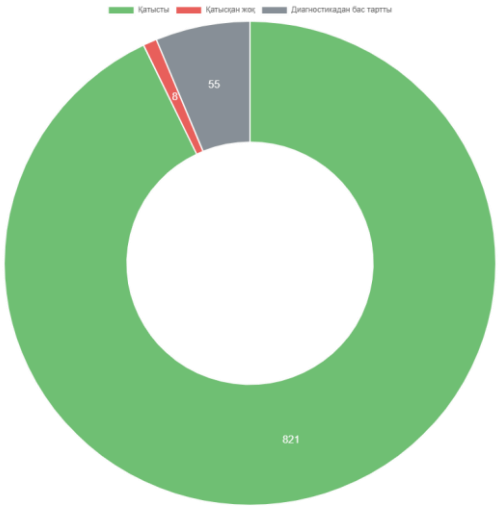
Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық

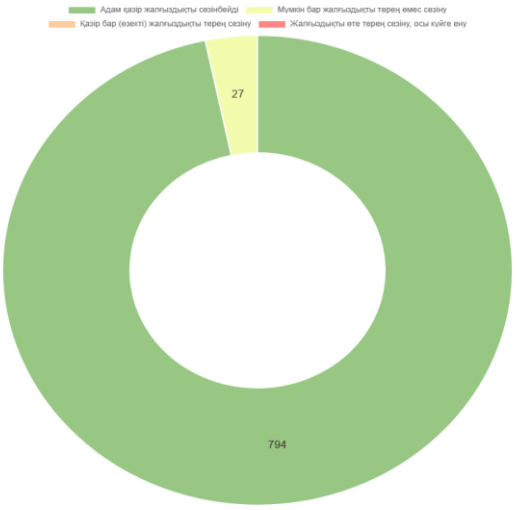
Зерттеу аймағы:Психо-эмоционалды жағдай

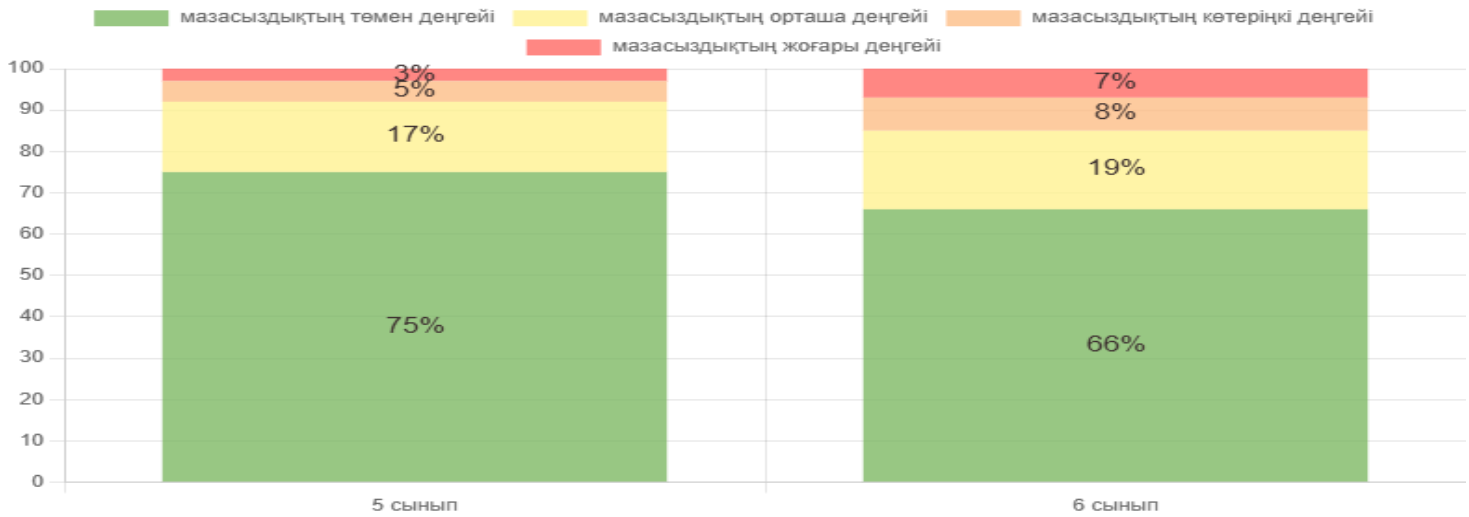
Нәтижесі (сандық және сапалық талдауы)

Сипаттама

«Жалғыздықты сезіну шкаласы» әдісі адамның қазіргі кездегі жалғыздық деңгейін (тереңдігін) анықтауға мүмкіндік береді.







Мінездемелердің сипаттамасы

*** Адам қазір жалғыздықты сезінбейді - (12-16)**

* Мүмкін бар жалғыздықты терең емес сезіну - (17-27)

* Қазір бар (өзекті) жалғыздықты терең сезіну - (28-38)

* Жалғыздықты өте терең сезіну, осы күйге ену - (39-48)

Қорытынды

Зерттеу нәтижелері бойынша 5–9 сынып оқушыларының басым көпшілігі (94–100%) қазіргі уақытта жалғыздық сезімін сезінбейтінін көрсетті. Бұл сыныптарда оқушылардың әлеуметтік бейімделуі жақсы деңгейде екенін, қарым-қатынас орнатуда қиындықтардың аз екенін аңғартады.

Сонымен қатар, кейбір сыныптарда (әсіресе 8–9 сыныптарда) жалғыздықты терең немесе ішінара сезінетін оқушылардың үлесі (6–10%) байқалады. Бұл жас ерекшелігіне байланысты эмоционалдық тұрақсыздықтың, ішкі уайымдардың, өзін-өзі іздеудің көрінісі болуы мүмкін.

Жалғыздықты өте терең сезіну жағдайлары өте төмен деңгейде немесе мүлдем жоқ, бұл жалпы психологиялық ахуалдың тұрақты екенін көрсетеді.

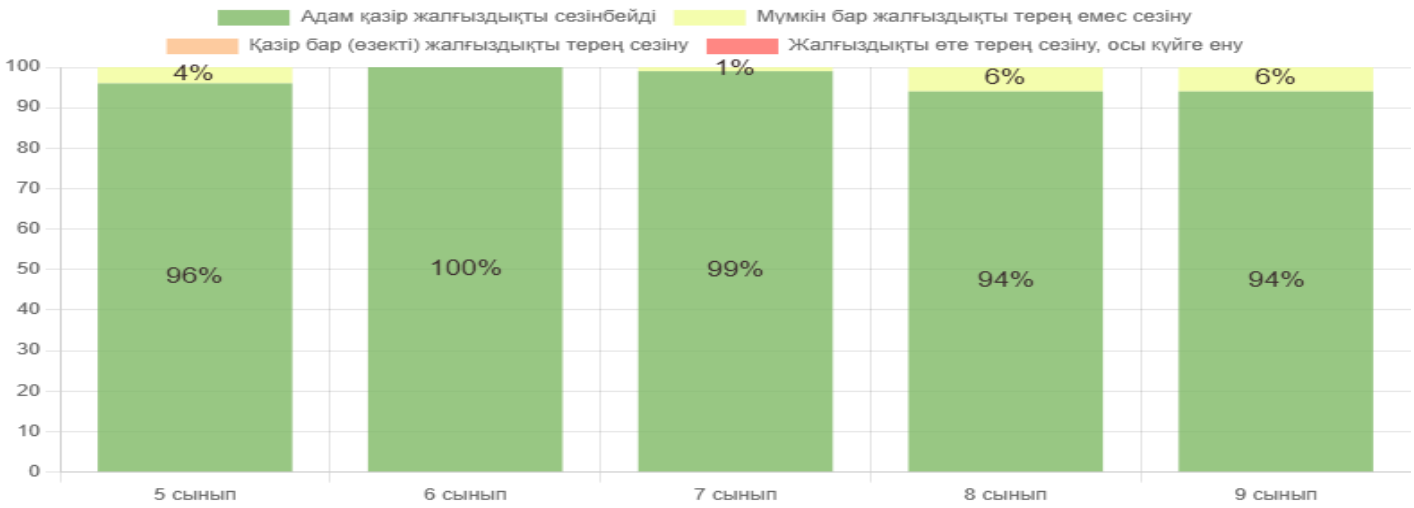
Жалпы алғанда, оқушылар ұжымда өзін жайлы сезінеді.

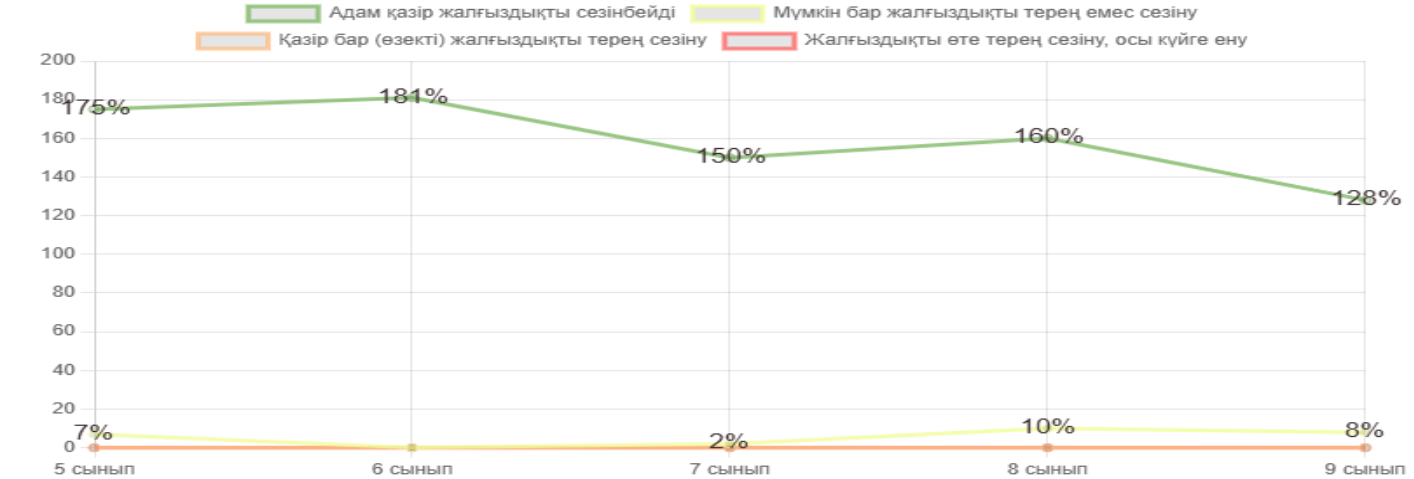
Ұсыныс:

-Қарым-қатынас дағдыларын дамытуға арналған тренингтер ұйымдастыру;

Сынып ішінде қолдау, бірлік атмосферасын қалыптастыратын іс-шараларды көбейту;

-Мұғалімдер мен ата-аналарға оқушылардың эмоционалдық жағдайына назар аудару бойынша кеңес беру;

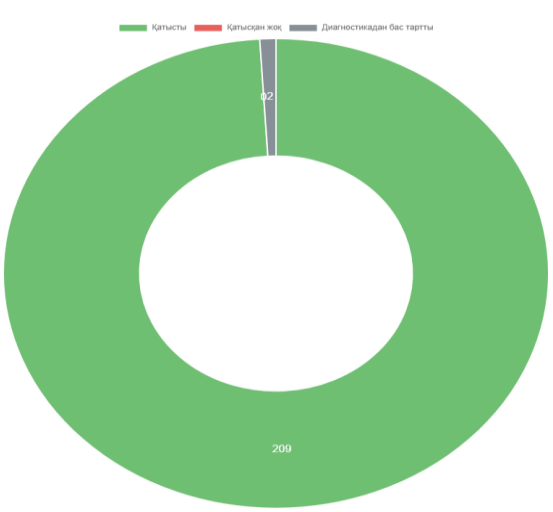


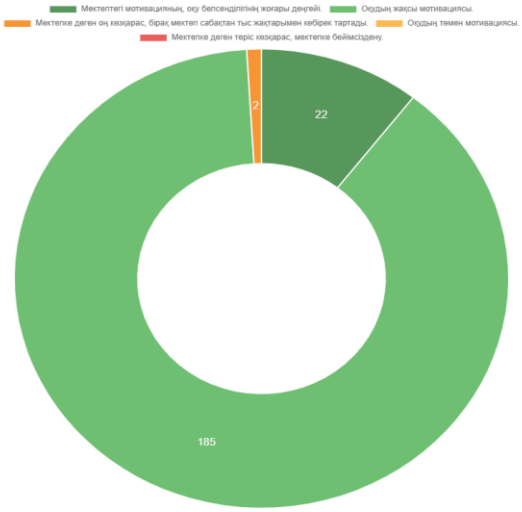


18. Н.Г.Лускановаңың «Оқу мотивациясының деңгейін бағалау» скринингі
Күні: 04-06.04.2026ж
Сынып: 4 А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
Бала саны: 211 бала,2 оқушы диагностикадан бас тартқан.

Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Н.Г.Лускановаңың "Оқу мотивациясының деңгейін бағалау" сауалнамасы

Мақсаты: Оқушылардың оқу әрекетіне деген ынтасын, қызығушылығын және оқу себептерін анықтау.





Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық
Нәтижесі (**сандық** және сапалық талдауы)

Нәтижелер түсіндірме

* Мектептегі мотивацияның, оқу белсенділігінің жоғары деңгейі - мұндай балалар жоғары танымдық мотивтердің болуымен, мектептің барлық талаптарын сәтті орындауға деген ұмтылысымен ерекшеленеді. Олар мұғалімнің барлық нұсқауларын өте анық орындайды, адал және жауапты, егер олар мұғалімнің қанағаттанарлықсыз бағалары мен ескертулерін алса, қатты алаңдайды.

---

* Оқудың жақсы мотивациясы - мұндай көрсеткіштер оқу іс-әрекетін сәтті орындайтын бастауыш сынып оқушыларының көпшілігінде бар. Мотивацияның мұндай деңгейі орташа норма болып табылады

---

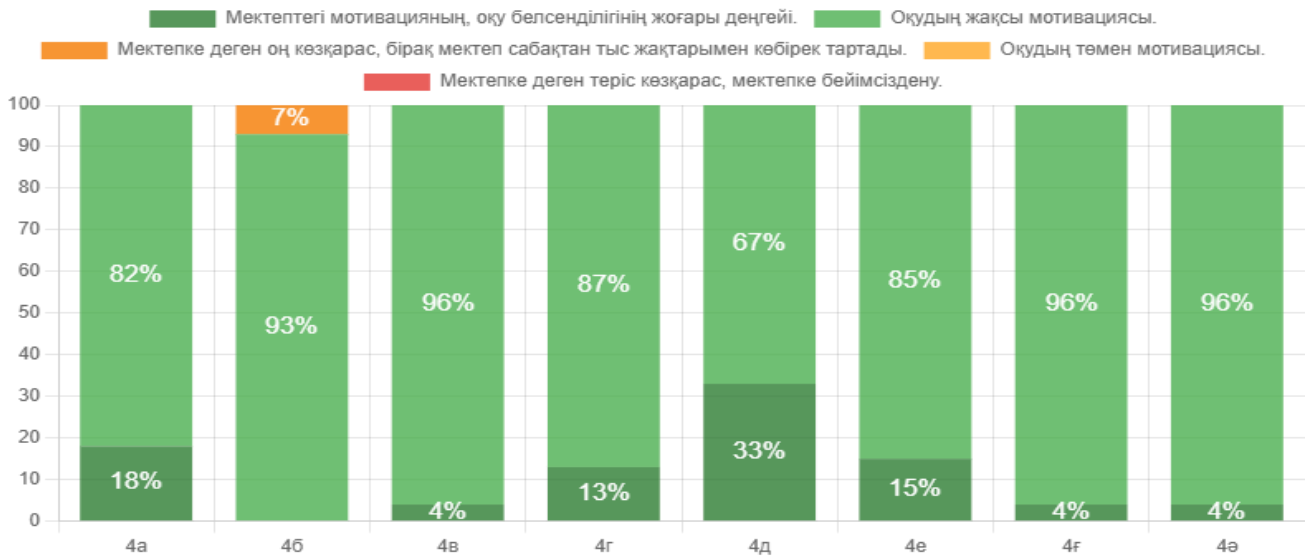
* Мектепке деген оң көзқарас, бірақ мектеп сабақтан тыс жақтарымен көбірек тартады - мұндай балалар мектепте өзін қауіпсіз сезінеді, бірақ жиі мектепке достарымен, мұғаліммен сөйлесу үшін барады. Олар әдемі портфель, қаламдар, дәптерлері бар оқушылар сияқты сезінуді ұнатады. Олардың танымдық мотивтері аз дәрежеде қалыптасады және оқу процесі оларды қызықтырмайды.

---

* Оқудың төмен мотивациясы - мұндай оқушылар мектепке барғысы келмейді, сабақты өткізіп жіберуді жөн көреді. Сабақтарда олар көбінесе сыртқы істермен, ойындармен айналысады. Оқу іс-әрекетінде елеулі қиындықтар бар. Олар мектепке тұрақсыз бейімделу жағдайында.

---

* Мектепке деген теріс көзқарас, мектепке бейімсіздену - мұндай балалар мектепте үлкен қиындықтарға тап болады: олар оқу іс-әрекетін жеңе алмайды, сыныптастарымен, мұғаліммен қарым-қатынаста қиындықтарға тап болады. Мектеп көбінесе олар үшін қолайсыз орта ретінде қабылданады. Жас балалар (5-6 жас) жиі жылайды, үйден сұрайды. Басқа жағдайларда студенттер агрессивті болуы мүмкін, белгілі бір тапсырмаларды орындаудан бас тартуы, белгілі бір нормалар мен ережелерді ұстануы мүмкін. Көбінесе мұндай мектеп оқушыларында нейропсихикалық денсаулықтың бұзылуы байқалады.





Сыныптар бойынша:
4 А сыныбы – 82% оқушыда жақсы мотивация, 18% жоғары деңгей. Теріс немесе төмен мотивация жоқ. Сынып тұрақты, оқу белсенділігі қалыпты.
4 Б сыныбы – 93% жақсы мотивация, 7% төмен мотивация байқалады.
4 В сыныбы – 96% жақсы мотивация, 4% жоғары деңгей. Өте жақсы нәтиже, оқушылардың басым бөлігі оқу процесіне белсенді.

4 Г сыныбы – 87% жақсы мотивация, 13% жоғары деңгей. Жалпы деңгей жақсы.
4 Д сыныбы – 67% жақсы мотивация, 33% жоғары деңгей.
4 Е сыныбы – 85% жақсы мотивация, 15% жоғары деңгей. Оқушылардың көпшілігі оқу іс-әрекетіне оң көзқараста.
4 Ж және 4 З сыныптары – 96% жақсы мотивация, 4% жоғары деңгей. Ең тұрақты және жоғары көрсеткіштердің бірі.

Жалпы қорытынды:

Сыныптар бойынша оқу мотивациясы жоғары және жеткілікті деңгейде. Оқушылардың басым көпшілігі мектепке жағымды қарайды және оқу іс-әрекетіне қызығушылық танытады.

Ұсыныс:

Жалпы сыныптарда қалыптасқан жоғары және жақсы оқу мотивациясын сақтап, одан әрі дамыту мақсатында оқушыларды мадақтау, жетістіктерін атап өту, қызықты әрі белсенді әдістерді қолдану ұсынылады.

19. Д.Ольвеустың «Буллинг» сауалнамасы жүргізілді.

Мамыр айының 04 - 08.05.2026 жылдың аралығында, 5-11 сынып оқушылары аралығында АСППМ/HR+психологиялық-педагогикалық мониторингтің автоматтандырылған жүйесі/арқылы Д.Олвеустың «Буллинг» сауалнамасы жүргізілді.

Сынып: 5-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д сыныптары;
6-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
7-А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
8 -А,Ә,Б,В,Г,Ғ,Д,Е сыныптары;
9-А,Ә,Б,В,Г,Ғ сыныптары;
10-А,Ә,Б,В,Г сыныптары;
11-А,Ә,Б,В сыныптары

Бала саны: 1088,қатысқаны 1006 бала,82 бала диагностикадан бас тартқан.

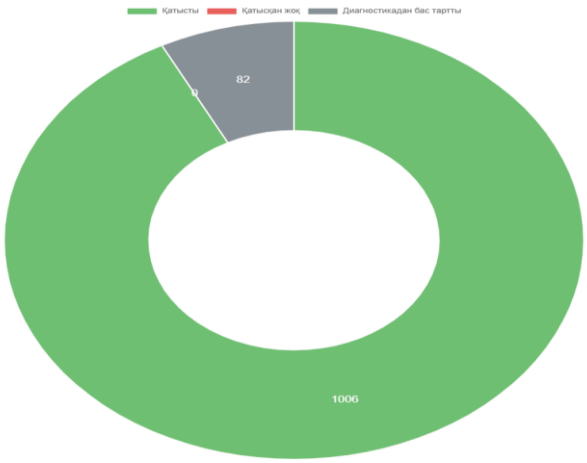
Зерттеу әдісінің авторы, тақырыбы: Д. ОЛВЕУСТЫҢ «БУЛЛИНГ» САУАЛНАМАСЫ

Әдісті доктор Ден Олвеус (D. Olweus «The Olweus Bullying Questionnaire») жасаған.

Мақсаты: Білім беру ортасында буллингтің таралуы мен ерекшелігін анықтау.

Сипаттамасы: екі бөлек аспектіні: буллинг көріністері мен оған тап болушылықты өлшейді.

Жүргізілуі (жеке немесе топтық): Топтық



Сауалнама сипаттамасы:

*** Айтылады (тұрақты, жүйелі) (3 - 4)

*** аз-орташа (эпизодтық) (1.01 - 2.99)

*** көрсеткіш әлсіз көрсетілген (0 - 1)

Тікелей белсенді буллинг

Физикалық көріністер (қасақана итеру, ұру, тепкілеу, ұрыпсоғу, басқа да дене жарақаттарын келтіру, заттарды ұрлау немесе бүлдіру, қорлау қимылдары) және ауызша (қорлау, қорқыту) агрессия

Жанама белсенді буллинг

оқшаулау (әлеуметтік жекешелендіру) көріністері: өсек, қастандық, бойкот, өтініштерді елемеу

Тікелей пассивті буллинг (виктимизация)

физикалық және ауызша агрессияға ұшырау

Жанама жәбірленушілік (жанама пассивті буллинг)

Сауалнаманың өңдеу нәтижесінің қорытындысы бойынша:

Зерттеу нәтижесі:



Диагностика нәтижелері:

Параллельдер	Деңгейлер	Тікелей белсенді буллинг	Жанама белсенді буллинг	Тікелей пассивті буллинг (виктимизация)	Жанама жәбірленушілік (жанама пассивті буллинг)
10 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 89 адам.	100% 89 адам.	100% 89 адам.	100% 89 адам.
11 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 78 адам.	100% 78 адам.	100% 78 адам.	100% 78 адам.

5 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 190 адам.	100% 190 адам.	100% 190 адам.	100% 190 адам.
6 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 177 адам.	100% 177 адам.	100% 177 адам.	100% 177 адам.
7 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 152 адам.	100% 152 адам.	100% 152 адам.	100% 152 адам.
8 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 172 адам.	100% 172 адам.	100% 172 адам.	100% 172 адам.
9 сынып					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 141 адам.	100% 141 адам.	100% 141 адам.	100% 141 адам.
Барлығы					
	Айтылады (тұрақты, жүйелі)	0% адам.	0% адам.	0% адам.	0% адам.
	аз-орташа (эпизодтық)	0% адам.		0% адам.	0% адам.
	көрсеткіш әлсіз көрсетілген	100% 999 адам.	100% 999 адам.	100% 999 адам.	100% 999 адам.

Диагностика нәтижелері:

Зерттеу нәтижелері бойынша 5–11 сынып оқушыларының буллингтің белсенді немесе пассивті түрлері байқалмады.

Зерттеу нәтижелері бойынша білім алушылар арасында буллингтің таралу деңгейі өте төмен екенін көрсетті. Сауалнама қорытындысында оқушылардың басым көпшілігі (99–100%) өздерін қауіпсіз сезінетінін, буллингке қатыспайтынын және мұндай жағдайларға сирек немесе мүлде тап болмайтынын көрсеткен

Бұл көрсеткіш мектептегі психологиялық ахуалдың қолайлы және тұрақты екенін, оқушылар арасындағы өзара қарым-қатынастың жақсы деңгейде екенін дәлелдейді.

5 сыныптар

Зерттеу нәтижесі бойынша оқушылардың 100% буллингке қатыспайтынын және өздерін қауіпсіз сезінетінін көрсеткен.

6 сыныптар

Оқушылардың 99%-ы буллингке қатысы жоқ екенін көрсеткен. 6«Ә» 1% деңгейінде сирек кездесетін жағдайлар тіркелген. Сыныпта жағымды қарым-қатынас басым, бірақ алдын алу жұмыстары қажет.

7 сыныптар

Сауалнама нәтижесі бойынша 100% оқушы буллингке қатыспайтынын көрсеткен. Сыныпта психологиялық ахуал тұрақты, оқушылар өздерін қауіпсіз сезінеді.

8 сыныптар

Оқушылардың 100%-ы буллинг жағдайларына қатыспайтынын және мұндай жағдайлар кездеспейтінін көрсеткен. Сыныптағы орта толықтай қолайлы.

9 сыныптар

Зерттеу нәтижесінде 100% оқушы буллингтің жоқ екенін көрсеткен. Оқушылар арасында өзара түсіністік пен сыйластық қалыптасқан.

10 сыныптар

Оқушылардың 100%-ы буллинг жағдайларына қатыспайтынын көрсеткен. Сыныптағы психологиялық климат өте жақсы деңгейде.

11 сыныптар

Зерттеу нәтижесі бойынша 100% оқушы буллингке қатыспайтынын көрсеткен. Сыныпта қауіпсіз әрі қолайлы орта қалыптасқан.

Қорытынды

Зерттеу нәтижесінде мектеп ұжымында буллингтің тұрақты немесе жүйелі түрі анықталған жоқ.

Барлық параллель сыныптарда психологиялық климат қалыпты деңгейде.

Ұсыныстар:

Буллингтің алдын алу бағытындағы алдын алу және ағартушылық бағыттындағы жұмыстарды жалғастыру.

II. Түзету-дамытушылық бағыты бойынша жүргізілген жұмыстар.

1.Психологиялық сабақ 1-сынып оқушыларымен «Мен оқушымын» тренингі

Қыркүйек айының 29-ы 1-сынып оқушыларының мектеп өміріне сәтті бейімделуін қамтамасыз етуге арналған психологиялық тренинг өтілді.

Мақсаты: Бірінші сынып оқушыларының жаңа оқу ортасына бейімделуін жеңілдету, мектепке деген қызығушылығын арттыру, өзара достық қарым-қатынас орнату және жағымды эмоциялық көңіл-күй қалыптастыру.

Мектептің педагог-психологы 1-сынып оқушыларымен «Мен оқушымын» тақырыбында тренинг өткізді. Тренинг барысында балалар ойын түрінде бір-бірімен танысып, өз есімдерін айту, достарымен жылы сөз алмасу, бір-бірін тыңдау және топпен жұмыс жасауға үйренді. Әртүрлі көңілді жаттығулар мен сергіту сәттері арқылы балалардың белсенділігі, қызығушылығы артты. Оқушылар өз ойларын еркін жеткізіп, мектеп өміріне деген жағымды көзқарас қалыптастырды. Тренинг нәтижесінде 1-сынып оқушыларының жаңа ортаға бейімделу деңгейі жақсарды. Оларда өзіне және сыныптастарына деген сенім мен ашықтық қалыптасты. Балалар мектепке қуана келіп, сабаққа қызығушылықпен қатысатын болды. Педагог-психолог өткізген бұл тренинг оқушылардың мектеп өміріне тез үйренісіп, ұжыммен жақсы қарым-қатынас орнатуына, эмоционалды тұрақтылық пен өз-өзіне сенімділікті дамытуына ықпал етті.







2.Психологиялық клуб мүшелерімен «БІЗ-ол көп Мен» тренингі.

«БІЗ –ол көп МЕН» тақырыбы бойынша 7-10 оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг

Күні: 08-14.10.2025ж

Сыныбы: 7-10 сынып оқушылары

Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг

Тренинг барысы:

Тренинг барысында оқушылардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті. Тренингтің негізгі мақсаты — қатысушыларға топтық жұмыс, өзара қарым-қатынас дағдыларын дамыту және тұлғалық ерекшеліктерді тану арқылы бір-бірін түсініп, бірге жұмыс жасауға ықпал ету.

Бұл тренинг арқылы әрбір адам өз орны мен рөлін түсініп, топтың тиімді жұмыс жасауына үлес қосуға үйренеді. Сондай-ақ, тренинг жеке тұлға мен топ

арасындағы байланысты орнату, «мен» және «біз» арасындағы тепе-теңдікті табу арқылы әлеуметтік жауапкершілікті арттыруды мақсат етеді. Тақырып аясында оқушылармен түрлі тренингтер жүргізілді.

Атап айтқанда, ынтымақтастыққа арналған «Біз көппіз» тренингі, клубтың әрбір қатысушысына өзі үшін «команда» ұғымын нақтылауға арналған «Ассоциация» жаттығуы, логиканы дамытуға арналған «Аяқталмаған сөйлем»,«Сыйлықтар» жаттығуы, топта өзара түсіністікті дамытуға арналған «Бес шам» жаттығуы, рефлексия бір-бірін сезіну, сөзсіз, мимикасыз түсінуге арналған «Кеңестер қорабы» жаттығуы, өмірдегі өз орындарының маңыздылығын ұғынуға арналған «Команданың жүрегі» жаттығулары жүргізілді.

Қорытынды: «Біз – ол көп, мен» тренингі жеке тұлғаның және топтың үйлесімділігін қалыптастыруға бағытталған ерекше тәжірибе болды. Тренинг әр қатысушыға өзіне деген сенімділікті арттыру, топтық ынтымақтастықты жақсарту және қарым-қатынас дағдыларын дамытуға көмектесті. Қатысушылар бір-бірімен тиімді жұмыс істей отырып, жеке және топтық деңгейде табысқа жету жолында маңызды дағдыларды меңгерді.

Бұл тренингтің нәтижесінде, әрбір қатысушы «мен» және «біз» арасындағы байланысты нығайтып, өз орнын және рөлін топта сезініп, өзара түсіністік пен қолдаудың маңыздылығын түсінді.

Ұсыныс: сынып жетекшісі мен пән мұғалімдеріне оқушылардың көңіл-күйлерін және сыныптағы бір-бірлеріне деген қарым-қатынастарын бақылау.





3. «Менің сезімдерім» Өркен бағдарламасы аясында 1 сынып оқушыларымен тренингі

«Менің сезімдерім» тақырыбы бойынша 1 сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг

Күні: 15-17.10.2025ж

Тақырыбы: «Менің сезімдерім»

Сыныбы: 1 сынып оқушылары

Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг

Мақсаты —Оқушылардың өз сезімдері туралы түсінігін кеңейту, оларды ашық айтуға және дұрыс басқаруға үйрету.

Тренинг барысы:
Тренинг барысында оқушылардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті.
«Сәлемдесу шеңбері», «Сезімді бейнелеңіз» жаттығуы, «Сөйлемді жалғастыр», Қосымша тиімді әдістер ұсынылады: Қорапты тыныс алу, «Маска» жаттығулары жасалынып, оқушыларға көтеріңкі көңіл-күй мен жақсы атмостфера орнатылды.
«Тыныс алуды тазарту» сенсорлық бөлмесіндегі релаксация жаттығуы жүргізілді.
Қорытынды: «Менің сезімдерім»» тренингі жеке тұлғаның эмоцияларын басқара білуге және топтың үйлесімділігін қалыптастыруға бағытталған ерекше тәжірибе болды. Тренинг соңында оқушылар кері байланыс жасалып, өздерінің алған әсерлерімен бөлісті.
Ұсыныс: сынып жетекшісі мен пән мұғалімдеріне оқушылардың көңіл-күйлерін және сыныптағы бір-бірлеріне деген қарым-қатынастарын бақылау.





4. «Мен өзімді мақтай аламын» Ы. Алтынсарин бағдарламасы аясында 8-сынып оқушылармыен тренинг.
Күні: 21-23.10.2025ж
Тақырыбы: «Мен өімді мақтай аламын»
Сыныбы: 8- сынып оқушылары
Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг
Мақсаты – қатысушылар өздерінің жақсы жақтарын айта отырып, өз өздерінің менің қалыптастыру. Көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті.
«Сәлемдесу шеңбері»,«Эмоционалды сөздік» жаттығу, «Мен ашуланған кезде..» жаттығуы,«Ғажайып-кактус» жаттығуы
жаттығулары жасалынып, оқушыларға көтеріңкі көңіл-күй мен жақсы атмостфера орнатылды.
«Тыныс алуды тазарту» сенсорлық бөлмесіндегі релаксация жаттығуы жүргізілді.
Тренинг соңында оқушылар кері байланыс жасалып, өздерінің алған әсерлерімен бөл

Ұсыныс: сынып жетекшісі мен пән мұғалімдеріне оқушылардың көңіл-күйлерін және сыныптағы бір-бірлеріне деген қарым-қатынастарын бақылау.

5. Өркен бағдарламасы аясында «Ашу-ызамен не істеуге болады?» психологиялық сабақ. 9-11сыныптар

«Ашу-ыза билегенде не істеу керек?» Ы.Алтынсарин атындағы «Орта білім беру ұйымдарында кәмелетке толмағандар арасында аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу» бағдарламасын жүзеге асыру аясында 9-11 сыныптар өткізілген психологиялық сабақ

23.11-24.11.2025 жылы «Ашу-ыза билегенде не істеу керек» Ы.Алтынсарин атындағы «Орта білім беру ұйымдарында алдын алу» бағдарламасын жүзеге асыру аясында, оқушылардың өзіне және айналадағы адамдарға зиянкестік жасамай ғана ашу-ызаны қалай игеруге болатындығы туралы, дам өзінің жан дүниесіндегі жағымсыз энергиялар-ашу-ыза, агрессия, көреалмаушылық, табалау, қызғаныштан арылу мақсатында оқушылармн ойын-жаттығулары мен «көрме», «бәтеңкедегі тас» сынды тренингтер өткізілді. «Ашу-ыза билгенде не істеу керек?» тақырыбында түсіндіру жұмыстары жүргізіліп, жаттығулар жасалынып, ұсыныстар берілді. Балалар бойларын ашу-ыза кернегенде қандай іс-әрекеттер арқылы оны шығаруға болатының игерді.

6. «Өмір керемет» тренингі 11-сынып «Өмір керемет» тақырыбы бойынша 11 «А», «Ә», «Б», «В» сынып оқушыларымен тренинг

Күні: 08.12.2025ж

Тақырыбы: «11-сынып оқушыларының өмірге деген құштарлығын арттыра отырып алдағы емтиханға кіруге деген мотивациясын арттыру»

Баланың ҰБТ-ға дайындығындағы ата-ананың рөлі – бұл ата-ананың өз баласының психологиялық, моральдық және материалдық тұрғыдан Ұлттық бірыңғай тестілеуге дайындалуына ықпал етуі мен қолдау көрсетуін білдіреді.

Психологиялық қолдау:

Баланың бойындағы сенімділікті арттыру, үрей мен уайымның алдын алу, мотивация беру – басты міндеттердің бірі.

Материалдық және ұйымдастырушылық көмек:

Қажетті оқу құралдарын, қосымша сабақтарға қатысу мүмкіндігін қамтамасыз ету, дайындық уақыты мен демалыс режимін реттеуге көмектесу.

Моральдық қолдау және түсіністік:

Балаға сенім білдіру, сынақ нәтижесіне емес, оның еңбегіне баға беру, отбасында жылы және тыныш атмосфера қалыптастыру.

Бақылау және бағыт беру:

Оқу процесін шамадан тыс қысымсыз бақылап, дұрыс жоспар құруға бағыттау. Бүгінгі таңда Ұлттық бірыңғай тестілеу – әр оқушының өміріндегі маңызды кезеңдердің бірі. Бұл сәтте ата-ананың қолдауы мен қамқорлығы ерекше мәнге ие. Ата-ананың рөлі тек баланы бақылаумен шектелмейді, ол ең алдымен психологиялық және моральдық қолдау көрсету болып табылады.

Ата-ана баласының оқуына жағдай жасап, оған сенім білдіру арқылы мотивация береді. Сонымен қатар, үйде жылы, тыныш атмосфера қалыптастырып, баланың дұрыс демалуына және күшін тиімді бөлуіне көмектесуі қажет.

Балаға сынақ нәтижесінен бұрын оның еңбегін бағалап, «сенің қолыңнан бәрі келеді» деген сенім ұялату – табыстың кілті.

7. «Мен ренжідім» Өркен бағдарламасы аясында 6-сыныптармен тренингі.
«Мен-ренжідім» тақырыбы бойынша 6 «Д» сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг
Күні: 09.12.2025ж
Сыныбы: 6 Д сынып оқушылары
Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг
Тренинг барысында оқушылардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті.
Мақсаты:
Оқушыларға реніш сезімін тануға, өз эмоцияларын дұрыс әрі қауіпсіз түрде білдіруге үйрету, бір-бірін тыңдау мен түсіну дағдыларын дамыту.
Міндеттері:
Реніш деген не екенін түсіндіру;
Өз сезімін сөзбен жеткізе білуге үйрету;
Қарым-қатынаста сыйластық пен эмпатияны қалыптастыру;
Қиын жағдайда сабыр сақтап, мәселені бейбіт жолмен шешу дағдыларын дамыту.
Күтілетін нәтиже:
Тренинг соңында оқушылар өз ренішін түсініп, оны агрессиясыз жеткізе алады, сыныптастарының сезіміне құрметпен қарауды үйренеді және жағымды қарым-қатынас орнатуға қадам жасайды.
«Мен ренжідім» тренингі 6 «Д» сынып оқушыларына арналған. Тренингтің негізгі мақсаты – оқушылардың реніш сезімін түсінуіне, оны дұрыс жеткізе білуіне және өзара қарым-қатынаста сыйластықты сақтауға үйрету. Сабақ барысында оқушылар өз сезімдері туралы ой бөлісіп, бір-бірін тыңдауға, түсінуге және жанжалсыз қарым-қатынас орнатуға дағдыланды. Тренинг балалардың эмоциялық мәдениетін қалыптастыруға, өз мінез-құлқын бақылауға және сыныпта жағымды психологиялық ахуал орнатуға бағытталған.
Қорытындылай келе, «Мен ренжідім» тақырыбындағы тренинг оқушылардың эмоциялық сауаттылығын арттыруға, өз сезімдерін ашық әрі дұрыс білдіруге және өзара түсіністікке негізделген қарым-қатынас орнатуға ықпал етті. Тренинг барысында оқушылар бір-бірін тыңдаудың, сыйластықпен сөйлесудің маңызын түсініп, сыныптағы жағымды психологиялық ахуалды нығайтуға қадам жасады.

8. «Қиын жағдайларда не үйренеміз» тақырыбы бойынша 10 сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг

Іс-шараның атауы: «Қиын жағдайларда не үйренеміз?» тақырыбындағы сынып сағаты (тренинг)
Өткізілген күні: 19.01.2026ж
Сыныбы: 11-сынып

19-20.01.2026жылы 11-сынып оқушыларымен «Қиын жағдайларда не үйренеміз?» тақырыбында сынып сағаты (тренинг) өткізілді.

Іс-шараның мақсаты – оқушыларға қиын жағдайлардың адам өміріндегі маңызын түсіндіру, күйзеліске төзімділікті қалыптастыру, өмірлік дағдыларын дамыту және проблемалық жағдаяттарды тиімді шешу жолдарын үйрету.

Сабақ барысында оқушыларға қиын жағдайлардың түрлері, күйзелістің пайда болу себептері және оны жеңудің тиімді тәсілдері туралы ақпарат берілді. Топтық жұмыс, жағдаяттық тапсырмалар және рефлексиялық жаттығулар ұйымдастырылды. Қатысушылар қиындықтарды шешу жолдарын талдап, өз тәжірибелерімен бөлісті.

Тренинг барысында оқушылар белсенділік танытып, өз ойларын ашық жеткізді. Көпшілік оқушылар қиын жағдайлардың тұлғалық дамуға әсер ететінін түсініп, сабырлылық, қолдау сұрау және өзін-өзі реттеу дағдыларының маңыздылығын атап өтті.

Қорытынды: Іс-шара мақсатына жетті. Оқушылардың эмоционалдық тұрақтылығын дамытуға және өмірлік қиындықтарға конструктивті көзқарас қалыптастыруға бағытталған жұмыс жүргізілді.





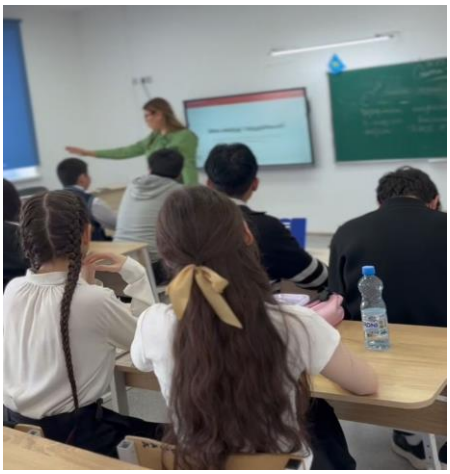
9. «Мен өмірді таңдаймын» тақырыбы бойынша 8 сынып оқушыларымен тренин
Күні: 12.12.19
Тақырыбы: «Мен өмірді таңдаймын?».
Мақсаты: Өмір сүрудің мәнін түсіндіру. Құштарлықтарын арттыру.

Тренинг барысында « Мен кіммін, қандаймын » әдісі арқылы әр қатысушы өздерінің бойындағы жағымды, жағымсыз қасиеттерін жазды.
«Менің жан жақты ерекшеліктерім» жаттығуында оқушылар өз мінезін айтып, сынып оқушылары талдады. Бойындағы ерекше қасиеттерін айтты. Тренингте белсенділік көрсеткен болды.

«Сымсыз телефон» барлық балалар шеңбер бойында тұрып. Бірінші тұрған оқушыға құлағына сыбырлап әр түрлі сөздер айтты.. Ол оқушы әрі қарай келесі оқушыға естігенін айтады, ең соңғы қалған оқушы естігенін дауыстап айтты. Ойын бірнеше рет жалғасты. Оқушылардың көңілдері көтеріліп қалды.

Қорытынды: Тренинг уақыты 40 минут болды. Барлық оқушылар белсенді қатысты. Оқушылар тренинг соңында өз ойларымен бөлісті. Оқушылардың ұсыныстары алдағы уақытта: махаббат, достық, әдепті сөйлеу, қызықты ойындар тақырыптарында тренинг өтсе екен деген өтініш болды.





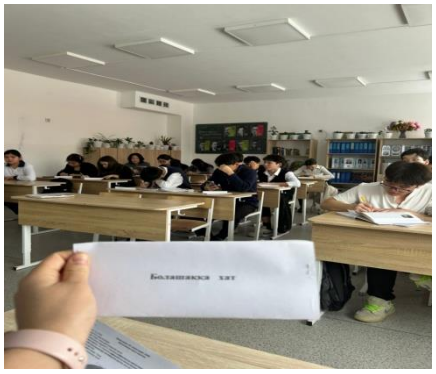


10. Менің болашақ мамандығым тақырыбы бойынша 9-сынып оқушыларымен тренинг
(9-сынып оқушыларына тренинг)
Күні:21.01.2026 ж.
Қатысушы сыныптар: 9 А,Ә,Б,В,Г,Ғ
Тақырыбы: «Менің болашақ мамандығым»
Мақсаты:Оқушылардың болашақ мамандыққа деген қызығушылығын арттыру, өз қабілеттері мен қызығушылықтарын тануға көмектесу, мамандық таңдауда саналы шешім қабылдауға бағыт беру.
Міндеттері:
– Оқушылардың өз мүмкіндіктерін бағалай білуіне ықпал ету;
– Мамандықтар әлемі туралы түсінігін кеңейту;
– Өзін-өзі тану және болашаққа мақсат қоя білу дағдыларын дамыту.
Оқушылармен сәлемдесу, жағымды психологиялық ахуал қалыптастыру.
«Шаттық шеңбері» арқылы әр оқушы болашақта кім болғысы келетінін бір сөзбен айтты.
– «Мамандықтар әлемі» тақырыбында әңгіме жүргізілді;
– «Менің қызығушылығым мен қабілетім» атты шағын тапсырма орындалды;
– Оқушылар өз армандаған мамандығын, оған жету жолдарын айтып бөлісті;
– Мамандық таңдауда қабілет, қызығушылық және еңбек нарығының маңыздылығы түсіндірілді.

«Болашақтағы мен» жаттығуы.
Оқушылар өз болашақ мамандығын суреттеу немесе жазбаша түрде сипаттау арқылы көрсетті.
Сабақ соңында оқушылар алған әсерлерімен бөлісті. Болашаққа нақты мақсат қоюдың маңыздылығы айтылып, мамандық таңдауда өзіне сену қажеттілігі атап өтілді.

Қорытынды:
Сабақ барысында оқушылар белсенділік танытты. Көпшілігі өз болашақ мамандығы туралы ойларын ашық жеткізе алды. Оқушылардың мамандыққа деген қызығушылығы артқаны байқалды.

Ұсыныс:
– Оқушылармен мамандыққа бағыттау жұмыстарын жүйелі түрде жалғастыру;
– Қажет болған жағдайда жеке кеңес беру;
– Қызығушылық пен қабілетті анықтауға арналған сауалнамалар жүргізу.






12. «Қарым-қатынас мәдениеті» тақырыбы бойынша 3 сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг

Іс-шараның атауы: «Қарым-қатынас мәдениеті» тақырыбындағы сынып сағаты (тренинг)
Өткізілгенкүні:17.02.2026ж
Сыныбы: 3-сынып

Оқушылардың бір-бірімен дұрыс қарым-қатынас жасау дағдыларын қалыптастыру, әдепті сөйлеу мәдениетін дамыту, сыйластық пен достыққа тәрбиелеу.

- Оқушыларға қарым-қатынастың маңызын түсіндіру;
- Әдепті сөздерді қолдануға үйрету;
- Бір-бірін тыңдау, түсіну, құрметтеу дағдыларын дамыту;
- Ұжымда жағымды психологиялық ахуал қалыптастыру.

Оқушылармен амандасу, тренинг ережелерімен таныстыру:

- Бір-бірін тыңдау
- Сөзді бөлмеу

- Сыйластық сақтау
- Белсенді қатысу

Оқушылар шеңберге тұрып, бір-біріне жылы сөздер айтты.
Мақсаты: жағымды көңіл күй қалыптастыру, сенімді атмосфера орнату.

Қарым-қатынасқа байланысты түрлі жағдаяттар ұсынылды.
Оқушылар дұрыс және бұрыс әрекеттерді ажыратып, өз пікірлерін білдірді.

Оқушылар бір-біріне жағымды сөздер айтып, жақсы қасиеттерін атады.
Мақсаты: өзін-өзі бағалауды көтеру, достық қарым-қатынасты нығайту.

Қорытынды бөлім

Оқушылар тренингтен алған әсерлерімен бөлісті.
«Қарым-қатынас мәдениеті дегеніміз не?» деген сұраққа жауап беріп, өз ойларын айтты.

Тренинг барысында оқушылар:

- Әдепті сөйлеудің маңызын түсінді;
- Бір-бірін тыңдау дағдыларын көрсетті;
- Сыйластық пен достық қарым-қатынастың қажеттігін ұғынды;
- Белсенділік танытты.

Жалпы психологиялық ахуал жағымды болды. Оқушылар тренингке қызығушылықпен қатысты.

Қорытынды: Тренинг мақсатына жетті. Оқушылардың қарым-қатынас мәдениеті туралы түсініктері кеңейді. Алдағы уақытта осындай дамытушы тренингтерді жалғастыру ұсынылады.







13. «Толеранттылық деген не?» тренинг
Күні: 04.05.2026ж
Сыныбы: 6 сыныптар
Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг
Іс-шара тақырыбы: «Толеранттылық деген не?»

- Оқушыларға «толеранттылық» ұғымын түсіндіру, оның адамгершілік құндылық ретіндегі маңызын ұғындыру;
- Сынып ішіндегі достық қарым-қатынасты нығайту, өзгелердің пікірі мен ерекшеліктерін құрметтеуге баулу;
- Эмпатия (өзгелердің сезімін түсіну) қабілетін дамыту және агрессияның алдын алу.

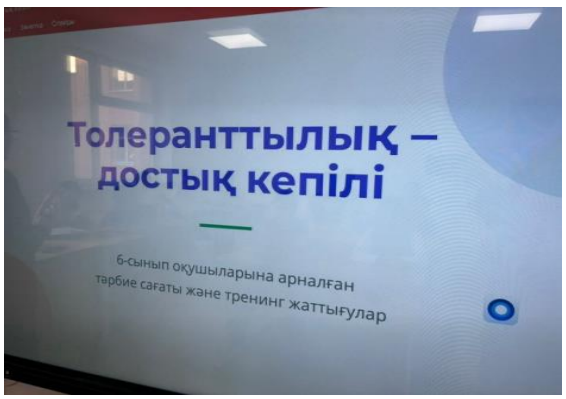
Тренинг келесі кезеңдерден тұрды:

1. **«Жылы лебіз» танысу жаттығуы:** Оқушылар бір-біріне жақсы қасиеттерін айту арқылы жағымды психологиялық ахуал орнатты.
2. **«Толеранттылық гүлі» әдісі:** Оқушылар топқа бөлініп, толерантты адамға тән қасиеттерді (кешірімділік, шыдамдылық, қайырымдылық, сыйластық) гүл күлтесіне жазып, қорғады.
3. **«Біз әртүрліміз, бірақ біргеміз» жаттығуы:** Оқушылар өздерінің бір-бірінен айырмашылығы мен ұқсастығын талдап, әр адамның бірегей екенін түсінді.
4. **Рефлексия:** Тренинг соңында оқушылар «кері байланыс парақтарын» толтырып, сабақтан алған әсерлерімен бөлісті.

Тренинг барысында оқушылар белсенділік танытты. Топтық жұмыстар арқылы оқушылардың бір-бірін тыңдау, ортақ шешімге келу дағдылары байқалды.

- **Жетістіктер:** Оқушылардың 90%-ы «толеранттылық» ұғымының мәнін толық түсінген. Сынып ішіндегі кикілжіңдерді бейбіт жолмен шешуге деген қызығушылықтары артты.
- **Ұсыныстар:** Сынып жетекшісіне оқушылар арасындағы достық қарым-қатынасты ары қарай қолдау үшін сынып сағаттарында осы тақырыпты жалғастыру ұсынылады.







14. «Өмірлік мақсаттарды белгілеу мен оларға жету дағдыларын дамыту» сабақ

Іс-шараның атауы: «Өмірлік мақсаттарды белгілеу мен оларға жету дағдыларын дамыту»сабақ
Өткізілгенкүні:19.03.2026ж
Сынып: 9-сынып (жасөспірімдік кезең, кәсіби бағдар алу алдындағы кезең).
Сабақтың мақсаты: Оқушыларға мақсат қоюдың маңыздылығын түсіндіру, SMART технологиясы арқылы мақсаттарды нақтылауды үйрету және оған жету жолындағы іс-әрекеттерді жоспарлау дағдыларын қалыптастыру.
Сабақ барысында келесі бағыттар бойынша жұмыс жүргізіледі:

- **Арман мен мақсаттың айырмашылығы:** Арманның абстрактілі ұғым екенін, ал мақсаттың белгілі бір уақыт пен нәтижеге негізделген әрекет екенін түсіну.
- **SMART форматы:** Мақсаттың бес критерийге сай болуын талдау:
    1. **S (Specific)** – Нақтылық.
    2. **M (Measurable)** – Өлшемділік.
    3. **A (Achievable)** – Қолжетімділік.
    4. **R (Relevant)** – Маңыздылық.
    5. **T (Time-bound)** – Уақытпен шектелу.
- **Тайм-менеджмент (Уақытты басқару):** Мақсатқа жету жолында күнделікті жоспар құру және басымдықтарды белгілеу (Эйзенхауэр матрицасы немесе «Құрбақаны жеу» әдісі).

Сабақ соңында оқушыларда келесі **soft skills** (икемді дағдылар) дамиды:

1. **Өзін-өзі реттеу:** Өз мүмкіндіктерін объективті бағалау.
2. **Снириғи ойлау:** Кедергілерді алдын ала болжау және оларды шешу жолдарын іздеу.
3. **Жауапкершілік:** Өз болашағына, таңдаған мамандығына және оқу үлгеріміне саналы түрде қарау.

«9-сынып оқушылары өздерінің қысқа мерзімді (тоқсандық, жылдық) және ұзақ мерзімді (мамандық таңдау, оқуға түсу) мақсаттарын жүйелеп, оларды іске асырудың қадамдық картасын сыза біледі.»

Пайдалы кеңес (Мұғалімге):

9-сынып оқушылары үшін бұл сабақтың **кәсіби бағдар берумен** (Қай колледжге немесе 10-сыныпқа бару) тығыз байланысты болғаны абзал. Сабақ соңында әр оқушы «Менің болашаққа хатым» немесе «Жетістік картасы» сияқты практикалық жұмыс орындаса, тиімділігі жоғары болады.





15. «Буллинг, кибербулинг» ақпараттандыру

«Буллинг, кибербуллинг» ақпараттандыру жұмыстары

Күні: 06.04.2026ж
Сыныбы: 5 сынып оқушылары
Тақырыбы: «Буллинг, кибербуллинг»
Мақсаты: Оқушыларға буллинг және кибербуллинг туралы түсінік беру, оның зияны мен салдарын түсіндіру, өздерін және өзгелерді қорғау дағдыларын қалыптастыру.
Сабақ барысы:Сабақ барысында оқушыларға буллинг (қорқыту, мазақтау, кемсіту) және кибербуллинг (әлеуметтік желілер арқылы қорлау) туралы түсіндірме жұмыстары жүргізілді.
Оқушылармен бірге буллингтің түрлері, себептері және оның адам психологиясына тигізетін кері әсері талқыланды.
Сонымен қатар, нақты мысалдар келтіріліп, жағдаяттық тапсырмалар арқылы оқушылар өз ойларын ортаға салды. Оқушыларға буллинг жағдайында не істеу керектігі (сенімді ересекке айту, жауап бермеу, дәлел сақтау) түсіндірілді.
Кибербуллингтің алдын алу мақсатында интернетте қауіпсіздік ережелері айтылды.
Қорытынды:
Сабақ соңында оқушылар буллинг пен кибербуллингтің зиянын түсініп, ондай жағдайларда дұрыс әрекет ету жолдарын меңгерді. Оқушылар белсенділік танытып, өз пікірлерімен бөлісті.
Ұсыныс:
- Оқушыларға тұрақты түрде психологиялық қолдау көрсету
- Сынып жетекшісімен бірлескен алдын алу жұмыстарын жалғастыру
- Ата-аналармен түсіндіру жұмыстарын жүргізу

Оқушылармен жұмыс барысынан:





16. «Сезім және эмоциялар» тақырыбы бойынша 6 сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг
Іс-шараның атауы: «Сезім және эмоциялар» тақырыбындағы сынып сағаты (тренинг)
Өткізілгенкүні:09.04.2026ж
Сыныбы: 6-сынып

Мақсаты:
Оқушыларға сезім мен эмоция ұғымдарын түсіндіру, өз эмоцияларын тану және дұрыс жеткізу дағдыларын қалыптастыру.

- Сезім мен эмоцияның айырмашылығын түсіндіру;
- Жағымды және жағымсыз эмоцияларды ажыратуға үйрету;
- Эмоцияларды басқару тәсілдерін көрсету;
- Өзін-өзі реттеу дағдыларын дамыту.

Оқушылармен амандасу, жағымды психологиялық ахуал қалыптастыру.
Сабақ ережелері белгіленді:

- Бір-бірін тыңдау
- Сөзді бөлмеу
- Өз ойын еркін айту
- Құпиялылық сақтау

«Көңіл-күй шкаласы» жаттығуы

Оқушылар өздерінің қазіргі көңіл-күйлерін смайлик немесе түстер арқылы көрсетті.
Мақсаты: эмоционалдық жағдайды анықтау.

Оқушыларға сезім мен эмоция туралы түсінік берілді.

Эмоция – адамның белгілі бір жағдайға қатысты жедел реакциясы (қуаныш, ашу, қорқыныш).
Сезім – ұзақ уақыт сақталатын тұрақты күй (достық, махаббат, сенім).

Жағымды эмоциялар: қуаныш, мақтаныш, қызығушылық.
Жағымсыз эмоциялар: ашу, реніш, қорқыныш, уайым.

«Эмоцияны таны» ойыны

Оқушыларға түрлі эмоция бейнеленген суреттер көрсетіліп, олар қандай эмоция екенін анықтады және сол жағдайды сипаттады.

«Мен ашулансам не істеймін?» жаттығуы

Оқушылар эмоцияларды басқару жолдарын ұсынды:

- Терең тыныс алу
- 10-ға дейін санау
- Спортпен айналысу
- Сенімді адаммен сөйлесу

Рефлексия

Оқушылар бүгінгі сабақтан не түсінгенін, қандай жаңа мәлімет алғанын айтты. «Мен бүгін білдім…», «Мен енді…» сөйлемдерін аяқтау арқылы ой бөлісті.

Сынып сағаты барысында оқушылар:

- Сезім мен эмоция ұғымдарын ажырата алды;
- Өз эмоцияларын атауға және сипаттауға үйренді;
- Жағымсыз эмоцияларды басқару тәсілдерімен танысты;
- Сабаққа белсенді қатысты.

Психологиялық ахуал жағымды болды, оқушылар ашық пікір білдірді.

Қорытынды: Сынып сағаты мақсатына жетті. Оқушылардың эмоционалдық сауаттылығы артты. Алдағы уақытта эмоцияларды реттеу және өзін-өзі басқару тақырыптарында қосымша жаттығулар өткізу ұсынылады.





17. «Барлығы сенің қолыңда» 11-сынып оқушыларымен психологиялық тренинг
«Барлығы сенің қолында»
(11-сынып оқушыларына тренинг)

Қатысушылар: 11-сынып оқушылары
Күні:13.05.2026
Тренинг мақсаты: 11-сынып оқушыларына алдағы емтиханға психологиялық қолдау көрсету, өз күшіне сенімділігін арттыру, мотивация беру және күйзелісті азайту.
Тренинг барысы: Тренинг барысында оқушылармен психологиялық ахуал қалыптастыру мақсатында түрлі сергіту жаттығулары өткізілді. Оқушылар бір-біріне жылы лебіздерін білдіріп, жағымды атмосфера орнатты. «Бәрі өз қолында» тақырыбында оқушыларға адамның жетістікке жетуі өзіне, өз мақсатына деген сеніміне байланысты екендігі түсіндірілді. Сонымен қатар емтихан алдындағы

қобалжуды жеңу, уақытты тиімді пайдалану және өз мүмкіндіктерін дұрыс бағалау туралы кеңестер берілді. Сонымен қатар ішкі мазасыздық пен жағымсыз эмоцияларды сыртқа шығару мақсатында пластилинмен жұмыс ұйымдастырылды. Оқушылар пластилинді уқалау, қысу, ұру арқылы бойларындағы қобалжу мен стрессті шығарып, эмоционалдық жеңілдік сезінді. Бұл жаттығу оқушылардың ішкі қысымын азайтуға және көңіл-күйін көтеруге ықпал етті.

Тренингте келесі жұмыстар жүргізілді:

- «Менің мақсатым» жаттығуы;
- Сенімділікті арттыруға арналған тапсырмалар;
- Күйзелісті төмендетуге арналған тыныс алу жаттығулары;
- Пікір алмасу және мотивациялық әңгіме.

Оқушылар тренингке белсенді қатысып, өз ойларымен бөлісті. Тренинг соңында оқушыларға жақсы көңіл-күй сыйланып, алдағы емтиханға сеніммен баруға мотивация берілді.

Қорытынды: Тренинг өз мақсатына жетті. Оқушылар емтиханға деген жағымды көзқарас қалыптастырып, өздеріне деген сенімділіктерін арттырды.





18. Кеңес беру, жаттығулар. Бақылауды қажет ететін оқушылармен дамыту жұмыстары.

Оқушылардың әлеуметтік-психологиялық құзыреттілігін арттыру, өзін-өзі реттеу және стреске төзімділік дағдыларын дамыту мақсатында арнайы тренингтер ұйымдастырылды.

- **Тақырыптар:** *«Ашу-ыза кернегенде», «Эмоцияны басқару өнері», «Құндылықтар әлемі», «Төзімділік (толеранттылық) – достық кепілі».*
- **Нәтижесі:** Тренингтер барысында оқушылар агрессияны сындарлы жолмен шығаруды, дау-жанжалдарды бейбіт шешуді және топта жұмыс істеуді үйренді. Арт-терапиялық элементтер оқушылардың ішкі кернеуін түсіруге оң ықпал етті.

Оқушылардың құқықтық сауаттылығын арттыру және жауапкершілікті сезіндіру мақсатында олар мектептегі **Құқықбұзылушылықтың алдын алу кеңесінің отырыстарына** қатыстырылды.

- **Нәтижесі:** Заң мен мектеп Жарғысын бұзудың салдары туралы түсіндіру жұмыстары жүргізілді. Отырыстар оқушыларға тәртіп бұзушылықтың соңы заңдық жауапкершілікке әкелетінін түсінуге және өздеріне сырт көзбен қарап, қорытынды шығаруға үлкен септігін тигізді.

Буллинг және кибербуллингтің алдын алу, қиын жағдайдағы оқушыларға қолдау көрсету жұмыстары

Мектепішілік есептегі оқушылардың арасында агрессия деңгейін төмендету, құрдастарымен қарым-қатынасты сауықтыру және тұлғааралық қақтығыстардың алдын алу мақсатында буллинг пен кибербуллинг тақырыбында мақсатты жұмыстар жүргізілді.

- **Жүргізілген жұмыс түрлері:** Оқушылармен *«Буллинг, киббербулинг»*, *«ДосболLIKE»* тақырыптарында интерактивті әңгімелесулер мен психологиялық кеңестер берілді. Отырыстар мен жеке кеңестер барысында мектеп қабырғасында немесе әлеуметтік желілерде (WhatsApp, Instagram, TikTok және т.б.) басқа оқушыларды балағаттау, шеттету, суреттерін рұқсатсыз тарату және қорқыту әрекеттерінің құқықтық әрі психологиялық салдары түсіндірілді.
- **Анықталған нәтижелер:**

Проективті әдістемелер мен сырттай бақылау қорытындысы бойынша, есептегі кейбір оқушылардың өзіне назар аударту немесе ішкі комплекстерін жасыру мақсатында буллингке (агрессияға) бейімділік танытатыны нақтыланды. Түзету жұмыстарының нәтижесінде оқушыларда эмпатия (өзге адамның сезімін түсіну), интернетті қауіпсіз пайдалану және кибербуллингке тап болған жағдайда ересектерден көмек сұрау дағдылары қалыптасты. Оқушылардың виртуалды және шынайы өмірде бір-біріне деген толеранттылық (төзімділік) деңгейі артып, сынып ішіндегі эмоционалдық климаттың жақсаруына оң ықпал етті.

Жалпы қорытынды және ұсыныстар:

Жүргізілген кешенді (жекелей және топтық) психологиялық-педагогикалық жұмыстардың нәтижесінде мектепішілік есептегі оқушылардың мінез-құлқында оң өзгерістер байқалады. Мектептің ішкі тәртіп ережелерін бұзу деңгейі төмендеп, сабаққа қатысу көрсеткіші жақсарды. Оқушылар өз іс-әрекеттеріне саналы түрде баға бере бастады.

Болашаққа ұсыныстар:

1. Оқушылармен жеке түзету жұмыстарын келесі тоқсанда да жалғастыру.
2. Сабақтан тыс уақытта оқушылардың қызығушылықтары бойынша үйірмелер мен спорттық секцияларға тартылуын бақылауда ұстау.

3. Оқушылардың ата-аналарымен бала тәрбиесіндегі бірлескен іс-қимылдарды күшейту, консультациялық қолдау көрсету.











III. Алдын алу және ағартушылық бағыты бойынша жүргізілген жұмыстар.
1.Сенім жәшігі туралы ақпараттандыру жұмыстары жүргізілді.

Оқушыларға кез-келген қиын жағдайда сенім телефонына хабарласуға және сенім жәшігіне хабар қалдыруға болатындығы туралы айтылды. Сенім жәшігін мектептің комиссия мүшелері ашып, танысып отырады.

Кәмелетке толмағандардың құқықтары мен заңды мүдделерінің бұзылуы туралы фактілерді бүркемеленген түрде беру мүмкіндіктерін қамтамасыз ету үшін мектепте сенім жәшігі орнатылды.

Сенім жәшігіне келіп түскен мәліметтерді есепке алу және алдын-ала өңдеу жұмыстарын жүзеге асыратын жауапты маман болып мектеп педагог-психологтері Мұстаяпова Гүлжайна және Каиркенова Гулдана бекітілді, азаматтардың сенім жәшігіне келіп түскен өтініштерін уақытылы және сапалы қарастырылуына бақылау жүргізілуде.

«Сенім жәшігін» ашу, мәселелерін қарау үшін комиссия құрамы төменде көрсетілген қызметкерлермен құрылды:

Директордың оқу ісі жөніндегі орынбасарлары: Токишева Т.Ғ.,Турдиева Н.Н.,Өскенова А.

Директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасарлары: Жанакова А.К., Жексинбин Е.Т.

Мектеп психологтары: Мұстаяпова Г.,Каиркенова Г.

Әлеуметтік педагог: Кисаков А.А.

Әр тоқсан сайын “Сенім телефоны және Сенім жәшігі” туралы оқушылар мен ата-аналарға толық ақпарат беріледі.

“Сенім жәшігін” 26 қыркүйек айында ашылды, ешқандай шағым, ұсыныс және сұраныстар түскен жоқ.





2. Бірінші сынып оқушыларының сәтті бейімделуіне сәтті жағдай жасау бойынша

«Бірінші сынып оқушыларының сәтті бейімделуіне жағдай жасау» тақырыбы бойынша 1 сынып педагогтеріне арналған дәріс-тренинг

Күні: 25.09.2025ж
Сыныбы: 1 сынып педагогтері

Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг

Мақсаты: 1-сынып оқушыларының мектеп өміріне сәтті бейімделуін қамтамасыз ету мақсатында сынып жетекшілердің психологиялық және педагогикалық құзыреттіліктерін арттыру, тиімді әдіс-тәсілдермен таныстыру.

Міндеттері:

- Оқушылардың бейімделу кезеңіндегі психологиялық ерекшеліктерін түсіндіру;
- Жаңа ортаға бейімделу кезінде кездесетін қиындықтарды анықтау және алдын алу жолдарын көрсету;
- Сынып жетекшілерді қолдау және оқушылармен қарым-қатынастың оң әдістерін дамыту.

Қыркүйек айының 25-ші жұлдызында мұғалімдерге 1-сынып оқушыларының сәтті бейімделуіне жағдай жасау тақырыбында дәріс-тренингі өткізілді.

1-сынып оқушыларының мектепке бейімделу кезеңі – бұл олардың жаңа әлеуметтік рөлді игеруі мен оқу іс-әрекетіне дағдылану процесі. Бұл кезеңде баланың эмоциялық жағдайы тұрақсыз болуы мүмкін, сондықтан сынып жетекшінің қолдауы аса маңызды.

Сәтті бейімделудің көрсеткіштері:

- Баланың мектепке қуана баруы;
- Құрдастарымен және мұғаліммен сенімді қарым-қатынас орнатуы;
- Оқу тапсырмаларын орындауға қызығушылығының артуы;
- Психологиялық жайлылық сезімінің қалыптасуы.

Тренинг барысында ата-аналар «Мен – бірінші сынып оқушысының көзімен» эмпатия жаттығуын жасады. Сынып жетекшілер өздерін бірінші сынып оқушысының орнына қойып, сезімдерін сипаттайды. Үштік ортаны жақсы қалыптастыру мақсатында «Сенімді қарым-қатынас көпірі» (топтық жаттығу) түрін жасап, ойларымен бөлісті.

Мұғалім мен оқушы арасындағы сенім мен жылы қатынастың маңызын көрсету мақсатында түрлі жағдаяттарды талдау жүзеге асты.

– Оқушы мектепке келгісі келмейді, не істеу керек?

– Ата-аналармен байланыс әлсіз болса, сынып жетекші қандай шара қолданады?

т.б осындай жағдаяттарды талқылады.

Ұсыныстар:

- Әр баланың эмоционалды жағдайына назар аудару;
- Жаңа ортаға біртіндеп бейімделу үшін ойын және шығармашылық әдістерді пайдалану;
- Баланың жетістігін үнемі мадақтау;
- Ата-аналармен тығыз байланыс орнату;
- Мектеп ұжымында қолайлы психологиялық климат қалыптастыру.

Қорытынды:

1-сынып оқушыларының сәтті бейімделуі – тек баланың емес, ата-ана мен мұғалімнің де бірлескен еңбегі. Сынып жетекшінің басты міндеті – баланың мектепке қызығушылығын арттырып, өзін қауіпсіз, сенімді сезінуіне жағдай жасау.





3.«Бірінші сынып оқушыларына бейімделу» жадынама бойынша 1-сынып оқушыларының ата-аналарына бейімделу бойынша жадынамалар таратылып, таныстырылды.

Бірінші сынып оқушыларының ата-аналарына арналған жадынама

* Баланы таңертең итермеңіз, ұсақ - түйектерге тартпаңыз, асықпаңыз, уақытты есептей білу-сіздің міндетіңіз.
* Ешбір жағдайда бір нәрсе туралы ескертіп, қоштаспаңыз. Балаңызға сәттілік тілеңіз, оны жігерлендіріңіз.
* "Бүгін не алдыңыз?"». Баланы тыныш қарсы алыңыз, сұрақ қоймаңыз, демалуға мүмкіндік беріңіз.
* Егер бала тым мүйізді болса, сізбен бөліскісі келсе - оны өшірмеңіз, кейінге қалдырмаңыз, бұл көп уақытты қажет етпейді.
* Баланы тыныш оятыңыз. Оянған кезде ол сіздің күлімсіреуіңізді көріп, нәзік дауысты естуі керек. * Егер сіз баланың ренжігенін, бірақ үнсіз екенін көрсеңіз, оны аяқтамаңыз, содан кейін ол бәрін өзі айтады.
* Мұғалімнің ескертулерін тыңдағаннан кейін, бүлік шығаруға асықпаңыз. Әңгімеңізді баласыз өткізуге тырысыңыз. Екі жағын да тыңдаңыз-бұл жағдайды нақты түсінуге көмектеседі.
* Мектептен кейін баланы сабаққа отыруға асықпаңыз - сізге 2-3 сағат демалу керек (1,5 сағат ұйқы).

4.Орта буынға өту кезінде бесінші сынып оқушыларының сәтті бейімделуіне жағдай жасау бойынша 5-сынып жетекшілерімен бірлескен дөңгелек үстел болды. Бейімделу, бейімделудегі қиындықтар бойынша мектеп психологы М.Б.Гүлжайна ұстаз айтта өтті. Сынып жетекшілер тарапынан сұрақтарға жауап беріп, кеңестер берілді.

5.Жалпы мектептік және сыныптық ата-аналар жиналыстарында сөз сөйлеу.
Өткізілген күні: 22.09.2025ж

"Мектеп пен отбасы :адал және жауапты азаматты тәрбиелеудегі өзара ынтымақтастық"тақырыбындағы ата-аналар жиналысы өтті.
Күн тәртібі: . Кіріспе сөз. Мектеп директоры Ж.К.Балдекова
Мектептің жаңа жарғысы туралы ДОІЖО Г.Е.Токишева
2025-2026 оқу жылының жоспары Н.Н.Турдиева
Мектептің ішкі ережесі және мектеп формасы ДТІЖО А.К.Жанакова
2025-2026 оқу жылындағы мектептегі үйірме жұмыстары ДТІЖО А.К.Жанакова

«Білім беру ұйымдарындағы психологиялық-педагогикалық қолдау қызметінің жұмыс істеу қағидалары» мектеп психологі Г.Б.Мустаяпова
Әртүрлі мәселелер:
Тыңдалды:
Күн тәртібіндегі мәселе бойынша мектеп директорыю№№жд сөз алып жаңв оқу жылының басталуымен құттықтап ,жетістіктер мен жаңалықтар туралы атап өтті. Отбасы – баланың тұлғалық қасиеттерін қалыптастырудың басты ортасы және мектеппен бірлесе отырып адал әрі жауапты азаматты тәрбиелеуде өзара бірлесе отырып,жұмыс дасауды атап өтті.
Күн тәртібінің екінші мәселесі бойынша Г.Е.Токишева сөз алып мектептің жаңа жарғысы туралы түсіндіріп өтті.2025-2026 оқу жылының жоспарымен Н.Н.Турдиева ақпарат беріп толық түсіндіріп атап өтті.Ата-аналар тарапынын қойылған сұрақтарға жауап берілді.Жаңа оқу жылындағы лицей сыныптары туралы да айтылып өтілді. Мектептің ішкі ережесі және мектеп формасы 2025-2026 оқу жылындағы мектептегі үйірмелері туралы А.К.Жанакова ақпарат беріп,мектептегі үйірмелермен таныстырып ата-аналар тарапынан қойылған сұрақтарға толығымен жауап берілді.

Педагогикалық қолдау қызметінің психологі Г.Б.Мустаяпова ата-аналармен тренинг жүргізіп,психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді өткізу туралы мектеп оқушыларының ата-аналарды немесе өзге де заңды өкілдеріне хабардар ету, **о**қу жылының басында баланың мектепке сәтті бейімделуінқолдау қажет екендігін айтып және бірлесіп жұмыс жасауға шақырды.

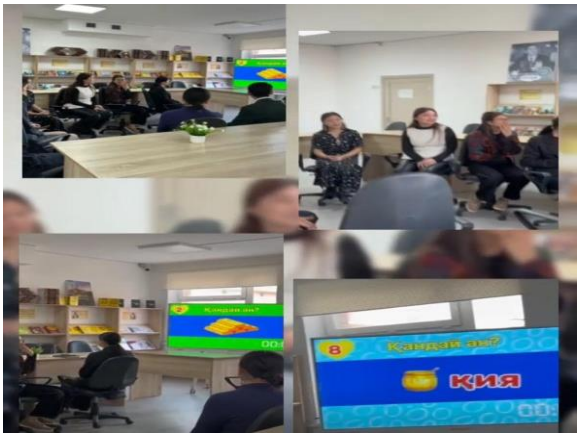
- **Шешім:**
- Отбасылық құндылықтарды және адал азамат тәрбиелеуде арнайы сынып сағаттарын өткізу.
- Әке мен ананың бала тәрбиесіндегі рөлін күшейту бойынша ата-аналарға семинарлар ұйымдастыру.
- Балалардың мінез-құлқын бақылап, оларды моральдық және психологиялық тұрғыдан қолдау.
- Қосымша білім беру туралы ,үйірме жұмыстарымен тағыда жұмыс жасау





6.«Эмоционалды интелектіні дамыту» тақырыбында жас мамандармен тренинг жүргізілді.
Күні:20.10.2025ж
Мақсаты: Жас мамандардың өз эмоцияларын түсіну, басқару және басқа адамдардың сезімдерін тану қабілеттерін дамыту арқылы тиімді қарым-қатынас орнату, командада жұмыс істеу және кәсіби ортада эмоционалды тұрақтылықты арттыру.
Негізгі міндеттері:
Эмоционалды интелект ұғымымен және оның компоненттерімен таныстыру.
Өзін-өзі тану мен өзін-өзі басқару дағдыларын қалыптастыру.
Эмпатия мен әлеуметтік қарым-қатынас дағдыларын дамыту.
Жұмыс барысында күйзеліс пен эмоциялық қажуды алдын алу жолдарын үйрету.
Тренингтің барысы:Тренинг барысында жас мамандардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг мақсаты мен ережелерін таныстырып өттілді.
«Жас мамандардың эмоционалды интелектісін дамыту» тренингі — бұл жас мамандардың өз эмоцияларын түсіну, басқару және өзгелердің эмоцияларын дұрыс қабылдау дағдыларын қалыптастыруға бағытталған.
Тренинг барысында қатысушылар теориялық білімді тәжірибелік «3 сөзбен танысу», «Эмпатия айнасы», «Эмоция күнделігі », «Мен-хабарламасы» «Қақтығысты шешу» жаттығулары жасалынып, педагогтар көтеріңкі көңіл-күй мен жақсы атмосфера орнатылды. Негізгі мақсат — кәсіби ортада тиімді қарым-қатынас орната алатын, эмоционалды тұрғыдан тұрақты және өзін-өзі дамытып отыратын жас мамандарды қалыптастыру.
Қорытынды:
Эмоционалды интелект — кәсіби табыстың, тиімді қарым-қатынастың және психологиялық тұрақтылықтың басты кілті. Тренинг барысында жас мамандар өз эмоцияларын тану мен басқару, әріптестерімен сенімді және салауатты қарым-қатынас орнату, күйзеліс жағдайында тиімді шешім қабылдау дағдыларын меңгереді.
Эмоционалды интелекті жоғары маман – тек кәсіби шебер ғана емес, сонымен қатар ұжымдағы жағымды психологиялық ахуалды қалыптастыратын тұлға.
Ұсыныс:
1. Жеке өзін-өзі дамыту жоспарында эмоционалды интеллектіні арттыруға бағытталған мақсаттарды енгізу;
2. Стресті басқару және эмоционалды демалу әдістерін (медитация, тимбилдинг, шығармашылық жаттығулар) жүйелі қолдану;





7. **7.«Мен өзімнің күшті және әлсіз жақтарымды білемін» тақырыбында 8 «Д» сынып оқушыларына тренинг жүргізілді.**
Мақсаты – қатысушылардың өздерінің күшті және әлсіз жақтарын танып, оларды тиімді пайдалану және дамыту дағдыларын қалыптастыру.
Тренинг барысында оқушылардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті.

«Сәлемдесу шеңбері», «Эмоционалды сөздік» жаттығу, «Мен ашуланған кезде..» жаттығуы, «Ғажайып-кактус» жаттығуы
жаттығулары жасалынып, оқушыларға көтеріңкі көңіл-күй мен жақсы атмостфера орнатылды.
«Тыныс алуды тазарту» сенсорлық бөлмесіндегі релаксация жаттығуы жүргізілді.
Тренинг соңында оқушылар кері байланыс жасалып, өздерінің алған әсерлерімен бөлісті.
Ұсыныс: сынып жетекшісі мен пән мұғалімдеріне оқушылардың көңіл-күйлерін және сыныптағы бір-бірлеріне деген қарым-қатынастарын бақылау.





8.«Күйзелістен қалай арылуға болады» тақырыбы бойынша 10 «Г» сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг өткізілді.
Күні: 24.10.2025ж
Мақсаты – Оқушыларды күйзеліске қарсы тұра алуға қалыптастыру
Тренинг барысында оқушылардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті.
Күйзелістен арылу :

Не нәрсеге болса да қарапайым көзбен, салқын қандылықпен қарау! Бар жан-тәніңізбен күліңіз және сіздің осы өмірге келгеніңізге, сіздің ба екендігіңізге, кім болғаныңызға, өміріңізде бар нәрсеге Ғаламның қатысы бар екендігіне ризашылығыңызды білдіріңіз. Жарық дүниеден алғысыңызды аямаңыз!
«Күлімдеу» жаттығуы, «Мұңымды шығарып тастаймын» жаттығуы,«Проблемаларды қиып тастаймын» жаттығуы,«Өзімді және Сәттілік-ханымды бейнелеймін» жаттығулары жасалынып, оқушыларға көтеріңкі көңіл-күй мен жақсы атмосфера орнатылды.
«Тыныс алуды тазарту» сенсорлық бөлмесіндегі релаксация жаттығуы жүргізілді.

Қорытынды: «Күйзелістен қалай арылуға болады» атты тренинг барысында оқушылар күйзелістің (стрестің) себептері мен белгілерін анықтап, оны жеңудің тиімді жолдарын үйренді. Тренинг арқылы қатысушылар өз эмоцияларын бақылау, жағымсыз ойлардан арылу және өмірге оң көзқараспен қарау дағдыларын дамытты.

Оқушылар топтық ойындар мен талқылаулар арқылы бір-бірін қолдаудың, өз сезімін ашық айту мен түсінудің маңызын түсінді. Сонымен қатар, тыныс алу жаттығулары, позитивті ойлау және уақытты дұрыс жоспарлау сияқты әдістердің күйзелісті азайтуға көмектесетініне көз жеткізді. Тренингтің нәтижесінде қатысушылар күнделікті өмірде күйзеліс жағдайларын тиімді басқаруға, өзін-өзі сабырлы ұстауға және психологиялық денсаулығын сақтауға бағытталған маңызды тәжірибе алды.Тренинг соңында оқушылар кері байланыс жасалып, өздерінің алған әсерлерімен бөлісті

Ұсыныс:
1. Күйзеліс жағдайында тыныс алу, серуендеу, музыка тыңдау, спортпен айналысу сияқты жеңіл тәсілдерді қолдану;
2.Өзін және өз сезімдерін ашық білдіруге, көмек сұрауға ұялмауға;





9. Ы.Алтынсарин «Ой, сезім, мінез-құлық»
«Ой – сезім – мінез-құлық» тренингі – 4 «Г» сынып оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг
Күні: 2025ж
Сыныбы: 4 Г сынып оқушылары
Психологиялық сынып сағатының түрі: тренинг
Тренинг барысы:
Тренинг барысында оқушылардың көңіл-күйлерін сұрап, тренинг сағаттың мақсаты мен ережелерін таныстырып өтті.
Тренингтің негізгі мақсаты – балаларға өз ойларының сезімдеріне, ал сезімдерінің мінез-құлқына тікелей әсер ететінін қарапайым әрі түсінікті түрде ұғындыру.

«Ой – сезім – мінез-құлық» тренингі – оқушыларға өз ойларының сезімдеріне және әрекеттеріне қалай әсер ететінін түсінуге көмектесетін дамытушы сабақ. Тренинг барысында балалар әртүрлі жағдаяттар арқылы өз ойларын байқауды,

сезімдерін тануды және дұрыс мінез-құлық таңдауды үйренеді. Сабақ ойын, әңгіме, жаттығулар түрінде өтеді және оқушылардың бір-бірін түсінуіне, өз сезімдерін басқаруына, жағымды қарым-қатынас жасауына бағытталған.

Тренинг барысында оқушылар әртүрлі өмірлік жағдаяттар мен ойын тапсырмалары арқылы өз ойларын байқауға, жағымды және жағымсыз сезімдерді ажырата білуге, эмоцияларын дұрыс жеткізуге үйренеді. Сонымен қатар, балалар өз әрекеттерін бағалауды, қиын жағдайларда дұрыс шешім қабылдауды және жауапкершілікпен әрекет етуді меңгерді.

Тренинг ойын, топтық жұмыс, сұрақ-жауап, сурет салу, рөлдік ойындар және сергіту жаттығулары арқылы жүргізілді. Бұл әдістер оқушылардың қызығушылығын арттырып, белсенді қатысуына мүмкіндік берді. Сабақ барысында достық қарым-қатынас, бірін-бірі тыңдау, өзгенің сезімін құрметтеу сияқты адамгершілік құндылықтар қалыптастырылды.

10. «Менің құқықтарым» тақырыбы бойынша 3 оқушыларына арналған сынып сағаты/тренинг

Тақырыбы: Жасөспірімдер арасында ұйымдастырылған «Менің құқығым бар» интеллектуалды ойыны
Мақсаты: Білім алушыларға бала құқықтары туралы түсінік беру, өз құқықтарын білуге және оны құрметтеуге үйрету, құқықтық сауаттылығын арттыру, өз пікірін еркін жеткізе білу дағдыларын дамыту.

19 қараша күні оқушылардың құқықтық сауаттылығын арттыру мақсатында «Менің құқығым бар» атты интеллектуалды ойын ұйымдастырылды.
Шара барасында құқық туралы жалпы түсінік беріліп, екі топ білім сайыстырылды. Сонымен қатар оқырмандар назарына «Бала құқығы – асыл қазына» атты көрмесі ұсынылды. Сабақ барысында оқушыларға «Бала құқықтары туралы Конвенция» негізінде негізгі құқықтар таныстырылды. Тренингтік жаттығулар, топтық жұмыстар, пікірталас және жағдаяттық тапсырмалар ұйымдастырылды. Оқушылар өз құқықтары мен міндеттері туралы ой бөлісіп, түрлі өмірлік жағдайларды талқылады. Сабақ барысында білім алушылар белсенділік танытып, өз пікірлерін ашық айтты. Қатысушылар құқық пен міндеттің өзара байланысын түсініп, құқықтарын қорғау жолдары туралы ақпарат алды.**Қорытынды:** Сабақ мақсатына жетті. Оқушылардың құқықтық түсінігі кеңейіп, өз құқықтарына деген жауапкершілік көзқарасы қалыптасты.





11. «Буллинг. Оны қалай тоқтатуға болады?» онлайын жадынамалар.



№	Мектеп атауы	Әлеуметтік желілердегі сілтемелер
1	№ 3 жалпы орта білім беретін мектеп-лицей	https://www.instagram.com/reel/DXW-NXLjBZw/?igsh=M3BpY294bjcxeXJw
		https://www.instagram.com/reel/DXW-NXLjBZw/?igsh=M3BpY294bjcxeXJw
		https://www.instagram.com/reel/DXWTOVQjI8b/?igsh=MXc1MnB0bDBmcW43dQ==
		https://www.instagram.com/reel/DQB9a31DGLopBvxekVlPGS1sY6zWEDWjOl3e8w0/?igsh=MWR4emRyM3Q3eHl2Ng==
		https://www.instagram.com/reel/DQBPImaAnRHKX_3C6aXyjtXYgb0RRZiq00-MKM0/?igsh=eDd4emhvamVnOWp0

12 .Психология апталығы 01-05 желтоқсан айының аралығында мектебімізде «Психология –ғажайып әлемі» атты психология апталығы өтті.
Мақсаты: психологиялық қызметтің жұмысын насихаттау, мектеп ұжымының ұйымшылдығын қалыптастыру, оқушылардың белсенділігін арттыру, психологиялық сауаттылығын қалыптастыру.Апталықтың әр күні арнайы тақырыбы мен ұранынан бастау алды. Тақырыптық “Жақсы көңіл-күй- жан азығы”тренинг,«Буллингтің алдын алу және оған қарсы іс-қимыл» кіші қызметкерлермен тренинг,“Лого саяхат”сабақ,“Түстердің энергиясы” ұстаздармен тренинг,“ Шуақты күн ” тренинг,“Менің сезімдерім” тренинг,«Жолың ашық болсын балам!» ата-аналармен тренигтер ұйымдастырылып оқушылармен мен ата-аналардың көңіл-күйлері көтеріліп, өз сезімдерімен бөлісті.Апталық барысында қызықты үзілістер ұйымдастырылды














2.Ерекше білім беруді қажет ететін оқушыларға көңіл-күй сыйлау мақсатында ерекеше балалармен **«Ертегілер әлемі»** атты ертегі кейіпкерлерімен кездесу өтті. Оқушыларға ертегі кейіпкерлері мен олардың әзірлеген ойынедар қатты ұнады.Белсенді болып, тапсырмаларды орындады. Өздерінің алған әсерлерімен бөлісіп, кері байланыс жасай білді. Алдағы уақытта да осындай ертегі кештері болып тұрғаның қалайтындарын білдірді.



13.**Әлеуметтік желілердегі қауіпсіздік** 2025-2026 оқу жылында өткізілген **«ЖЕЛІДЕГІ ҚАУІПСІЗДІК» ч**елленджі жайлы

Ақпарат

№	Мектеп атауы	Қатысушылар саны	Әлеуметтік желілердегі сілтемелер
1	№ 3 жалпы орта білім беретін мектеп-лицей	2010	https://www.instagram.com/reel/DQBPImaAnRH/?igsh=eGV0a2kyanduaG92
			https://www.instagram.com/reel/DP3WmB0Ahrn/?igsh=M2N1eXhrNGVqZTF5
			https://www.instagram.com/reel/DP02cOtDFve/?igsh=MTdpdXFhNjN3cWFrNw==
			https://www.instagram.com/reel/DQB9a31DGLopBvxekVlPGS1sY6zWEDWjOl3e8w0/?igsh=MWR4emRyM3Q3eHl2Ng==
			https://www.instagram.com/reel/DQBPImaAnRHKX_3C6aXyjtXYgb0RRZiq00-MKM0/?igsh=eDd4emhvamVnOWp0

14. «Мұғалімдердің эмоционалдық күйіп қалу синдромының алдын алу және педагогтердің психиткалық денсаулығын қолдау»

«Мұғалімдердің эмоционалды күйзеліске ұшырауы (күйіп кету синдромы)»

Күні: 16.01 .2026ж

Тақырыбы: «Мұғалімдердің эмоционалдық күйзеліске ұшырауының алдын алу»

Мақсаты: Педагогтердің кәсіби қызметіндегі эмоционалдық жүктемені төмендету жолдарын қарастыру, психологиялық саулықты сақтау дағдыларын қалыптастыру. Мұғалімдердің кәсіби қызметі тұрақты психоэмоционалдық күш салуды талап етеді. Оқу-тәрбие процесіндегі жоғары жауапкершілік, уақыт тапшылығы, бақылау мен есеп беру жүйесінің көптігі, ата-аналар және оқушылармен үздіксіз қарым-қатынас жасау эмоционалдық қажуға әкелуі мүмкін.

Эмоционалдық күйзеліс (күйіп кету синдромы) – тұлғаның кәсіби мотивациясының төмендеуімен, психикалық және физикалық шаршаумен сипатталатын жағдай. Бұл құбылыс үш негізгі компоненттен тұрады:

1. Эмоционалдық сарқылу – күш-қуаттың таусылуы, шаршау;
2. Деперсонализация – оқушыларға немесе әріптестерге немқұрайлы қарау;
3. Кәсіби жетістікті төмен бағалау – өз еңбегіне қанағаттанбау.

Семинар барысында аталған белгілер мен қауіп факторлары талқыланды. Педагогтерге өзін-өзі диагностикалау элементтері ұсынылды. Сонымен қатар, төмендегі алдын алу шаралары қарастырылды:

- Кәсіби және жеке өмір арасындағы тепе-теңдікті сақтау;
- Эмоцияларды конструктивті түрде білдіру;
- «Психологиялық үзіліс» әдістерін қолдану;
- Ресурстық жағдайды қалпына келтіру (хобби, демалыс, спорт);
- Ұжымдық қолдау мәдениетін қалыптастыру;
- Уақыт менеджменті дағдыларын жетілдіру.

Практикалық бөлімде релаксациялық жаттығу, қысқа медитация элементтері және «Менің ресурстарым» атты рефлексиялық тапсырма орындалды. Қатысушылар семинар тақырыбының өзектілігін атап өтіп, кері байланыс берді.

Қорытынды

Өткізілген жұмыс педагогтердің эмоционалдық жағдайына назар аударуға мүмкіндік берді. Қатысушылар кәсіби күйзелістің алдын алу жолдары туралы білімдерін толықтырып, өзін-өзі қолдау тәсілдерін меңгерді.

Ұсыныс:

Педагогтердің психологиялық денсаулығын сақтау мақсатында тұрақты психологиялық тренингтер мен қолдау кездесулерін ұйымдастыру ұсынылады.





15. Психологиялық клуб №4 сабақ «Өзін-өзі бағалау»

Тақырыбы: «Өзін-өзі бағалау»

Мақсаты:

Өткізілген күні:13.01.2026

Қатысушылар: клуб мүшелері

Білім беру ұйымында білім алушылардың тұлғалық дамуын қолдау, өзіне деген сенімділігін арттыру және жағымды өзін-өзі бағалауды қалыптастыру мақсатында психологиялық тренинг-сабақ өткізілді.

Өзін-өзі бағалау – тұлғаның өз мүмкіндіктерін, қабілеттерін және жеке қасиеттерін қабылдауы мен бағалауын білдіретін маңызды психологиялық компонент. Өзін-өзі бағалаудың төмен немесе тұрақсыз болуы оқушының эмоционалдық күйіне, қарым-қатынасына және оқу мотивациясына кері әсерін тигізуі мүмкін.

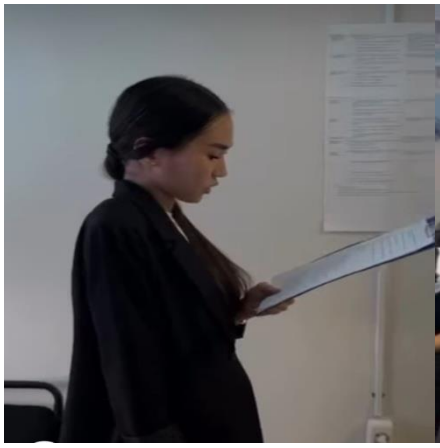
Тренинг-сабақ барысында келесі бағыттар қамтылды:

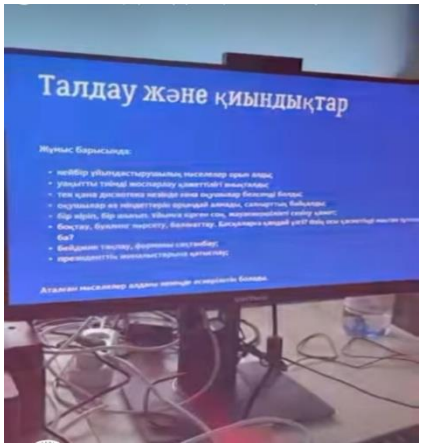
- өзін-өзі тануға бағытталған жаттығулар;
- жағымды жеке қасиеттерді анықтау;
- өзін қабылдау және өзіне сенімділікті арттыру;
- эмоционалдық қолдау көрсету;
- топтық өзара әрекет пен кері байланыс орнату.

Жаттығулар ойын, талқылау және шығармашылық тапсырмалар арқылы жүргізілді. Сабақ барысында қатысушылар белсенділік танытып, өз ойларын еркін жеткізуге мүмкіндік алды.

Нәтижесі:
Тренинг қорытындысы бойынша қатысушылардың өзін-өзі бағалау деңгейінің артқаны, өз мүмкіндіктеріне деген сенімнің күшейгені және жағымды эмоциялық күйдің қалыптасқаны байқалды.

Қорытынды:
Өзін-өзі бағалауды дамытуға бағытталған психологиялық тренинг-сабақ білім алушылардың тұлғалық өсуіне, психологиялық саулығын нығайтуға және әлеуметтік бейімделуіне оң әсер етті.





16. Психолог айдары: «Қыздарға кеңес», «Ұлдарға кеңес»

Тақырыбы: «Қыздар мен ұлдарға кеңес» ақпараттық-танымдық айдарының қорытындысы бойынша

Өткізілген мерзімі: [23.01.2026] **Қамтылғандар:** 5-11 сынып оқушылары

Мақсаты: Оқушылардың тұлғалық дамуына қолдау көрсету, өзара сыйластық мәдениетін қалыптастыру, гигиеналық, психологиялық және әлеуметтік бейімделу дағдыларын дамыту.

Сабақ барысы мен мазмұны: 5-11 сынып оқушылары арасында гендерлік ерекшеліктерді ескере отырып, «Қыздар мен ұлдарға кеңес» айдары өткізілді. Іс-шара барысында келесі бағыттар бойынша жұмыс жүргізілді:

1. Қыздарға арналған кеңестер:

- **Эстетика мен этика:** Сырт келбетті күту, мектеп формасының мәдениеті және өзін-өзі ұстау әдебі.
-
- **Психологиялық денсаулық:** Жасөспірім шақтағы эмоционалдық тұрақтылық, өзін-өзі бағалауды арттыру.

- **Қарым-қатынас:** Құрбылармен және үлкендермен сыпайы сөйлесу мәдениеті.

2. Ұлдарға арналған кеңестер:

- **Ер мінез – ел тірегі:** Жауапкершілік, батылдық және уәдеге беріктік қасиеттерін қалыптастыру.
- **Спорт және денсаулық:** Зиянды әдеттерден аулақ болу, физикалық белсенділіктің маңызы.
- **Сыйластық:** Қыздарға, анаға және ұстаздарға деген құрмет – нағыз ер азаматтың белгісі.

Қолданылған әдіс-тәсілдер:

Айдар аясында тренинг элементтері, «Сұрақ-жауап» сессиялары, бейнероликтер көрсетілімі және жадынамалар (буклеттер) тарату жұмыстары ұйымдастырылды. 9-11 сынып оқушыларымен мамандық таңдау және емтихан алдындағы стрессті басқару мәселелері де талқыланды.

Қорытынды:

Өткізілген іс-шара нәтижесінде оқушылар өзара сыйластық, этикалық нормалар және жеке гигиена туралы пайдалы мәліметтер алды. Жасөспірімдер арасындағы қарым-қатынас мәдениетінің оң бағытқа өзгеруіне, мектеп ішіндегі тәртіптің нығаюына септігін тигізді.

17. «Сезім және эмоция» психологиялық клуб мүшелерімен психологиялық сабақ

Психологиялық клуб бойынша ақпан айының 11-і күні «Сезім және эмоция». (Маңыздылығын түсіндіру және өз сезімдері мен эмоцияларын көрсету) тақырыбында тренинг өткізілді. Тренинг мақсаты- қатысушыларға сезімдер мен эмоциялардың өмірдегі рөлі мен маңыздылығын түсіндіру. Бұл тренинг адамның психологиялық және физикалық денсаулығын жақсартуда эмоцияларды дұрыс тану мен реттеу қажеттілігін көрсетеді. Тренинг барысында түрлі жаттығулар жүргізілді. Атап айтқанда, Адам өміріндегі эмоциялар. Сезімдер мен эмоцияларды басқару қабілеті.«Сәлемдесу» жаттығуы, «Түсті көңіл-күй» жаттығуы, «Тізе шапалақтау» жаттығуы, «Шатасу» жаттығуы, «Эмоцияны тап» жаттығуы, «Мұздатылған» жаттығуы, «Тамыр соғысын өзгерт» жаттығуы.

Қорытынды: Бұл тренинг қатысушыларға эмоциялар мен сезімдердің маңыздылығын түсіндіру, оларды дұрыс тану және басқару дағдыларын дамытуға бағытталды. Тренинг барысында қатысушылар өздерінің ішкі дүниесіне үңіліп, сезімдер мен эмоцияларды түсіну арқылы эмоционалдық интеллектісін арттырды.

Ұсыныс:

- **Интерактивті жаттығуларды көбейту**
  Тренинг барысында теориялық білімнен бөлек, қатысушыларға эмоцияларын талдайтын және басқаруға көмектесетін практикалық жаттығулар мен рөлдік ойындарды көбірек енгізу ұсынылады. Бұл әдіс олардың эмоцияларын нақты жағдайда түсінуге және тиімді түрде басқаруға мүмкіндік береді.
- **Эмоцияларды білдіру мен басқарудың түрлі әдістерін көрсету**
  Әрбір қатысушының эмоцияларын білдіру тәсілдері әртүрлі болады, сондықтан тренингте эмоцияларды басқару үшін түрлі әдістер мен тәсілдерді (мысалы, тыныс алу техникасы, медитация, жазу терапиясы) таныстыру тиімді болар еді.
- **Тренинг соңында рефлексия сессиясын өткізу**
  Тренинг соңында қатысушыларға өз тәжірибелері мен сезімдеріне талдау жасап, алған білімдерін күнделікті өмірде қалай қолданатындығы туралы рефлексия жасауға мүмкіндік беру. Бұл қатысушылардың тренингтен алған әсерін тереңірек түсінуге көмектеседі.





- **Тренингті үздіксіз дамыту және жалғастыру**

18. «Коммуникациялар» психологиялық клуб мүшелерімен психологиялық сабақ
Өткізілген іс-шара: Психологиялық тренинг / Сабақ
Қатысушылар: [психологиялық клуб мүшелері]
Мақсаты: Оқушылардың тұлғалық қасиеттерін дамыту және психологиялық қолдау көрсету.

Іс-шара барысында коммуникативті дағдылар және тиімді қарым-қатынас құпиялары мәселесі қозғалды. Бұл тақырып аясында жасөспірімдердің [мысалы: емтихан алдындағы қобалжуы, өзін-өзі бағалауы немесе қарым-қатынас мәдениеті] туралы ашық пікірталас ұйымдастырылды. Оқушылар тақырыптың маңыздылығын түсініп, өз ойларымен бөлісті.

Практикалық бөлімде келесі психологиялық жаттығулар жүргізілді:

- **«[Жаттығу атауы, мысалы: Менің жетістігім]» жаттығуы:** Бұл әдіс арқылы оқушылар [жаттығудың мақсаты: өздерінің мықты жақтарын анықтады].
- **«[Келесі жаттығу, мысалы: Сенімділік шеңбері]»:** Қатысушылар топ ішінде өзара қолдау көрсету және сенім білдіру дағдыларын пысықтады.
- **Релаксациялық сәт:** [Мысалы: Тыныс алу жаттығулары немесе нейрография] элементтері қолданылып, эмоционалдық шиеленісті түсіру жұмыстары жасалды.

Қорытынды кеңес:

Сабақ соңында қатысушыларға келесідей **кеңестер мен ұсыныстар** берілді:

1. **Өзіне сенімді болу:** Күнделікті «Жетістік күнделігін» жүргізу арқылы өзіңді мотивациялау.
2. **Эмоцияны басқару:** Қиын сәттерде «тоқта, ойлан, әрекет ет» алгоритмін қолдану.
3. **Уақытты жоспарлау:** Мақсаттарды SMART форматында айқындап, маңызды істерге басымдық беру.

Қорытынды: Өткізілген жұмыс нәтижесінде оқушылардың тақырып бойынша хабардарлығы артып, практикалық дағдылары қалыптасты. Қатысушылар кері байланыс орнатып, алған ақпараттарын күнделікті өмірде қолданатындарын жеткізді.

19. «Емтиханға қалай дайындалу керек?» дәрістері

Тақырыбы: «Емтиханға қалай дайындалу керек? Стресске төзімділікті арттыру» тақырыбындағы психологиялық ақпараттық-танымдық дәрістің қорытындысы

Мерзімі: [09.03.2026] **Қатысушылар:** 9, 11-сынып оқушылары (бітіруші сыныптар)

1. Қозғалған негізгі мәселелер:

Дәріс барысында бітіруші сынып оқушылары үшін ең өзекті келесі тақырыптар қозғалды:

- **Эмоционалды дайындық:** Емтихан алдындағы үрей мен қорқыныштың табиғаты және оны қалыпты жағдай ретінде қабылдау.
- **Когнитивті дайындық:** Үлкен көлемдегі ақпаратты есте сақтаудың тиімді әдістері (интеллект-карталар, ассоциациялар).
- **Өзін-өзі реттеу:** Экстремалды жағдайларда (емтихан аудиториясында) суыққандылықты сақтау жолдары.

2. Орындалған практикалық жаттығулар:

Дәрістің практикалық бөлімінде оқушылармен келесі жаттығулар жасалды:

- **«Тыныс алу техникасы» (4-7-8 әдісі):** Қатты толқыған сәтте жүйке жүйесін 1-2 минут ішінде тыныштандыруға арналған жаттығу.
- **«Сенімділік бейнесі» (визуализация):** Оқушылар емтиханды сәтті тапсырып жатқан сәтін көз алдарына елестету арқылы ішкі кедергілерді жоюды үйренді.
- **«Уақыт шеңбері»:** Дайындық кестесін құру және «демалыс – оқу» балансын сақтау бойынша практикалық тапсырма орындалды.

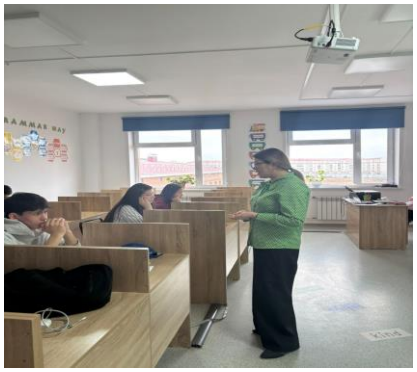
3. Қорытынды кеңестер мен ұсыныстар:

Дәріс соңында оқушыларға психологиялық қолдау ретінде келесі кеңестер берілді:

1. **Күн тәртібі:** Ұйқы режимін сақтау (кем дегенде 8 сағат) – бұл есте сақтау қабілетінің басты кепілі.
2. **Тамақтану:** Ми жұмысын белсендіретін өнімдерді тұтыну және су теңгерімін сақтау.
3. **Позитивті аффирмациялар:** «Менің қолымнан келеді», «Мен дайынмын», «Мен біліміме сенемін» деген сияқты ішкі сенімділікті нығайту.
4. **Қысқа үзілістер:** Әр 45-50 минут сайын 10 минуттық физикалық үзіліс жасаудың маңыздылығы түсіндірілді.

Қорытынды: Өткізілген дәріс нәтижесінде оқушылар емтиханға тек білім жағынан емес, психологиялық тұрғыдан да дайын болудың жолдарын меңгерді. Қатысушыларға «Емтиханға дайындық: Психолог кеңесі» атты жадынамалар таратылды.





20. «Стресске төзімділік» психологиялық клуб мүшелерімен психологиялық сабақ

Күні: 08.04.2026

Қатысушылар: Психологиялық клуб мүшелері.

1. Теориялық бөлім: «Стресс дегеніміз не?»

Модератор стресстің пайда болу механизмдерін (дистресс және эустресс) түсіндірді. Қатысушылар күнделікті өмірдегі стресс факторларын (оқу жүктемесі, қарым-қатынас, белгісіздік) талқылады.

Қорытынды: Стресс — бұл ағзаның қорғаныс реакциясы, бірақ созылмалы стресс эмоционалдық сарқылуға әкеледі.

2. Практикалық бөлім: «Өзімді қалай сезінемін?»

Қатысушылар «Стресс деңгейін анықтау» тестінен өтті. Нәтижелер бойынша клуб мүшелерінің басым бөлігінде орташа стресс деңгейі байқалды.

3. Техникалық блок: «Күйзелісті басқару әдістері»

Отырыс барысында келесі практикалық әдістер меңгерілді:

- **«4-7-8» тыныс алу жаттығуы:** Жүйке жүйесін жылдам тыныштандыру үшін.
- **«Сенсорлық негіздеу» (5-4-3-2-1 әдісі):** Мазасыздық кезінде назарды қазіргі сәтке аудару.
- **Рефрейминг:** Жағымсыз жағдайды жаңа, позитивті тұрғыдан қарастыру дағдысы.

Қабылданған шешімдер мен ұсыныстар:

Күнделікті режим: Клуб мүшелеріне ұйқы және демалыс гигиенасын сақтау ұсынылады (кемінде 7-8 сағат ұйқы).

Эмоционалдық қолдау: Клуб аясында аптасына бір рет «Көңіл-күй сағатын» өткізіп, жиналып қалған эмоцияларды шығарып отыру.

Цифрлық детокс: Күніне кемінде 1 сағат гаджеттерден толық бас тарту уақытын енгізу.

Жеке жоспар: Әрбір мүше өзіне тән «Стресске қарсы қоржын» (хобби, музыка, спорт) тізімін құру.

21. Клубтың қорытынды отырысы

Тақырыбы: 2025-2026 оқу жылындағы психологиялық клуб жұмысының қорытындысы туралы

Қамтылғандар: 8-11 сынып оқушылары (клуб мүшелері)

1. Қозғалған негізгі тақырыптар:

Оқу жылы бойы клуб отырыстарында жасөспірімдердің тұлғалық дамуына бағытталған келесі өзекті мәселелер қозғалды:

- **Коммуникация:** Тиімді қарым-қатынас құру, конфликтілерді конструктивті шешу және «Мен-хабарлама» техникасы.
- **Өмірлік мақсаттар:** SMART технологиясы арқылы болашақты жоспарлау және кәсіби бағдар алу.
- **Эмоционалды интеллект:** Стресске төзімділік, емтихан алдындағы мазасыздықты басу және өзін-өзі реттеу әдістері.
- **Психологиялық қолдау:** Инклюзивті ортадағы қарым-қатынас және толеранттылық мәдениеті.

2. Орындалған негізгі жаттығулар:

Практикалық дағдыларды қалыптастыру мақсатында келесі әдіс-тәсілдер қолданылды:

- **«Сенімділік шеңбері» және «Аквариум»:** Топ ішіндегі байланысты нығайтуға арналған әлеуметтік-психологиялық тренингтер.
- **Арт-терапия элементтері:** «Нейрография» және «Медатация на бумаге» әдістері арқылы ішкі кернеуді түсіру жұмыстары.
- **Релаксациялық жаттығулар:** «4-7-8» тыныс алу техникасы және визуализация әдістері.

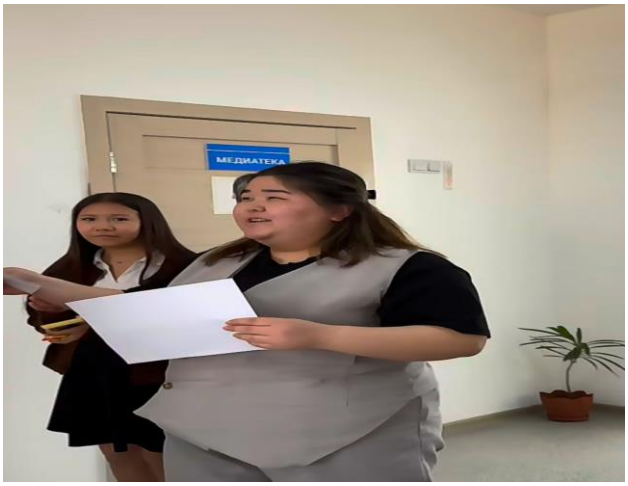
3. Қорытынды және кеңестер:

Жылдық жұмыс нәтижесінде клуб мүшелерінің психологиялық сауаттылығы артып, мектеп ортасына бейімделу деңгейі жоғарылады. Оқушыларға келесідей қорытынды кеңестер берілді:

1. **Тұрақтылық:** Алған психологиялық әдістерді (стрессті басқару, жоспарлау) тек сабақта емес, күнделікті өмірде тұрақты қолдану.
2. **Эмпатия:** Айналасындағы адамдарға түсіністікпен қарап, белсенді тыңдау дағдысын жетілдіру.
3. **Өзін-өзі дамыту:** Жазғы демалыс кезінде эмоционалды интеллектіні дамытуға арналған әдебиеттерді оқу.

Қорытынды: Психологиялық клубтың 2025-2026 оқу жылына арналған жұмыс жоспары толық орындалды. Клуб мүшелері эмоционалды тұрақтылық пен әлеуметтік коммуникация дағдыларын меңгерді.





22. Ата-аналарға арналған кеңес: «Өзіңізді және балаңызды болашақ емтихандарға қалай дайындауға болады»

Емтихан — бұл тек баланың білімін тексеру емес, бұл бүкіл отбасы үшін үлкен психологиялық сынақ. Баланың нәтижесі тікелей үйдегі эмоционалдық жағдайға байланысты.

1. Ата-ана өзін қалай дайындауы керек?

- **Сенімділік танытыңыз:** Егер сіз қобалжысаңыз, ол сезім балаға екі есе болып беріледі. Балаңызға оның қабілетіне сенетініңізді көрсетіңіз.
- **Нәтиженің маңыздылығын асыра сілтемеңіз:** Емтихан — өмірдің соңы емес, тек бір кезеңі екенін түсініңіз. «Егер тапсыра алмасаң, күнің не болады?» деген сияқты қорқынышты сөздерден аулақ болыңыз.
- **Шыдамдылық сақтаңыз:** Жасөспірімнің бұл кезеңде көңіл-күйі құбылмалы болуы мүмкін. Оған түсіністікпен қараңыз.

---

2. Баланы дайындаудың практикалық жолдары

- **Күн тәртібін қадағалау:** Баланың ұйқысы (кемінде 8 сағат) мен демалысын бақылаңыз. Ми шаршағанда ақпаратты қабылдау деңгейі 50%-ға төмендейді.
- **Дайындық орнын ұйымдастыру:** Баланың үстелінде артық заттар болмауы, жарықтың дұрыс түсуі маңызды.
- **Тамақтануға көңіл бөлу:** Ми жұмысын жақсартатын өнімдерді (жаңғақтар, балық, жемістер, шоколад) ас мәзіріне қосыңыз.

---

3. Психологиялық қолдау әдістері (Жаттығулар)

- **«Позитивті болжам»:** Балаңызбен бірге емтиханнан кейінгі жақсы сәттерді (демалыс, серуен) жоспарлаңыз. Бұл қорқынышты сейілтеді.
- **Тыныс алу жаттығуы:** Балаңызға қатты толқығанда терең тыныс алып, іштей 10-ға дейін санауды үйретіңіз.
- **Сөзбен қолдау:** Күн сайын «Мен саған сенемін», «Сен бәрін жақсы білесің», «Қандай нәтиже болса да, біз сені жақсы көреміз» деген сөздерді айтуды ұмытпаңыз.

---

4. Емтихан алдындағы соңғы кеңес:

«Есте сақтаңыз: Бала үшін ең бастысы — емтиханнан алған балл емес, ата-анасының қолдауы мен түсіністігі. Емтихан тапсырылады, бірақ баланың жүйке жүйесі мен сізге деген сенімін сақтап қалу маңыздырақ».

23. Зорлық-зомбылықтың, буллингтің, кибербуллингтің және балаларға қатігездікпен қараудың алдын –алу, психологиялық ағартушылық жұмыстары

«Қауіпсіз мектеп ортасы: зорлық-зомбылық пен буллингтің алдын алу» бойынша психологиялық ағартушылық жұмыстарының қорытындысы

Қатысушылар: 5-11 сынып оқушылары, ата-аналар, мұғалімдер.

Мақсаты: Мектептегі зорлық-зомбылықтың, буллинг пен кибербуллингтің алдын алу, оқушылардың құқықтық және психологиялық сауаттылығын арттыру.

1. Қозғалған негізгі мәселелер мен тақырыптар

Ағартушылық жұмыстары келесі блоктар бойынша жүргізілді:

- **Буллинг және кибербуллинг:** Құрдастар арасындағы қудалаудың түрлері (физикалық, вербалды, әлеуметтік) және интернет желісіндегі қауіпсіздік ережелері.
- **Зорлық-зомбылыққа қарсылық:** Баланың жеке шекарасы, «Жоқ» деп айта білу дағдысы және қатігездікке тап болған жағдайдағы іс-әрекет алгоритмі.
- **Сенім телефондары:** Көмек сұраудың ұят емес екендігі және 111, 150 ұлттық сенім телефондары туралы ақпарат беру.

2. Орындалған практикалық жаттығулар мен әдістер

- **«Жансыз қуыршақ» жаттығуы:** Қатігез сөздер мен істердің адам жанына қалай әсер ететінін визуализациялау (қағазды бүктеу және қайта жазу арқылы).
- **«Кибер-қауіпсіздік тесті»:** Интернетте бейтаныс адамдармен сөйлесу кезіндегі қауіптерді анықтау бойынша ситуациялық тапсырмалар.
- **Арт-терапия: «Қауіпсіз кеңістік»:** Оқушылар өздерін қауіпсіз сезінетін орынды суреттеу арқылы ішкі сенімділікті арттыру.

3. Психологиялық кеңес (Қорытынды)

Іс-шара соңында қатысушыларға келесі ұсыныстар берілді:

1. **Көруші емес, көмекші бол:** Егер буллингке куә болсаң, үнсіз қалма, ересектерге немесе психологқа хабарла.
2. **Эмоцияны бақылау:** Агрессияны спорт немесе шығармашылық арқылы сыртқа шығарудың жолдарын үйрену.
3. **Ата-аналарға:** Баланың мінез-құлқындағы кенет өзгерістерге (тұйықталу, мектепке барғысы келмеу) мұқият болу.

4. Психологиялық ағартудың нысандары (Қосымша атқарылған істер):

- **Ата-аналар жиналысы:** «Балаңыз кибербуллинг құрбаны емес пе?» тақырыбында дәріс оқылды.
- **Мұғалімдерге арналған семинар:** «Сыныптағы буллингті қалай анықтауға болады?» әдістемелік кеңестері берілді.
- **Ақпараттық стенд:** «Зорлық-зомбылықсыз балалық шақ» айдарымен жадынамалар ілінді.

Қорытынды: Жүргізілген жұмыстар нәтижесінде оқушылар арасында өзара сыйластық деңгейі артып, жағымсыз әлеуметтік құбылыстардың алдын алу шаралары күшейтілді. Психологиялық ахуалды бақылау мақсатында мониторингтік сауалнамалар жүргізу жоспарлануда.

24. Балалардың аутодеструктивті мінез-құлықының алдын-алу, психологиялық ағартушылық жұмыстары

«Өмір құндылығы және эмоционалды тұрақтылықты қалыптастыру: аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу»

Мақсаты: Оқушылардың өмірге деген оң көзқарасын нығайту, дағдарыс сәттерінде көмек сұрау дағдысын дамыту және өзіне-өзі зиян келтіру қаупін ерте анықтау.

1. Психологиялық ағартудың негізгі бағыттары

Аутодеструктивті мінез-құлықтың (суицидтік ниет, селф-харм, тәуекелге бару) алдын алу бойынша келесі жұмыстар жүргізілді:

- **Оқушылармен:** «Өмір — баға жетпес сый» атты тренингтер өткізілді. Эмоцияны басқару, күйзелістен шығу жолдары және ішкі ресурстарды табу тақырыптары талқыланды.
- **Ата-аналармен:** «Баланың жанын қалай түсінуге болады?» атты лекторий ұйымдастырылды. Баланың мінез-құлқындағы «қауіпті белгілерді» (маркерлерді) тану және сенімді қарым-қатынас орнату жолдары үйретілді.
- **Педагогтармен:** Жасөспірімдер арасындағы депрессивті күйді ерте анықтау бойынша әдістемелік кеңестер берілді.

2. Қолданылған практикалық әдістер мен жаттығулар

- **«Тілектер ағашы» жаттығуы:** Оқушылар өздерінің болашаққа деген жоспарлары мен армандарын жазу арқылы өмірлік мақсаттарын айқындады.
- **«Менің қолдау тобым» (ресурс картасы):** Қиын жағдайға тап болғанда кімнен және қайдан көмек алуға болатыны туралы жеке тізім жасау (ата-ана, досы, психолог, сенім телефоны).
- **Арт-терапия: «Менің көңіл-күйімнің түсі»:** Ішкі мазасыздықты қағаз бетіне түсіру және оны жағымды бейнеге айналдыру арқылы эмоционалдық жеңілдеу.

3. Қорытынды кеңестер мен ұсыныстар

Жұмыс соңында қатысушыларға келесі психологиялық нұсқаулықтар берілді:

1. **Эмоцияны жасырмау:** Кез келген мұңды, қорқынышты немесе ашуды бөлісу — психикалық саулықтың белгісі.
2. **Позитивті ойлау:** Кез келген тығырықтан шығу жолы бар екенін және уақытша қиындықтардың өтетінін еске салу.
3. **Көмек сұрау мәдениеті:** Психологқа немесе **111** ұлттық сенім телефонына хабарласудың маңыздылығын түсіндіру.

4. Атқарылған қосымша іс-шаралар:

- **Ақпараттық науқан:** Мектеп фойесінде «Сен жалғыз емессің!» атты ақпараттық стенд орнатылды.
- **Сауалнама:** Оқушылардың эмоционалдық жағдайын анықтау мақсатында скринингтік диагностика жүргізілді.
- **Жадынамалар:** Ата-аналарға «Баламен қалай сөйлесу керек?» атты электронды буклеттер жіберілді.

Қорытынды: Жүргізілген ағартушылық жұмыстар оқушылардың өмірлік құндылықтарға деген көзқарасын оңтайландыруға және мектеп қауымдастығының осы мәселедегі қырағылығын арттыруға мүмкіндік берді.

IV.Кеңес беру

Кеңес беру бағыты бойынша сынып жетекшілер, пән мұғалімдері, ата-аналар тарапынан түскен сұраныстар негізінде, сондай-ақ оқушылардың жеке өтініші мен өз қалауымен келген оқушыларға психологиялық кеңестер жүргізілді. Кеңес беру жұмыстары білім алушылардың психологиялық жай-күйін тұрақтандыруға, эмоционалдық қолдау көрсетуге, оқу мотивациясын арттыруға, сыныптағы қарым-қатынас мәселелерін шешуге және ата-анамен тиімді байланыс орнатуға бағытталды.

Жыл бойы оқушылармен, ата-аналармен және педагогтермен 500-ден аса жеке және топтық кеңестер ұйымдастырылып, қажетті психологиялық қолдау мен ұсыныстар берілді. Кеңес барысында оқушылардың жас ерекшеліктері, мінез-құлық ерекшеліктері, эмоционалдық жағдайы, бейімделу мәселелері, өзіне деген сенімділігі, оқу үлгерімі мен сыныпішілік қарым-қатынастары назарға алынды.

Ата-аналарға бала тәрбиесіне байланысты психологиялық-педагогикалық ұсыныстар беріліп, отбасындағы қолайлы психологиялық ахуалды қалыптастыру бойынша түсіндіру жұмыстары жүргізілді. Педагогтерге оқушылармен жұмыс жасау барысында туындаған қиындықтар бойынша әдістемелік және психологиялық қолдау көрсетілді.

Барлық жүргізілген кеңестер кеңес беру журналына уақытылы тіркеліп отырды. Әрбір кеңес нәтижесі бойынша тиісті ұсыныстар мен бағыт-бағдарлар беріліп, қажет жағдайда бақылау және қайта кеңес беру жұмыстары ұйымдастырылды.

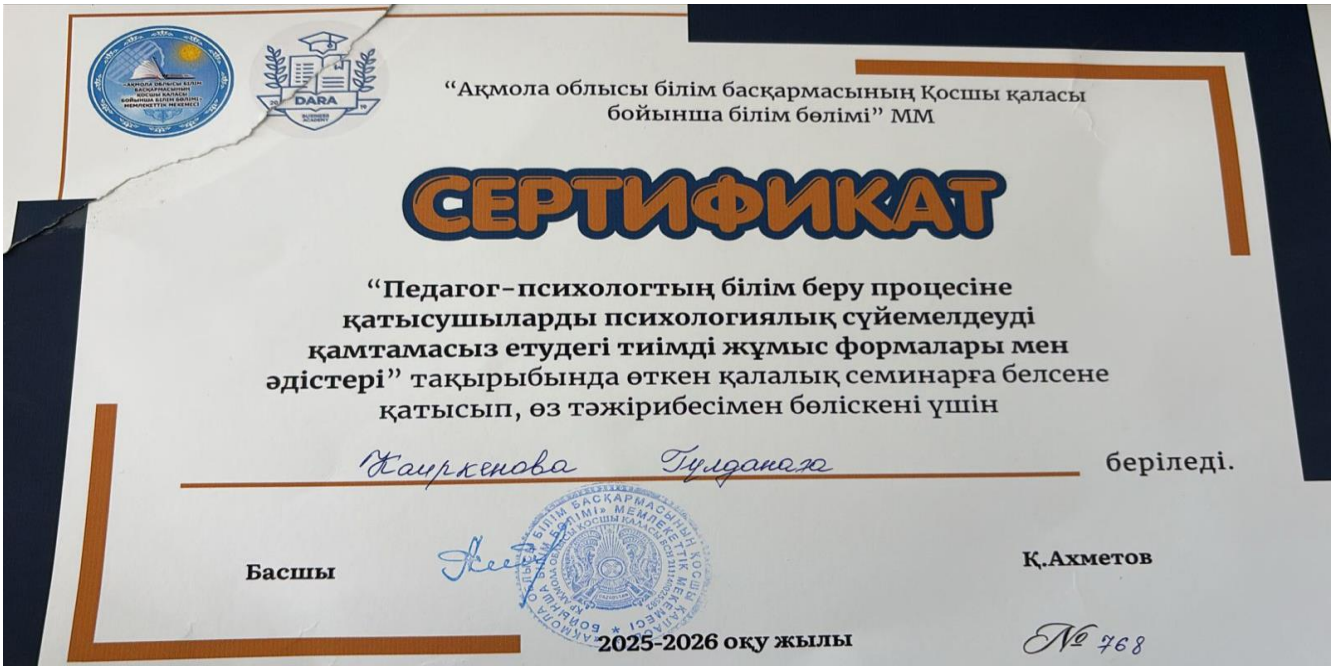
Ү. Ұйымдастыру-әдістемелік жұмыс

1. Биыл 2025-2026 оқу жылын мектебіміз 2010 оқушымен бастап, жыл соңын 2110 оқушымен аяқтап отыр. Жаңадан келген барлық оқушылардың құжаттары дер кезінде зерделеніп, жаңа ортаға қалытасып кетуі сырттай бақылауда болып отырды. Оқушылар арасында жаңадан келген оқушылармен ешқандай конфликті жағдай орын алған жоқ.
2. Оқушыларға психологиялық көмек көрсетуге арналған әдістемелік материалдар базасымен толық қамтылған. Психологиялық әдістемелер арнайы рұқсат етілген, мектеп басшылығымен бекітілген жүйеде атқарылды.
3.Педагогикалық-психологиялық атқарылған жұмыстар есебі мектептің педагогикалық кеңестерінде қаралып, өз бағасын алып отырды.
4. Әдістемелік бөлім ұйымжастырылған іс-шараларға, семинар, конференцияларға



қатысып отырдық, соның ішінде «Ақмола облысы білім басқармасының Қосшы қаласы бойынша білім бөлімі» ММ **«Үздік психолог»** мектеп педагог - психологтерге арналған қалалық байқауында III орынға Мұстаяпова Гүлжайна Болатқызы марапатталды.

5.«Ақмола облысы білім басқармасының Қосшы қаласы бойынша білім бөлімі» СЕРТИФИКАТ «Педагог-психологтың білім беру процесіне қатысушыларды психологиялық сүйемелдеуді қамтамасыз етудегі тиімді жұмыс формалары мен


“Ақмола облысы білім басқармасының Қосшы қаласы бойынша білім бөлімі” ММ

СЕРТИФИКАТ

“Педагог-психологтың білім беру процесіне қатысушыларды психологиялық сүйемелдеуді қамтамасыз етудегі тиімді жұмыс формалары мен әдістері” тақырыбында өткен қалалық семинарға белсене қатысып, өз тәжірибесімен бөліскені үшін

Каиркенова Гульдана беріледі.

Басшы Қ.Ахметов

2025-2026 оқу жылы № 768

әдістері» тақырыбында өткен қалалық семинарға белсене қатысып, өз


“Ақмола облысы білім басқармасының Қосшы қаласы бойынша білім бөлімі” ММ

СЕРТИФИКАТ

“Педагог-психологтың білім беру процесіне қатысушыларды психологиялық сүйемелдеуді қамтамасыз етудегі тиімді жұмыс формалары мен әдістері” тақырыбында өткен қалалық семинарға белсене қатысып, өз тәжірибесімен бөліскені үшін

Мұстаяпова Гульжайна Болатқозаңа беріледі.

Басшы Қ.Ахметов

2025-2026 оқу жылы № 767

тәжірибелерімен бөліскен Г.Мұстаяпова және Г.Каиркенова

6.ДИПЛОМ «ADAY» Білім орталығының №514 бұйрық негізінде ұйымдастыруымен жас суретшілерге арналған «Бояулар құпиясы:су асты әлемі»

иақырыбында өткен республикалық конкурсына жоғары шығармашылық қабілетімен көзге түсіп, І орын алғаны үшін Маратов Әбілмансұр марапатталады. Жетекшісі: Каиркенова Гүлдана

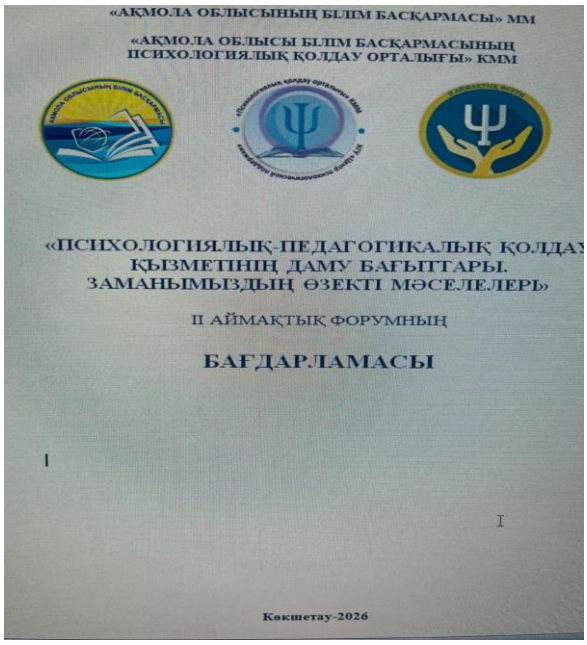


7.Қосшы қаласының педагог-психологтарының бастауымен өз іс-тәжірибесінде кәсіби ұйымдастырушылық шеберлігін шыңдау мақсатында қалалық хакатонға мектеп педагог-психологы Г.Мұстаяпова қатысты. Аталған



инновациялық алаңда мұғалім шығармашылық ізденіс пен сыни ойлау қабілетін танытып, тәжірибелік тапсырмаларды орындауда ұйымдастырушылық бағытын айқын көрсетті. Хакатон қорытындысы бойынша мектептің әдістемелік қорын заманауи жобалық тәсілдермен байытуға негіз қаланды.

8. Есепті кезеңде Мұстаяпова Гүлжайна Болатқызы өзінің кәсіби біліктілігін арттыру, озық педагогикалық іс-тәжірибелермен бөлісу және заманауи білім беру трендтерін меңгеру мақсатында **аймақтық форумға** белсенді қатысты. Форум аясында мұғалім кәсіби қоғамдастықпен өзара іс-қимыл жасап, өзекті мәселелерді талқылауда және жаңашыл идеяларды интеграциялауда жоғары белсенділік танытты. Аталған шараға қатысу ұстаздың шығармашылық әлеуетін кеңейтіп, мектептің аймақтық деңгейдегі серіктестік байланысын нығайтуға септігін тигізді.


«АҚМОЛА ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚМОЛА ОБЛЫСЫ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҒЫ» КММ

«ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ-ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ҚОЛДАУ ҚЫЗМЕТІНІҢ ДАМУ БАҒЫТТАРЫ. ЗАМАНЫМЫЗДЫҢ ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕЛЕРІ»

II АЙМАҚТЫҚ ФОРУМНЫҢ

БАҒДАРЛАМАСЫ

Көкшетау-2026


АҚМОЛА ОБЛЫСЫ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҒЫ

СЕРТИФИКАТ

“ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ-ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ҚОЛДАУ ҚЫЗМЕТІНІҢ ДАМУ БАҒЫТТАРЫ. ЗАМАНЫМЫЗДЫҢ ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕЛЕРІ” АТТЫ II АЙМАҚТЫҚ ФОРУМЫНА БЕЛСЕНЕ ҚАТЫСҚАНЫ ҮШІН

МҰСТАЯПОВА ГҮЛЖАЙНА БОЛАТҚЫЗЫНА

БЕРІЛЕДІ

№81

БАСШЫ С.ШОКИМОВА

КӨКШЕТАУ Қ., 2026 Ж



«ӨРКЕН» БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-АУҚАТЫН АРТТЫРУ ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ИНСТИТУТЫ» КОММЕРЦИЯЛЫҚ ЕМЕС АКЦИОНЕРЛІК ҚОҒАМЫ

НЕКОММЕРЧЕСКОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ «ӨРКЕН»

СЕРТИФИКАТ

Осымен Мұстаяпова Гүлжайна Болатқызы біліктілікті арттыру курсын «Отбасындағы зорлық-зомбылықтың алдын алу» тақырыбы бойынша 80 академиялық сағат көлемінде өткендігін растайды.

Ұйым басшысы Ж. Мурзамадиев
Руководитель организации

Тіркеу нөмірі № 1847
Регистрационный номер №

Берілген күні: «27» 02 2026 жыл/год
Дата выдачи:

Настоящим подтверждает, что Мұстаяпова Гүлжайна Болатқызы прошел(ла) курс повышения квалификации на тему «Профилактика насилия в семье» в объеме 80 академических часов.

М.О.
М.П.

№ 0074144

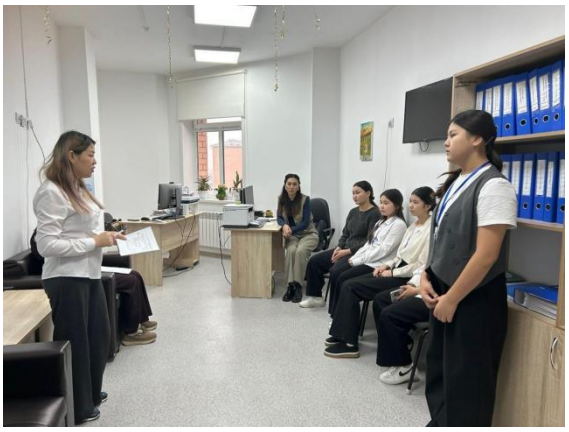
9. Мектеп педагог-психологы Г.Мұстаяпова инклюзивті білім беру саласындағы кәсіби шеберлігін шыңдау мақсатында арнайы біліктілікті арттыру курсын табысты аяқтады. Ұстаз ерекше білім алу қажеттіліктері бар білім алушыларды оқу үдерісіне тиімді интеграциялау, олардың әлеуметтенуі мен уәждемесін арттыру бойынша заманауи тәсілдерді меңгерді. Курстың нәтижесі мұғалімнің практикалық қызметінде (сабақтар мен түзету-дамыту жұмыстарында) белсенді қолданыс табуда.

10. Психологиялық клуб бойынша қыркүйек айының 15-і күні «Клубка оқушыларды қабылдау рәсімі» сабағы өткізіліп,клуб мүшелері сайланды.

Психологиялық клубтың мақсаты: өзіне және басқа адамдарға деген оң көзқарасты ынталандыру; өзінің оқу іс-әрекетіне ой жүгіртуге, қиындықтарға тап болған кезде өз мәселелерін, жеке басының ерекшеліктерін түсінуге, оларды жеңуге үйрену; өзін-өзі дамыту қажеттілігін арттыру.

Психологиялық клуб — оқушылардың психологиялық дамуына ықпал ететін, оларға әлеуметтік және тұлғалық дағдыларды жетілдіруге мүмкіндік беретін орта. «Клубка оқушыларды қабылдау рәсімі» аясында клубтың жұмысында психологияның негіздеріне, эмоционалдық интеллектке және қарым-қатынас дағдыларына ерекше көңіл бөлінетіндігі туралы, қатысушыларға клуб арқылы өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамытуға көмектесу, өмірдің қиындықтарымен күресуге психологиялық тұрғыдан дайын болуға қолдау көрсетудің маңыздылығы туралы ақпараттар берілді. Қабылдау процесі оқушылардың қызығушылықтарын, қажеттіліктерін және психологиялық даму деңгейлерін ескере отырып жүзеге асырылды. Клубқа қатысу арқылы оқушылар өздерін тануға, әлеуметтік және тұлғалық дағдыларын жетілдіруге, психологиялық қиындықтармен тиімді күресуге

мүмкіндік алатындығы туралы ақпараттар берілді. Оқушыларға клуб жұмысы белсенді қатысуды талап ететіндігі, бірақ ол өз кезегінде оқушылардың өмірінде маңызды оң өзгерістерге әкелетіндігі туралы түсіндірме жұмыстары жүргізілді.





Қатысушылар алған білімдері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалана отырып, өздеріне деген сенімділік артып, қоғамда үйлесімді өмір сүруге дайын болады. Өткізілген іс-шара психологиялық клуб оқушылар үшін жеке даму мен психологиялық сауаттылықты арттыру жолындағы тамаша алаң болып табылатындығы жөнінде түсінік қалыптастырды.

11. 9-11 сынып оқушыларын мемлекеттік емтихан тапсыруға дайындық жұмыстары жүйелі жүргізіп отырылды. Сонымен қатар «Өркен» балалардың әл-ауқтын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық инстьиттуты» әдістемесі мен және Ы.Алтынсарин атындағы ҰБА «Орт білім беру ұйымдарында кәмелетке толмағандар арасында аутодеструктивті мінез-құлықтың алдын алу» бағдарламасын іске асыру аясында тренингтік сабақтар өткізілді.

12. Ата-анамен жұмыс жүйелі жүргізілуде.

* Жеке консультациялар

* Ата-аналар жиналысы

* Тренингтер

* Ұсыныстар беру

Ата-аналармен жүйелі түрде жеке және топтық кеңес беру жұмыстары жүргізілді. Ата-аналарға балалардың психологиялық ерекшеліктері бойынша әдістемелік ұсыныстар берілді. Отбасындағы қолайлы психологиялық ахуалды қалыптастыру мақсатында түсіндіру жұмыстары ұйымдастырылды. Ата-аналармен тығыз байланыс орнатылып, оқушылардың эмоционалдық жағдайы бойынша кері байланыс жүргізілді. Бала тәрбиесіндегі өзекті мәселелер бойынша профилактикалық әңгімелер өткізілді. Ата-аналарға жас ерекшелік психологиясы, бейімделу кезеңі және мінез-құлық ерекшеліктері жөнінде ақпараттық қолдау көрсетілді. Қажетті жағдайда ата-аналарға жеке психологиялық сүйемелдеу ұйымдастырылды. Ата-аналар жиналыстарында психологиялық сауаттылықты





арттыруға бағытталған тақырыптар қамтылды. «Ата-аналарға бала тәрбиесі, жас ерекшелік психологиясы, интернет қауіпсіздігі және эмоционалдық қолдау бойынша кеңестер берілді.»

Қорытынды: 2025-2026 оқу жылы барысында педагог-психологтың жылдық жоспарына сәйкес психологиялық қызмет жұмыстары жүйелі түрде жүргізілді. Білім алушылардың психологиялық ахуалын анықтау, қолдау көрсету, бейімдеу, түзету-дамыту,алдын алу жәнеағартушылық және кеңес беру бағыттары бойынша жұмыстар толық қамтылды.

Жыл көлемінде оқушылармен, ата-аналармен және педагогтермен психологиялық кеңестер, диагностикалық зерттеулер, тренингтер мен алдын-алу және ағартушылық бағытбойынша жұмыстар ұйымдастырылды.
Кеңес беру жұмыстары барысында білім алушыларға эмоционалдық қолдау көрсетіліп, тұлғалық даму, қарым-қатынас, оқу мотивациясы және мінез-құлық ерекшеліктері бойынша ұсыныстар берілді.
Кеңес беру бағыты бойынша ата-ана, педагог пен оқушылар тарапынан түскен 500-ге жуық сұраныстармен жұмыс атқардық. Есепті кезеңде оқушылардан түскен жеке және топтық сұраныстармен (мазасыздық, емтиханға дайындық, тұлғааралық қарым-қатынас мәселелері) түзету-дамыту жұмыстары белсенді жүргізілді.. Оқушылардың психологиялық қызметке деген сенімі артып, эмоционалдық жағдайларының жақсарғаны туралы айтқан шынайы пікірлері мен алғыстары — атқарылған жұмыстың жоғары тиімділігін және мектептегі қолайлы психологиялық климаттың қалыптасқанын көрсетеді. «Сенім жәшігі арқылы келіп түскен жасырын (анонимді) сұраныстар болмады. Сауалнама қорытындысы бойынша оқушылардың көрсетілген көмекке қанағаттану деңгейі жоғары». «Тренингтер мен жеке әңгімелесуден кейін алынған кері байланыс парақшаларында оқушылар өздерінің ішкі жайлылық тапқандарын және алдағы уақытта да психологиялық клуб жұмыстарына қатысқысы келетінін мәлімдеді».
Сонымен қатар буллингтің алдын алу, қауіпсіз орта қалыптастыру, емтиханға психологиялық дайындық, бейімделу кезеңдерін сүйемелдеу бағыттарында тиімді жұмыстар атқарылды. Жүргізілген жұмыстар нәтижесінде білім алушылардың психологиялық тұрақтылығы мен мектептегі қолайлы ахуалды қалыптастыруға оң әсер байқалды.

Қосшы қаласы «№3 мектеп-лицей» КММ

Психологиялық-педагогикалық қолдау қызметінің 2025-2026 оқу жылы бойынша жүргізілген жұмыстарының жылдық есебі

Педагог-психологтар: Г.Б.Мұстаяпова, Г.Каиркенова